

L'INFO SPORT #3

Novembre 2012

AGENDA

- ☆ **16 novembre :**
 - Bal des débutants
Gymnase gris // 20h
 - SIG - Roanne // 20h
- ☆ **18 novembre à 18h30 :**
Etoile Noire - Grenoble
- ☆ **26 et 27 novembre :**
Don du sang
CSU // 9h30 à 16h
- ☆ **30 novembre :**
 - SIG - Nancy // 20h
 - Etoile Noire - Gap // 20h
- ☆ **04 décembre :**
Tournoi Tutti Sports

SIG vs Etoile Noire ...

Vous êtes plutôt basket ball ou hockey sur glace ? Ne vous inquiétez pas, il y en aura pour tous les goûts...



Afin de satisfaire l'ensemble de ses étudiants, le SUAPS réitère son partenariat avec la SIG. La vente des billets d'été sera ce mois-ci à des prix avantageux : 5 euros le billet. Un autre partenariat vient d'être créé avec l'Etoile Noire au tarif de 8 euros.

Ces deux clubs évoluent parmi l'élite nationale et vous offriront du sport de haut niveau.



Si vous voulez voir des sports spectacles ou simplement passer un bon moment entre amis, n'hésitez pas et venez acheter vos places à l'accueil du Centre Sportif Universitaire.

Ces tarifs sont réservés aux étudiants à jour avec leur droit sport.

☆Vanessa Bichwiller

Le bal des débutants

Au SUAPS, la danse est très prisée des pratiquants, notamment la danse de couple. Afin de réaliser une mise en pratique de ses cours, madame Cathy Philippi, organise un bal mensuel. Au mois de novembre, ce bal sera dédié aux nouveaux pratiquants.

Il aura lieu le 16 novembre dans le gymnase gris à partir de 20h, il sera ouvert aux débutants et à tous les autres pratiquants du SUAPS. Une pratique spécifique de tango argentin et de lindy hop se fera de 20h à 20h45. Pour les personnels et étudiants non-inscrits de façon régulière à un cours et désireux de participer au bal, prenez contact avec l'enseignante : cphilippi@Bbox.fr.

Rock, valse, chacha, foxtrott, salsa, bachata,... et bien d'autres danses à pratiquer sans modération !

Sommaire

- ☆ SIG vs Etoile Noire
- ☆ Le bal des débutants
- ☆ Du remue-méninges au SUAPS
- ☆ Calendrier des matchs des équipes universitaire
- ☆ Retour sur la Méga Zumba

Du remue-méninges au SUAPS?...

Ou comment libérer le mouvement en douceur pour redonner fluidité et mobilité dans le mental et dans le corps...



«Alafin de chaque cours, je me sens davantage moi et je m'apprécie enfin !» Lucie, Étudiante en master.

Pratiquée le plus souvent allongée au sol sur un tapis, la méthode Feldenkrais™, véritable

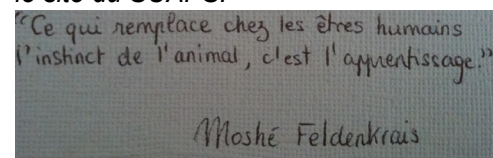
pédagogie au service de la connaissance de soi, approche douce, accessible à tous, consiste à libérer le corps de ses tensions inutiles, à détendre les muscles, à mieux bouger, à calmer le mental. Que l'on soit valide ou en situation de handicap, on redécouvre le plaisir de jouer, d'évoquer des mouvements que l'on faisait peut-être si plaisamment enfant et que l'on aurait perdus par manque de stimulation ou d'envie.

Les cours sont à la fois ludiques et sérieux. Ils font voler en éclats les idées que nous avons de nous-mêmes : les limites se repoussent d'elles-mêmes, sans effort, sans combat contre

soi-même, bien mieux qu'en essayant de les dépasser en permanence. Le résultat est que l'on développe son acuité... son esprit de recherche, son inventivité ; on gagne en détermination, on affine nos intentions, on développe une conscience de nous en volume 3D.... Bref, on devient soi-même, en toute connaissance et clarté : on se choisit en étant plus libre de nos choix !

☆ Marie-Paule Missoffe

Consulter rubrique Relaxation sur le site du SUAPS.



Matchs des équipes universitaire

☆ **15 novembre :**

- **Football masculin** à 14h15
Unistra - Versailles // Stade Bruckhof
- **Football féminin** à 14h
Unistra - Lyon // Stade Vauban
- **Volley masculin** à 14h
Unistra - Mulhouse // CSU
- **Handball masculin** à 14h
Unistra - Dijon // CSU

☆ **22 novembre :**

- **Basket masculin** équ. A à 14h
Unistra - Lorraine // CSU
- **Basket masculin** équ. B à 14h
Unistra - Le Creusot // CSU
- **Volley féminin** à 14h
Unistra - Metz // CSU

Plus d'infos sur sport.unistra.fr

Retour sur la Méga Zumba...

Une Méga Zumba organisée par le SUAPS lors de la journée nationale Sport Campus s'est déroulée le jeudi 11 octobre à 18h30 sur le Parvis de la Faculté de droit.



En partenariat avec la direction des sports de la ville de Strasbourg et le dispositif «Strasbourg aime ses étudiants», cet événement a rassemblé près de 400 participants-spectateurs ! Cette grande première pour le SUAPS fut un beau succès. Merci à tous !

☆ Vanessa Bichwiller



Centre Sportif Universitaire
1, allée Konrad Roentgen
67000 STRASBOURG
06-68-85-13-97



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

Venez nous rejoindre!

sport.unistra.fr



Suaps Strasbourg

Assoc Sport UdStrasbourg



@unistra_Suaps

@unistra_AS_UdS