

UEL - Musculation (Belfort)



ECTS
Pas de crédits



Composante
UFR STAPS



Langue(s)
d'enseignement
Français

Présentation

L'UEL musculation est une initiation au développement corporel raisonné.

Objectifs

Transmettre au pratiquant les bases méthodologiques et techniques.

Savoir-faire et compétences

Développer un corpus minimal de connaissances (physiologie, techniques) afin de prendre en charge son développement corporel en évitant les blessures et les excès de tout genre.

Les + de la formation

Possibilité d'obtenir jusqu'à 0,2 points de bonus.

Organisation

Contrôle des connaissances

Contrôle continu : implication et réflexion dans la tâche proposée.

Admission

Conditions d'admission

Être inscrit à Campus Sports.

Modalités d'inscription

(BES)

Public cible

Tout étudiant de l'ULMP.

Capacité d'accueil

12

Pré-requis obligatoires

Aptitude à effectuer une pratique sportive.

Pré-requis recommandés

Montrer une motivation à chaque séance sur tout le semestre.

Et après

Insertion professionnelle

Néant

Infos pratiques

Contacts

Responsable pédagogique

Didier Georges

✉ didier.georges@univ-fcomte.fr

Établissement(s) partenaire(s)

Campus sports

Lieu(x)

📍 BELFORT

Campus

🏠 Campus universitaire Nord Franche-Comté /
Belfort

Programme

Organisation

Inscriptions possibles sur le cours du lundi (18/20H).