

# octobre 2020

## Sport universitaire

septembre 2020






L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

octobre 2020

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

novembre 2020

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

-  Trouvé par Siri dans les apps
-  Jours fériés suisses
-  personnel
-  Travail
-  Personnel

## Programme de gymnastique aux agrès

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
			1 19:00 Elancers-balan- cers	2 16:30 Trampoline	3	4
5 17:30 Mouvements de bascule	6	7	8 19:00 Sauts d'appui	9 16:30 Trampoline	10	11
12 17:30 Vers le streuli	13	14	15 19:00 Vers la cour- bette	16 16:30 Trampoline	17	18
19 17:30 Barre fixe: tour d'appui en arr.	20	21	22 19:00 Barre fixe; sortie fusée	23 16:30 Trampoline	24	25 Heure d'hiver
26 17:30 Anneaux balan- çants: susp. mi-renv./ demi tour	27	28	29 19:00 Sol: roue gauche et droite	30 16:30 Trampoline	31	31 Tous droits réservés Jean-Marc Gilliéron Service des sports UNIL/EPFL 1015 Lausanne

# novembre 2020

octobre 2020	novembre 2020	décembre 2020
L M M J V S D	L M M J V S D	L M M J V S D
		1
1 2 3 4	1	1 2 3 4 5 6
5 6 7 8 9 10 11	2 3 4 5 6 7 8	7 8 9 10 11 12 13
12 13 14 15 16 17 18	9 10 11 12 13 14 15	14 15 16 17 18 19 20
19 20 21 22 23 24 25	16 17 18 19 20 21 22	21 22 23 24 25 26 27
26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29	28 29 30 31
	30	

- Trouvé par Siri dans les apps
- Jours fériés suisses
- personnel
- Travail
- Personnel

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
						1 Toussaint
2 17:30 Barre fixe: sortie fusée	3	4	5 19:00 Mini-trampoline	6 16:30 Trampoline	7	8
9 17:30 Barre fixe: bascule	10	11	12 19:00 Anneaux balançants: susp. mi-renv./demi tour	13 16:30 Trampoline	14	15
16 17:30 Anneaux balançants: discolation en arrière	17	18	19 19:00 Sol: rondade	20 16:30 Trampoline	21	22
23 17:30 Barre fixe: sortie fusée jambes écartées sur la barre	24	25	26 19:00 Barres //: appui renversé sur les épaules	27 16:30 Trampoline	28	29 Premier dimanche de l'Avent
30 17:30 Anneaux balançants: sortie salto arrière						Jean-Marc Gilliéron Service des sports UNIL/EPFL 1015 Lausanne

# décembre 2020

novembre 2020

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

décembre 2020

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

janvier 2021

L	M	M	J	V	S	D	
					1	2	3
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	

- Trouvé par Siri dans les apps
- Jours fériés suisses
- personnel
- Travail
- Personnel

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
	1	2	3 ■ 19:00 Barres //: bas- cule de fond	4 ■ 16:30 Trampoline	5	6 Deuxièmedimanchedd'Avent
7 ■ 17:30 Entraînement examens + entraîne- ment libre	8 Fêted'ImmaculéeConception	9	10 ■ 19:00 Entraînement examens + entraîne- ment libre	11 ■ 16:30 Entraînement examens + entraîne- ment libre	12	13 Troisièmedimanchedd'Avent
14 ■ 17:30 Entraînement examens + entraîne- ment libre	15	16	17 ■ 19:00 Entraînement examens + entraîne- ment libre	18 ■ 16:30 Entraînement examens + entraîne- ment libre ■ 22:30 Fin du semestre et Joyeux Noël !	19	20 Quatrièmedimanchedd'Avent
21	22	23	24	25 Noël	26 Saint Étienne	27
28	29	30	31 Saint Sylvestre (BL) Restauration... publique(GE)	Jean-Marc Gilliéron Service des sports UNIL/EPFL 1015 Lausanne		