



## Théorie et pratique AP

# Composante  
UFR Sciences  
et techniques  
des activités  
physiques et  
sportives

# Période de  
l'année  
Semestre 2

### Liste des enseignements

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Méthodes et techniques fitness 2	Enseignement par Bloc de Compétence		48h		3,5 crédits
Pratique personnelle encadrée 2	Enseignement par Bloc de Compétence		10h		2 crédits
Méthodes et techniques musculation et cardiotraining 2	Enseignement par Bloc de Compétence		48h		3,5 crédits