

Presse-Info

Hochschulsportzentrum
Campus, Gebäude B8 1
66123 Saarbrücken

Tel. 0681 302-57571
Fax 0681 302-57570

Anmeldebeginn für die Kurse des Hochschulsportzentrums der Uni

Ab Montag, 13. Oktober, ist die Anmeldung für das Hochschulsportprogramm im Wintersemester 2014/15 möglich. Die Kurse starten am 27. Oktober in Saarbrücken und am 3. November in Homburg. Das Sportprogramm beinhaltet wieder über 200 Veranstaltungen für Studierende und Bedienstete der saarländischen Hochschulen.

An den beiden Standorten Saarbrücken und Homburg finden in diesem Semester insgesamt 184 wöchentliche Kurse statt. 17 Workshops und Kompaktkurse, drei Turniere und Events sowie 17 Kurse für Bedienstete komplettieren das Angebot. Damit bietet das Hochschulsportzentrum einen vielfältigen sportlichen Ausgleich zum Studien- und Arbeitsalltag an der Saar-Uni.

Das neue Sportprogramm greift auch in diesem Semester aktuelle **Sporttrends** auf. Insbesondere das Thema „Body and Mind“ sowie die Verbindung von Anspannung und Entspannung stehen in Kursen wie deepWORK, Balance-Power, Aroha oder dem Workshop CranioSacral-Yoga im Fokus.

Im breit aufgestellten Bereich **Tanz** gibt es ebenfalls viel Neues zu entdecken und auszuprobieren: Modern Dance, Musical Dance, Bachata, Reggaeton oder Forró sind neben den Kursen und Workshops Standard & Latein, Charleston, Salsa, Ballett, Flamenco, Hip Hop, Irish Dance und Jazz Dance ganz neu dabei.

Die **Bediensteten der Saar-Uni** können mit Unterstützung ihres Arbeitgebers etwas für ihre Gesundheit tun und sich die Teilnahme am Hochschulsport auf ihre Dienstzeit anrechnen lassen. Ab dem Wintersemester gibt es auch in den speziellen Krafttrainings-Kursen für Bedienstete so genannte Flexi-Plätze, die durch einen unkomplizierten Wechsel des Kurstages eine noch bessere Vereinbarkeit des sportlichen Trainings mit den dienstlichen Erfordernissen ermöglichen.

Im **Hochschulsport-Fitnesszentrum Uni-Fit** auf dem Campus trainieren mittlerweile über 500 Personen. Voraussetzung für die Mitgliedschaft im Uni-Fit ist die Teilnahme an einem Einführungskurs. Für internationale



13.10.2014 | Seite 2

Studierende werden die Einführungskurse auch in englischer Sprache angeboten.

Neben den Studierenden und Bediensteten können auch **Gäste** im Rahmen freier Kapazitäten am Hochschulsport teilnehmen. Eine Mitgliedschaft im Uni-Fit sowie die Teilnahme an Schwimmveranstaltungen ist allerdings nur für Uni-Angehörige möglich.

Eine Übersicht über das komplette Sportprogramm gibt es unter www.uni-saarland.de/hochschulsport.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Rolf Schlicher

Leiter des Hochschulsportzentrums

Tel.: 0681/302 57571

E-Mail: rolf.schlicher@uni-saarland.de

www.uni-saarland.de/hochschulsport