

# SUAPS À DISTANCE

AVRIL

LUNDI 1	MARDI 2	MERCREDI 3	JEUDI 4
	🕒 18h30 Allons s'étirer pour mieux se muscler ! 30-45 min	🕒 18h30 Boxing in the air 30-45 min	🕒 18h30 Renfo 30-45 min
LUNDI 8	MARDI 9	MERCREDI 10	JEUDI 11
🕒 18h30 Détends toi comme un panda 30-45 min	🕒 18h30 Renfo à gogo! 30-45 min		🕒 18h30 De la mobilité c'est bon pour ta santé 30-45 min
LUNDI 15	MARDI 16	MERCREDI 17	JEUDI 18
🕒 18h30 Light Weight Renfo 30-45 min	🕒 18h30 Chaud chaud chaud Abdo ! 30-45 min	🕒 18h30 Épaules et dos : mobilité pour être au top 30-45 min	🕒 18h30 CAF ou pas CAF? (CAF:cuisse,abdos, fessiers) 30-45 min
LUNDI 29	MARDI 30		
🕒 18h30 Libérer les tensions? C'est une passion! 30-45 min	🕒 18h30 Fini les tracas grâce au LIA 30-45 min		

Séances animées par des étudiants

Ouvert à tous les étudiants de Lyon 1 Niveau accessible à tous

Lien de connexion Webex unique :

<https://univ-lyon1.webex.com/meet/suapsadistance>