



Association Sportive
de l'Université de Strasbourg

L'INFO SPORT

er numéro

SOMMAIRE

- Agenda
- Prenez-vous en main avec le Pass'port santé
- Donnez votre sang
- L'AS fait sa rentrée
- La SIG à 3 €

AGENDA

• Tournoi Tutti sports

Jeudi 1er décembre à partir de 18 h au CSU

• Masters de Badminton

Lundi 28 novembre et samedi 3 décembre à la Halle des sports

• Journées don du sang

Lundi 28 novembre et jeudi 1er décembre de 8 h à 18 h au CSU

Prenez-vous en main avec le Pass'sport santé!!

Se détendre? Gérer son stress? Maintenir ou améliorer sa forme? Renforcer son mental?... Le Pass' Sport santé c'est tout cela à la fois.

Depuis cette année, un spécialiste et des professeurs du SUAPS gèrent ce programme individualisé d'évaluation et de suivi des aptitudes physiques. Le programme vise, au travers d'une série de tests rapides, à évaluer un profil d'aptitudes afin de conseiller et d'orienter l'individu vers des activités en fonction de ses objectifs et permettre de

suivre ses progrès et ses efforts. Il sera aussi proposée une évaluation de la santé et de la forme, donnant lieu à un retour individualisé pour chaque étudiant et personnel universitaire, ainsi qu'un bilan détaillé. Cela pourra s'accompagner d'une prise de rendez-vous avec les spécialistes du Service Universitaire de Médecine Préventive et de Promotion de la Santé (SUMPS). Le Pass'sport santé s'articule donc autour des différentes activités du SUAPS, et plus particulièrement au-

tour de la marche nordique, de la relaxation, du fitness, de la musculation et surtout du diagnofit qui va permettre d'établir un diagnostic de la forme de chaque individu.

Bien conscient de l'importance de la santé physique et de l'équilibre psychologique de chacun au sein des études et des carrières, nous avons mis un point d'honneur au développement du Pass'sport santé au sein de notre offre d'activités.

Alors n'hésitez plus, prenez votre forme et votre santé en main et venez nous rejoindre!!

Vous avez envie de sang neuf... Nous en avons besoin!!



Le 28 novembre et le 1er décembre prochain, le Centre Sportif Universitaire est transformé, le temps de quelques

heures, en un lieu d'accueil pour le don du sang en partenariat avec l'établissement français du sang. L'année dernière, cette opération avait permis à 232 donateurs d'effectuer ce geste généreux et citoyen qu'est le don du sang.

Alors n'oubliez pas, donner son sang,

c'est sauver des vies!!

Une collation sera offerte afin de reprendre des forces et de retourner faire vos activités physiques et sportives.

Horaires: 8h à 18h en salle d'armes et en salle de combat

 Bichwiller Vanessa

Venez soutenir les équipes de l'UdS!!

- 17 novembre:

- Volley Féminin
UDS-Mulhouse

- 24 novembre:

- Basket masculin
UDS-Versailles
- Volley féminin
UDS-Nancy
- Foot féminin
UDS-Nancy

- 1er décembre:

- Foot féminin
UDS-Besançon

- 8 décembre:

- Basket féminin
UDS-Reims
- Foot masculin
UDS-Littoral

*Plus de renseignements
(dates / lieux) sur face-
book ou twitter*

De nouveaux défis attendent nos compétiteurs cette année universitaire... Les « anciens » veulent réitérer leurs exploits précédents, les nouveaux essaient de dépasser leurs illustres prédécesseurs et le tout dans une ambiance saine et détendue... En effet, les brillants résultats de l'année ont fait naître beaucoup d'envieux puisque notre AS termine la saison 2010/2011 en 3ème position nationale... sur près de 450 associations sportives recen-



Le sport à l'université ce sont aussi des partenariats avec les grands clubs alsaciens et tout particulièrement avec la SIG basket-ball. Avec un beau parcours sportif depuis 1928, année de création du club, la SIG est devenue à la fois un lieu de formation

L'AS fait sa rentrée!

sées dans le milieu universitaire. Nous avons déjà largement dépassé le nombre de licenciés comparé à l'année dernière à la même période.

A noter également, bon nombre de créations d'équipes au niveau académique qui vont rendre ce championnat beaucoup plus attractif et attrayant.

Si vous aussi vous voulez pratiquer en compétition, que ce soit en sport collectif ou individuel, haut-

Niveau ou pas, n'hésitez à venir nous rejoindre.

Et n'hésitez pas à venir supporter nos équipes les jeudis après-midi!!

 Marc Reinhold



L'équipe masculine de judo lors des championnats universitaire 1ère division à Strasbourg le 24/03/11

SIGnales-toi avec le SUAPS!

et un club qui sait tenir ses supporters en alerte, notamment en 2005 avec le sacre de Strasbourg en tant que champion de France de PRO A. Cette année encore la saison risque d'être riche en émotions avec de grands matches en prévision comme par exemple celui face à l'ASVEL et à Tony Parker le 26 novembre prochain. La SIG affiche une équipe prometteuse avec des joueurs de qualité, notamment Ricardo Greer élu

MVP (« Most Valuable Player ») étranger de PRO A en 2010.

Envie de participer à une belle saison de la SIG? Le SUAPS propose aux **étudiants** des billets pour tous les matches à domicile au **tarif de 3€**.

Renseignements et achats à l'accueil du SUAPS. Attention, le nombre de places est limité.

Prochains matches:
26/11 face à l'ASVEL
(pas de vente pour ce dernier)

Centre Sportif Universitaire
1, allée Konrad Roentgen
67000 STRASBOURG
03-68-85-13-93



Association Sportive
M. Marc Reinhold
03-68-85-56-08
Marc.reinhold@unistra.fr

Venez nous rejoindre!!

suaps.unistra.fr



Suaps Strasbourg

Assoc sport UdStrasbourg



@unistra_Suaps

@unistra_AS_UdS