

- Service des sports
- 

### **Fitness (muscultation-tendances) (2SP2014)**

Filières concernées	Nombre d'heures	Validation	Crédits ECTS
<b>Pilier secondaire M A - sciences et pratiques du sport</b>	<b>Cours: 2 ph</b>	Voir ci-dessous	2
<b>Sciences et pratiques du sport (SePS) de niveau master</b>	<b>Cours: 2 ph</b>	Voir ci-dessous	2

ph=période hebdomadaire, pg=période globale, j=jour, dj=demi-jour, h=heure, min=minute

#### **Période d'enseignement:**

- Semestre Automne

#### **Equipe enseignante**

L'ensemble des enseignants des cours du SUN sous la direction de Raphaël Germann

#### **Objectifs**

proposer une ouverture vers le monde des nouvelles tendances de wellness et de fitness

#### **Contenu**

Les étudiants participent comme n'importe qui à un certain nombre de cours (liste) organisés dans le cadre du SUN.  
Suivi obligatoire de 14 Séances (soit une par semaine minimum) dans 3 disciplines différentes sur un minimum de 3 cours par disciplines selon la liste des cours SUN autorisés : Gym du dos - Pole fitness - Barre au sol – Zumba - Hip-hop - Aérobie/caf – Step – Yoga – Indoor cycling - Fit. Aqualit – Pump – Capoeira Zumba. Pour les horaires et renseignements, consultez le site du SUN : [www.unine.ch/sun](http://www.unine.ch/sun)  
Remise d'une feuille de présence signée par les profs (en pièce jointe) à la fin du semestre A à Mme Sutterlet.

ATTENTION : Pour les disciplines sur inscription, vous devez vous inscrire comme n'importe quel étudiant au début du semestre. La taxe d'inscription est offerte.

#### **Forme de l'évaluation**

Feuille de présence aux cours à valider

#### **Forme de l'enseignement**

suivi de cours