

# *PROGRAMME INTERSEMESTRE*

*Du 15 janvier au 18 février 2024*



*Sport Santé*  
UNIL+EPFL

## PROGRAMME INTERSEMESTRE HIVER 2024

Offre sportive proposée par le Service Sport Santé UNIL+EPFL (SSUE)

Accessible avec la carte d'étudiant-e ou la carte Sport Santé en cours de validité

## HORAIRES D'OUVERTURE DU CENTRE SPORTIF DE DORIGNY (CSD)

		Lun - Ven	Week-ends
23 décembre 2023 02 janvier 2024	<b>Vacances de Noël</b>	Fermé	Fermé
03 janvier 2024 14 janvier 2024	<b>Salles ouvertes Pas de cours</b>	07h00-22h30	08h00-19h00
15 janvier 2024 18 février 2024	<b>Programme intersemestre</b>	07h00-22h30	08h00-19h00

### LUNDI

<b>Chiarmonie</b>	12h00-13h00	CSS – Salle Polyvalente
<b>Natation</b>	12h15-13h15	Piscine de Chavannes
<b>Aviron</b> <i>Avec abonnement</i>	12h15-14h15	Centre romand d'Aviron Port de Vidy
<b>Patinage</b>	12h30-13h30	Patinoire Vaudoise Arena
<b>Boxe</b>	17h00-19h00	SOS1 – Salle 1
<b>Yoga</b> <i>Avec abonnement, sur inscription</i>	17h30-19h00	CSS – Salle Polyvalente
<b>Mega workout</b>	17h30-19h00	SOS2 – Salle 2 et 3
<b>Indoor Cycling multiformes</b> <i>Gratuit, sur inscription</i>	17h30-19h00	SOS1 – Salle 3
<b>Course à pied</b>	18h30-20h30	Entrée salle SOS2

### MARDI

<b>Hockey sur glace</b>	12h00-13h30	Patinoire Vaudoise Arena
<b>Badminton</b>	12h00-13h30	SOS2
<b>Zumba</b>	12h15-13h15	CSS - Salle 4
<b>Pilates</b> <i>Avec abonnement</i>	12h15-13h15	CSS – Salle Polyvalente
<b>Outdoor Workout</b>	12h30-13h15	Biopôle
<b>Football +35</b>	12h45-14h00	SOS1 – Salle 3
<b>Low Pressure Fitness (LPF)</b>	13h15-14h00	CSS – Salle Polyvalente
<b>Escalade Indoor surveillée</b> <i>Avec abonnement</i>	17h00-19h00	SOS1 – Salle 1
<b>Judo et Ju-Jitsu</b>	17h30-19h00	SOS1 - Dojo
<b>Yoga</b> <i>Avec abonnement, sur inscription</i>	17h30-19h00	CSS – Salle Polyvalente
<b>Condition physique</b>	18h00-19h00	SOS2
<b>Condition physique pour les professeurs</b>	18h00-19h00	SOS1 – Salle 2
<b>Gymstick Workout</b>	18h15-19h15	SOS1 – Salle 3

## MERCREDI

<b>Pole sportive niveau débutant</b> <i>Gratuit, sur inscription</i>	12h00-13h00	SOS1 - Dojo
<b>Yoga</b> <i>Avec abonnement, sur inscription</i>	12h15-13h15	CSS – Salle Polyvalente
<b>Football</b>	12h15-13h45	SOS2
<b>Pole sportive niveau intermédiaire</b> <i>Gratuit, sur inscription</i>	13h00-14h00	SOS1 - Dojo
<b>Pilates</b> <i>Avec abonnement, sur inscription</i>	17h00-18h00	CSS – Salle Polyvalente
<b>Basketball</b>	17h30-19h00	SOS2 – Salle 2 et 3
<b>Indoor Cycling</b> <i>Gratuit, sur inscription</i>	18h00-19h00	SOS1 – Salle 1
<b>Swissball</b>	18h00-19h00	CSS – Salle Polyvalente
<b>Escrime</b>	18h30-20h30	SOS1 – Salle 3
<b>Volleyball</b>	19h00-21h00	SOS2

## JEUDI

<b>Badminton</b>	12h15-13h45	SOS2
<b>Aviron</b> <i>Avec abonnement</i>	12h15-14h15	Centre romand d'Aviron Port de Vidy
<b>Football +35</b>	12h45-14h00	SOS1 - Salle 3
<b>Volleyball</b>	16h00-17h30	SOS2
<b>Pilates</b> <i>Avec abonnement, sur inscription</i>	16h30-17h30	CSS – Salle Polyvalente
<b>Full Body Workout</b>	17h00-18h00	SOS1 – Salle 3
<b>Indoor cycling</b> <i>Gratuit, sur inscription</i>	18h00-19h00	SOS1 – Salle 2
<b>Pole sportive niveau débutant</b> <i>Gratuit, sur inscription</i>	18h00-19h00	SOS1 - Dojo
<b>Course à pied</b>	18h30-20h30	Entrée salle SOS2
<b>Pole sportive niveau intermédiaire</b> <i>Gratuit, sur inscription</i>	19h00-20h00	SOS1 - Dojo
<b>Agrès</b>	19h00-20h30	SOS1 – Salle 2 et 3
<b>Kendo</b>	20h00-21h45	SOS2 – Salle 3

## VENDREDI

<b>Gymstick Workout</b>	12h15-13h15	SOS2 – Salle 3
<b>Aquagym</b>	12h15-13h15	Piscine de Chavannes
<b>Indoor cycling multiformes</b> <i>Gratuit, sur inscription</i>	12h15-13h45	SOS1 – Salle 2
<b>Yoga</b>	12h15-13h30	CSS – Salle Polyvalente
<b>Volleyball</b>	17h30-19h00	SOS2 – Salle 1 et 2
<b>Kendo</b>	17h30-19h00	SOS2 – Salle 3
<b>Zumba</b>	18h00-19h00	SOS1 – Salle 2 et 3