

Optimisation de la performance

 ECTS
6 crédits

 Volume horaire
50h

 Période de
l'année
Semestre 5

LISTE DES ENSEIGNEMENTS

Méthodologie de l'entraînement & Modélisation	30h
APSA 1 Musculation	10h
APSA 2 Activités d'entretien et de développement	10h

Pour en savoir plus, rendez-vous sur > u-paris.fr/choisir-sa-formation