

# ACTIVITES SPORTIVES ET RECREATIVES PROPOSEES PAR LE STU



COURS DE YOGA : MERCREDI  
13h30-14h30 - (SALLE DE SPORTS)



Session pour 10 cours

Tarif : 80 € - membre du STU  
100 € - non-membre du STU  
12 € - membre du STU  
15 € - non-membre STU

Séance :

⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮

**Zumba Moove** présenté par Clémentine Camus  
**MARDI, 12h30-13h30**  
(Salle de sports – 2<sup>ème</sup> sous-sol)



ZUMBA MOOVE est un programme énergisant qui allie des mouvements de fitness simples à des musiques latines et africaines endiablées, dont l'objectif principal est de vous donner l'envie de bouger et de vous sentir bien.

Aucun niveau de danse n'est requis, l'encadrement professionnel est assuré ainsi que la bonne humeur !

	MEMBRE DU STU	NON MEMBRE
Forfait – 5 cours	55 €	70€
Prix à la séance	12 €	15 €

⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮

**Balance Energie** présenté par Emeline  
**MARDI, 13h30-14h30**  
 (Salle de sports – 2<sup>ème</sup> sous-sol)



C'est un savoureux mélange de différentes méthodes pour acquérir force et flexibilité. On associe des exercices de tai-chi, de yoga, de pilates, de mouvements sollicitant tous les muscles posturaux et un travail profond du corps. Ce cours va vous amener dans un entraînement holistique et vous plongera dans un état d'harmonie et d'équilibre.

	MEMBRE STU	NON MEMBRE
<b>Forfait 10 cours</b> (A prendre sur 12 semaines consécutives, donc possibilité de rater 2 semaines)	100 €	130 €
<b>Forfait 5 cours</b> (A prendre sur 6 semaines consécutives, donc possibilité de rater 1 semaine)	55 €	70 €
<b>Prix à la séance</b> (A payer au STU avant la séance)	12 €	15 €

: / : / : / : / : / : / : / : / :

**COURS DE PHOTOGRAPHIE – SALLE A29 (FONTENOY)**



Ces cours seront organisés par groupe de 6 personnes maximum.

Les cours de 4h auront lieu le week-end, ceux de 3h en soirée de la semaine

Les cours sont en *français et anglais* (suivant les participants).

Chaque cours de photo dure trois ou quatre heures et est articulé en 3 parties :

- une partie théorique d'une heure ;
- une ou deux heures de prise de vue sur la base d'exercices pratiques ;
- une heure de débriefing, édition, analyse (questions, réponses) des photos sur l'ordinateur.

Le cours se termine par une introduction à la retouche numérique :  
 le traitement de l'image sur ordinateur, sur le thème du chaque cours.

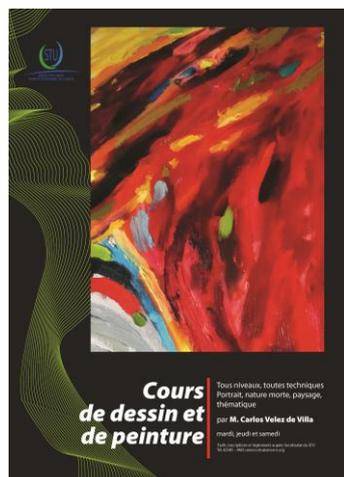
Vous avez la liste des cours sur le menu de gauche, cliquez pour voir le descriptif du cours.

Les tarifs :

Cours	Membre-STU	Non-membre STU	Non-UNESCO
Cours 3H	72€	76€	80€
Cours 4H	77€	80€	85€
Pack multi-cours	Pack technique : les 4 cours technique (les 4 premiers) + 1 cours artistique au choix = 10% de remise Pack artistique : 5 cours au choix = 7% de remise.		

Sous réserve de places disponibles et d'un nombre suffisants de participants.

## COURS DE DESSIN ET PEINTURE (dans les locaux du STU)



### Récapitulatif tarifs forfaitaires 2013-2014 proposés aux collègues

Jour	Horaires	Nb cours	Tarif(s) Membre STU	Tarif(s) Non-membre	Tarif(s) Extérieurs (non UNESCO)
Mardi ou jeudi	de 18 h à 20 h	1 fois/semaine	80 euros/mois	95 euros/mois	100 euros/mois
Samedi	de 9 h 30 à 12 h	1 fois/semaine	100 euros/mois	115 euros/mois	120 euros/mois
Mardi & samedi ou Jeudi & Samedi	18h-20h + 9h30-12h	2 fois/semaine	150 euros/mois	160 euros/mois	165 euros/mois

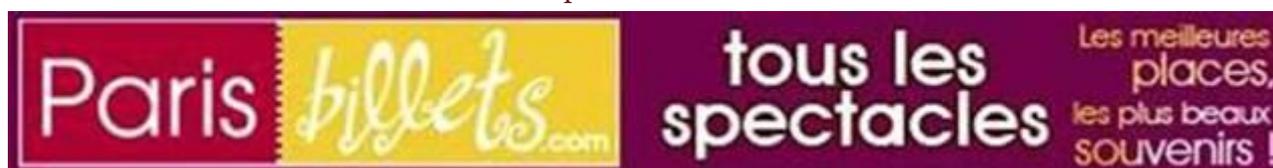
### Récapitulatif tarifs à la carte 2013-2014 proposés aux collègues

Jour	Horaires	Nb cours	Tarif(s) Membre STU	Tarif(s) Non-membre	Tarif(s) Extérieurs (non UNESCO)
Mardi ou jeudi	de 18 h à 20 h	1 fois/semaine	34 euros/séance	36 euros/séance	39 euros/séance
Samedi	de 9 h 30 à 12 h	1 fois/semaine	41 euros/séance	44 euros/séance	48 euros/séance
Mardi & samedi ou Jeudi & Samedi	18h-20h + 9h30-12h	2 fois/semaine	62 euros/séance	67 euros/séance	73 euros/séance

⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮ / ⋮

Service Billetterie-Spectacles du STU - Mardi et jeudi de 11 à 16 heures -  
Tél. : 82588 / 98 Bureau MS 2.71 (Bâtiment Miollis - 2<sup>ème</sup> sous-sol)

Et n'oubliez pas !  
En partenariat avec



Le STU vous propose un large choix de spectacles,  
de concerts et d'événements sportifs.

Paris-billets c'est :

L'assurance de trouver des places, même au dernier moment ou quand un spectacle est complet

- Un placement privilégié dans les salles
- Une réservation rapide et facile avec le paiement en ligne
- L'envoi au STU, à domicile ou retrait des places sur place au guichet
- Un accueil téléphonique en cas de besoin
- Un Club Privilège GRATUIT pour les membres du STU donnant accès à des places gratuites et à des tarifs encore plus bas