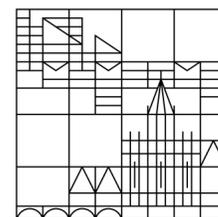


Buchbare Hochschul- sportkurse SS 2021



Universität
Konstanz



outdoor (ohne Testpflicht)

in den Sporthallen (Nachweispflicht nach der #3vG-Regel)*

Badminton Spielzeit 01	Di	18.45 – 20.00 Uhr	Universitätssporthalle 2+3	Leichtathletik 02	Do	17.30 – 19.30 Uhr	Stadion
Badminton Spielzeit 02	Do	17.15 – 18.30 Uhr	Universitätssporthalle 2+3	Materialausleihe Wassersport	Mo–Fr	13.00 – 20.00 Uhr	Wassersportgelände
Ballett Anfänger*innen 1	Do	17.30 – 18.30 Uhr	Historische Gymnastikhalle		Sa+So	11.00 – 20.00 Uhr	
Ballett Anfänger*innen 2	Do	18.45 – 19.45 Uhr	Historische Gymnastikhalle	Mittelalterlicher Schwertkampf	Fr	16.00 – 17.30 Uhr	Schule des Inneren Schwertes
Ballett Fortgeschrittene	Mi	17.00 – 18.15 Uhr	Historische Gymnastikhalle	Ninjutsu	Fr	18.30 – 20.30 Uhr	Historische Gymnastikhalle
Basketball lernorientiert	Mi	17.15 – 18.30 Uhr	Universitätssporthalle 3	Pilates Einsteiger*innen	Mo	08.00 – 09.00 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz
Basketball Spielzeit	Fr	20.15 – 21.30 Uhr	Universitätssporthalle 1+2	Pilates Fortgeschrittene	Di	11.15 – 12.15 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz
Bauch-Rücken-Spezial	Mo	18.00 – 19.00 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz	Ruderkurse verschiedene Niveaus	Termine siehe Homepage		Wassersportgelände
Bergsport verschiedene Angebote	Termine siehe Homepage		Ziele siehe Homepage	Rückenfit am Morgen	Do	09.15 – 10.15 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz
Bodyfit/Funktionales Training	Mi	18.00 – 19.30 Uhr	unter den Segeln/Kleiner Rasenplatz	Rückenfit am Nachmittag	Mi	16.30 – 17.30 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz
Bodyforming 01	Mo	20.30 – 21.30 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz	Rückenfit am Abend	Mo	19.15 – 20.15 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz
Bodyforming 02	Di	19.15 – 20.15 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz	Schwimmen (Kondition I+II)	Di+Do	20.00 – 21.40 Uhr	Freibad am Hörnle
Bodyforming 03	Do	19.15 – 20.15 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz	Segelkurse verschiedene Niveaus	Termine siehe Homepage		Wassersportgelände
Bogensport Anfänger*innen	Di+Do	17.00 – 19.00 Uhr	Bogensportplatz	Thai Bo	Do	19.00 – 20.00 Uhr	Champion Kampfkunst & Crossfight
Boulderkurse verschiedene Niveaus	Termine siehe Homepage		uniBloc	Tenniskurse verschiedene Niveaus	Termine siehe Homepage		Tennisplatz 3/4 Universität Konstanz
Capoeira	Mi	20.00 – 21.00 Uhr	unter den Segeln/Kleiner Rasenplatz	Tischtennis verschiedene Niveaus	Di	18.45 – 20.00 Uhr	Universitätssporthalle 1
Contemporary Dance	Mi	20.15 – 21.30 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz	Trampolin Level 1+2	Mo	17.15 – 18.30 Uhr	Universitätssporthalle 1
CrossTraining	Di	19.00 – 20.00 Uhr	Champion Kampfkunst & Crossfight	Trampolin Level 3 + WK	Mo	18.45 – 20.00 Uhr	Universitätssporthalle 1
Faszientraining meets Blackroll	Do	10.30 – 11.30 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz	Turnen für Anfänger*innen 01+02	Fr	17.15 – 19.15 Uhr	Universitätssporthalle 2+3
Funktionelle Fitnessgymnastik	Mi	19.00 – 20.00 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz	Turnen für alle Niveaus 01+02	Mi	18.45 – 20.45 Uhr	Universitätssporthalle 1,2,3
Fußball Lernorientiert Anfänger*innen	Mo	18.30 - 20.30 Uhr	Großer Rasenplatz	Turnen für alle Niveaus 03+04	Do	18.45 – 20.45 Uhr	Universitätssporthalle 1,2,3
Gesellschaftstänze unter Corona	Fr	20.00 – 21.30 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz	Tricking für alle Niveaus	Di+Fr	20.15 – 21.30 Uhr	Universitätssporthalle 2+3
Handball Mixed Spielzeit	Mo	20.15 – 21.30 Uhr	Universitätssporthalle 1,2,3	Volleyball lernorientiert A/B	Mi	17.15 – 18.30 Uhr	Kleiner Rasenplatz
H.I.I.T.	Do	20.30 – 21.30 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz	Volleyball lernorientiert B/C	Mo	17.15 – 18.30 Uhr	Kleiner Rasenplatz
Hip Hop	Di	16.45 – 17.45 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz	Volleyball Spielzeit	Mi	18.45 – 20.00 Uhr	Kleiner Rasenplatz
Hockey	Mi	20.00 – 21.30 Uhr	Hockeyplatz am Wasserwerk	Windsurfen verschiedene Niveaus	Termine siehe Homepage		Wassersportgelände
Kanukurse verschiedene Niveaus	Termine siehe Homepage		Wassersportgelände	Yoga: Chi Yoga	Di	17.00 – 18.30 Uhr	unter den Segeln/Kleiner Rasenplatz
Karate Anfänger*innen & Fortg.	Di	18.00 – 19.00 Uhr	Bonsai Karateschule	Yoga: Hatha Yoga in Englisch	Mi	09.45 – 10.45 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz
Kickboxen	Do	20.00 – 21.30 Uhr	Champion Kampfkunst & Crossfight	Yoga für Körper, Herz &Verstand	Fr	08.00 – 09.30 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz
Kletterkurse verschiedene Niveaus	Termine siehe Homepage		Kletterturm und uniBloc	Yoga +	Mo	19.15 – 21.15 Uhr	unter den Segeln/Kleiner Rasenplatz
Laufen verschiedene Niveaus	Termine siehe Homepage		Treffpunkte laut Homepage	Yoga: Vinyasa Stil	Mi	17.45 – 18.45 Uhr	Zeltpavillion/Tennisplatz
Leichtathletik 01	Di	17.00 – 19.00 Uhr	Stadion	Zumba Fitness & Strong	Termine siehe Homepage		Zeltpavillion/Tennisplatz

*Es gilt die #3vG-Regel für alle Indoor-Angebote

- vollständig geimpft / Impfpass (ab zwei Wochen nach der letzten Impfung)
- vollständig genesen / positiver PCR-Test (nicht älter als 6 Monate)
- vollständig getestet / negativer Corona-Test (nicht älter als 24h)

Eines dieser #3vG ist bei jeder Teilnahme indoor zuvor vor Ort nachzuweisen

*The #3vG rule applies for all indoor offers

- fully vaccinated / vaccination certificate (two weeks after 2nd vaccination)
- fully recovered / positive PCR test, not older than 6 months
- fully tested / negative Corona test, not older than 24h

One of these #3vG has to be proven indoor before on site at each participation



Der QR-Code bringt Dich direkt zur Kursübersicht online, wo alle Kurse buchbar sind!!!

Eine Teilnahme am Kurs ohne vorherige Buchung ist nicht möglich!!!

✕

Kontakt
 Hochschulsport Universität Konstanz
 Büro G 206 (Besuch per
 Zeitslot-Onlinebuchung möglich)
 +49 7531 88-2640 oder 882590
 hsp@uni.kn

Infos und Anmeldung
 – uni.kn/hsp