

Activités sportives

MONS

LUNDI

Sport	Horaire	Lieu	Coordonnées du moniteur
Badminton	16h-17h	UCLouvain FUCaM Mons- Salle d'animation - MDE	adam.chabih@student.uclouvain..be
Pilates	18h-19h	UCLouvain FUCaM Mons - Salle Animasport - MDE	la266446@student.helha.be
Tennis	18h - 20h	UCLouvain FUCaM Mons - Terrain de tennis - Pavillons	arthur.samaillie@student.uclouvain.be
Volley-ball Débutant	17h45-19h45	Condorcet Mons - Hall de sport (entrée par la rue Verlaine)	francois.lecouvet@condorcet.be
Volley-ball Avancé	17h45-19h45	Condorcet Mons - Hall de sport (entrée par la rue Verlaine)	antoine.houdart@condorcet.be
Basket-ball	18h-20h	Maison Provinciale des sports - rue St-Antoine - Havré	ridwanela11@gmail.com
Danse girly et heels	18h-19h30	HEH - Blvd Albert-Elisabeth 2 - Salle APS 1	chloe.gillain@std.heh.be
Pilates	12h-13h	UMONS - Salle de sport - Campus de la Plaine de Nimy	
POMPOM	18H30-20H	HELHa - Campus de Mons, local 2021	J Perveux la259465@student.helha.be
POM DANCE	19h30-20h30	UCLouvain FUCaM Mons - Salle Animasport - MDE	elssa.verset@student.uclouvain.be
Course à pied	18h-19h30	Cité Houzeau - 69, bd Dolez	Début le 05/10

MARDI

Sport	Horaire	Lieu	Coordonnées du moniteur
Tennis de table	17h - 19h	UCLouvain FUCaM Mons- Salle d'animation - MDE	elliott.watelet@student.uclouvain.be
Self defense	18h - 19h	UCLouvain FUCaM Mons - Salle Animasport - MDE	steve.coenen@student.uclouvain.be
Basketball	20h-22h30	UCLouvain FUCaM Mons - Salle omnisports St-Stanislas	qassim.grana@student.uclouvain.be
Natation	20h30-22h	UCLouvain FUCaM Mons- LAGO Mons	esteban.delferiere@student.uclouvain.be
Renfor. musculaire	18h-19h30	Cité Houzeau - 69, bd Dolez	Début le 06/10
Renfor. musculaire	12h30-13h30	Condorcet Mons - Hall de sport	laurent.cypres@condorcet.be
Foot en salle dames	18h30-21h	Ursulines - Hall 2 - rue Valenciennoise	Début le 06/10
Badminton	21h-22h30	UMONS - Salle de sport - Campus de la Plaine de Nimy	
Tennis	20h-22h	Centre ADEPS - 3, avenue de la Sapinette	
Self-défense	18h-19h30	UMONS - Salle de sport - Campus de la Plaine de Nimy	Début 19/10
Volley	21h-22h30	UMONS - Salle de sport - Campus de la Plaine de Nimy	
Pomdance	18h-19h30	HEH - Blvd Albert-Elisabeth 2 - Salle APS 1	enoraguilbau4@gmail.com
Zumba	12h15-13h15	UMONS - Salle de sport - Campus de la Plaine de Nimy	
Echecs	18h-20h	UMONS - Vésale 30 - Campus de la Plaine de Nimy	Début : 04/11
Danse girly et heels	19h30-21h	HEH - Blvd Albert-Elisabeth 2 - Salle APS 1	laly.lemoine@std.heh.be
Running	18h30-19h30	HELHa - Campus de Mons rendez-vous au Forum	M. Dehoux - la209383@student.helha.be
Natation	21h-22h	HELHa - LAGO Mons (piscine du Grand large)	M. Dehoux - la209383@student.helha.be

MERCREDI

Sport	Horaire	Lieu	Coordonnées du moniteur
Badminton	16h - 17h	UCLouvain FUCaM Mons - Salle d'animation - MDE	adam.chabih@student.uclouvain.be
Boxe anglaise	18h - 20h	UCLouvain FUCaM Mons - Salle Animasport - MDE	selim.benahmed@student.uclouvain.be
Volleyball	18h - 20h	UCLouvain FUCaM Mons - Salle d'animation - MDE	rumeysa.tekin@student.uclouvain.be
Hockey en salle	20h - 22h	UCLouvain FUCaM Mons - Salle d'animation - MDE	jeanne.gonzalez@student.uclouvain.be
Badminton	18h-19h30	UMONS - Salle de sport - Campus de la Plaine de Nimy	
Mini-Foot	18h30-20h	HELHa - Ursulines Mons - Avenue du Tir 12 Hall Sport 2	Alexandre Hennaux la238675@student.helha.be
Basket	20h-21h30	HELHa - Ursulines Mons - Avenue du Tir 12 Hall sport 2	Guillaume Andries la217208@student.helha.be
Escalade	19h-20h30	HELHa - Salle Face Nord - Rue du Chaîne aux Haies 2	M. Arnould - la228624@student.helha.be
Badminton	20h-21h30	HELHa - Ursulines Mons - Avenue du Tir 12 Hall sport 2	M. Randazzo - la216793@student.helha.be
Mini-foot	18h-19h30	HEH - Dpt Sciences et tech. - Av. Maistriaux 8a, Mons	@std.heh.be
Renfo. musculaire	18h-19h30	HEH - Blvd Albert-Elisabeth 2 - Salle APS 1	arnaud.cleris@std.heh.be
Gym sol	19h30-21h	HEH - Blvd Albert-Elisabeth 2 - Salle APS 1	lizea.declerck@std.heh.be
Course à pied	17h45-18h45	Condorcet Mons - Hall de sport (entrée par la rue Verlaine)	laurent.cypres@condorcet.be

JEUDI

Sport	Horaire	Lieu	Coordonnées du moniteur
Cardio hiit	17h - 18h	UCLouvain FUCaM Mons - Salle fitness bâtiment k	manon.marchandise@student.uclouvain.be
Pilates	18h - 19h	UCLouvain FUCaM Mons - Salle Animasport - MDE	la266446@student.helha.be
Stretching	18h - 19h	UCLouvain FUCaM Mons - Salle fitness bâtiment k	manon.marchandise@student.uclouvain.be
Mini-foot	20h - 22h	UCLouvain FUCaM Mons - Salle omnisports St-Stanislas	ayoub.lahrech@student.uclouvain.be
Volley-ball Avancé	17h45-20h45	Condorcet Mons - Hall de sport (entrée par la rue Verlaine)	antoine.houdart@gmail.com
Volley-ball Débutant	17h45-20h45	Condorcet Mons - Hall de sport (entrée par la rue Verlaine)	francois.lecouvet@condorcet.be
Escalade	19h-21h	UMONS - Face Nord - Rue du Chaîne aux Haies 2	Début : 08/10
Escrime	18h-19h30	UMONS - Salle de sport- Campus de la Plaine de Nimy	
Volley loisirs	16h-18h	UMONS - Salle de sport - Campus de la Plaine de Nimy	
POMPOM	18H30-20H	HELHa - Campus de Mons, local 2021	J Perveux la259465@student.helha.be
Course à pied	18h-20h	UMONS - Cité Houzeau (69, bd Dolez)	Début : 19/10
Course à pied	18h-19h30	HEH - 13 avenue Victor Maistriaux (entrée du campus social)	arnaud.cleris@std.heh.be
Echecs	18h15-19h15	HELHa - Campus Mons - Local 3312	M. Wauters - la247291@student.helha.be
Pomdance	18h-19h30	HEH - Blvd Albert-Elisabeth 2 - Salle APS 1	enoraguilbau4@gmail.com

VENDREDI

Sport	Horaire	Lieu	Coordonnées du moniteur
Foot en salle	21h-22h30	UMONS - Salle de sport - Campus de la Plaine de Nimy	
Pilates	12h-13h	UMONS - Salle de sport - Campus de la Plaine de Nimy	
Yoga	12h30-13h30	UMONS - Ni B5 208	
Basket	18h-19h30	UMONS - Salle omnisport - Av. du Champs de Mars	
Volley-ball	19h30-21h	UMONS - Salle de sport - Campus de la Plaine de Nimy	

UMONS

UCLouvain

ULB
LIBRE
DE BRUXELLES

HEH
Haute École en Hainaut

HELHa
Haute École Louvain en Hainaut

HAUTE ÉCOLE
CONDORCET

ARTS2
ÉCOLE SUPÉRIEURE DES ARTS
ACADEMY OF ARTS

ACT
ESA ACADEMIE
TOURNAI

st!uc
ESA Tournai

Enseignement
pour Adultes

