

Programme

24
-
25

Sport Santé
UNIL+EPFL

3

Informations générales

4

Accès/Abonnements

7

Cours – Indoor



10

Cours – Outdoor

13

Musculation

14

Centre nautique UNIL+EPFL

15

Événements

16

Horaires et fermetures

17

Programmes d'activités

18

Prestations Santé & Performance

[Voir nos conditions générales en ligne](#)



2



Accès

Les étudiant-e-s ont l'accès libre au Centre sportif UNIL+EPFL et aux cours gratuits sans inscription, sur présentation de leur carte d'étudiant en cours de validité. Pour accéder aux cours gratuits sur inscription, aux cours payants ou acquérir un abonnement, le login des sports est nécessaire.

Les autres membres de la communauté universitaire (catégories B à E) doivent acheter une carte d'accès Sport Santé semestrielle ou annuelle, selon les tarifs ci-dessous. Cette dernière s'achète ou se renouvelle en ligne ou au secrétariat (Villa des sports), sur présentation d'une pièce de légitimation en cours de validité. Elle comporte le(s) logo(s) des abonnements achetés et permet l'accès aux infrastructures, aux cours payants et aux cours gratuits (avec ou sans inscription).

Le login des sports (compte personnel) est l'outil permettant l'inscription aux cours, l'achat/renouvellement d'abonnement(s) ou de la carte Sport Santé (selon votre catégorie).

Login



Horaires des cours

Contrôlez en ligne les conditions, l'ouverture des inscriptions et le calendrier des activités et des cours.

Durant les intersemestres, le programme est allégé et les horaires des cours peuvent varier.

Programme des cours





Carte d'accès Sport Santé

	CHF	CHF
	Semestre	Année
La carte d'accès <i>Sport Santé</i> donne accès aux infrastructures et aux cours gratuits, exceptés les salles de musculation et le tennis (en option, cf p. 5)		
A Étudiant·e·s UNIL-EPFL-AISTS, doctorant·e·s UNIL et étudiant·e·s Universités suisses, avec carte en cours de validité.	Gratuit	Gratuit
B Étudiant·e·s non inscrit·e·s au semestre, stagiaires de recherche, auditrices et auditeurs, gymnasien·ne·s de 3 ^e année, étudiant·e·s HES/HEP, apprenti·e·s UNIL-EPFL.	50.-	80.-
C Communauté universitaire : corps enseignant, personnel administratif et technique UNIL-EPFL, assistant·e·s diplômés UNIL, doctorant·e·s EPFL, employé·e·s CHUV, collaboratrices et collaborateurs FISU et CIO.	120.-	200.-
D Alumni UNIL-EPFL et HES/HEP vaudoises, employé·e·s entreprises partenaires UNIL-EPFL, collaboratrices et collaborateurs retraité·e·s UNIL-EPFL, hôtes et invité·e·s UNIL-EPFL, collaboratrices et collaborateurs BCV, enseignant·e·s et étudiant·e·s Université Populaire de Lausanne, professeur·e·s, collaboratrices et collaborateurs HES Suisse occidentale.	200.-	350.-
E Partenaire membre C et partenaire doctorant·e UNIL.	320.-	450.-

Carte d'accès heures creuses

		Semestre	Année
Lun-Ven	07:00 - 12:00 / 14:00 - 16:00	120.-	200.-
Week-end	08:00 - 19:00		

Durant l'horaire défini, cette carte donne accès gratuitement :

- aux salles de musculation
- aux cours de Yoga, de Pilates et d'Indoor Cycling

Les cours de natation et de Pole sportive restent payants.





Carte d'accès *ponctuelle*

Accès ponctuel aux activités Outdoor sans carte d'accès <i>Sport Santé</i> .	CHF
1 jour	25.-
2-3 jours	50.-
Dès 4 jours	100.-

Sports sur *abonnement*

	Semestre	Année
 Salles de musculation	70.-	90.-
 Option musculation connectée	24.-	30.-
 Tennis accès simple	70.-	90.-
Aviron débutant ou avancé	185.-	-
Escalade surveillée	35.-	60.-
Pilates	49.-	89.-
Yoga	49.-	89.-
Slowfit*	89.-	149.-

* Comprend: Qi Gong, Pilates, Yoga, LPF, Chiharmonie, Mindfulness



Sports gratuits

Accès avec la carte d'étudiant-e ou la carte d'accès *Sport Santé*.

Sports payants

Dès 32.- CHF/semestre
C'est le prix de la majorité des cours.

Certains sports gratuits ou payants exigent une inscription pour garantir sa place. Le *login des sports* permet l'inscription.

Sports Outdoor

Sur inscription payante au moyen du *login des sports*.



CRAFT

Votre équipementier
sportif sur le
campus

craftsportswear.ch

  @CraftSportswearSwiss





Lundi

11:00 - 12:00	Pilates
12:00 - 13:00	Chiharmonie
12:00 - 14:00	Tir à l'arc sportif
12:15 - 13:15	Indoor Cycling
	Natation*
12:15 - 13:45	<input type="radio"/> Badminton
	Hip-Hop
12:15 - 14:15	Aviron*
12:30 - 13:30	Patinage
13:00 - 14:00	Yoga
16:00 - 17:30	<input type="radio"/> Football
	<input type="radio"/> Volleyball
17:00 - 18:00	Danse orientale
	Yoga*
17:00 - 19:00	Boxe*
17:00 - 20:00	Escalade – Rocspot
17:30 - 19:00	<input type="radio"/> Agrès
	Judo et ju-jitsu
	<input type="radio"/> Workout*
18:00 - 19:00	Danse orientale
	Yoga*
18:00 - 20:00	<input type="radio"/> Ultimate frisbee
18:30 - 20:30	<input type="radio"/> Course à pied*
19:00 - 20:00	<input type="radio"/> Gymstick Workout
19:00 - 20:30	Karaté
	Lindy Hop
	Rock and Roll
	<input type="radio"/> Unihockey
19:15 - 20:45	Indoor Cycling*
20:00 - 21:30	Salsa cubaine
20:30 - 22:00	Lindy Hop
	Ragga / Dancehall
	Rock and Roll
20:30 - 22:30	<input type="radio"/> Basketball
20:45 - 22:30	<input type="radio"/> Tennis de table

Contrôlez l'horaire en ligne

 Gratuit

* Cours maintenus à l'intersemestre d'hiver (les horaires peuvent varier)

Mardi

08:15 - 09:15	Yoga*
12:00 - 13:30	<input type="radio"/> Badminton*
	Hockey sur glace
12:00 - 14:00	Escalade surveillée
12:15 - 13:15	Pilates*
	<input type="radio"/> Zumba*
12:15 - 13:45	<input type="radio"/> Beach volleyball
	Danses latines sportives
	Judo et ju-jitsu*
	<input type="radio"/> Volleyball
12:30 - 13:15	<input type="radio"/> Outdoor workout*
13:00 - 14:00	<input type="radio"/> Football +35*
13:15 - 14:00	Low Pressure Fitness*
16:00 - 18:00	<input type="radio"/> Basketball
16:15 - 17:15	Danse classique
16:30 - 17:30	<input type="radio"/> Stretching
17:00 - 18:00	Indoor Cycling*
17:00 - 18:15	Yoga*
17:00 - 19:00	Escalade indoor*
17:00 - 20:00	Escalade – Rocspot
17:15 - 18:15	Danse classique
17:30 - 19:00	Armes japonaises
17:45 - 18:45	<input type="radio"/> Gymstick Workout*
18:00 - 19:00	<input type="radio"/> Condition physique*
18:15 - 19:15	Danse/Prép. physique
18:15 - 20:00	Yoga
18:30 - 20:30	<input type="radio"/> Trail
18:45 - 20:15	Parkour
19:00 - 20:30	Hapkido
	Kick-boxing
	Volleyball
19:30 - 20:30	Samba
19:30 - 22:00	Football - Championnat
20:00 - 21:30	Boxe
	Salsa cubaine
20:15 - 22:30	<input type="radio"/> Tennis de table
20:30 - 21:30	Danse orientale
	Kick-boxing
	<input type="radio"/> Workout
21:00 - 22:30	<input type="radio"/> Volleyball



Mercredi

11:00 - 12:00	Pilates
12:00 - 13:00	Pole Sportive* Yoga*
12:00 - 14:00	Escalade surveillée Tir à l'arc sportif
12:15 - 13:15	Indoor Cycling
12:15 - 13:45	Capoeira Danses africaines <input type="radio"/> Football*
13:00 - 14:00	<input type="radio"/> Equilibre et mobilité Pole Sportive*
14:00 - 15:00	Pole Sportive
15:30 - 16:30	Pole Sportive
16:00 - 18:30	Tir
16:30 - 17:30	Pole Sportive
17:00 - 18:00	Pilates*
17:00 - 19:00	Escalade indoor
17:30 - 18:30	Indoor Cycling* Mindfulness (en ligne)* <input type="radio"/> Workout
17:30 - 19:00	<input type="radio"/> Basketball* Krav Maga Streetdance
18:00 - 19:00	Pilates swissball
18:15 - 19:45	<input type="radio"/> Rugby à VII
18:15 - 20:15	Aviron* <input type="radio"/> Sports collectifs
18:30 - 20:00	Escrime*
18:30 - 20:30	<input type="radio"/> Course à pied
19:00 - 20:30	Aïkido Lindy Hop Tango Argentin <input type="radio"/> Volleyball*
20:00 - 22:30	Escrime
20:30 - 22:00	Bachata Karaté Krav Maga
20:30 - 22:30	<input type="radio"/> Volleyball

Jeudi

07:00 - 08:00	Yoga
11:00 - 12:00	Pilates
12:00 - 13:00	Pilates Pole Sportive*
12:00 - 13:30	Tir à l'arc sportif
12:00 - 14:00	Escalade indoor*
12:15 - 13:15	Indoor Cycling
12:15 - 13:45	<input type="radio"/> Badminton* <input type="radio"/> Beach volleyball
12:15 - 14:15	Aviron*
13:00 - 14:00	<input type="radio"/> Football + 35* Pole Sportive* Qi-gong
14:00 - 14:50	Natation
15:00 - 15:50	Natation
16:00 - 17:30	<input type="radio"/> Volleyball*
16:30 - 17:30	Pilates*
16:30 - 18:00	<input type="radio"/> Football féminin
17:00 - 18:00	<input type="radio"/> Workout*
17:00 - 18:30	Autodéfense
17:00 - 19:00	Escalade indoor
17:30 - 19:00	<input type="radio"/> Basketball Breakdance Võ-vietnam
18:00 - 19:00	Indoor Cycling
18:30 - 20:00	Hapkido
18:30 - 20:30	<input type="radio"/> Course à pied*
19:00 - 20:30	<input type="radio"/> Agrès* Rock and Roll Salsa cubaine
19:00 - 20:45	Escalade surveillée
20:00 - 21:00	Pole Sportive
20:30 - 22:00	Boxe Rock and Roll Salsa cubaine
20:45 - 22:15	Kendo*
21:00 - 22:00	Pole Sportive

Contrôlez l'horaire en ligne

 Gratuit

* Cours maintenus à l'intersemestre d'hiver (les horaires peuvent varier)



Vendredi

11:00 - 12:00	Pilates
12:00 - 13:00	Pole Sportive Yoga*
12:00 - 14:00	Escalade indoor
12:15 - 13:00	Baignade en eau froide
12:15 - 13:15	<input checked="" type="radio"/> Gymstick Workout* Natation
12:15 - 13:45	<input checked="" type="radio"/> Burner Games Cirque Danse de salon/société Indoor Cycling* Streetworkout
12:15 - 14:15	Aviron
12:30 - 13:30	Patinage
13:00 - 14:00	Pole Sportive Yoga
16:00 - 17:30	<input checked="" type="radio"/> Handball
16:30 - 18:00	<input checked="" type="radio"/> Agrès
16:30 - 18:30	Escalade surveillée
16:45 - 17:45	Danse/Stretching et musculature pour dan- seuses et danseurs
17:00 - 18:00	Pilates
17:30 - 19:00	Kendo* <input checked="" type="radio"/> Volleyball*
17:45 - 18:45	Danse Contemporaine /Modern-Jazz
18:00 - 19:30	Salsa cubaine
18:15 - 19:15	<input checked="" type="radio"/> Zumba*
18:30 - 20:00	Taekwondo
18:45 - 20:00	Danse Contemporaine /Modern-Jazz
19:00 - 20:30	<input checked="" type="radio"/> Unihockey
19:15 - 20:15	<input checked="" type="radio"/> Zumba
19:30 - 21:00	Salsa cubaine
20:30 - 22:30	<input checked="" type="radio"/> Basketball

Contrôlez l'horaire en ligne

Gratuit

* Cours maintenus à l'intersemestre
d'hiver (les horaires peuvent varier)

Samedi

13:00 - 14:00 Football

Dimanche

09:00 - 10:00 Indoor Cycling

→ Retrouvez toutes
les activités de A-Z



→ Retrouvez les
activités au quotidien



→ Réservez votre salle
ou votre terrain
gratuitement

SPORT LIBRE
Les week-ends





Eau

Surf	26.08.2024 → 01.09.2024	Na
	02.09.2024 → 08.09.2024	Na

Neige et glace

Cours et formations

Cours utilisation du détecteur de victime d'avalanche et du matériel de sauvetage	30.11.2024	60.-
Cours avalanche SMT2 – gestion du risque d'avalanche	11.01.2025 → 12.01.2025	105.-
Cours avalanche SMT1 – sécurité et avalanches	18.01.2025	60.-

Escalade outdoor

Initiation à l'escalade de glace	25.01.2025	69.-
	26.01.2025	69.-
Perfectionnement à l'escalade de glace	22.02.2025 → 23.02.2025	190.-

Randonnée en raquette

Journée	02.02.2025	60.-
---------	------------	------

Ski alpin

Journées aux Diablerets	26.01.2025	78.-
	01.02.2025	78.-
	02.02.2025	78.-
	09.02.2025	78.-
	16.02.2025	78.-
	23.02.2025	78.-
	01.03.2025	78.-
	02.03.2025	78.-
	08.03.2025	78.-
Week-ends aux Diablerets	15.03.2025	78.-
	07.12.2024 → 08.12.2024	185.-
	14.12.2024 → 15.12.2024	185.-
	25.01.2025 → 26.01.2025	185.-
	01.02.2025 → 02.02.2025	185.-
	08.02.2025 → 09.02.2025	185.-
	15.02.2025 → 16.02.2025	185.-
	22.02.2025 → 23.02.2025	185.-
	01.03.2025 → 02.03.2025	185.-
08.03.2025 → 09.03.2025	185.-	



Ski alpin, Week-ends aux Diablerets (suite)	15.03.2025 → 16.03.2025	185.-
	22.03.2025 → 23.03.2025	185.-
	29.03.2025 → 30.03.2025	185.-
Camp de ski/snowboard aux Diablerets	10.02.2025 → 14.02.2025	460.-
Snowboard		
Journées aux Diablerets	25.01.2025	78.-
	08.02.2025	78.-
	22.02.2025	78.-
	15.03.2025	78.-
Week-ends aux Diablerets	25.01.2025 → 26.01.2025	185.-
	08.02.2025 → 09.02.2025	185.-
	22.02.2025 → 23.02.2025	185.-
	15.03.2025 → 16.03.2025	185.-
Camp de ski/snowboard aux Diablerets	10.02.2025 → 14.02.2025	460.-
Ski de fond (skating)		
Soirée	05.02.2025	40.-
	12.02.2025	40.-
	19.02.2025	40.-
Week-end	15.02.2025 → 16.02.2025	129.-
	01.03.2025 → 02.03.2025	129.-
	08.03.2025 → 09.03.2025	139.-

Terre et roche

Agrès		
Cours répétition ISSUL	06.01.2025	5.-
	07.01.2025	5.-
	08.01.2025	5.-
Escalade outdoor		
Cours outdoor	12.04.2025	63.-
	26.04.2025	63.-
	03.05.2025	63.-
	17.05.2025	63.-
Séjour – Calanques de Marseille	10.02.2025 → 14.02.2025	610.-
Séjour – Traversella, Vallée d'Aoste (Italie)	29.05.2025 → 01.06.2025	366.-
Séjour – Wiwanni en dessus de Viège	08.07.2025 → 12.07.2025	510.-
Golf		
Cours outdoor	23.09.2024 → 26.09.2024	140.-
	14.10.2024 → 17.10.2024	140.-
	17.03.2025 → 20.03.2025	140.-
	07.04.2025 → 10.04.2025	140.-
	28.04.2025 → 01.05.2025	140.-



Cours outdoor	12.05.2025 → 15.05.2025	140.-
	16.06.2025 → 19.06.2025	140.-
	07.07.2025 → 10.07.2025	140.-
Stage France (A.P obligatoire)	21.04.2025 → 26.04.2025	dès 850.-
Stage Lavaux – Tous niveaux	18.08.2025 → 22.08.2025	dès 500.-
Massage		
Cours MC	11.11.2024 → 15.11.2024	110.-
Cours MA	02.12.2024 → 05.12.2024	90.-
Cours MC	10.03.2025 → 14.03.2025	110.-
Cours MA	07.04.2025 → 10.04.2025	90.-
Randonnée pedestre		
Formation randonner en été	03.05.2025	60.-
Trail		
Week-end	20.09.2024 → 22.09.2024	92.-
	06.06.2025 → 09.06.2025	125.-

Ventes d'articles de sport

Nos partenaires organisent régulièrement des ventes d'articles de sports à prix cassés (jusqu'à 70% de rabais).

Salle de colloque SOS2.



Yosemite



Lundi-Mercredi
4 → 6 novembre 2024

François Sports

Lundi-Vendredi
30 septembre → 4 octobre 2024
3 → 7 mars 2025





Salles de musculation

- 600 m²
- Machines traditionnelles
- Espaces cardio
- Haltères
- Zone force
- Poids du corps
- Presse et poulie
- Vélos
- Rameurs
- Tapis roulant
- Steppeurs
- Zones de stretching
- Musculation connectée

Musculation



Musculation connectée

Débutant-e ou expert-e, profitez des avantages des nouvelles technologies dans vos entraînements! Accès en sus de l'abonnement musculation. 1 heure d'initiation obligatoire est incluse dans l'abonnement (sur inscription).

Musculation connectée





Centre nautique UNIL+EPFL

Ouvert du 01.04 au 31.10

Les abonnements (différentes durées) comprennent les cours et la navigation libre. La location à l'heure est également possible. Les tarifs pour la saison 2025 sont susceptibles d'évoluer. Se référer aux informations disponibles sur le site en mars 2025.

Tarifs saison complète (CHF)	Étudiant + SSUE	Public
Voile	355.-	475.-
Planche à voile	205.-	325.-
Toutes embarcations	445.-	565.-
SUP, Canoë, Kayak *	125.-	245.-

* Compris dans les autres abonnements du Centre nautique

Camps pour les enfants	Dates	Prix CHF
Stage nautique I – Dorigny	30.06 → 04.07.2025	399.-
Stage nautique II – Dorigny	11.08 → 15.08.2025	399.-

Centre nautique UNIL+EPFL





Jours santé

Prenons soin
de notre corps
& de notre esprit!

Campus
UNIL + EPFL

30 sept. au 10 oct. 2024



E-bou

19-20 octobre 2024



Forcethon Talent

9 novembre 2024



Nuit de la danse

6 décembre 2024



Students' games

12-13 avril 2025



Nuit du volley

23 mai 2025



Polysports

Printemps 2025



Nuit du
badminton

13 juin 2025





Horaires des salles

	Lun-Ven.	Week-ends
Ouverture annuelle 17.09.24 → 29.06.25	07:00 – 22:30	08:00 – 19:00
Ouverture en juillet 30.06.25 → 27.07.25	07:00 – 16:00	Fermé
Ouverture en août-septembre 11.08.25 → 21.09.25	07:00 – 22:30	10:00 – 18:00

Fermetures

	Lun-Ven.	Week-ends
Vacances de Noël 21.12.24 → 02.01.25	Fermé	Fermé
Pâques 18.04.25 → 21.04.25	Fermé	Fermé
Ascension 29.05.25	Fermé	Fermé
Lundi de Pentecôte 09.06.25	Fermé	Fermé
Vacances estivales 28.07.25 → 10.08.25	Fermé	Fermé



Programmes d'activités

Certaines activités ont des horaires spécifiques – se référer aux informations publiées sur le site web.

Semestre d'automne 23.09.24 → 15.12.24

Intersemestre d'hiver 13.01.25 → 09.02.25

Semestre de printemps 24.02.25 → 25.05.25

Intersemestre de juin

En raison de la Fête fédérale de Gymnastique, le programme d'activités pour juin sera fortement impacté.

Estival 30.06.25 → 21.09.25

Programmes d'activités



Contact Service Sport Santé UNIL+EPFL

Page contact



Service Sport Santé UNIL+EPFL
Centre sportif de Dorigny
CH-1015 Lausanne

sportsanteunilepfl.ch


UNIL | Université de Lausanne





Prestations Santé & Performance

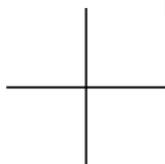
Les compétences au service de l'innovation,
de la performance et de la santé

Quels que soient votre niveau et vos objectifs, notre équipe d'expert-e-s dans le domaine de l'entraînement, de la performance et de la santé est à votre disposition. Que vous souhaitiez préserver, développer ou retrouver vos capacités physiques, prenez contact avec nous!

Différentes formules sont proposées : bilans sport, santé ou nutrition, accompagnement personnalisé, programme d'entraînement spécifique ou encore plusieurs types de massages.

**ABOS & PERSONAL
TRAINING**

**RÉÉDUCATION
FONCTIONNELLE**



MASSAGES

**BILANS SPORT,
SANTÉ OU NUTRITION**

Plus d'informations
et inscription

centresportetsante.ch





FRANÇOIS SPORTS

PARTENAIRE DE VOTRE VIE SPORTIVE DEPUIS 1985



sportsanteunilepfl.ch

Unil
UNIL | Université de Lausanne

EPFL