

ACTIVITÉS SPORTIVES

SPORT ACTIVITIES

La Cité internationale propose à ses résidents et à ses salariés plus de 34 activités sportives, à tarifs préférentiels.



2026-2027



**CITÉ
INTERNATIONALE
UNIVERSITAIRE
DE PARIS**

1

PROGRAMME ACTISPORT LIBRE

Plusieurs activités au choix, non encadrées.

Free access to all the activities, no supervision.

LUNDI
MONDAY

MARDI
TUESDAY

MERCREDI
WEDNESDAY

MAISON INTERNATIONALE : SALLE DE MUSCULATION | NIVEAU -2

Musculation

16h-22h

12h-14h
16h-22h

18h-22h

STADE OUEST

Football

21h-23h

•

•

ESPACE SUD

Tennis
de table⁽¹⁾

12h-13h

15h-16h

•

GYMNASSE DES ARTS ET MÉTIERS

Badminton

12h-14h

12h-14h

12h-13h
21h30-23h

Basket

21h30-23h

•

•

Futsal

•

•

•

Tennis⁽¹⁾

9h-23h

9h-23h

9h-23h

Volley-ball

•

21h-23h

•

STADE DALMASSO

Football à 5
extérieur

19h-21h

18h-19h30

•

PARC DE LA CITÉ INTERNATIONALE

Pétanque⁽²⁾
sous réserve de luminosité

9h-20h

9h-20h

9h-20h

Jeux
inter-fondations

À partir de février 2027
From February 2027

⁽¹⁾ Matériel à disposition à l'accueil
Réservation de son terrain sur le portail des résidents

⁽²⁾ Matériel à disposition à l'accueil de l'Espace Sud

⁽¹⁾ Sport equipment available at the reception
Tennis booking on the Resident's Portal

⁽²⁾ Sport equipment available at the Espace Sud's reception

JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY	DIMANCHE SUNDAY
18h-22h	12h-14h 16h-22h	12h-18h	12h-18h
•	•	•	17h-18h30
•	12h-13h	•	•
• 21h30-23h 9h-23h •	• • 9h-23h 21h-23h	17h-19h (01/09 au 31/01 et du 15/05 au 30/06) • • 9h-23h 19h-23h (01/09 au 31/01 et du 15/05 au 30/06)	9h-11h30 12h30-18h 21h-23h (01/09 au 31/01 et du 15/05 au 30/06) 18h-21h (01/09 au 31/01 et du 15/05 au 30/06) • 9h-23h •
•	•	•	•
9h-20h	9h-20h	9h-12h	•

2

PROGRAMME ACTISPORT ENCADRÉ

Programme 1 Actisport libre inclus.

Plusieurs activités au choix, encadrées par un(e) professionnel(le).

Places limitées pour chaque cours.

LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY
-----------------	------------------	-----------------------

MAISON INTERNATIONALE : PISCINE | NIVEAU -2

Natation libre	12h-14h 18h-21h15	11h30-17h 18h-21h45	12h-13h 18h-21h45
Natation encadrée	•	17h-18h Apprendre à nager	•
Water polo	•	•	•

ESPACE SUD

Body sculpt	•	17h-18h	•
Cardio Fit	•	•	•
Cuisses Abdos Fessiers	•	18h-19h	•
Danse classique Tous niveaux	•	•	•
Gym suédoise	18h-19h	•	18h-19h
Krav-Maga Self-défense	18h30-20h 20h-21h (Cours féminin)	•	•
Pilates	•	•	•
Stretching	•	•	•
Yoga	•	19h-20h Postural	•
Zumba	•	20h30-21h30	•

Program 1 Actisport free included.

Several activities to choose from, supervised by a professional.
Limited places for each class.

JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY	DIMANCHE SUNDAY
14h-17h30 18h-20h	8h30-13h15 18h-21h45	10h30-15h45	10h30-15h45
13h-14h Perfectionnement	•	•	•
20h15-21h45 Mixte	•	•	•
12h-13h	•	•	•
•	17h-18h	•	•
•	18h-19h	•	•
•	•	14h30-16h30	•
•	•	•	•
•	•	•	•
17h-18h	•	•	•
13h-14h	19h-20h	•	•
18h-19h Vinyasa	•	•	•
19h-20h Postural			
19h-20h	•	•	•

LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY
-----------------	------------------	-----------------------

RÉSIDENCE JULIE-VICTOIRE DAUBIÉ

Salle de sport | 8^e étage

HIIT	18h-19h	●	●
Cuisses Abdos Fessiers	17h-18h	●	●
Danse : rock (à partir du 10/09)	●	●	●
Danse : folk (à partir du 10/09)	●	●	●
Krav-Maga Self-défense	●	●	●
Pilates	●	13h-14h	●
Yoga	19h-20h Vinyasa	12h-13h Postural	●

GYMNASÉ DES ARTS ET MÉTIERS

Gym suédoise	●	●	●
--------------	---	---	---



JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY	DIMANCHE SUNDAY
•	•	•	•
•	•	•	•
19h-20h30	•	•	•
20h30-22h	•	•	•
•	•	11h-12h30	•
•	•	•	•
•	•	14h30 à 15h30 Ashtanga	•
•	•	•	11h30-12h30



LUNDI
MONDAY

MARDI
TUESDAY

MERCREDI
WEDNESDAY

MAISON DES ÉTUDIANTS DE LA FRANCOPHONIE

Salle de sport | RDC

Bachata



20h-21h15
Intermédiaire



**Danses
orientales**

19h30-20h30
débutant
20h30-21h30
intermédiaire



Krav-Maga
Self-défense



Salsa



18h45-20h : salsa New York style débutant
21h30-22h45 : salsa portoricaine
inter-avancé



EXTÉRIEUR

Athlétisme⁽¹⁾
vitesse et saut
(du 17/09 au 10/06)



Endurance
du 5km au marathon
tous niveaux
(du 14/09 au 10/06)

15h-16h30
16h30-18h
18h-20h
Rdv Espace Sud



⁽¹⁾ Piste principale du stade Charléty : 99 boulevard Kellermann 75013 Paris, accès Tram T3a Stade Charléty

OPTION ENSEIGNEMENT TENNIS

TENNIS LESSONS OPTION

Un créneau d'une heure à 50 €.
Obligation de disposer d'un
abonnement annuel.

JEUDI

19h-20h - Niveau débutant
20h-21h - Niveau intermédiaire
21h-22h - Niveau avancé

One-hour session for 50 €.
An annual membership
is required.

THURSDAY

7:00 p.m.-8:00 p.m. - Beginner level
8:00 p.m.-9:00 p.m. - Intermediate level
9:00 p.m.-10:00 p.m. - Advanced level

JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY	DIMANCHE SUNDAY
-------------------	--------------------	--------------------	--------------------

21h-22h15 débutant	•	•	•
•	•	•	•
19h-21h	•	•	•
•	•	•	•

17h-18h30 ⁽¹⁾ 18h30-20h ⁽¹⁾	•	•	•
•	•	•	•



LES TOURNOIS ENTRE RÉSIDENTS

TOURNAMENTS BETWEEN RESIDENTS

Jeux inter-fondations (JIF)

Les Jeux Inter-Fondations (JIF) sont un événement sportif annuel qui rassemble les maisons du campus autour de compétitions placées sous le signe du fair-play, de la mixité et de la convivialité. De février à mai, les résidents représentent leur maison dans différentes disciplines sportives. Chaque maison est invitée à mobiliser ses résidents pour constituer des équipes, organiser des entraînements et fédérer ses supporters. Les compétitions se déroulent sur une journée ou sous la forme de tournois, selon les disciplines. Les Jeux s'achèvent par une remise des récompenses lors de la Fête de la Cité.

Tournament between the foundations (JIF)

The Inter-Foundation Games (JIF) are an annual sporting event that brings together the campus houses for competitions centered on fair play, gender diversity, and camaraderie. From February through May, residents represent their houses in various sports. Each house is invited to rally its residents to form teams, organize practices, and bring together its supporters. The competitions take place over the course of a single day or in the form of tournaments, depending on the sport. The Games conclude with an awards ceremony during the Fête de la Cité.



EN SAVOIR PLUS

MODALITÉS

D'INSCRIPTION

DÉBUT DES INSCRIPTIONS
1^{er} septembre 2026

PORTES OUVERTES
du 1^{er} au 13 septembre 2026

Sur présentation d'un justificatif de résidence CiuP
Programme Actisport libre et encadré (hors option).

DÉBUT DES ACTIVITÉS AVEC ABONNEMENT
14 septembre 2026

MEMBERSHIP

BEGINNING OF SUBSCRIPTIONS
September 1st 2026

OPEN WEEK
September 1st 2026 to September 13th 2026

On presentation of proof of CiuP residency
Programs Actisport free and supervised (options not included).

ACTIVITIES STARTING WITH A MEMBERSHIP
September 14th 2026

INSCRIPTIONS

Inscription et règlement en ligne sur le Portail des résidents portail.ciup.fr

Pour l'accès au portail des résidents contacter : support@ciup.help



Pour toute inscription des mineurs pour certaines activités, merci de contacter la direction des sports : sports@ciup.fr

Documents à fournir en ligne

- ✔ photo d'identité à télécharger
- ✔ règlement par carte bancaire (paiement en ligne)

CLUB PARTENAIRE

Autres activités et pratique compétitive : www.puc.asso.fr | Ouvert au grand public

CALENDRIER

Du 1^{er} septembre 2026 au 30 juin 2027 : programmes Actisport libre et encadré

Attention : fermeture du lundi 22 décembre 2026 au dimanche 3 janvier 2027 inclus (sauf tennis). Modification des horaires et suspension de certaines activités pendant les vacances scolaires de printemps.

TARIFS DES OFFRES

Actisport libre Actisport encadré

112 €/an*	168 €/an*
67 €/semestre**	96 €/semestre**
47 €/trimestre***	68 €/trimestre***
26 €/mois***	37 €/mois***

* du 01/09/26 au 30/06/27

** du 1^{er} semestre du 01/09/26 au 31/01/27
ou 2^e semestre du 01/02/27 au 30/06/27

*** de date à date

WHERE DO I APPLY?

Online registration and payment on the Resident's Portal portail.ciup.fr

To access the Resident's Portal contact: support@ciup.help



Registration for minors (for specific activities), contact the sports department: sports@ciup.fr

Required documents online

- ✔ photo to upload
- ✔ credit card payment

PARTNER CLUB

Other activities and competitive practice: www.puc.asso.fr | Open to the public

TIMETABLE

From September 1st 2026 to June 30th 2027: programs Actisport free and supervised

Attention : The facility will be closed from Monday, December 22nd, 2026 to Sunday, January 3rd, 2027 inclusive (except for tennis). Opening hours will be modified and some activities suspended during the spring school holidays.

FEES

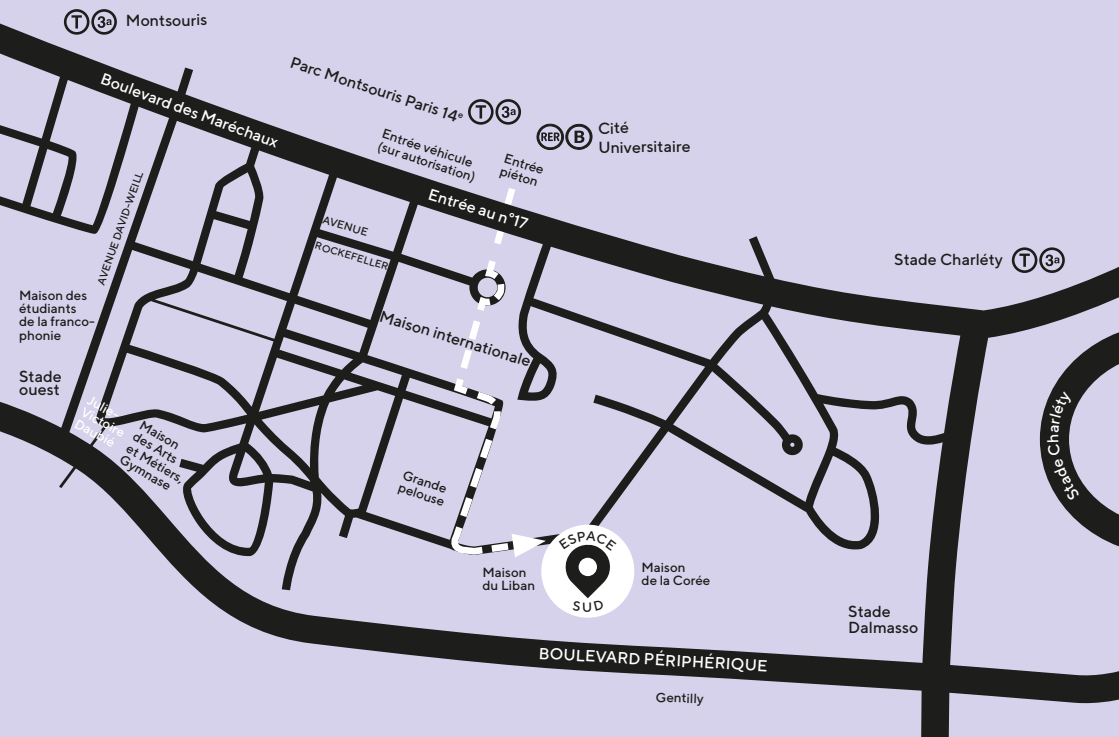
Actisport free Actisport supervised

112 €/year*	168 €/ year*
67 €/semester**	96 €/semester**
47 €/quarter***	68 €/quarter***
26 €/month***	37 €/month***

*from 01/09/26 to 30/06/27

** 1st semester from 01/09/26 to 31/01/27
or 2nd semester from 01/02/27 to 30/06/2027

*** from date to date



LA CITÉ INTERNATIONALE JOUE UN RÔLE IMPORTANT DANS LE DÉVELOPPEMENT DE L'OFFRE SPORTIVE UNIVERSITAIRE PARISIENNE.

Elle est convaincue du rôle
fédérateur du sport.

INFORMATIONS

T 01 58 40 83 30
sports@ciup.fr
La direction des sports
se trouve à l'Espace Sud
En savoir plus : ciup.fr/sports

INSCRIPTIONS



portail.ciup.fr