

# Semaine Evasion pré-exam 'Annecy

Semaine 50 les 9, 10, 11, 12 décembre

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Tout au long de la journée « se détendre »	Petits déjeuners de 8h30 à 11h Atelier Massages 9h – 17h salle Lanfonnet – espace café - BU			
A MIDI « se relâcher »	MINDFULNESS/ Méditation pleine conscience 12h-13h30 B.U Vincent Legras Maxi : 20 places/8 mini	MINDFULNESS/ Méditation pleine conscience 12h-13h30 B.U Vincent Legras Maxi : 20 places/8 mini	MINDFULNESS/ Méditation pleine conscience 12h-13h30 B.U Vincent Legras Maxi : 20 places/8 mini	Atelier Sophrologie 12h30 – 13h30 salle Lanfonnet BU 15 places
	FOOTING 12h-13h30 Campus Anne Roussel Maxi : 25 places/8 mini	REMISE EN FORME 12h-13h30 Gymnase Glaisins Vincent Daniere Maxi : 25 places/8 mini	YOGA 12h-13h30 Gymnase Glaisins Florence Bibollet Maxi : 20 places/8 mini	
		FOOTING 12h-13h30 Campus JB Evrot Maxi : 25 places/8 mini		
		Atelier Santé BU « Relaxation avant les exam' » 13h – 13h20 BU - espace café. Pas d'inscription		
En SOIREE « se défouler »	VOLLEY 18h30-20h Gymnase Barrates Vincent Daniere Maxi : 40/10 mini		ESCALADE 18h30-20h Gymnase Evire JB Evrot Maxi : 25/8 mini	
	FUTSAL 18h30-20h Gymnase Wallon Yves Tramier Maxi : 25/10 mini	BADMINTON 20h-21h30 Gymnase Evire Vincent ou JB Maxi : 28/10 mini	CARDIO TRAINING 20h30-22h Gymnase Glaisins Vincent Daniere Maxi : 30/8 mini	