


Termine WS 2019/20
Oktober 2019

- 16.10. TUC-Start Messe
- 17.10. ab 8.00 Uhr Anmeldung der Hochschulsportkurse über Stud.IP

November 2019

- 07.11. Skiflohmarkt mit Glühwein und Après Ski Hits mit Markus
- 19.11. HM Dart
- 21.11. HM Floorball
- 26.11. HM Badminton

Dezember 2019

- 02.12. HM Volleyball
- 05.12. HM Basketball
- 12.12. HM Tischtennis
- 17.12. Biathlonkurs

Januar 2020

- 14.01. Langlauf Kurs klassisch
- 18.01./19.01. Ski Alpin Wochenendkurs (Anfänger)
- 18.01./19.01. Snowboard Wochenendkurs (Anfänger)
- 27.01. Biathlonkurs
- 22.01. Schnuppertageskurs Snowboard/Ski (Anfänger)

Februar 2020

- 05.02. Tageskurs Ski Alpin/Snowboard (Fortgeschrittene)
- 10. 02. Langlauf Kurs Skating
- 12.02. HM Skilanglauf
- 22.-23.02. Ski Alpin Wochenendkurs (Anfänger)
- 22.-23.02. Snowboard Wochenendkurs (Anfänger)

Wintersport


Wenn im Harz der Schnee fällt, dann lockt der Oberharz mit einem abwechslungsreichen Wintersportangebot. Egal ob Langlauf, Alpin-Ski, oder Snowboard, das Sportinstitut der TU Clausthal verfügt über umfassendes Wintersportmaterial, welches sich Hochschulsporttreibende ausleihen können.

Öffnungszeiten – Skiverleih:
Mo bis Sa 9.00–12.00 Uhr
weitere Öffnungszeiten siehe Homepage

Angebote:

- Ski-Kurse
- Snowboard-Kurse
- Skilanglauf-Kurse
- Biathlon-Kurse
- Skilanglauf-Treff Donnerstag

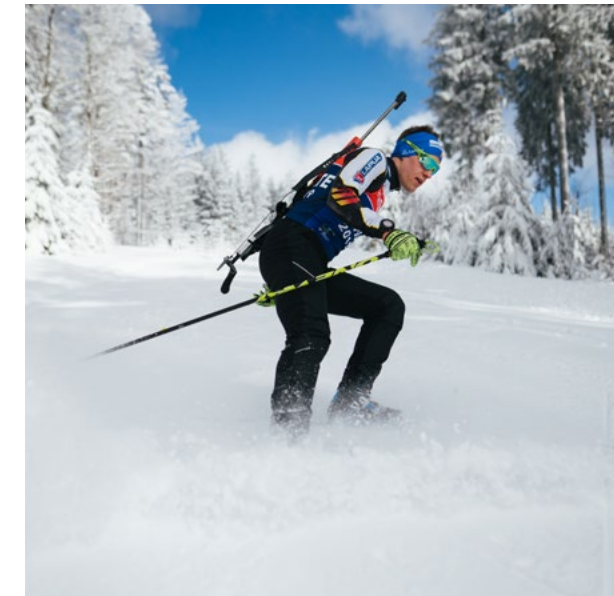


Weitere Informationen und Termine sind auf der Homepage des Sportinstitutes zu finden.


Ansprechpartner für die Sportarten Wintersemester 2019/20

Sportinstitut der TU Clausthal

Julius Albert Str. 2
38678 Clausthal-Zellerfeld
Telefon: 05323 72-7800
Telefax: 05323 72-7899
Internet: www.sport.tu-clausthal.de

Sportprogramm Wintersemester 2019/20
gültig vom 21.10.2019 bis 13.04.2020


Hochschulsport WS 2019/20



Im Wintersemester 2019/20 angebotene Sportarten:

- Aikido
- Badminton
- Basketball
- Biathlon
- Billard
- Body Athletics
- Body Workout
- Bogenschießen
- Boxen
- Cricket
- Dart
- Disc Golf
- Fechten
- Fit in die Woche
- Floorball (Unihockey)



- Frisbee (Ultimate Frisbee)
- Funktionelles Training mit Pilates
- Fußball
- Fußball für Mitarbeiter
- Gerätturnen
- Go
- Handball
- Hockey (Feld/Halle)
- Indoor Cycling
- Inline-Skaterhockey
- Kanusport (Kanupolo und Wildwasserkajak)
- Keiler-Training
- Kind-Eltern-Turnen
- Klettern / Bouldern
- Koordinationstraining / Motorische Fitness
- Krafttraining
- Mountainbiking
- Muay Thai
- Nordic Walking / Walking
- Rettungsschwimmen (DLRG)
- Rücken Fit



- Salsa-Tanzen
- Schach
- Schwimmen
- Selbstverteidigung
- Ski Alpin
- Ski Langlauf
- Snowboarding
- Sportschießen / Großkaliberschießen
- Sportschießen / Luftdruck- und Kleinkaliberwaffen
- Sportspiele für E-Sportler
- Step-Aerobic / Bauch-Beine-Po
- Taekwon Do
- Tauchsport
- Tennis
- Tischtennis
- Trampolin
- Volleyball
- Wasserball
- WinterFit (Fitness)
- Yoga
- Zumba® Fitness
- Zwergensport

Alle Trainingszeiten und Trainingsorte
sowie Informationen sind auf
der Homepage zu finden!

Finden Sie uns auch auf Facebook



Fitness-Treff



Anmeldung: Studenten, TU-Mitarbeiter sowie Gäste benötigen für den Fitness-Treff eine Nutzerkarte. Diese kann zu den Öffnungszeiten im Sekretariat erworben werden.

| Entgelt pro Semester | Studierende | TUC-Mitarbeiter | Gäste |
|---|-------------|-----------------|----------|
| | 25 Euro | 50 Euro | 110 Euro |
| Frühticket gültig von Mo–Fr 8–14 Uhr, Sa 9–12 Uhr | 15 Euro | 30 Euro | 70 Euro |

Allgemeine Öffnungszeiten Fitness-Treff im Vorlesungszeitraum: Mo bis Do 8.00–21.30 Uhr und Fr 8.00–20.00 Uhr, Sa 9.00–12.00 Uhr und 16.00–19.00 Uhr

Vorlesungsfreie Zeit Mo bis Fr 8.00–20.00 Uhr, Sa 9.00–12.00 und 16.00–19.00 Uhr

Anwesenheit der Übungsleiter zur Geräteeinweisung und Trainingsplanerstellung:
(für einen Termin bitte auf die aushängende Liste auf der Infotafel vor dem Fitness-Treff eintragen!)
Mo und Di 18.00–20.00 Uhr

Als Neueinsteiger/In ist das selbständige Trainieren erst nach Unterweisung an den Geräten durch die Übungsleiter/Innen in den betreuten Übungsstunden erlaubt! Versicherungsschutz über die LUK besteht nur bei angeleitetem Training durch die Übungsleiter. Selbständiges Training erfolgt auf eigene Gefahr!

Öffnungszeiten Sekretariat:

Mo 10.00–12.00 Uhr
Di 15.00–18.00 Uhr
Mi 15.00–18.00 Uhr
Do geschlossen
Fr 10.00–12.00 Uhr

Eine Übersicht über die Sportstättenabkürzungen finden Sie hier:

