

# Cross-Training

---



**ECTS**  
3 crédits



**Volume horaire**  
22h



**Période de  
l'année**  
Semestre 6

## LISTE DES ENSEIGNEMENTS

---

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Conditionnement métabolique	Elément Constitutif d'UE	2h		4h	
Haltérophilie	Elément Constitutif d'UE	1h		10h	
Gymnastique	Elément Constitutif d'UE	1h		4h	

**Pour en savoir plus, rendez-vous sur > [u-paris.fr/choisir-sa-formation](https://u-paris.fr/choisir-sa-formation)**