**Responsable de l’activité** : Raphael GRUNEWALD

 Raphael.grunewald@univ-lyon2.fr

**Lieu des cours** : Halle des sport n°1 - Campus Porte des Alpes – Bron

 Gymnase L.Jouhaux Lyon 7e

**Contribution complémentaire** : Non **Note possible** : Oui

**Durée** : 1h45 pour les cours tous niveaux, 2h pour le cours compétiteurs



**Les objectifs**

Devenir un joueur compétent capable d’analyser sa pratique et celle des autres.

Pratiquer en toute sécurité de l’échauffement à la fin de séance.

Développer ses qualités physiques, mentales et sociales.

S’engager physiquement dans une démarche de progrès à travers la connaissance de soi et de l’activité.

**Les niveaux**

Tous niveaux : du débutant au confirmé.

**Evaluation – Niveau de compétences requis**

Savoirs, savoir-faire et savoir-être :

Note sur 20 points

* Assiduité, motivation, engagement à chaque séance
* Compétences techniques : Evaluation sous forme de « routines » et de « matchs »
* Compétences méthodologiques et sociales. Etre capable de prendre différents rôles : arbitre, partenaires d’entrainement, entraineur.

**Entraînements et compétitions Universitaires**

Entraînements au sein de l’AS tous les lundis de 12h à 14h et les Mardis de 18 h à 20 h.

Entrainements réservés aux étudiant.es qui participent aux compétitions du jeudi soir.

Halle 1 campus PDA. Bron

Compétitions les jeudis de 18h à 22h30.

Halle 1 campus PDA. Bron

**Tenue / Matériel**

Matériel spécifique fourni. Nous vous conseillons toutefois d’emmener votre raquette si vous en avez une.

Chaussures de sport d’intérieur propres