



UNIVERSITÉ LIBRE DE BRUXELLES



Midi de l'ARES
17/09/2024



Programme Activités physique et sportive



120
Jobistes/Moniteurs



6779
Membres



49
Disciplines



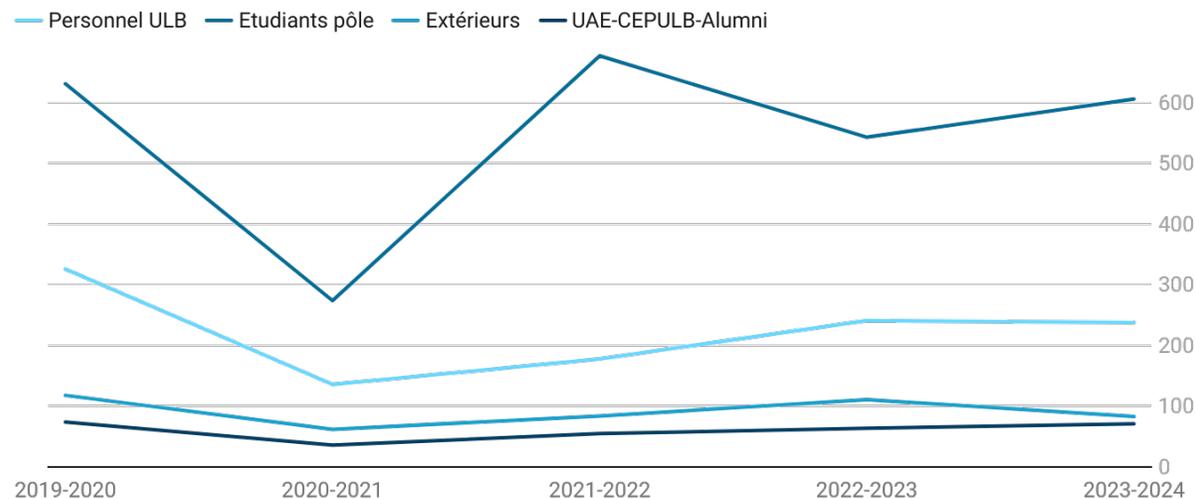
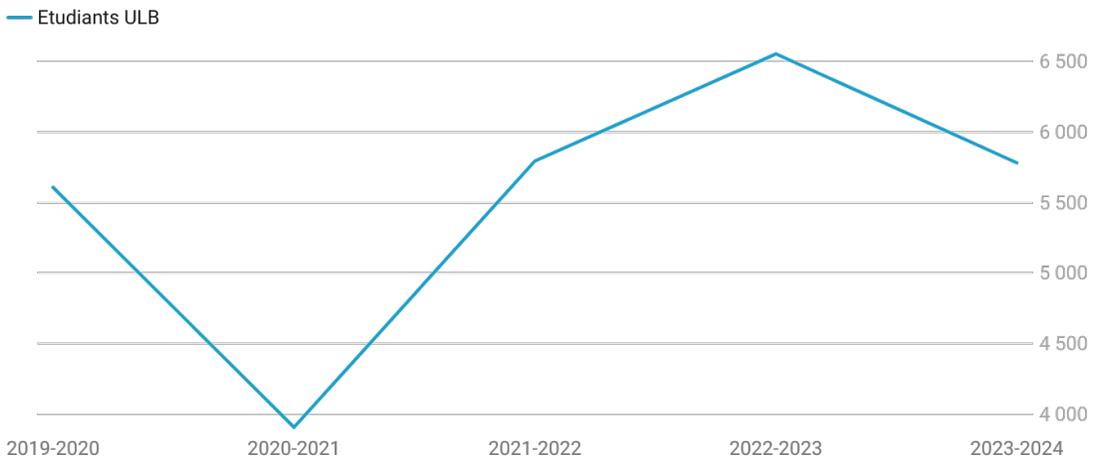
4
Campus



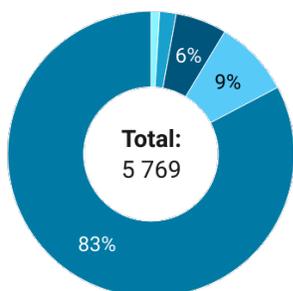
296,5
Heures/Semaine

	2019-2020	2020-2021	2021-2022	2022-2023	2023-2024
Etudiants (*)	5607	3907	5794	6553	5781
Etudiants Pôles	361	274	677	543	606
Personnel ULB	326	136	178	241	238
Extérieurs	118	62	62	111	83
Senior/UAE	74	36	55	67	71
Total	6756	4415	6788	7512	6779

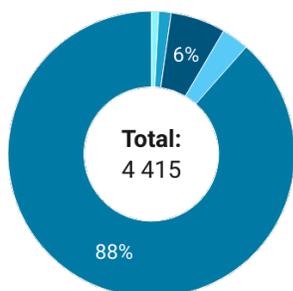
(*) Erasmus inclus: 264



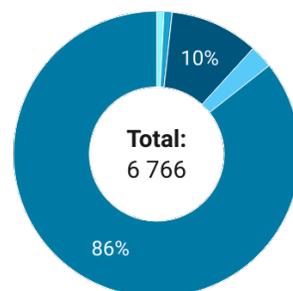
- Senior/UAE
- Extérieurs
- Etudiants Pôles
- Personnel ULB
- Etudiants



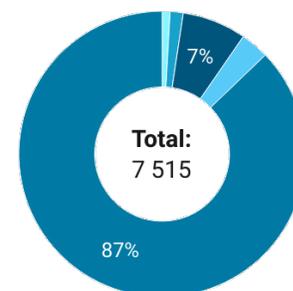
2019-2020
Etudiants: 83%



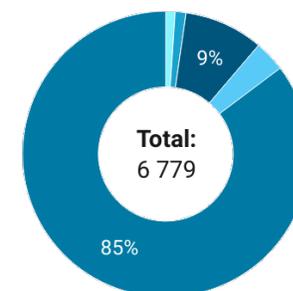
2020-2021
Etudiants: 88%



2021-2022
Etudiants: 86%



2022-2023
Etudiants: 87%



2023-2024
Etudiants: 85%



HORAIRE SOLBOSCH

PROGRAMME DÉFINITIF
 (Du 14/10/24 au 20/12/24
 et du 3/02/25 au 20/06/25)
 Hors vacances d'hiver
 sous réserve de
 disponibilités des salles



Modalités de participation à nos cours

L'utilisation de l'application «Nova Sport» est obligatoire pour chaque séance aux cours ULB Sports, en plus de la présentation de la Carte de Sports. Pour participer à nos cours, réservez votre séance sur l'app et présentez ensuite le Qr code de réservation et la Carte de Sports au moniteur.

Téléchargez l'appli «Nova Sport» dès maintenant depuis votre smartphone pour accéder à l'ensemble de nos activités sportives !



Congés – Pas d'activités sportives :

- 1, 11 et 20/11/24
- 04/03/25
- Du 23/01 au 31/01/25
- Du 21/04 au 4/05/25

Programme blocus :

- Du 6/01 au 23/01/25
- Du 19/05 au 20/06/25

Fin des activités le 20/06/25

S. = Campus du Solbosch

F.S.S. = Forêt de Soignes Sport

Ch. de Wavre, 2057 - 1160 Bruxelles

ABDOS FESSIERS

Lu	12h30-13h30	S. E Salle 3
Lu	18h00-19h00	S. E Salle 3
Me	18h00-19h00	S. E Salle 3

AIKIDO

Lu	20h00-21h30	S. E Dojo
----	-------------	-----------

BADMINTON

Lu	12h30-14h00	S. E H1
Ma	20h00-23h00	S. E H1
Je	12h00-14h00	S. E H1

BASKETBALL

Lu	12h30-13h30	S. E H2-3 ♀
Me	12h30-13h30	S. E H1
Je	20h00-21h30 (3X3) 21h30-22h30 (5X5)	S. E H1
Ve	12h30-13h30	S. E H1

BODY SCULPT

Ma	18h00-19h00	S. E H1
Me	19h00-20h00	S. E Salle 3
Je	18h00-19h00	S. E Salle 3
Ve	12h30-13h30	S. E Salle 3

BOXE

Lu	18h30-20h30	F.S.S. Salle M
Me	18h00-20h00	F.S.S. Salle M

BOXE FRANÇAISE

Me	18h00-19h30	S. E Dojo
Ve	12h30-13h30	S. E Salle 2

BRAS DE FER

Me	19h00-21h00	S. E Foyer sportif
----	-------------	--------------------

BREAK DANCE

Ma	18h00-20h00	S. E Salle 2
----	-------------	--------------

CAPOEIRA

Me	20h00-21h30	S. E Salle 4
----	-------------	--------------

Ve	12h30-13h30	S. E Salle 4
----	-------------	--------------

DANSES AFRICAINES

Je	19h30-21h00	S. E Salle 4
----	-------------	--------------

DANSES ORIENTALES

Je	18h00-19h00 (Débutants)	S. E Salle 2
Je	19h00-20h00 (Confirmés)	S. E Salle 2

ECHECS

Lu	19h00-21h00	S. E Foyer sportif
----	-------------	--------------------

FONCTIONAL TRAINING

Lu	19h00-20h00	S. E Salle 4
----	-------------	--------------

FUTSAL

Lu	17h30-19h00	S. E H1 ♂
Ma	12h00-14h00	S. E H2
Me	18h00-19h00	S. E H1 ♀
Je	19h30-21h00	S. E H2 ♂

HANDBALL

Lu	20h00-22h00	S. E H1
----	-------------	---------

HIIT (INTERVAL TRAINING)

Lu	18h00-19h00	S. E Salle 4
----	-------------	--------------

JOGGING (tous niveaux) (Prépa 10km de l'ULB)

Lu-Je	12h30-13h30	S. E Accueil
Me	17h30-19h00	S. E Accueil

JU-JITSU

Ma	21h15-22h30	S. E Dojo
Je	21h00-22h30	S. E Dojo

JUDO

Ma	18h00-20h00	S. E Dojo
Je	12h30-13h30	S. E Dojo

KARATÉ

Je	18h00-19h30	S. E Dojo
Ve	18h00-19h30	S. E Dojo

KENDO

Lu	20h30-22h30	S. E Salle 2
Me	16h30-18h30	S. E Salle 2

MISE EN CONDITION PHYSIQUE

Ma	12h30-13h30	S. E Salle 3
----	-------------	--------------

MODERN JAZZ

Lu	18h00-19h00 (Débutants)	S. E Salle 2
Lu	19h00-20h30 (Confirmés)	S. E Salle 2

MUSCULATION

Lu	10h-14h/16h30-21h	S. E MCP
Ma	10h-14h/16h30-21h	
Me	12h-14h/16h30-21h	
Je	10h-14h/16h30-21h	
Ve	10h00-14h00	

NAGINATA

Lu	20h30-22h00	S. E Salle 3
Ma	20h30-22h00	Gymnasium Bd des Invalides 214-1160 BXL

NATATION

Me	12h30-13h45	Piscine Calypso 2000 Av. Wiener 60-1170 BXL
----	-------------	--

PARKOUR

Ma	19h30-21h00	S. E Salle 4
	21h00-22h30	

PICKLEBALL

Me	18h00-19h00	S. E H2
----	-------------	---------

PLONGÉE SOUS-MARINE

Baptême gratuit sur inscription: 0475.26.21.27 - www.ulbplongee.be		
Me	20h45	Piscine Calypso 2000 Av. Wiener 60-1170 BXL

ROCK

Ma	17h00-18h30	S. E Salle 3
----	-------------	--------------

ROLLER

Sa	13h30-16h30	Débutants S. E Grand Hall
----	-------------	---------------------------

SALSA

Ma	20h00-21h00	Débutants S. E Salle 2
	21h00-22h00	Intermédiaires
Je	20h00-21h00	Débutants S. E Salle 2
	21h00-22h00	Confirmés

Tout membre « Carte de Sports » s'engage à respecter le R.O.I. et à se conformer au règlement du C.I.D.D. en matière de dopage (disponible sur notre site www.ulbsports.eu)

SELF DEFENSE

Ma	20h00-21h15	S. E Dojo
Je	19h30-21h00	S. E Dojo

SKATE BOARD

Je	17h30-19h00	S. E H1-1 H1-2
----	-------------	----------------

SPIKEBALL

Ma	12h30-13h30	S. E H1-3
Je	17h30-19h00	S. E H1-3

STEP BASIC

Me	12h30-13h30	S. E Salle 3
Je	17h00-18h00	S. E Salle 3

STRETCHING

Me	19h30-20h30	S. E Dojo
	20h30-21h30	
Ve	19h30-20h30	S. E Dojo

TAEKWONDO

Lu	19h00-20h30	S. E Salle 3
Me	19h00-20h00	S. E Salle 4
Ve	19h00-20h30	S. E Salle 4

TAI CHI CHUAN

Lu	12h00-13h30 (Débutants)	S. E Salle 2
Ve	18h00-19h00 (Confirmés)	S. E Salle 2

TANGO

Ma	18h30-20h00 (Confirmés)	S. E Salle 3
Me	12h15-13h45 (Débutants)	S. E Salle 2

TENNIS DE TABLE

Ma	17h00-19h30	S. E Salle 4
Me	12h00-13h30	S. E Salle 4
Je	17h00-19h30	S. E Salle 4

THUY PHAP

Sa	11h00-12h30	S. E Salle 2
----	-------------	--------------

ULTIMATE FRISBEE

Je	12h30-13h30	S. E H 2
----	-------------	----------

VOLLEYBALL

Me	12h30-13h30	S. E H2
Je	18h00-19h30	S. E H2
Ve	12h30-13h30	S. E H2

YOGA

Lu	12h30-13h30	S. E Dojo
	18h30-20h00	S. E Dojo
Ma	16h30-18h00	S. E Salle 2
Ve	12h30-13h30	S. E Dojo

ZUMBA

Lu	19h00-20h00	S. E H1
Ma	19h00-20h00	S. E H1
Je	12h30-13h30	S. E Salle 3
Je	19h00-20h00	S. E H1

Tarifs

- Etudiants 60€
- Personnel 90€
- Cepulb, U.A.E. Alumni 132€
- Extérieurs 234€

Modalités d'inscriptions

- ✓ Etudiant ULB
 - Portail MonULB
- ✓ Tous publics
 - Site ULB Sports
 - Guichets « Inscriptions Sports » (Solbosch – Erasme)

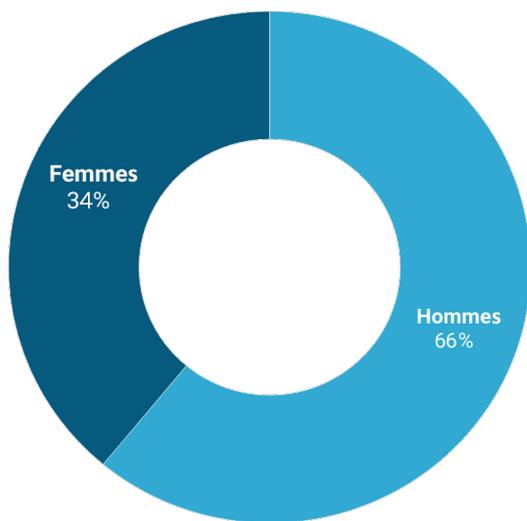
Membres Carte de Sports
parmi la population étudiante ULB

18%

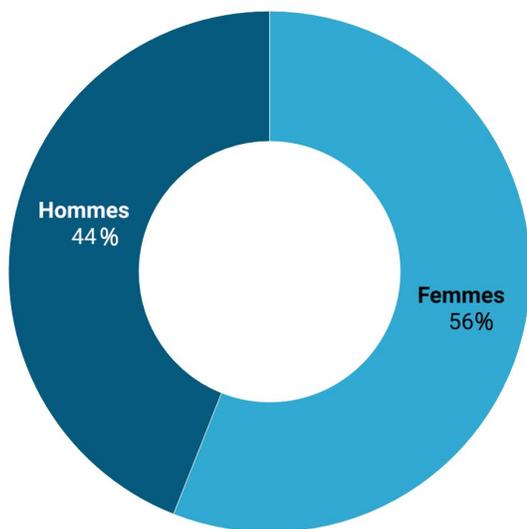
Membres Carte de Sports parmi
la population personnel ULB

5%

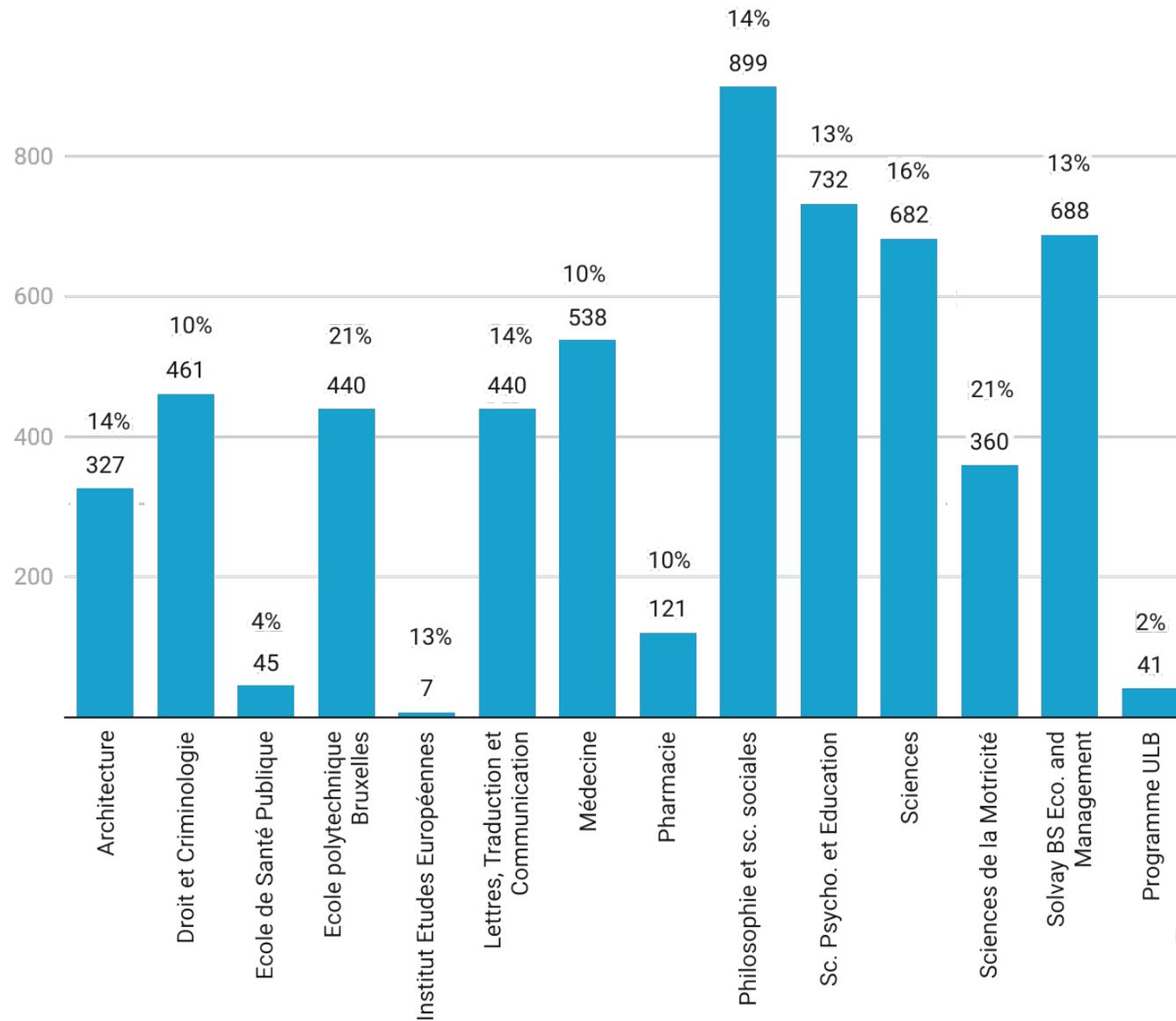
Encadrants



Membres



Carte de Sports par faculté



Service Social Etudiant
Intervention à 100%

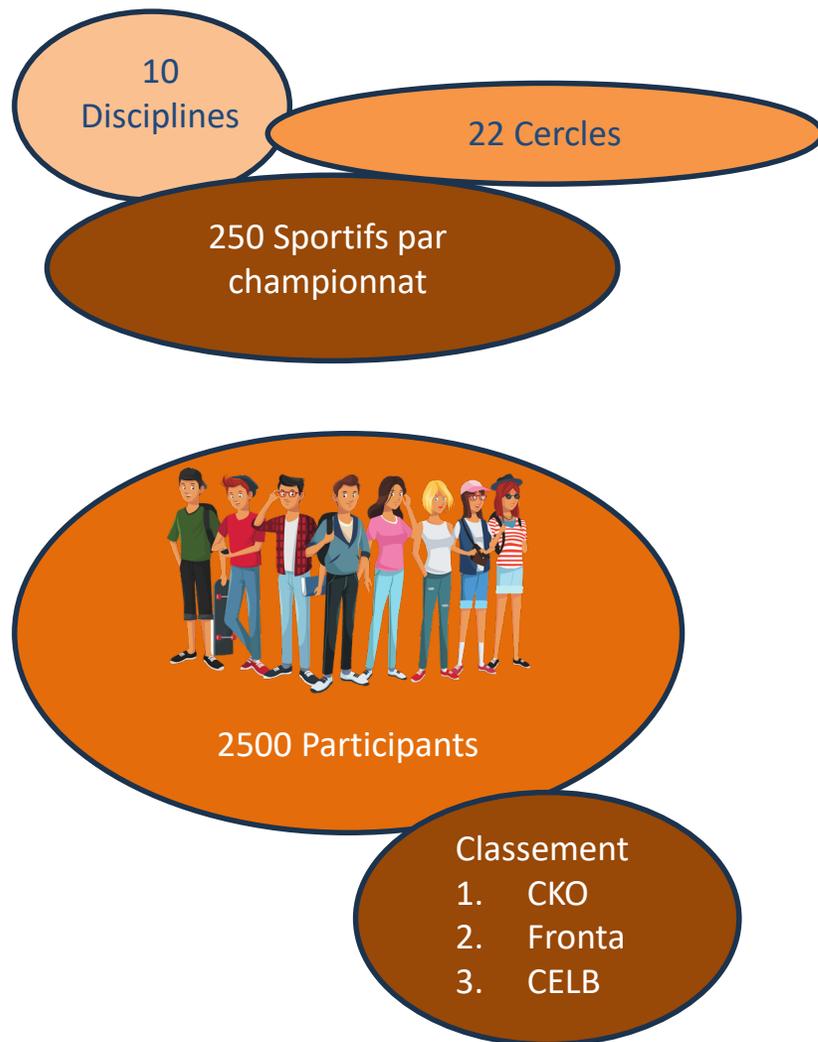
Carte de Sports



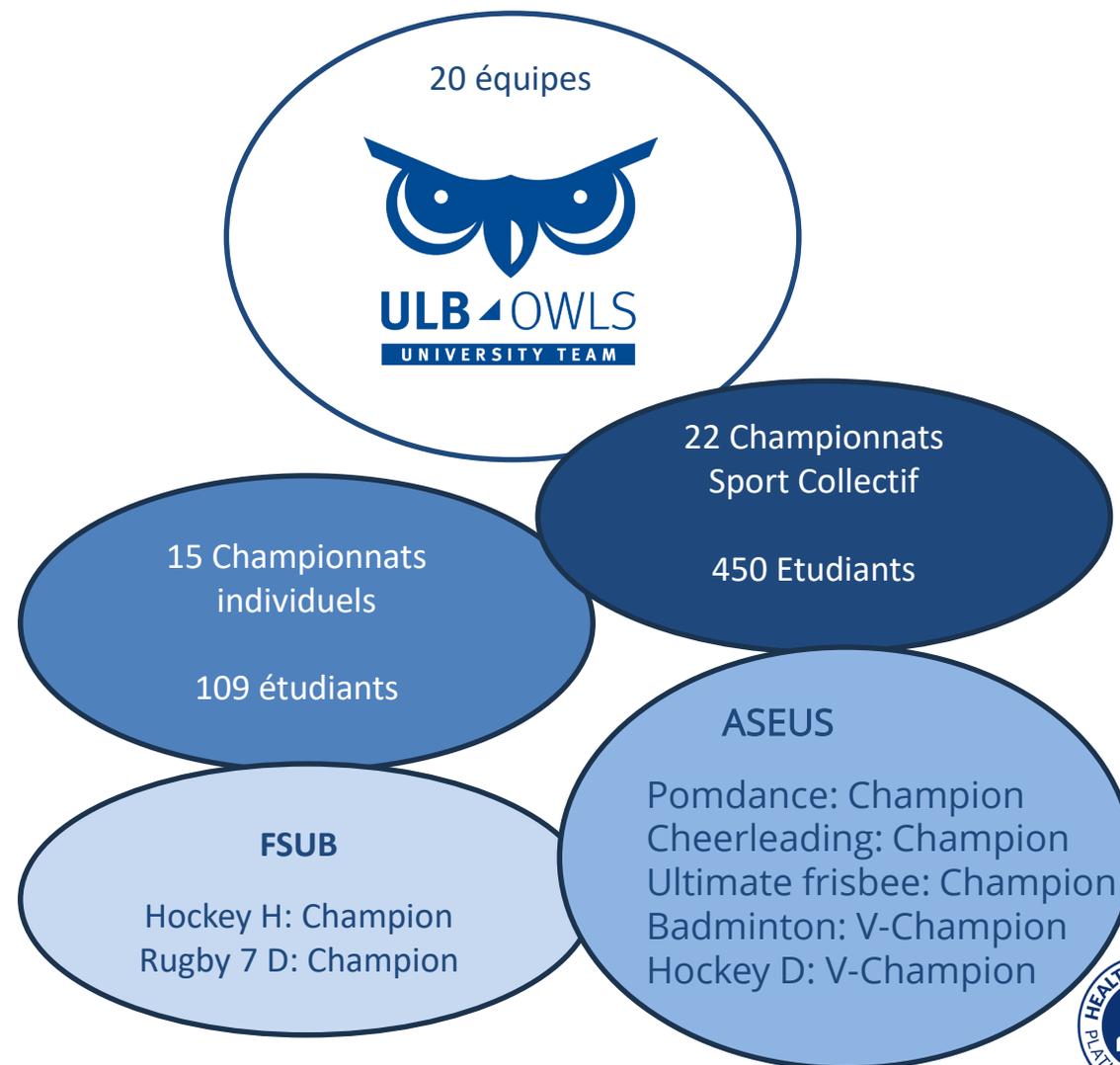
233
Interventions
2023-2024

135
Interventions
2022-2023

Interfacs

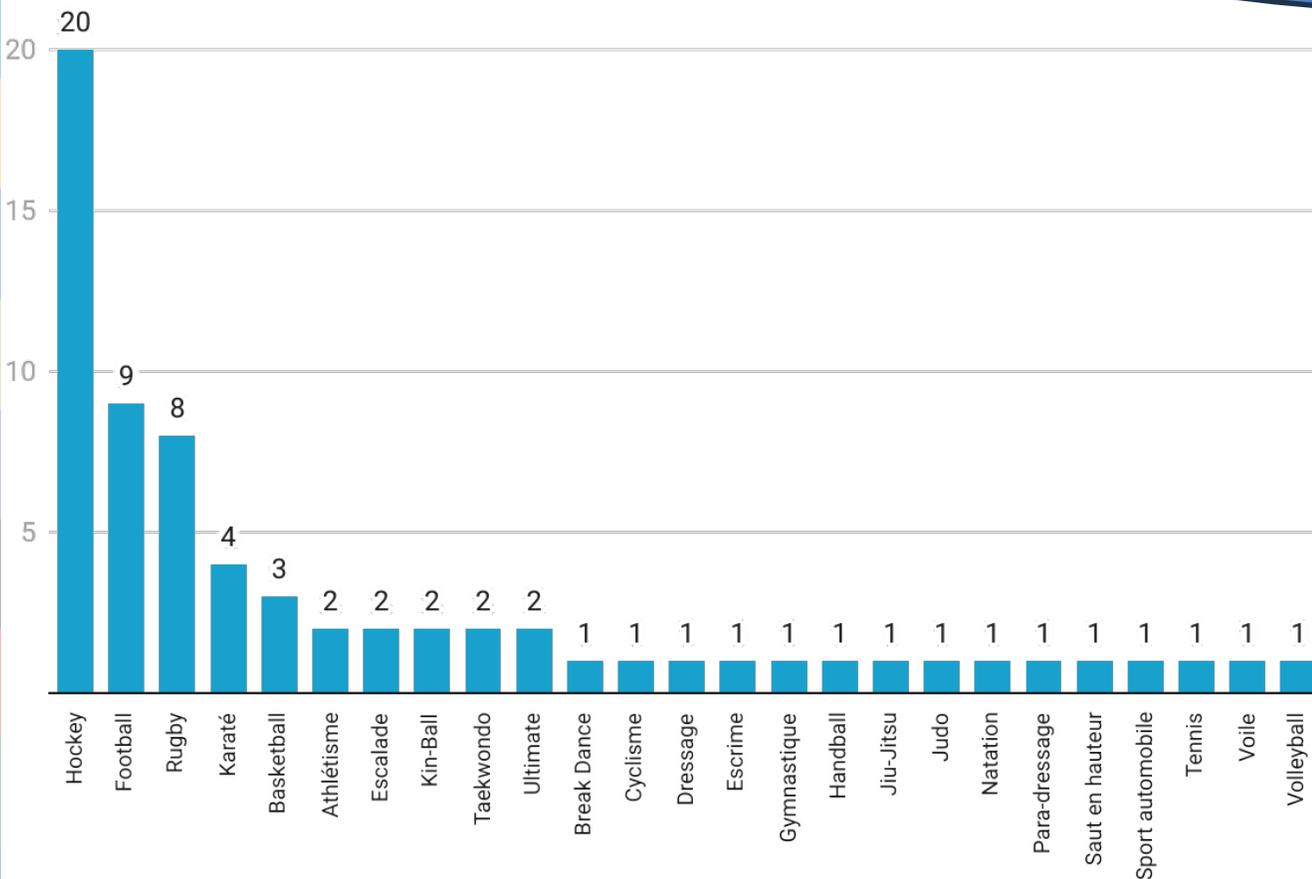


ULB Owls

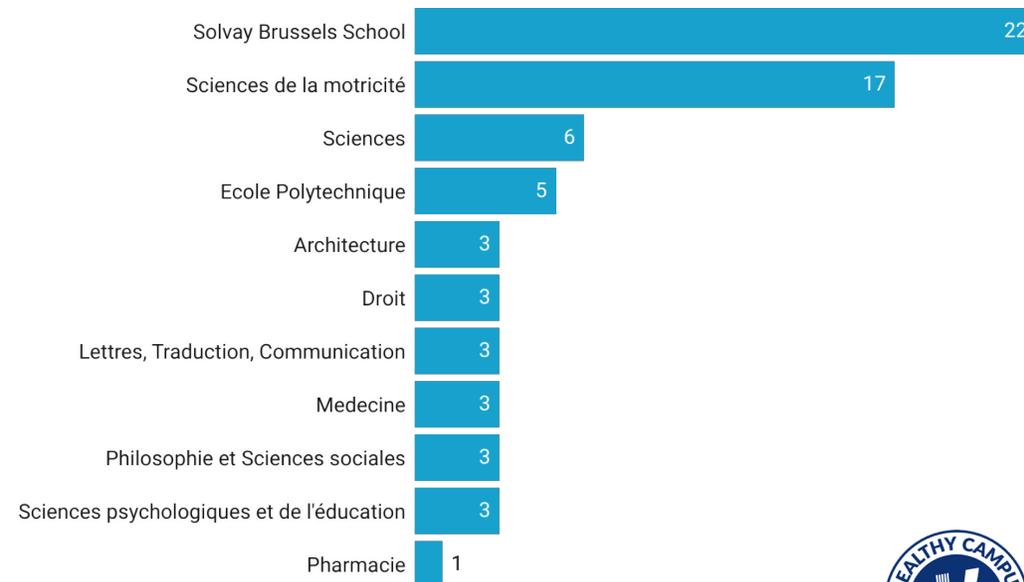


69 Etudiants à Besoins Spécifiques Sportifs de Haut Niveau

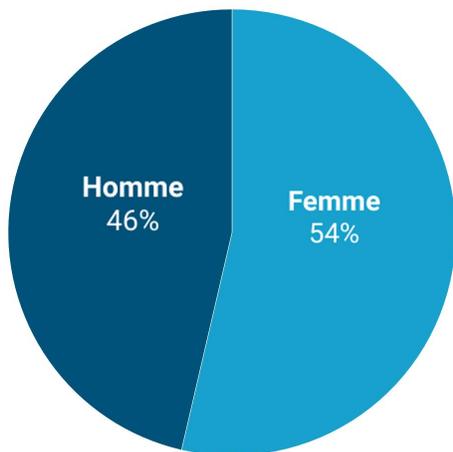
SHN par discipline



Répartition par faculté



Répartition H/F



Taekwondo



- **Sarah Chaari** étudiante en Médecine BA2
- Médaille de bronze aux **Jeux Olympiques de Paris 2024**.
- Championne du monde Junior et Senior 2022.
- Elle décroche l'or au Grand Prix de Manchester de décembre 2023.
- Sarah termine la saison 3ème du classement Olympique

Karaté



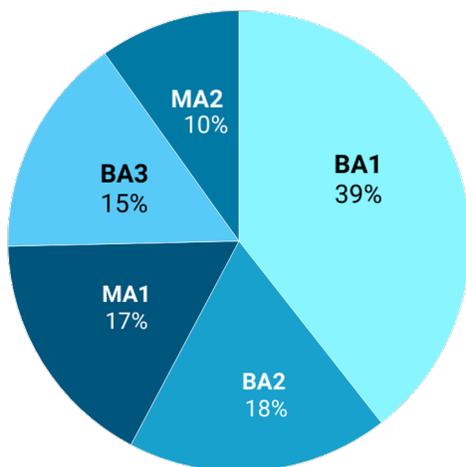
- **Maryam Ajaray** étudiante en Pharmacie BA1
- Double Championne de Belgique 2023.
- Maryam a concouru dans les catégories seniors et moins de 21 ans en -61 Kg.

Hockey



- Les **Red Panthers** finissent à la 4^{ème} place aux **Jeux Olympiques de Paris 2024**.
- **Camille Belis** Etudiante en Architecture BA1
- **Justine Rasir** Etudiante en Sciences psychologiques et de l'éducation BA2
- **Ambre Ballenghien** Etudiante à Solvay – Sciences Economiques BA3

Répartition par année d'étude



10KM de l'ULB

2.498 coureurs



Nouveau parcours
5km
367 coureurs

Kids Run
68 coureurs

12.000 €
destiné à la
recherche
scientifique



Participation de l'équipe ULB aux 20 km de Bruxelles

35 coureurs



Autres évènements

- Journées Portes Ouvertes de l'ULB
- Semaine d'accueil des nouveaux étudiants de l'ULB
- Journée Mondiale du Sport Universitaire **20/09**
- Fête de l'Iris

Design actif

Les escaliers se la racontent



3 campus



7 bâtiments



1806 marches



TRAGULUS JAVANICUS
SOREX ARANEUS



554 stickers

1.1 Fermentation Alcoolique



nous avons d'ailleurs dit tout ce que nous avons pu dire
et nous dirons encore,

4. OUVERTURE

$$C_{MECA} = F \cdot l \quad | \quad W_{tot} = W_{MECA} + \partial W_{détente}$$





Objectifs :

- Mettre en place un mode de vie sain au sein de l'Université.
- Sensibiliser la communauté et l'impliquer dans un mode de vie sain généralement.
- La norme FISU Healthy Campus couvre la « santé » et le « bien-être », mais aussi l'éducation, l'égalité des genres, la réduction des inégalités, l'énergie durable, la consommation et production responsable, l'action climatique .. Etc.

Public-cible :

- L'approche se concentre principalement sur les étudiants, mais vise également l'ensemble de la communauté universitaire.
- Universités et établissements d'enseignement supérieur dans tous les pays et régions du monde, indépendamment de leur taille, de leur population, de leur situations culturelles ou économiques.

Contexte :

- Cette démarche globale du Healthy campus permet de contribuer à l'essentiel des objectifs de développement durable (Sustainable Development Goals (SDGs)) définis par les Nations Unies (ONU).
- Le contrôle et la labélisation se fait la deuxième année et les années paires, le processus d'audit se fera avec rapport et renouvellement de la labélisation.



Merci pour votre attention