

## 1. Formations personnelles (Prévoir votre matériel sportif)

**Objectifs : santé, équilibre, convivialité**

Ce sont des pratiques personnelles et des cours non notés que les étudiants peuvent suivre dans la limite des places disponibles.

## 2. Formations qualifiantes (notées) :

**Objectifs : initiation, perfectionnement**

Tous les étudiants peuvent être notés s'ils pratiquent une activité physique et sportive tout au long du semestre (IUT) ou toute l'année jusqu'à leur départ en stage (FMA).

La notation tient surtout compte de votre progression. Présence régulière exigée aux cours et aux évaluations. Merci de prévenir votre professeur en cas de désistement. En fin d'année, en cas de départ anticipé (stage), vous devez demander votre note au professeur.

### Note de sport pour l'IUT :

Une note de sport semestrielle peut être attribuée à chaque étudiant de l'IUT pour un contrat pédagogique de 12 séances. Plus de détails au point Évaluation des étudiants de l'IUT

### UE : Option sport LMD pour les facultés

**3 crédits par an en Licence et Master pour 50h de sport**

(voir aussi : Évaluation des étudiants de FMA) :

Votre choix doit comporter une **activité principale** enseignée 2h (par exemple 2h de danses de salon, ou 2h de badminton) par semaine ou bien une activité principale enseignée 1h par semaine et 1h **d'activité de transfert** (par exemple, 1h de cours de Natation et 1h de Musculation, y compris en pratique personnelle).

Précisez votre choix sur votre fiche d'inscription, signez-la et donnez-la au professeur responsable de l'activité principale.

Outre les présences, l'évaluation porte sur votre progression dans l'**activité principale** et sur votre niveau d'habileté, mais elle tient aussi compte de votre travail personnel (**activité de transfert**) ainsi que de votre participation aux **activités complémentaires** (duathlon, compétitions universitaires, nuit du badminton...).

Votre participation aux animations favorisera votre note.

Une pratique sportive régulière hors de l'Université peut permettre de valider 25h. Dans ce cas, une attestation officielle de votre club sera exigée.

### Dispense médicale de sport :

En cas de dispense médicale, l'étudiant a l'obligation de communiquer rapidement avec son enseignant (1 semaine maximum). Pour valider son heure de cours, l'étudiant doit assister à la séance.

En cas de dispense médicale longue durée (plus de 2 mois), l'étudiant doit envisager de changer d'UE libre.

## 3. Les compétitions universitaires :

Dans le prolongement des cours, l'association sportive de l'UHA peut vous permettre de participer aux compétitions universitaires. La licence F.F.S.U. est obligatoire (à faire au secrétariat du SUAPS). Il faut remplir

et signer la demande de licence, fournir un certificat médical qui atteste de votre aptitude à la pratique de votre sport en compétition ou la copie de votre licence civile.

**Coût : 25€ (15€ si l'étudiant a la carte JEUN'EST).** Le calendrier est affiché au GU et sur [www.sport-u.com](http://www.sport-u.com)

[suaps@uha.fr](mailto:suaps@uha.fr)

Possibilité d'obtenir un certificat médical gratuit et groupé (minimum 6) après rendez-vous pris à l'OMS de Colmar : 03 89 24 04 15.

Visite médicale au gymnase de la Montagne Verte à Colmar.

## 4. Les journées sportives :

- Rencontres amicales Mulhouse-Colmar : basket, football, soirées dansantes, d'octobre à avril.
- En novembre la nuit du badminton, la nuit du volley et la nuit du tennis.
- Un challenge des IUT d'Alsace sera organisé.
- Duathlon de l'UHA 30<sup>ème</sup> édition : ce relais VTT / course à pied par équipes (8 coureurs + 1 organisateur), sportif et festif aura lieu jeudi 24 mars 2022 à Mulhouse.

## 5. Les sportifs de haut niveau :

Il est possible de bénéficier d'un régime spécial pour les sportifs de haut niveau (élite région minimum). Si vous pensez pouvoir en bénéficier, vous pouvez retirer votre dossier de candidature au secrétariat du gymnase universitaire à Mulhouse ou auprès de M. MULLER à Colmar. La limite impérative de dépôt de ce dossier rempli et signé est fixée au 07 octobre 2021.

### Contrat et assurance :

Le contrat d'assurance de l'UHA pour le SUAPS prévoit une couverture des personnels de l'UHA en Responsabilité Civile (un participant cause un dommage à un bien ou à une tierce personne) lorsqu'ils participent à une activité régulière ou ponctuelle organisée par le SUAPS.

Les personnels d'établissements/organismes extérieurs à l'UHA, ainsi que les étudiants inscrits ou non à l'UHA ne sont pas couverts en RC. Les participants doivent par conséquent avoir leur propre assurance en RC.

Au niveau de l'Individuelle Accident (un participant subit un dommage corporel), tous les étudiants UHA et tous les éventuels étudiants extérieurs sont couverts.

Les personnels, en revanche, ne sont pas couverts. Ainsi, en cas d'accident c'est la sécurité sociale personnelle qui intervient, puis la mutuelle complémentaire

## GYMNASSE UNIVERSITAIRE (GU)

03 89 33 66 92 - [suaps@uha.fr](mailto:suaps@uha.fr)

3, rue des Frères Lumière - 68093 Mulhouse Cedex

[www.suaps.uha.fr](http://www.suaps.uha.fr)

Rejoignez-nous sur :

 Sport Universitaire Haute-Alsace




# GUIDE 2021-2022

## DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

Site de Colmar

[www.suaps.uha.fr](http://www.suaps.uha.fr)

 Sport Universitaire Haute-Alsace

Le Service Universitaire des Activités Physiques Sportives est ouvert aux étudiants et aux personnels de l'UHA et des écoles conventionnées. Il assure l'enseignement de l'option sport LMD pour les facultés, délivre une note de sport pour les IUT et l'ENSISA, organise des journées sportives et engage les étudiants motivés en compétition universitaire. Le SUAPS est dirigé par M. DEMUTH assisté de Mme BERNICHE, M. BAUDOUIN, M. MULLER et de 16 vacataires.

## INSCRIPTIONS DÈS LE 1<sup>er</sup> SEPTEMBRE

(Le protocole sanitaire sera annoncé à la rentrée. Il s'imposera à tous les usagers).

Tous les étudiants doivent s'inscrire pédagogiquement soit :

- auprès du professeur au début du cours avec la carte d'étudiant et la fiche d'inscription ;
- par mail à [suaps@uha.fr](mailto:suaps@uha.fr) avec une copie numérisée de la fiche d'inscription, de la carte d'étudiant et d'une photo d'identité.

Les étudiants des facultés doivent ensuite valider leur vœu en ligne sur le site des UE libres de l'UHA. Il sera confirmé par le professeur lorsque la pratique aura débuté.

Clôture des inscriptions aux cours :

Au 1<sup>er</sup> semestre, le 24 septembre 2021. Au 2<sup>nd</sup> semestre, le 21 janvier 2022 (IUT, faculté). Au-delà, le responsable pédagogique doit solliciter un aménagement des horaires pour la note.



## Activités proposées :

### Cours tous niveaux, sauf précision.

**Badminton** : mardi 18h-20h avec Mme GUBIANI (jusqu'au 29 mars) et jeudi 18h-20h avec Mme GERARD au Gymnase du Grillenbreit jusqu'au 31 mars (effectifs max : 2 x 40 pers.).

**Basket-Ball** : lundi 18h-19h45 au gymnase du Grillenbreit avec Mme UHLEN jusqu'au 10 janvier (effectifs max : 32 pers.).

**Danses de salon** : jeudi 18h-19h à la salle multifonction avec M. MULLER, jusqu'à la fin de l'année : Rock, Salsa, Valse,... (effectif max : 30 pers.).

**Découverte de danse** : jeudi 19h-20h à la salle multifonction avec M. MULLER, jusqu'à la fin de l'année : Modern-jazz,... (effectif max : 30 pers.).

**Escalade** : lundi 18h - 20h à la salle Bloc and Wall avec M. ROTOLO jusqu'au 28 mars (effectifs max : 30 pers.). Pratique personnelle possible en autonomie 20h-22h. Cotisation : 20€.

**Fitness / Renforcement musculaire** : mardis du semestre 1 avec M. GEBEL, de 17H30 à 18H30 puis 18H30 à 19H30 à la salle multifonction du Grillenbreit (effectifs max : 2 x 40 pers.).

**Football** : jeudi 16h-18h avec M. SCHMITT en sept, oct, nov et mars au Stadium (terrain synthétique) jusqu'au 31 mars (effectifs max : 50 pers.). Futsal au gymnase du Grillenbreit en déc, janv et févr.

**Footing et préparation physique généralisée** : jeudi 13h-14h à la salle multifonction avec M. MULLER (effectifs max : 40 pers.).

**Golf** : cours gratuits (uniquement ouverts aux étudiants) tous niveaux avec prêt de matériel (sept.-nov. et mars-mai). Accueil, entraînement et jeu au golf de Wittelsheim : jeudi (12h-16h). Accès possible au parcours. Avec M. BAUDOUIN et M. MARTIN.

**Handball** : mardi 20h-22h au Gymnase du Grillenbreit avec Mme GUBIANI jusqu'au 30 mars (effectifs : 24 pers.).

**Musculation** : lundi 19h-21h, mardi 20h-22h (au semestre 1) et jeudi 16h-18h en salle multifonction avec M. MULLER (effectifs : 24 pers.). Vos 5 premiers cours sont obligatoirement encadrés.

Au-delà, vous pouvez poursuivre en cours dans la mesure des places disponibles ou en accès libre les lundi (18h-19h), mardi (17h30- 19h30) et jeudi (12h-16h puis 18h-20h). Dans ce dernier cas, vous devez être titulaire de l'autorisation de pratique libre et avoir réglé la cotisation annuelle de 20 € (par chèque au nom de l'agent comptable de l'UHA).

Les autorisations de pratique personnelle seront distribuées au delà des 5 cours et lorsque l'inscription sera complète. Elle pourra être retirée à tout moment en cas de problème.

Retrouvez toutes les activités sur le site web : [suaps.uha.fr](http://suaps.uha.fr) et Facebook « Sport Universitaire Haute Alsace »

**Natation** : mercredi 12-14h à la piscine Aqualia avec M. MULLER (effectif : 24 pers.).

**Plein Air** : sorties ponctuelles (en octobre week-ends marche, en janvier week-end ski de fond). Inscriptions auprès de M. BAUDOUIN au secrétariat du SUAPS | 03 89 33 66 92.

**Reprise sport** : lundi 18h- 19h et jeudi 12h-13h jusqu'à la fin de l'année à la salle multifonction avec M. MULLER (effectif max : 30 pers.).

**Step** : mardis du semestre 2 avec M. GEBEL, de 17H30 à 18H30 puis 18H30 à 19H30 à la salle multifonction du Grillenbreit (effectifs max : 2 x 40 pers.) jusqu'au 29 mars.

**Tir à l'arc** : jeudi 18h-19h30 jusqu'au 31 mars au complexe de la Manufacture avec M. HOUBERDON (effectifs : 24 pers.).

**Volley-ball** : lundi 19h45-21h30 au gymnase du Grillenbreit avec Mme UHLEN jusqu'au 28 mars (effectif : 42 pers.) et les mardis du 1<sup>er</sup> semestre de 18H à 19H45 jusqu'au 11 janvier au gymnase du Château d'Eau avec M. MULLER.

En plus, participation possible aux activités du SUAPS à Mulhouse (32 disciplines sont organisées du lundi au vendredi). Se reporter au site internet ou au guide du SUAPS pour le campus de Mulhouse. Les étudiants Mulhousiens peuvent aussi participer aux activités proposées à Colmar.

Toutes les activités s'arrêtent fin mars sauf certaines activités de M. MULLER.

**Autres activités** Séances découverte gratuites et validation fédérale de votre progression. ATTESTATION SUAPS à RETIRER AUPRÈS DE M. MULLER. IUT-ENSISA : NOTE DE SPORT POSSIBLE - LMD : ACTIVITÉ DE TRANSFERT POSSIBLE

**Karaté** : avec le club de Karaté de Horbourg-Wihr, les lundis et jeudis (20h-21h45). Coût 97€ à partir de septembre, 67€ à partir de janvier. Adresse : dojo de la salle Alfred Kastler - 9 rue de Lorraine - 68180 Horbourg-Wihr.

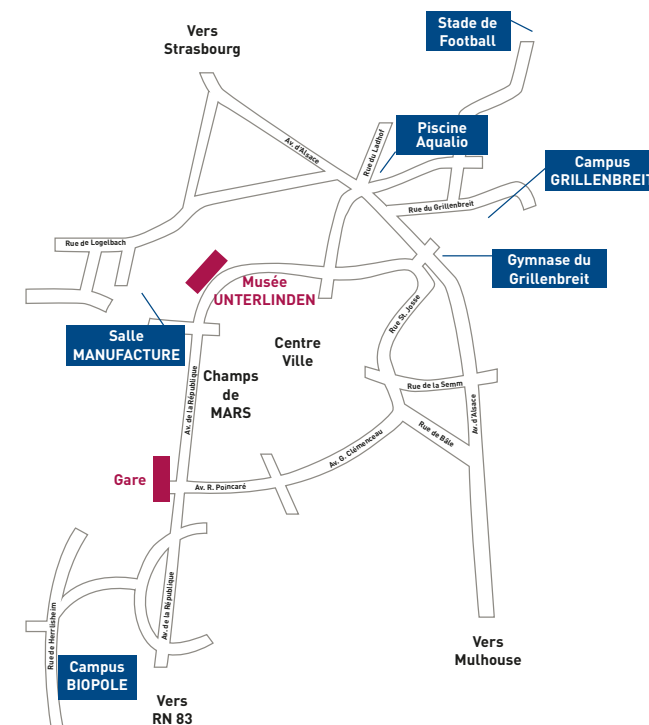
Contact : [jm.niederberger@wanadoo.fr](mailto:jm.niederberger@wanadoo.fr) Site du club : [www.kchw.fr](http://www.kchw.fr). (remboursement de 20€ par le SUAPS pour l'année ou 15€ pour le semestre)

### Évaluation des étudiants de l'IUT et de la FMA :

- Progression personnelle dans l'activité : 10 points dont Progression : 6 points et Présences : 4 points
- Niveau d'habileté en cours : 4 points
- Activités complémentaires : 6 points

- Participation régulière à des compétitions civiles (à condition d'avoir obtenu au moins 12/20 dans la note SUAPS - attestation officielle exigée) ;

### Plan d'accès aux sites :



**Crédit Mutuel**

**Mulhouse Université**

13 rue Fénélon - 68200 Mulhouse  
Courriel : [03028@creditmutuel.fr](mailto:03028@creditmutuel.fr)