

ÉTUDIANTS  
PERSONNELS UBS

**SAISON  
SPORTIVE**  
2023/2024

**LE BON REFLEXE  
C'EST LE  
« PASS SPORT »  
ANNUEL !**

UN CHOIX  
DE 46 ACTIVITÉS



## ● NOTRE DÉMARCHE ● PÉDAGOGIQUE, SPORTIVE ET DE SANTÉ

### DÉCOUVREZ DE NOUVELLES ACTIVITÉS

Avec le « Pass Sport UBS » annuel, vous accédez à toutes les formules selon vos envies : cours réguliers, stages courts, événements, nuits du sport, sorties de plein-air. Vous avez le choix parmi 46 activités différentes.

#### Quel est le prix du « Pass Sport UBS » ?

- ▶ 25 € pour les étudiants inscrits à l'UBS et dans les lycées lorientais conventionnés.
- ▶ 50 € pour les étudiants inscrits dans les établissements conventionnés avec l'UBS (IFPS, UCO, ASKORIA, ICAM et l'EESAB).
- ▶ 30 € ou 50 € selon l'indice pour les personnels de l'UBS.



### DÉBUTEZ UNE ACTIVITÉ, ENVIE D'ÊTRE EN FORME PENDANT SES ÉTUDES : CHOISISSEZ LA FORMULE SPORT-PLAISIR-SANTÉ

Vous ne pratiquez plus depuis longtemps ? Vous souhaiteriez reprendre une activité sportive ? Cette nouvelle formule est faite pour vous.

Elle vous permet de débiter une activité physique en douceur, de reprendre confiance en vous. Des exercices adaptés sont proposés pour ceux qui souhaitent se maintenir ou se remettre en forme (marche, exercice de souplesse, de cardio...).

Le programme de chaque séance est différent et peut se dérouler en salle ou en extérieur.



### VIVEZ UNE EXPÉRIENCE ARTISTIQUE EN DANSE

Au programme, plusieurs types de danse : contemporaine, salon, danse sud-américaines (salsa, zumba, capoeira, etc.

Profitez de l'accompagnement d'artistes danseurs qui vous guideront tout au long de l'année.



## PROFITEZ DE STAGES & SORTIES DE GROUPE

### Stages de printemps

Profitez de la formule « stages courts » et/ou « sorties en 1/2 journée ou au week-end » pour vous initier ou pratiquer en groupe une activité de votre choix.

Au programme : sorties croisière J80 (UBS 1 et 2), sorties escalade, raid VTT, wing-foil, plongée, kayak, paddle, planche à voile, voile habitable, randonnée, course d'orientation, randonnée de moyenne montagne sports de raquette, golf, tennis, badminton, stage de Yoga, karting, accrobranche, ...



## SE FORMER : NAUTISME & SECOURISME

Parmi les nouveautés, l'UBS, dans le cadre de son partenariat avec l'association ALOHA (informations sur le site d'inscription du SUAPS), vous propose des stages de formation pour obtenir un permis ou une certification dans le domaine du nautisme et du secourisme :

- ▶ Stage « Permis Bateau » et PSC1.
- ▶ Entraînement au « Brevet National de Sécurité et Sauvetage Aquatique » (BNSSA).
- ▶ Formation Secourisme : « Premiers secours évacuation » (PSE 1 et 2).



## SOIRÉES DU SPORT (TOUTE L'ANNÉE)

Tournois de sports collectifs, de raquettes, ...

- ▶ Vannes & Lorient.



● **ÉTUDIANTS (ES)**  
 ● **SPORTIFS (VES)**  
**DE HAUT NIVEAU**

Vous pratiquez une activité sportive de façon intensive et vous êtes un(e) compétiteur(trice) de niveau National/International ou National Universitaire.

Vous souhaitez réussir vos études tout en poursuivant votre projet sportif et pratiquer votre activité sportive, un atout dans votre cursus universitaire.

L'UBS vous offre la possibilité de réussir votre double projet Académique et Sportif. Elle vous accompagne également dans l'élaboration de votre projet professionnel et dans la valorisation de votre pratique sportive de haut niveau.

Demandez en début d'année universitaire (septembre) le statut d'Étudiant(e) Sportif(ve) de Haut Niveau. Certains(nes) athlètes de renom ont obtenu et exploité ce statut comme Julie BRESSET ou Thomas COVILLE.

**VOUS SOUHAITEZ  
 VOUS RENSEIGNER  
 SUR CE STATUT**

**Responsable  
 de la commission sportif(ve)  
 de haut niveau**  
 Erwann TORTUYAUX  
 erwann.tortuyaux@univ-ubs.fr  
 06 62 82 77 64

**Secrétariat**  
 Nathalie COCQUEBERT  
 nathalie.cocquebert@univ-ubs.fr  
 02 97 01 72 71

● **REJOIGNEZ LES 4 000**  
 ● **ÉTUDIANTS ET PERSONNELS**  
**QUI PRATIQUENT UNE**  
**ACTIVITÉ SPORTIVE À L'UBS**

Toutes les activités sont ouvertes aux débutants



## ACTIVITÉS VANNETAISES

### ACTIVITÉS DE LA FORME ET DE LA MAÎTRISE DE SOI

- ACTIVITÉS PHYSIQUE SANTÉ
- CROS TRAINING
- CROSSFIT
- FREE STYLE GYM
- HATHA YOGA
- IMPACT FITNESS
- MUSCULATION
- MUSCULATION CROSSFIGHT
- PILATES
- STEP
- TEAM GYM
- YOGA

### ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

- ATHLÉTISME
- COURSE D'ORIENTATION
- ESCALADE, ESCALADE DE BLOC
- GOLF
- MARCHE NORDIQUE

### LES SPORTS DE RAQUETTES

- BADMINTON
- BADMINTON MIXTE ET DOUBLE MIXTE
- TENNIS
- TENNIS DE TABLE

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET D'EXPRESSION

- CAPOEIRA
- DANSE CONTEMPORAINE
- DANSES DE SALON

### LES JEUX D'ESPRIT

- ÉCHECS

### LES SPORTS COLLECTIFS

- BASKET FÉMININ
- BASKET, BASKET 3\*3
- FOOTBALL A 11
- FUTSAL
- FUTSAL FÉMININ
- HANDBALL
- HANDBALL FÉMININ
- RUGBY
- VOLLEY

### LES SPORTS DE COMBAT

- ESCRIME
- MMA (MIXED MARTIAL ARTS)
- SAVATE BOXE-FRANÇAISE
- SELF DÉFENSE OPÉRATIONELLE

### ACTIVITÉS NAUTIQUES ET AQUATIQUES

- AVIRON
- CATAMARAN
- LONGE CÔTE
- NATATION
- PADDLE
- PERMIS BATEAU
- PLANCHE À VOILE
- PSC 1 (prévention et secours civiques de niveau 1)
- PSE 1 (formation aux premiers secours en équipe de niveau 1)
- PSE 1 (recyclage - formation continue)
- PSE 2 (formation aux premiers secours en équipe)
- PSE 2 (recyclage - formation continue)
- SAUVETAGE AQUATIQUE (formation au diplôme BNSSA)
- SAUVETAGE SPORTIF (initiation et perfectionnement au sauvetage sportif)
- SSA (formation diplôme surveillant sauveteur aquatique)
- SURF
- WINGFOIL



## ACTIVITÉS LORIENTAISES

### ACTIVITÉS DE LA FORME ET DE LA MAÎTRISE DE SOI

- ACTIVITÉS PHYSIQUE SANTÉ
- CUISSSES ABDOS FESSIERS
- HATHA YOGA HIT  
(Haute Intensité Training)
- MUSCULATION
- PILATES
- PRÉPARATION PHYSIQUE  
GÉNÉRALISÉE / CROSS FIT
- STEP
- YOGA

### ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

- ATHLÉTISME
- COURSE D'ORIENTATION
- ESCALADE
- GOLF

### LES SPORTS DE RAQUETTES

- BADMINTON
- TENNIS
- TENNIS DE TABLE

### ACTIVITÉS CIRCASSIENNES

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET D'EXPRESSION

- DANSE CONTEMPORAINE
- DANSE DE SOCIÉTÉ
- DANSE IRLANDAISE
- DANSE JAZZ

### LES JEUX D'ESPRIT

- ÉCHECS

### LES SPORTS COLLECTIFS

- BASKET, BASKET 3\*3
- FOOTBALL A 11
- FUTSAL
- FUTSAL FÉMININ
- HANDBALL
- HANDBALL FÉMININ
- RUGBY
- ULTIMATE
- VOLLEY

### LES SPORTS DE COMBAT

- BOXE ANGLAISE
- BOXE FRANÇAISE
- ESCRIME
- JUDO + JU-JITSU
- MMA (MIXED MARTIAL ARTS)
- SELF DÉFENSE FÉMININE

### ACTIVITÉS NAUTIQUES ET AQUATIQUES

- AVIRON
- NATATION
- PERMIS BATEAU
- PSC 1 (prévention et secours civiques  
de niveau 1)
- PSE 1 (formation aux premiers secours  
en équipe de niveau 1)
- PSE 1 (recyclage - formation continue)
- PSE 2 (formation aux premiers  
secours en équipe)
- PSE 2 (recyclage - formation continue)
- SAUVETAGE AQUATIQUE  
(formation au diplôme BNSSA)
- SAUVETAGE SPORTIF  
(initiation et perfectionnement  
au sauvetage sportif)
- SSA (formation diplôme surveillant  
sauveteur aquatique)
- SURF
- SWIM AND RUN
- VOILE (initiation à la croisière)





## À VOS AGENDAS ! CALENDRIER DES ANIMATIONS ET GRANDES MANIFESTATIONS

### WELCOME DEIZ

#### Journée d'accueil

► En septembre.

Les « Welcome Deiz » sont l'occasion de tester plusieurs activités sportives et de rencontrer des professionnels de la santé et du sport.



### JOURNÉE DE LA FORME & SPORT/REVISION

#### Journée de la forme

► Vannes ou Lorient.

Cette journée vous permet d'établir un bilan de votre condition physique.

### ÉVÉNEMENTS CAMPUS

#### La semaine d'intégration

► Septembre

Lors de votre première semaine de cours, le service des sports vous propose de vivre des expériences sportives, en journée ou en soirée. Ces moments sont faits pour vous rencontrer et découvrir certaines activités sportives proposées par l'UBS.

#### La semaine de la danse

► Mars

#### Des conférences



### ASSOCIATION SPORTIVE DE L'UBS

#### L'Association Sportive

Possibilité de participer aux compétitions universitaires, tout au long de l'année, sous les couleurs de l'université.

Licence annuelle : 25 € (gratuité si Pass sport payé au SUAPS).



## COMMENT S'INSCRIRE

Lors de votre inscription pédagogique, dans votre faculté (en septembre), n'oubliez pas de prendre votre **Pass Sport UBS**.

Inscription en ligne, toute l'année, sur la plateforme [espace-suaps.univ-ubs.fr](http://espace-suaps.univ-ubs.fr)

Pour toute information complémentaire, se rendre sur le site internet de l'UBS, page sport : [www.univ-ubs.fr/fr/vie-des-campus/campus/sport.html](http://www.univ-ubs.fr/fr/vie-des-campus/campus/sport.html)

Pass Sport UBS à régler dans votre secrétariat de scolarité pour les étudiants de l'UBS et au bureau des sports pour les personnels et étudiants conventionnés.





**CONTACTS  
SERVICE  
DES SPORTS**

**CAMPUS DE VANNES**

Bâtiment Faculté Sciences  
& Sciences de l'Ingénieur

Tél : 02 97 01 72 71

[suaps@listes.univ-ubs.fr](mailto:suaps@listes.univ-ubs.fr)

**Antenne service  
des Sports IUT Vannes**

Olivier CABANES :

[olivier.cabanes@univ-ubs.fr](mailto:olivier.cabanes@univ-ubs.fr)

(Permanences au bureau des sports  
variables en fonction des périodes,  
des demandes et des Rdv)

**CAMPUS DE LORIENT**

Bâtiment Faculté Sciences  
& Sciences de l'Ingénieur

Tél. 02 97 87 29 34

[suaps@listes.univ-ubs.fr](mailto:suaps@listes.univ-ubs.fr)

**Antenne service  
des Sports IUT Lorient**

Claude LE PADELLEC

Tél : 02 97 87 28 73