



**SERVICE UNIVERSITAIRE
DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES**
Université Clermont Auvergne

SUAPS 2021- 2022

Service des Sports de l'UCA

PREPA CONCOURS POLICE ET GENDARMERIE



INSCRIPTIONS EN LIGNE

à partir du 13 Septembre 2021 sur le site internet du SUAPS

<http://suaps.uca.fr>

INFORMATIONS DIVERSES

CONTACTS

SUAPS / 04.73.29.32.07 – 32.01

15 bis rue Poncillon – 63000 Clermont-Ferrand

Horaires d'ouvertures : <http://suaps.uca.fr>

Prépa-Concours pour tous

Pratique encadrée

Lieux de pratique : Halle et Dojo du Stade Universitaire

Responsables de l'activité : Céline Monsauret, François Parrot et Bruno Scherer

Période d'enseignement : Du 20 Sept. 2021 au 15 avril 2022, UEL au semestre

Contenus de l'activité :

- 1/ Développer des capacités à performer aux épreuves physiques des concours**
- 2/ Apprendre à se connaître pour adapter ses ressources aux exigences des épreuves**
- 3/ Apprendre des méthodes pour s'entraîner en autonomie**
- 4/ Apprendre à gérer son stress lié aux épreuves**

Créneaux	Début des activités	Effectif maximum	Contenus	Intervenants	Lieu
Vendredi 16h00 – 19h00	S1 du 20 Sept au 17 déc 2021 OU S2 du 17 Janv au 15 avril 2022	5 (priorité UE)	Préparation Physique (16h00 à 18h00) Et Gestion du stress (18h00 à 19h00)	S1 /C. Monsauret OU S2 /F.Parrot Et B.Scherer	Halle SUAPS Annexe SUAPS