



Niveaux Step Cardio

Pour tout niveau

Cette offre ne nécessite aucun niveau particulier et est ouverte à toute la communauté des sports universitaires.

N1

Ce niveau s'adresse aux personnes débutantes ayant peu ou pas de connaissances préalables. L'offre est idéale pour celles et ceux qui souhaitent acquérir les bases.

N2

À ce niveau, les bases sont approfondies et les compétences consolidées.