

Programme hors semestre

Programm vorlesungsfreie Zeit

02.06. - 20.06.2025



ART MATIAUX	BOXE	Lu/Mo	18.15 - 19.45	Niv. open		Miséricorde
	ESCRIME	Me/Mi	17.15 - 18.45	3 armes 3 Waffen	\$	Miséricorde



GROUP FITNESS	AEROBIC FUN AND TONE	Lu/Mo	17.15 - 18.30	Niv. open		Pérolles 95 A
	DEEP BODYWORK	Lu/Mo	19.00 - 20.00	Niv. open		Pérolles 95 B
	FUNCTIONAL OUTDOOR TRAINING (F.O.T)	Lu/Mo	12.15 - 13.15	Niv. open		St-Léonard
	INDOOR CYCLING	Lu/Mo	18.45 - 20.00	Niv. open		Regina Mundi
		Ma/Di	12.00 - 13.00	Niv. open		Regina Mundi
		Me/Mi	17.30 - 18.45	Niv. open		Regina Mundi
		Je/Do	07.00 - 08.00	Niv. open		Regina Mundi
		Ve/Fr	12.15 - 13.15	Niv. open		Regina Mundi
	KINESIS CIRCUIT	Me/Mi	16.00 - 17.15	Niv. open		Regina Mundi
	LIMITLESS	Ma/Di	19.05 - 20.05	Niv. open		Ste-Croix B, C
	PILATES	Lu/Mo	12.05 - 13.05	Niv. open		Pérolles 95 B
		Ma/Di	08.30 - 09.45	Niv. open		Miséricorde
		Me/Mi	08.30 - 09.30	Niv. open		Regina Mundi
	TRX	Ma/Di	16.00 - 17.15	Niv. open		Regina Mundi



JEUX	BADMINTON	Ve/Fr	20.15 - 21.45	Jeu / Spiel	✎	Pérolles 95 A, B
	BASKETBALL	Ma/Di	19.05 - 20.20	Jeu / Spiel	✎	Ste-Croix A
	FOOTBALL	Lu/Mo	20.15 - 21.45	Jeu/Spiel	✎	St-Léonard TS
	FUTSAL	Ma/Di	20.15 - 21.45	Jeu/Spiel	✎	Pérolles 95 A
	HANDBALL	Ma/Di	20.00 - 22.00	Niv. open / F&H	✎	CO de Pérolles
	VOLLEYBALL	Ve/Fr Ve/Fr	18.30 - 20.00 18.30 - 20.00	Niv. I, II Niv. III, IV	✎ ✎	Pérolles 95 B Pérolles 95 A



SALLES DE FITNESS	PEROLLES 95	Lundi / Montag	08.00 - 21.30	✎ \$	(Accès jusqu'à / Zutritt bis 20.30)
		Ma/Di - Ve/Fr	07.00 - 21.30	✎ \$	
		Samedi / Samstag	08.00 - 16.30	✎ \$	
	MISERICORDE	Lu/Mo - Ve/Fr	08.30 - 21.30	✎ \$	
	REGINA MUNDI	Lu/Mo - Ve/Fr	08.00 - 21.30	✎ \$	
		Samedi / Samstag	08.00 - 16.30	✎ \$	



VERSCHIEDENES	ESCALADE	Lu/Mo*	10.00 - 15.00	Libre	\$	Grimper.ch SA
	KLETTERN	Ma/Di*	10.00 - 15.00	Libre	\$	Rte Henri-Stephan 12
		Ve/Fr*	10.00 - 15.00	Libre	\$	1762 Givisiez
		*Période 02.06. - 12.09.2025				
	MOUNTAIN BIKE	Lu/Mo	17.30 - 19.00	Niv. I - II		St-Léonard
		02./16.06.2025				
Me/Mi		17.30 - 19.00	Niv. I - II		St-Léonard	
11.06.2025						



WASSERSPORT	AQUAFIT	Je/Do	18.00 - 19.00	Niv. open	✍	Piscine Jolimont
	KAYAK	Lu/Mo 09.06. - 30.06.2025	18.00 - 20.30	Niv. II	✍ \$	Passerelle des Neigles 1700 Fribourg
	NATATION	Ma/Di	16.30 - 17.30	Natation libre	✍	FOS
		Je/Do	17.30 - 19.00	Natation libre	✍	Piscine St-Michel
	STAND UP PADDLING	Ve/Fr 06.06. - 04.07.2025 29.08. - 03.10.2025	17.00 - 19.00	Niv. open	✍ \$	Surfcenter Bise Noire Ryf 89 3280 Murten
	SURF	Horaires et niveaux variés voir sur site web Verschiedene Zeiten und Niveaus siehe Website			✍ \$	Alaïa Bay Sion
	WINDSURF	Lu - Je 23.06. - 26.06.2025 01.09. - 04.09.2025	13.30 - 16.00	Niveau I - II	✍ \$	Surfcenter Bise Noire Murten
WING FOIL		Ma - Je 24.06. - 26.06.2025	09.00 - 11.30	Niveau Open	✍ \$	Surfcenter Bise Noire Murten



WELLNESS	NORDIC WALKING	Lu/Mo	17.30 - 19.00	Niv. open		Miséricorde (Chapelle)
	PRANA VINYASA FLOW YOGA	Lu/Mo	12.15 - 13.15	Niv. open		Miséricorde
		Me/Mi	10.30 - 11.30	Niv. open		Miséricorde
	YOGA	Ma/Di	12.15 - 13.15	Niv. open		Miséricorde
		Me/Mi	19.00 - 20.00	Niv. open		Regina Mundi

