

# Techniques de musculation et d'entraînement

---



Volume horaire  
31h



Période de  
l'année  
Semestre 5

## Présentation

### HEURES D'ENSEIGNEMENT

---

Techniques de musculation et d'entraînement	Cours Magistral	11h
Techniques de musculation et d'entraînement	Travaux Dirigés	2h
Techniques de musculation et d'entraînement	Travaux Pratiques	18h

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