



## Les services du sport

La salle de sport est accessible à tous les étudiants de l'Université Catholique de Lille. Elle est ouverte de septembre à juillet, du lundi au samedi et inclut un accès à plus de 20 cours collectifs par semaine.

Tu peux prendre un abonnement journalier au mois ou à l'année à un tarif avantageux. L'abonnement te donne accès aux salles et aux cours collectifs, en illimité.

La mission du All Sport : proposer des activités physiques à tous les étudiants du campus, quelque soit le niveau de chacun, avec un objectif d'épanouissement personnel et de santé.



## ► NOS COURS COLLECTIFS ► NOS ÉVÈNEMENTS

- Cardio HIIT, Cross Training
- Renforcement musculaire
- Boxe, Self-défense
- Danse (step, zumba)
- Zen (pilates, fit-yoga)

- La Journée de la Forme,
- Un body challenge,
- Du yoga en plein air,
- Et d'autres évènements à découvrir tout au long de l'année !



Le service sport offre un accès libre aux espaces musculation et cardio-training pour une pratique autonome sous la surveillance des coachs. Cet accès est réservé aux personnes ayant souscrit un abonnement au service des sports.

Les coachs sont disponibles pour répondre à tes questions, te donner des conseils sportifs ou d'hygiène de vie (alimentation, sommeil, stress...). Pour t'assurer de la disponibilité d'un coach, privilégie les heures creuses, de 7h30 à 12h et de 14h à 16h.

## ► Informations pratiques

### Horaires

Lundi - Jeudi	7:30 à 21:30
Vendredi	7:30 à 19:30
Samedi	10:30 à 13:30

### Renseignements et inscriptions

A la salle de sport : 125 rue Meurein à Lille ou sur le site internet du All sport : [all-lacatho.fr](http://all-lacatho.fr)

### Contact

Tél : 03.20.15.97.72

Mail : [sport@all-lacatho.fr](mailto:sport@all-lacatho.fr)

125, rue Meurein - LILLE



Ne pas jeter sur  
la voie publique