



hochschulsport
freiburg

programm

sommer 2019

vorlesungsfreie Zeit (02.09. – 18.10.2019)

FITNESS & MORE

1. Fitnessgymnastik mit Musik (Beginn 02.09.19)

Mo	18.00-19.00	Halle II ABC	(D/H)	Anf./Fortg.
Mi	17.30-18.30	Halle II ABC	(D/H)	Anf./Fortg.
Fr	18.00-19.00	Halle II ABC	(D/H)	Anf./Fortg.

FITNESS- & GESUNDHEITZENTRUM*

Öffnungszeiten:

Montag/Mittwoch/Freitag: 9.00-22.00 Uhr

Dienstag/Donnerstag: 8.00-12.00 Uhr und
16.00-22.00 Uhr

Sa./So. und Feiertage: 10.00-15.00 Uhr

Alle Infos unter: www.fgz.uni-freiburg.de

Kontakt:

Tel: 0761 / 20367633 Mail: fgz@sport.uni-freiburg.de

BODY & MIND

1. Pilates

Di	19.00-20.00	Multifunktionsraum	(D/H)	Anf.
Di	20.00-21.00	Multifunktionsraum	(D/H)	Fortg.

2. Hatha-Yoga-Flow

Mo	9.00-10.00	Turnhalle	(D/H)	Anf.
----	------------	-----------	-------	------

3. Hatha-Yoga

Do	17.00-18.30	Turnhalle	(D/H)	Anf.
----	-------------	-----------	-------	------

GESUNDHEITSFÖRDERUNG

FÜR MITARBEITER/INNEN

1. Pilates

Di	12.00-13.00	Parität. Wohlf. Verb.	(D/H)
Di	13.00-14.00	Parität. Wohlf. Verb.	(D/H)

2. Yoga

Mo	8.00-9.00	Multifunktionsraum	(D/H)
----	-----------	--------------------	-------

INDIVIDUALSPORT

1. Ausdauersport

(Treffpunkt ISSF)

Mo	19.00-20.30	Lauffreff	(D/H)	(ohne ÜL)
Mi	19.00-20.30	Tempotraining	(D/H)	

2. Gerätturnen

Mo	17.30-20.00	Turnhalle	(D/H)	WKS
Mi	18.30-20.30	Halle II BC	(D/H)	Anf./Fortg./WKS

3. Leichtathletik

Freie Trainingsmöglichkeiten im Stadion (ohne Aufsicht und Betreuung)

4. Schwimmen

Wettkampfsport:

Di	20.00-22.00	FT-Bad	(D/H)	(zzgl. Eintritt)
Do	20.00-22.00	FT-Bad	(D/H)	(zzgl. Eintritt)

5. Trampolin

Di	19.00-21.00	Halle II C	(D/H)	Fortg.
Fr	15.00-17.00	Turnhalle	(D/H)	WKS

KAMPFSPORT

1. Boxen

Di	20.00-22.00	Halle II D	(D/H)	Fortg./WKS
----	-------------	------------	-------	------------

2. Fechten

Mo	20.30-22.00	Halle I E	Fortg./Aktive
Do	20.30-22.00	Halle I E	Fortg./Aktive

3. Karate

Di	18.30-20.00	Merian-Schule	(D/H)	Fortg.
----	-------------	---------------	-------	--------

4. Taekwon-Do

Di	20.00-21.30	Turnhalle	(D/H)	Anf./Fortg.
----	-------------	-----------	-------	-------------

SPIELE

1. Badminton

Di	20.30-22.00	Halle II AB	(D/H)	Anf./Fortg.
Fr	20.30-22.00	Halle II ABC	(D/H)	Anf./Fortg.

2. Basketball

Mo	19.00-20.30	Halle II ABC	(D/H)	Anf./Fortg.
Do	20.30-22.00	Halle II BC	(D/H)	Anf./Fortg.

3. Fußball

Mo	19.00-20.30	Halle II ABC	(D/H)	Fortg.
Do	19.00-20.30	Halle II ABC	(D/H)	Fortg.

4. Handball-Training

Mo	20.30-22.00	Halle II ABC	(D/H)	Fortg./WKS
----	-------------	--------------	-------	------------

5. Rugby

Infos und Termine unter www.hochschulsport.uni-freiburg.de

6. Tennis

Alle Tennisangebote (Kurse und freie Spielzeiten) finden Sie auf der Seite www.hochschulsport.uni-freiburg.de

7. Volleyball

Spiel:

Mi	20.30-22.00	Halle II ABC	(D/H)	Anf./Fortg.
Fr	19.00-20.30	Halle II ABC	(D/H)	Anf./Fortg.

Training:

Mi	18.30-20.30	Halle II A	(D)	Fortg.
Mi	18.30-20.30	Halle II A	(H)	Fortg.

TANZ

1. House-Dance

Di	16.00-17.30	Turnhalle	(D/H)	fortg. Anf.
----	-------------	-----------	-------	-------------

2. Salsa

Di	17.30-18.45	Turnhalle	(D/H)	Anf.
----	-------------	-----------	-------	------

Teilnahme am Hochschulsport nur für berechtigte Personen nach erfolgter Online-Anmeldung.

ANMELDEPFLICHT für alle Kurse!

Bitte beachten Sie unsere Rücktrittsregeln sowie alle näheren Informationen zu den jeweiligen Angeboten.

Anmeldung und ausführlichere Infos unter www.hochschulsport.uni-freiburg.de

www.hochschulsport.uni-freiburg.de



Mach den Sommer zum Erlebnis ...

- mit Top-Produkten und Beratung vom Testsieger*
- mit spannenden Kursen und Touren
- mit günstigem Verleih: Kanu, Bike, Klettern...



2x in Freiburg an der Schwarzwaldstraße, direkt neben Uni-Sportzentrum

10%
Studenten-
Rabatt*

* Gegen Vorlage eines gültigen Studentenausweises. Ausgenommen bereits reduzierte Artikel, Verleih, Werkstatt, Kurse, Elektronik.

* In jedem Freiburger Kundenpassagier von 2012 bis 2018 (unabhängige Kundenbefragung für verschiedene Branchen durch MFC Consulting)

Die Teilnahme an allen Hochschulsport-Kursen ist kostenpflichtig und nur für berechtigte Personen nach erfolgter Online-Anmeldung möglich. Ausführlichere Infos, AGB und Anmeldung unter www.hochschulsport.uni-freiburg.de.

