

DESU OPPTS 2026-2027

DATE DES 5 SEMAINES DE FORMATION

Semaine N°1 du 5 OCTOBRE AU 9 OCTOBRE 2026
U7 Connaissances fondamentales pluridisciplinaires

Semaine N° 2 du 16 NOVEMBRE AU 20 NOVEMBRE 2026
U8 Techniques d'entraînement des qualités musculaires et
cardiorespiratoires

Semaine N° 3 du 7 DECEMBRE AU 11 DECEMBRE 2026
U9 Evaluation de la performance

Semaine N°4 du 1 FEVRIER AU 5 FEVRIER 2027 à confirmer
U10 Planification de l'entraînement

Semaine N° 5 du 29 MARS AU 2 AVRIL 2027 à confirmer
U11 Retour de blessure, réathlétisation, management