

# Préparation physique : Musculation et Haltérophilie



Composante  
UFR Sciences  
et Techniques  
des Activités  
Physiques et  
Sportives



Période de  
l'année  
Semestre 6

## Présentation

### Heures d'enseignement

|    |                 |     |
|----|-----------------|-----|
| TD | Travaux Dirigés | 40h |
|----|-----------------|-----|

### Liste des enseignements

| Nature | CM | TD | TP | Crédits |
|--------|----|----|----|---------|
|--------|----|----|----|---------|

## Infos pratiques

### Lieu(x)

➤ Mont-Saint-Aignan