

Planning - Site de Dauphine

Des modifications du planning sont possibles au cours de l'année

• Cours "Loisir" et "UE / Loisir" : accessibles via "InchAston à PEI Sport"

• Cours "UE" : accès gratuit sur inscription en début d'année universitaire auprès du BDS ou par e-mail à l'adresse bdsp@univ-dauphine.fr

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
NATATION LOISIR 11h30-13h30 <i>Piscine Monthenard</i>	TENNIS (Début de la série / 2e série / Tournoi) UE / LOISIR 09h30-11h30 <i>CDP</i>	CROSS TRAINING UE / LOISIR 08h30-10h00 <i>Salle de Danse</i>	MUSCULATION UE 08h30-10h00 <i>Salle de Musculation</i>	BOXE FRANÇAISE LOISIR 10h00-11h30 <i>Salle de Combat</i>
FOOTBALL M UE / LOISIR 12h00-13h30 <i>Stade Arminie</i>	BOXE FRANÇAISE UE / LOISIR 10h15-11h45 <i>Salle de Combat</i>	REMISE EN FORME UE / Loisir 08h30-10h00 <i>Salle de Danse</i>	RENFORCEMENT MUSCULAIRE - C.A.F UE 10h15-11h45 <i>Salle de Danse</i>	BREAKDANCE LOISIR 11h30-13h00 <i>Salle de Danse</i>
RUGBY (Inscription) UE / LOISIR 12h00-13h30 <i>Stade de la porte d'Autouil</i>	FOOTBALL M UE / LOISIR 12h00-13h30 <i>Stade Wintille</i>	CROSS TRAINING UE 08h30-10h00 <i>Salle Cross Training</i>	SECOURISME UE 08h30-10h00 <i>Salle de Danse</i>	TENNIS LOISIR 12h00-14h00 <i>Tennis Flandrin</i>
VT LOISIR 12h00-13h30 <i>Club de la montagne (voir devisant le BDS)</i>	TENNIS (Début de la série) UE 14h00-15h30 <i>Aquasolieret</i>	MUSCULATION UE 10h15-11h45 <i>Salle de Musculation</i>	HIP HOP 1 LOISIR 12h00-12h45 <i>Salle de Danse</i>	ESCALADE UE 12h00-13h30 <i>Gymnase Suchet</i>
RUNNING LOISIR 12h15-13h45 <i>Parc de Dauphine (voir devisant le BDS)</i>	TENNIS (Début de la série) UE 15h30-17h00 <i>Aquasolieret</i>	C.A.F LOISIR 12h00-13h00 <i>Salle de Danse</i>	HIP HOP 2 (Info en cours) LOISIR 12h45-13h30 <i>Salle de Danse</i>	BADMINTON LOISIR 12h00-13h30 <i>Gymnase Suchet</i>
PADEL LOISIR 14h00-16h00 <i>Tennis Club de Paris</i>	YOGA LOISIR 12h00-13h00 <i>Salle de Combat</i>	STRETCHING LOISIR 13h00-14h00 <i>Salle de Danse</i>	FFSU COMPÉTITION (voir devisant le BDS) 12h00-22h00	BADMINTON UE / LOISIR 12h00-13h30 <i>Gymnase Suchet</i>
FOOTBALL M UE / LOISIR 17h00-18h30 <i>Stade Arminie</i>	PRÉVENTION SANTÉ UE 15h30-17h00 <i>Salle de Danse</i>	VOLLEY UE / LOISIR 12h00-13h30 <i>Gymnase Monthenard</i>	DANSE CONTEMPORAINE UE 13h45-15h15 <i>Salle de Danse</i>	VOLLEY LOISIR 17h00-18h30 <i>Gymnase Monthenard</i>
TENNIS DE TABLE UE / LOISIR 19h00-20h30 <i>Gymnase du Lycée Janson de Sailly</i>	BOXE THAÏLANDAISE LOISIR 14h30-16h00 <i>Salle de Combat</i>	HANDBALL M UE / LOISIR 14h00-16h00 <i>Gymnase Suchet</i>	FIT TRAINING LOISIR 17h15-18h15 <i>Salle de Danse</i>	BADMINTON UE / Loisir 19h00-20h30 <i>Gymnase du Lycée Janson de Sailly</i>
	PILATES LOISIR 17h15-18h15 <i>Salle de Combat</i>	YOGA HATHA LOISIR 18h15-19h30 <i>Salle de Combat</i>	SOFT VOLLEY LOISIR 12h00-13h30 <i>Gymnase Monthenard</i>	PILATES STRETCHING LOISIR 18h15-19h15 <i>Salle de Danse</i>
	TENNIS DE TABLE UE / LOISIR 19h00-20h30 <i>Gymnase du Lycée Janson de Sailly</i>	OSTÉOPATHIE Sur RDV uniquement (QR code à scanner au BDS ou sur l'Intra) 18h00-21h00 <i>Salle Cross Training</i>	STRETCHING LOISIR 13h00-14h00 <i>Salle de Danse</i>	BADMINTON UE / LOISIR 19h15-20h45 <i>Gymnase du Lycée Janson de Sailly</i>
	STEP UE 18h45-20h15 <i>Salle de Danse</i>	PADEL LOISIR 14h00-16h00 <i>Gymnase Suchet</i>	MODERN JAZZ LOISIR 17h15-18h15 <i>Salle de Danse</i>	
	SCULPTURE STEP LOISIR 18h00-18h45 <i>Salle de Danse</i>	VOLLEY UE / LOISIR 19h00-20h30 <i>Gymnase du Lycée Janson de Sailly</i>	ZUMBA FIT DANCE LOISIR 19h15-20h45 <i>Salle de Danse</i>	
	ULTIMATE LOISIR 19h30-21h00 <i>Gymnase du Lycée Janson de Sailly</i>	NATATION (Inscription obligatoire) LOISIR 20h30-22h30 <i>Piscine Monthenard</i>	JUJITSU BRÉSILIEN LOISIR 20h00-21h30 <i>Salle de Combat</i>	

2026/2027

Activités de fitness
Sports collectifs
Activités individuelles
Sports de combat
Sports de raquette
Activités de bien être

Planning - Site Montagne Sainte Geneviève

Des modifications du planning sont possibles au cours de l'année

• Cours "Loisir" et "UE / Loisir" : accessibles via l'adhésion à PSL Sport

• Cours "UE" : accès gratuit sur inscription en début d'année universitaire auprès du BDS ou par e-mail à l'adresse pslsport@psl.eu

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
ESCALADE CLIMB UP (Porte d'Italie) Loisir Accès de 8h à 23h		ESCALADE CLIMB UP (Porte d'Italie) Loisir Accès de 8h à 23h		ESCALADE CLIMB UP (Porte d'Italie) Loisir Accès de 8h à 23h		ESCALADE CLIMB UP (Porte d'Italie) Loisir Accès de 8h à 23h		ESCALADE CLIMB UP (Porte d'Italie) Loisir Accès de 8h à 23h		ESCALADE CLIMB UP (Porte d'Italie) Loisir Accès de 8h à 23h	
		CARDIO TRAINING Nécessaire des Mines Loisir 8h30-9h30/10h30	CROSS TRAINING HYROX CSU J. SARRAILH - Le refuge UE / Loisir 10h30-12h	AVIRON Spécialistes (Les Mines) Joinville Loisir 9h30-12h30							
		SOPHROLOGIE Gymnase ENS Uhm, 45 rue d'Ulm, 75005 Loisir 11h30-12h30	TENNIS DE TABLE CSU J. SARRAILH - Loisir 10h-12h	SQUASH (Les Mines) Stade Charley Loisir 10h-12h	BADMINTON IN.J.S 11 Rue Henri Barbusse, 75005 (accès 12h00) UE / Loisir 12h-13h30		HATHA YOGA CSU J. SARRAILH - Le studio Loisir 12h-13h30		PILATES (venir avec son tapis) Mazet - 5 rue André Mazet, 75006 Loisir 12h-13h		
		CROSS TRAINING HYROX CSU J. SARRAILH - Le refuge UE / Loisir 12h-13h30	PILATES & HIIT TRAINING CSU J. SARRAILH - Loisir 10h-12h	NATATION SAUVETAGE C.U.P UE / Loisir 19h15-20h45	HATHA YOGA CSU J. SARRAILH - Dôme 1 Loisir 12h-13h		ESCALADE IN.J.S 11 Rue Henri Barbusse, 75005 (accès 12h00) UE / Loisir 12h-13h30		YOGA (venir avec son tapis) Mazet - 5 rue André Mazet, 75006 Loisir 13h-14h		
FOOTBALL (féminin) Stade Dalmasso (CUP) UE / Loisir 18h-19h30	REMISE EN FORME CSU J. SARRAILH - Le refuge UE / Loisir 17h30-19h00	ESCALADE IN.J.S 11 Rue Henri Barbusse, 75005 (accès 12h00) UE / Loisir 12h-13h30	RENFORCEMENT MUSCULAIRE Gymnase ENS Uhm, 45 rue d'Ulm, 75005 Loisir 12h-13h45	SOPHROLOGIE mieux dormir, récupérer, se concentrer CSU J. SARRAILH - Le studio Loisir 20h-21h	ROCK 4 TEMPS Lycee Henri IV Loisir 18h-19h30		GYMNASTIQUE Lycee Henri IV Loisir 18h-19h30		VOLLEY CSU J. SARRAILH - Canyon 1 & 2 UE / Loisir 18h-20h		BASKET CSU J. SARRAILH - Dôme 3 Loisir 18h-20h
FOOTBALL (Masculin) Stade Dalmasso (CUP) UE / Loisir 19h30-21h	RUGBY (Masculin/Féminin) Stade Max Roussé Loisir 18h-20h	HIP-HOP CSU J. SARRAILH - Le studio Loisir 18h30-20h	RENFORCEMENT MUSCULAIRE Gymnase ENS Uhm, 45 rue d'Ulm, 75005 Loisir 17h-18h	SOPHROLOGIE respirez, relâchez, récupérer CSU J. SARRAILH - Le studio Loisir 20h-21h	MUSCULATION Lycee Henri IV UE / Loisir 18h-19h30		BOXE FRANÇAISE CSU J. SARRAILH - Le temple Loisir 14h-15h30		MUSCULATION CSU J. SARRAILH - Le hangar Loisir 17h-18h30		BADMINTON C.U.P - gymnase des Arts et Métiers UE / Loisir 19h30-21h
VOLLEY CSU J. SARRAILH - Canyon 1 et 2 Loisir 20h-22h		BADMINTON CSU J. SARRAILH - Dôme 2 UE / Loisir 19h-20h30	RENFORCEMENT MUSCULAIRE Gymnase ENS Uhm, 45 rue d'Ulm, 75005 Loisir 18h-19h	SOPHROLOGIE mieux dormir, récupérer, se concentrer CSU J. SARRAILH - Le studio Loisir 21h-22h	MUSCULATION CSU J. SARRAILH - Le hangar Loisir 19h-20h30		BOXE FRANÇAISE CSU J. SARRAILH - Le temple Loisir 15h30-17h00		MUSCULATION CSU J. SARRAILH - Le hangar Loisir 18h30-20h		
					ATHLETISME (Les Mines) Stade Memaun Loisir 20h-21h30						
					MUSCULATION Lycee Henri IV Loisir 19h30-21h						
2026/2027											
SPORT WEEK-END Activités tournantes (Les Mines) CSU J. SARRAILH Loisir 11h30-14h30											

2026/2027

Activités de fitness
Sports collectifs
Activités individuelles
Sports de combat
Sports de raquette
Activités de bien être

Planning - Salle de musculation

Située au sein de l'Université Paris Dauphine-PSL, au niveau -1.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
08h00-09h00	08h00-09h00				
09h00-10h00	09h00-10h00				
10h00-11h00	10h00-11h00		10h00-11h00	09h30-10h30	10h00-11h00
11h00-12h00	11h00-12h00		11h00-12h00	10h30-11h30	11h00-12h00
12h00-13h00	12h00-13h00	12h00-13h00	12h00-13h00	11h30-12h30	12h00-13h00
13h00-14h00	13h00-14h00	13h00-14h00	13h00-14h00	12h30-13h30	13h00-14h00
14h00-15h00	14h00-15h00	14h00-15h00	14h00-15h00	13h30-14h00	14h00-15h00
15h00-16h00	15h00-16h00	15h00-16h00	15h00-16h00	14h30-15h30	15h00-16h00
16h00-17h00	16h00-17h00	16h00-17h00	16h00-17h00	15h30-16h30	16h00-17h00
17h00-18h00	17h00-18h00	17h00-18h00	17h00-18h00	16h30-17h30	17h00-18h00
18h00-19h00	18h00-19h00	18h00-19h00	18h00-19h00	17h30-18h30	
19h00-20h00	19h00-20h00	19h00-20h00	19h00-20h00	18h30-19h30	
20h00-21h00	20h00-21h00	20h00-21h00	20h00-21h00	19h30-20h30	
21h00-22h00	21h00-22h00	21h00-22h00			
					2026/2027