

LICENCE STAPS - MENTION ENTRAINEMENT SPORTIF

Semestre 5 ES

UED : DÉVELOPPER SES COMPÉTENCES PROFESSIONNELLES POUR L'ENTRAINEMENT À FINALITÉ DE PERFORMANCE

Haltérophilie et musculation au service de la préparation physique

2 crédits ECTS

Volume horaire

Cours Magistral : 6h

Travaux Dirigés : 12h