

Les APPN au SUAPS - Université de Toulouse III

Les **Activités Physiques de Pleine Nature** au SUAPS, ce sont des « **Pratiques de Formation** » : **Personnelles** (de loisir pour l'initiation, l'entretien et le développement physique), **Compétitives** (FFSU), **Validantes** (Unité d'Enseignement, Sport Optionnel), **Qualifiantes** (avec la FFME et la FFV...).

Au travers de : La **RANDONNÉE PEDESTRE**, la **PLANCHE à VOILE** (pratique personnelle-compétitive-validante-qualifiante).

Complétées par la **COURSE à PIED / TRAIL**, l'**ESCALADE**, le **GOLF**, l'**AVIRON**.

+ **Nouveautés depuis 2023** :

La **COURSE d'ORIENTATION** : Sur site et péri-urbain, en loisir et compétition (FFSU-TOAC), de l'U. de Tlse Paul-Sabatier, CREPS de Tlse, Ferme 50 de Ramonville, Pech David et en Inter-U, avec l'U. Jean-Jaurès et l'U. Capitole.



Le **VTT** : En ½ journée / journée / week-end, sur site de l'U. de Tlse Paul-Sabatier + parcours de proximité sur le GR 653 des coteaux de Pech-David, l'Ariège, l'Hers, la Montagne Noire (St Ferréol / Les Cammazes) pour Débutants (sachant faire du vélo) Initiés et Confirmés, sur parcours de maniabilité et de randonnée + ateliers techniques d'entretien / réparation (avec prêt de VTT & Casques).



La **VOILE** : A la journée au lac de la Gangouise (Villefranche de Lauragais à 45km) pour de l'Initiation et du Perfectionnement sur **Catamaran** (HC 15) et **Dériveur** (RS-Quest).



Le **SKI de Fond** : A la journée sur la station de ski de Beille (Ariège de 1 800 à 2 000m) pour de l'initiation et du perfectionnement au **Ski Classique & Skating**, sur des parcours de 10 à 25km.

