


**Jours
santé**
by Sports Universitaires
Lausanne

Sportez-vous bien!



2 octobre 2018
Campus de l'EPFL, Salle Polyvalente

4 octobre 2018
Campus de l'UNIL, Hall Amphipôle

Partenaires
Jours Santé



Sous le patronage
de l'UNESCO

Organisation
des Nations Unies
pour l'éducation,
la science et la culture

evaleo
SANTÉ DURABLE

Unil
UNIL | Université de Lausanne

EPFL
ÉCOLE POLYTECHNIQUE
FÉDÉRALE DE LAUSANNE

Organisation

SPORTS UNIVERSITAIRES
UNIVERSITÉ ET ÉCOLE
POLYTECHNIQUE FÉDÉRALE
DE LAUSANNE



Le village santé
vous accueille
de 10h à 17h



6 stands pour
vous informer et
tester votre santé

NUTRITION

ANTHROPOMÉTRIE 2 stands qui traiteront du thème de l'hydratation

CARDIO- VASCULAIRE

Participation du laboratoire public de l'UNIL, L'éprouvette. Animation d'un atelier ludique et varié : la santé de demain, du « sur-mesure » ?

MOBILITÉ DÉFIS COORDINATION

3 stands qui permettront
de prendre conscience
de vos tensions corporelles

Programme de SESSIONS des Jours Santé 2018

SESSIONS *pour se relaxer*

11h – 11h15

Thaï yoga massage

12h – 12h30

Yoga

14h – 14h15

Thaï yoga massage

15h – 15h30

Yoga

SESSIONS *pour se bouger*

11h30 – 11h45

Gymstick

12h30 – 13h

Zumba

14h30 – 14h45

Gymstick

15h30 – 16h

Zumba