



UNIVERSITÄTS- FREIZEIT- SPORT- PROGRAMM

SOMMER
SEMESTER
2023

Alle Studierenden, Bediensteten und AbsolventInnen einer österreichischen Universität, Fachhochschule oder Pädagogischen Hochschule sind herzlich eingeladen!

Der Grazer Universitätssport dient der körperlichen Fitness und der Kommunikation aller Studierenden untereinander - ist aber auch Bindeglied zwischen der akademischen Jugend und den akademischen LehrerInnen.

Der Universitätssport des USI ist Wegbereiter für viele neue und alternative Sportarten, die es lohnt, kennenzulernen - weiters ist er so ausgerichtet, dass Sie Ihr Bewegungsrepertoire erweitern und auch die soziale Seite des Sportes erfahren können.

Ein großer Teil des Sportangebotes ist anfängerorientiert, andere Einheiten setzen aber eine gewisse Leistungsstufe voraus. Das sportliche Angebot ist mit über 380 Kursen so breit gefächert, dass für jede/n eine passende Einheit dabei ist. Die Anmeldung kann im Universitäts-Sportinstitut (USI), im Erdgeschoss des Hauptgebäudes der Karl-Franzens-Universität oder online über MY USI DATA erfolgen.

Die USI Sportkurse sind Freizeit-Sportkurse und keine UNI Lehrveranstaltungen. Daher müssen sich unsere Kurse an die Corona-Vorgaben für Vereinssport halten. Diese können sich von UNI Lehrveranstaltungen unterscheiden (wie zb. Kursabsagen, 2-G Regel, Contact Tracing Liste, ...)

Auch die Möglichkeit zum Leistungsvergleich ist sehr umfangreich gegeben: Universitätsmeisterschaften in vielen Sparten werden in den verschiedensten Leistungs- und Altersstufen ausgeschrieben.

Neben den Grazer Sportkursen können über das USI Wien Sommerferien-Wochen in seinem Sportheim in Dienten am Hochkönig gebucht werden. Schi-Wochenkurse im Winter und Aktiv-Wellness-Wochen im Sommer stellen, zu günstigen Preisen, eine Bereicherung des Universitätssportes dar.

Über die Teilnahmebedingungen und über das Angebot am Sportunterricht, an akademischen Wettkämpfen und an Kursen, werden Sie auf den folgenden Seiten informiert. Da es für diese Sportkurse kein Curriculum gibt, können **keine Zeugnisse mit ECTS Anrechnungspunkten**, sondern nur Teilnahmebestätigungen ausgestellt werden.

Wir wollen Sie bewegen - machen Sie mit!

Mag. Gert Bernat, Institutsleiter
im Namen aller MitarbeiterInnen des USI

UNIVERSITÄTS-SPORTINSTITUT

| | |
|-------------------------------|---|
| Leiter, Abteilungsleiter..... | 8 |
| Sekretariat..... | 8 |
| USZ..... | 9 |

PROGRAMMINFORMATIONEN

| | |
|---|----|
| Unterrichtsstätten..... | 10 |
| Teilnahmebedingungen und organisatorische Hinweise..... | 12 |
| Kursgebühren..... | 12 |
| Haftpflicht- und Unfallversicherung..... | 13 |
| Sportärztliche Untersuchung..... | 13 |
| Allgemeine Geschäftsbedingungen..... | 14 |
| Info über MY USI DATA..... | 17 |
| Inskription, Fristen und weitere Termine..... | 18 |
| Anmeldeformular..... | 19 |
| Freie Übungskarten..... | 52 |
| Freie Übungsgruppen..... | 53 |
| Öffnungszeiten USZ-Rosenhain..... | 54 |

SPARTENANGEBOT – alphabetisch

| | |
|--|----|
| Aerobics..... | 24 |
| Aikido..... | 28 |
| Akrobatik/Parcour..... | 45 |
| Aqua Aerobics..... | 38 |
| Aqua Jogging..... | 38 |
| Bachata..... | 43 |
| Badminton..... | 36 |
| Ballett..... | 41 |
| Ballroom Dance..... | 43 |
| Ballspiele..... | 32 |
| Basketball..... | 33 |
| Beach-Volleyball (nur im SS)..... | 31 |
| Beach-Volleyball Camp (nur im SS)..... | 31 |
| Bewege und tanze dich frei..... | 41 |
| Bodystyling..... | 24 |
| Bogenschießen..... | 47 |
| Break Dance..... | 41 |
| Capoeira..... | 24 |
| Cross Training..... | 24 |
| Dance Hall..... | 41 |
| Darts..... | 44 |
| Discofox..... | 43 |
| Dodgeball..... | 32 |

| | |
|--|----|
| Drachenboot Einführung | 40 |
| Eishockey (nur im WS) | xx |
| Faszientraining | 27 |
| Fechten | 29 |
| Fitnessstraining | 25 |
| Fitnessstraining und Ballspiele für Herren | 25 |
| Fitnessstraining und Ballspiele für Bedienstete u. AbsolventInnen | 22 |
| Floorball | 32 |
| Footvolley | 31 |
| Frisbee..... | 32 |
| Funktionelle Gesundheitsprävention für Bedienstete u. AbsolventInnen | 22 |
| Funktionelle Gymnastik | 26 |
| Funktionelle Rücken-Bewegungsschule | 26 |
| Funktionelles Krafttraining-Wirbelsäule | 26 |
| Fußball..... | 33 |
| Fußball für Bedienstete und Absolventen | 22 |
| Gerätturnen | 44 |
| Golf | 50 |
| Gesundheitsgymnastik/Pilates für Bedienstete und AbsolventInnen | 22 |
| Gymnastik (Bauch, Beine, Po)..... | 23 |
| Handball | 32 |
| Hap Ki Do | 29 |
| Health Related Fitness Training..... | 27 |
| Hip Hop..... | 41 |
| Hockey/Hallenhockey | 32 |
| Indian Balance | 27 |
| Jazz Dance..... | 42 |
| Jiu Jitsu | 30 |
| Judo | 29 |
| Kajak | 40 |
| Kickboxen | 29 |
| Karate Shotokan..... | 30 |
| Kendo / Jodo..... | 30 |
| Kitesurfen (nur im SS)..... | 40 |
| Lacrosse..... | 32 |
| Leichtathletik | 46 |
| Laufen/Marathon-Training..... | 46 |
| Mentales Training | 27 |
| Modern African Dance | 42 |
| Modern Dance..... | 42 |
| Mountainbike (nur im SS) | 48 |
| Musical Dance..... | 42 |
| Ninja Training | 45 |
| Orientalischer Tanz..... | 42 |
| Orienteering (nur im SS) | 47 |
| Outdoor-Kurse (nur im SS)..... | 20 |

| | |
|---|----|
| Padel-Tennis (nur im SS)..... | 37 |
| Pilates für Bedienstete und AbsolventInnen | 22 |
| Pilates | 26 |
| Pole Dance..... | 42 |
| Pool Billard..... | 44 |
| Power Gymnastics | 23 |
| Qigong..... | 27 |
| Rebound Aerobics..... | 24 |
| Rock 'n' Roll | 43 |
| Rudern | 40 |
| 5 Rhythmen | 41 |
| Salsa | 43 |
| Schach | 46 |
| Schwimmen für Bedienstete und AbsolventInnen..... | 22 |
| Schwimmen | 38 |
| Segeln | 39 |
| Seilklettern Indoor | 46 |
| Selbstverteidigung..... | 30 |
| Shiatsu..... | 27 |
| Slackline | 45 |
| Spikeball (nur im SS)..... | 32 |
| Spinning | 47 |
| Sportklettern/Bouldern..... | 45 |
| Sportmassage | 47 |
| Sportschießen..... | 47 |
| Squash..... | 36 |
| Stand Up Paddeln (SUP, nur im SS)..... | 40 |
| Street Jazz (Videoclipdance) | 42 |
| Swing / Boogie / Lindy Hop..... | 43 |
| Tango Argentino | 43 |
| Tae Kwon Do | 29 |
| Taiji Quan | 30 |
| Tauchen..... | 38 |
| Tennis | 37 |
| Tischtennis | 37 |
| Total Body Workout, Piloxing Cardiotraining..... | 23 |
| Trampolinspringen | 45 |
| Triathlon Workshop | 46 |
| Volleyball | 34 |
| Wakeboarden (nur im SS)..... | 40 |
| Wasserspringen..... | 38 |
| Weight Lifting..... | 44 |
| West Coast Swing | 43 |
| Windsurfen (nur im SS) | 39 |
| Yoga | 28 |
| Zumba..... | 24 |

| | |
|---------------------------------------|----|
| Freie Übungskarten (FÜ-Karten)..... | 52 |
| Freie Übungsgruppen (FÜ-Gruppen)..... | 53 |

ALPINKURSE

| | |
|---|----|
| Canyoning | 48 |
| Klettersteigkurs..... | 48 |
| Klettern im Grazer Bergland | 48 |
| Alpinklettern für EinsteigerInnen | 48 |
| Hochalpines Bergsteigen..... | 48 |

UNIVERSITÄTS-MEISTERSCHAFTEN

| | |
|--|----|
| Wettkämpfe im SS 2023 | 56 |
| Haftung bei Unfällen | 56 |
| Wettkampfkalender SS 2023..... | 58 |
| Unisport Austria Meisterschaften | 59 |
| Kleeblattlauf | 62 |





klampferdruck
UNIVERSITÄTSDRUCKEREI

Der erste Eindruck zählt!

Ihre Geschäftsdrucksorten wie Briefpapier, Visitenkarten oder Broschüren sind das erste Aushängeschild Ihres Unternehmens. Mit qualitativ hochwertigen Druckprodukten vermitteln Sie im ersten Eindruck Qualität und Zuverlässigkeit.

Nutzen Sie diesen Effekt.

Klampfer-Druck unterstützt Sie bei der Umsetzung Ihrer Vorstellungen und berät Sie über die vielfältigen Möglichkeiten der Druckveredelung.

Unsere Kundenbetreuer beraten Sie gerne vor Ort.

Vereinbaren Sie ein persönliches Beratungsgespräch unter 03178 / 28 555 - 0.





Mag. Gert BERNAT

Institutsleiter

Mo - Fr 09:00 bis 15:00 Uhr (nach Vereinbarung)

Tel.: 0316 380 2256

E-Mail: gert.bernat@uni-graz.at



Mag. Martin JANDL

Leiter der Abteilung: USI Kursmanagement

Mo, Di und Do, Fr 09:00 bis 12:00 Uhr (nach Vereinbarung)

Tel.: 0316 380 2258

E-Mail: martin.jandl@uni-graz.at



Prof. Mag. Udo BEYER (Sabbatical)

Leiterstellvertreter; Leiter der Abteilungen:

Outdoor-Kurse, Wettkämpfe und Meisterschaften

SEKRETARIAT USI

UNIVERSITÄTSPLATZ 3 (ERDGESCHOSS), 8010 GRAZ

INSKRPTION: Mo - Fr 09:00 bis 12:00 Uhr

In der Unterrichtszeit zusätzlich Di u. Do 13:00 bis 15:00 Uhr

TEL: 0316 380 2255

E-MAIL: usigraz@uni-graz.at **HOME PAGE:** www.usigraz.at

Margot FORTIN, Büroleitung 380 2268

Regina GRÜSSER 380 2255

Anna Maria GSÖLS 380 2265

Manuela NÖST 380 2267

Daniela PREM 380 2266

UNI SPORTZENTRUM ROSENHAIN
MAX-MELL-ALLEE 11, 8010 GRAZ

TEL: 0316 380 1399 und 0664 872 1430
E-MAIL: usz.rosenhain@uni-graz.at

Hallenwarte

Erich AMSCHL
Mag. Martin GLATZ
Ewald HARTNER
Mag. Jürgen MARTINI

Simon MÜLLER
Heimo ENGL (Sa)
Wilhelm TRUMMER

Reinigungskraft: Renata MARKUSIC
Milka KRZIC



Eigentümer, Herausgeber und Verleger: Universitäts-Sportinstitut Graz. Für den Inhalt verantwortlich: Leiter Mag. Gert BERNAT, 8010 Graz, Universitätsplatz 3, Erdgeschoss. Portraitfotos: Zemljic, Offenlegung gem. § 25 Mediengesetz: Das Verzeichnis der Unterrichts- und Sportveranstaltungen des Universitäts-Sportinstitutes Graz verfolgt das Ziel, die BenutzerInnen über den freiwilligen Universitätssport zu informieren.

UNTERRICHTSSTÄTTEN DES UNIVERSITÄTS-SPORTINSTITUTES

| | | |
|----------|----|--|
| ALTATHON | | Eisbachgasse 900, 8041 Graz; Bus 34 |
| ANDRÄ | 25 | Hauptschule St. Andrä, Grenadiergasse 1, 8020, Bus 31 |
| ASKÖ B3 | 29 | ASKÖ-Halle B3 Eggenberg, Schloßstraße 20, 8020, Tram 1 |
| ASKÖ JU | 29 | ASKÖ-Judo-Halle Eggenberg, Schloßstraße 20, 8020, Tram 1 |
| ATG | 22 | Allgemeiner Turnverein, Kastelfeldg. 8, Gymnastiksaal, 8010, Tram 3, 6 |
| ATG FECH | 22 | Allgemeiner Turnverein, Kastelfeldg. 8, Gymnastiksaal, 8010, Tram 3, 6 |
| ATG TUS | 22 | Allgemeiner Turnverein, Kastelfeldg. 8, Gymnastiksaal, 8010, Tram 3, 6 |
| AUG 1 | 27 | Augustinum, Saal 1, Lange Gasse 2, 8010, Tram 4, 5, Bus 41 |
| AUG 2 | 27 | Augustinum, Saal 2, Lange Gasse 2, 8010, Tram 4, 5, Bus 41 |
| AUG 3 | 27 | Augustinum, Saal 3, Lange Gasse 2, 8010, Tram 4, 5, Bus 41 |
| AUGARTEN | 24 | Augartenpark Frida und Fred Kindermuseum, 8010, Bus 34 |
| BAD ATG | 22 | Allgemeiner Turnverein, Kastelfeldg. 8, Hallenbad, 8010, Tram 3, 6 |
| BAD AUST | 39 | Auster Sport- u. Wellnessbad, 8020, Janzg. 21, Tram 1, 7 |
| BAD HIB | 28 | Bad HIB Liebenau, Kadettengasse 19a, 8041, Bus 34, 74 |
| BAD UN 1 | 16 | Union-Hallenbad, Gaußgasse 3, Sportbecken, 8010, Tram 1, 7 |
| BAD UN 2 | 16 | Union-Hallenbad, Gaußgasse 3, Lehrschwimmbecken, 8010, Tram 1, 7 |
| BAL.AKAD | | Ballett Akademie, Schönaugasse 9, 8010 Graz; Nähe Jakominiplatz |
| BILLARD | 26 | Billard BROT & SPIELE, Mariahilfer Straße 17, 8020, Bus 40, 58, 63, 67 |
| CAC | | City Adventure Center, Idlhofgasse 74, 8020, Bus 31, 32 33 |
| CAR 1 | 5 | BG u. BRG Carnerigasse 30-32, großer Saal, 8010, Tram 4, 5, Bus 41, 62 |
| CAR 2 | 5 | BG u. BRG Carnerigasse 30-32, kleiner Saal, 8010, Tram 4, 5, Bus 41, 62 |
| COPA | | Badese Copacabana, 8401 Kalsdorf, Bus 630, 650 |
| DOJO | | City Dojo, Luthergasse 4, 8010, Tram 1, 7 |
| DREIER 1 | 34 | BRG Dreierschützengasse 15, Turnhalle 1, 8020, Bus 85 |
| DREIER 2 | 34 | BRG Dreierschützengasse 15, Turnhalle 2, 8020, Bus 85 |
| DREIHA 1 | 25 | BG Dreihackengasse 11, Eingang Grenadiergasse, Turnhalle 1, 8020, Bus 31 |
| DREIHA 2 | 25 | BG Dreihackengasse 11, Eingang Grenadiergasse, Turnhalle 2, 8020, Bus 31 |
| GABEL | 35 | Volksschule Gabelsbergerstraße 1, 8010, Gymnastiksaal, Bus 58,63 |
| GOLF | 1 | Golfclub Andritz St. Gotthard, Andritzer Reichsstraße 157, 8046, Bus 53 |
| HAK 1 | 23 | HAK Grazbachgasse 71, Turnhalle im Parterre, 8010, Bus 34, 34E |
| HAK 2 | 23 | HAK Grazbachgasse 71, Turnhalle im 1. Stock, 8010, Bus 34, 34E |
| HIB | 28 | HIB Liebenau, 3-fach Halle Blue Box, Kadettengasse 19a, 8042, Bus 34, 74 |
| HILM | 10 | Bogenschießplatz, Hilmteichstraße 85, 8010, Tram 1 |
| INJOY | | Injoy Med Ost, Rettenbacherstraße 4b, 8044, Tram 1, Bus 58 |
| IRMI | 32 | Ballettschule IRMI, Grabenstraße 8, 8010, Bus 58, 63 |
| KLETT | 08 | Kletterhalle blocHouse, Puchstraße 21, 8020, Bus 600, 630, 631, 640, 650 |
| KLU 2 | 31 | BG u. BRG Klusemannstraße 25, Turnhalle 2 (blau), 8020, Bus 33 |
| KÖR 1 | 4 | HTBL-Ortwein, Körösistr.157, Eing. Ortweing. 13, TH 1, 8010, Tram 4, 5 Bus 41, 53 |
| KÖR 2 | 4 | HTBL-Ortwein, Körösistr.157, Eing. Ortweing. 13, TH 2, 8010 |
| KÖR 3 | 4 | HTBL-Ortwein, Körösistr.157, Eing. Ortweing. 13, TH 3, 8010 |
| LHS | 2 | Landeshauptschießstätte, Radegunder Straße 8, 8045, Tram 4, 5 |
| LIC | 14 | BG u. BRG Lichtenfelsg. 3, Eingang Beethovenstraße, TH 1, 8010, Tram 1, 7 |

| | | |
|-----------|----|---|
| LIEBENAU | 19 | Eishalle-Liebenau, Zoisweg 2, 8041, Tram 4, Bus 73, 74 |
| LSZ A1 | 6 | Landessportzentrum, Jahngasse 3, Turnsaal 1, 8010, Bus 58, 63 |
| LSZ A2 | 6 | Landessportzentrum, Jahngasse 3, Turnsaal 2, 8010, Bus 58, 63 |
| LSZ A3 | 6 | Landessportzentrum, Jahngasse 3, Turnsaal 3, 8010, Bus 58, 63 |
| LSZ A4 | 6 | Landessportzentrum, Jahngasse 3, Turnsaal 4, 8010, Bus 58, 63 |
| LSZ GYM | 6 | Landessportzentrum, Jahngasse 3, Gymnastiksaal (2. St.), 8010, Bus 58, 63 |
| LSZ KRS | 6 | Landessportzentrum, Jahngasse 3, Kunstrasenplatz, 8010, Bus 58, 63 |
| MON | 20 | BORG Monsbergergasse 16, Turnhalle 2, 8010, Tram 4, 6 |
| MUR | | Bootshaus Marburger Kai 40, 8010 Graz; Nähe Hauptplatz |
| MURAUGAR | | Augartenbucht |
| PES 1 | 24 | BG Pestalozzistraße 5, Turnhalle 1, 8010, Bus 34 |
| PES 2 | 24 | BG Pestalozzistraße 5, Turnhalle 2, 8010, Bus 34 |
| PET 1 | 17 | BG Petersgasse 110, Turnhalle 1, 8010, Tram 6, Bus 63 |
| PET 2 | 17 | BG Petersgasse 110, Turnhalle 2, 8010, Tram 6, Bus 63 |
| POLE | 08 | Dance Arts Studio, Puchstraße 19, 8020, Bus 600, 630, 631, 640, 650 |
| RACKET | 30 | Racket Sport Center, Ragnitzstraße 58b, 8047, Bus 77 |
| RUDER | 21 | Bootshaus Ruderclub Graz, Murfelderstraße 260, 8041, Bus 34 |
| SAND | 43 | Sandkiste Mariatrost, Tannhofweg 3, 8044, Beachvolleyballplätze, Tram 1 |
| SCHWARZL | | Schwarzl Freizeitzentrum, Thalerhofstraße 85, 8141 Unterpremstätten, Bus 630, 671 |
| SEE 1 | 12 | BG u. BRG Seebacherg. 11, gr. Turnhalle, Eing. Elisabethstr., 8010, Tram 1, 7 |
| SEE 2 | 12 | BG u. BRG Seebacherg. 11, kl. Turnhalle, Eing. Elisabethstr., 8010, Tram 1, 7 |
| SPORTP | | Raiffeisen Sportpark, Hüttenbrennergasse 31, 8010 Graz, Tram 4 |
| TANZ CO1 | 38 | Tanzschule Conny&Dado, Körösistraße 81, 8010, Tram 4,5 |
| TANZ CO2 | 11 | Tanzvilla Conny&Dado, Körblergasse 1, 8010, Bus 58, 63 |
| UNION 2 | 16 | Union-Ballspielhalle, Gaußgasse 3 (Badeingang), 8010, Tram 1, 7 |
| URS 1+2 | 15 | Turnsaal der Ursulinen, Eingang Leonhardgürtel, 8010, Tram 1, 7 |
| USI GYM | 40 | Gymnastiksaal Margarettenbad, Grillparzerstraße 10, 8010, Bus 41, 58, 63 |
| USZ | 9 | USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Freigelände, 8010, Bus 58 |
| USZ 1 | 9 | USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Halle 1, 8010, Bus 58 |
| USZ 2 | 9 | USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Halle 2, 8010, Bus 58 |
| USZ 3 | 9 | USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Halle 3, 8010, Bus 58 |
| USZ 4 | 9 | USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Halle 4, 8010, Bus 58 |
| USZ 5 | 9 | USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Halle 5, 8010, Bus 58 |
| USZ Beach | 9 | USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Beachvolleyballplatz, 8010, Bus 58 |
| USZ Sem | 9 | USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Seminarraum, 8010, Bus 58 |
| USZ Tenn | 9 | USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Tennisplatz, 8010, Bus 58 |
| USZ WLB | 9 | USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Winterlaufbahn, 8010, Bus 58 |
| VIBES | | VIBES Fitness, Leechgasse 25, 8010, Tram 4, Bus 34 |
| WIKU 1 | 13 | Wirtschaftskundliches Gymnasium, Sandgasse 10, Halle 1, 8010, Bus 3, 36 |
| WIKU 2 | 13 | Wirtschaftskundliches Gymnasium, Sandgasse 10, Halle 2, 8010, Bus 3, 36 |
| WIKU 3 | 13 | Wirtschaftskundliches Gymnasium, Sandgasse 10, Halle 3, 8010, Bus 3, 36 |

UNIVERSITÄTS - SPORTPROGRAMM

für Studierende, Bedienstete und AbsolventInnen österreichischer Universitäten, Fach- und Pädagogischen Hochschulen

Teilnahmebedingungen und organisatorische Hinweise für den Unterrichtsbetrieb

Inskriptions- bzw. teilnahmeberechtigt sind ausschließlich

- **Studierende** einer österreichischen UNI, FH oder PH: Sie benötigen einen gültigen Studenausweis oder eine Studienbestätigung vom SS 2023 oder vom WS 2022/23.
- **Bedienstete** einer österreichischen UNI, FH oder PH: Sie benötigen einen aktuellen Ausdruck des Personalregisters (z.B.: UNIGRAZonline). Zusätzlich benötigen Sie einen amtlichen Lichtbildausweis.
- **AbsolventInnen** einer österreichischen UNI, FH oder PH: Sie benötigen ein Abschlusszeugnis und einen amtlichen Lichtbildausweis.

Zur **Teilnahme** an den **Unterrichtsveranstaltungen** berechtigt nur der **Kursausweis** (dieser ist unübertragbar und nur mit Lichtbildausweis gültig). **Kursausweise** sind **online** oder im **Universitäts-Sportinstitut** zu lösen. Durch die Inskription **verpflichtet** sich jede/r TeilnehmerIn zur **Einhaltung der Allgemeinen Geschäftsbedingungen** des USI Graz! Bei **Nichtbeachtung** der **AGBs** und bei **Missbrauch** des **Kursausweises** - auf welche Art auch immer - **wird dieser vom USI entzogen**.

KURSGEBÜHREN - TARIFSTRUKTUR 2023

Online Anmeldungen über MY USI DATA müssen per Kreditkarte (Mastercard / Visa) oder eps-Online-Banküberweisung bezahlt werden.

Die Kursgebühren für das ganze Semester bzw. für den gesamten Sportkurs sind jeweils bei allen Veranstaltungen ausgewiesen für:

- Preis a) Studierende Jahrgang 1994 und jünger** sowie **Lehrlinge** einer österreichischen UNI, FH oder PH; ältere Studierende, wenn sie eine österr. Studienbeihilfe nach StudFG 1992 beziehen
- Preis b) Studierende Jahrgang 1993 und älter** sowie **Bedienstete** einer österreichischen UNI, FH oder PH;
- Preis c) AbsolventInnen** (AkademikerInnen) einer österreichischen UNI, FH oder PH.

HAFTPFLICHT- UND UNFALLVERSICHERUNG

Durch die Inskription wird weder eine Unfall- noch eine Haftpflichtversicherung abgeschlossen! Das USI übernimmt bei Unfällen und Diebstählen jeglicher Art keinerlei Haftung! Die Teilnahme am Universitäts-sport erfolgt auf eigene Gefahr. Bei Unfällen und Verletzungen ist die eigene Krankenversicherung in Anspruch zu nehmen. Bei Fehlen einer Krankenversicherung kann die im Rahmen des ÖH-Beitrages abgeschlossene Unfall- und Haftpflichtversicherung herangezogen werden. Kontaktaufnahme im Schadensfall mit der ÖH (Tel.: 0316 380 2905).

SPORTÄRZTLICHE UNTERSUCHUNG

In den meisten Unterrichtsveranstaltungen des Universitäts-Sportinstitutes werden teils hohe organische und muskuläre Anforderungen gestellt! Ob Sie diesen Belastungen gewachsen sind, müssen Sie in Eigenverantwortung abschätzen! Daher empfiehlt das Universitäts-Sportinstitut vor allem jenen, die lange keinen Sport betrieben haben, sich sportärztlich voruntersuchen zu lassen.



ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN FÜR DIE ANMELDUNG UND TEILNAHME AM USI-PROGRAMM

Allgemeine Geschäftsbedingungen für die Anmeldung zu Sportkursen und Wettkämpfen (Wintersemester: Oktober - Jänner oder Sommersemester: März - Juni) am USI Graz

Universitäts-Sportinstitut Graz
Karl-Franzens-Universität, Universitätsplatz 3,
8010 Graz, Austria / UID: 57511277
Kontakt: Universitäts-Sportinstitut, Büro
Tel.: 0316 380 2255 / Fax 0316 380 9230
Email: usigraz@uni-graz.at / Web: <http://www.usigraz.at>

| | |
|-----------------------------------|-------------------------------|
| § 1 Geltungsbereich | § 6 Haftung / Versicherung |
| § 2 Berechtigte | § 7 Kursabsagen / Kursausfall |
| § 3 Kursanmeldung / Kursbezahlung | § 8 Anwendbares Recht |
| § 4 Verbot der Weitergabe | § 9 Gerichtsstand |
| § 5 Stornierung | § 10 Datenschutzerklärung |

§ 1 Geltungsbereich

Für die Beziehungen zwischen der Karl-Franzens-Universität Graz / Universitäts-Sportinstitut (in Folge USI) und dem/der Teilnehmer/in im Zusammenhang mit der Anmeldung/Bezahlung eines USI-Kurses (mehrerer USI-Kurse) gelten ausschließlich die nachfolgenden Allgemeinen Bedingungen in ihrer zum Zeitpunkt der Anmeldung gültigen Fassung. Abweichende Bestimmungen des Teilnehmers/der Teilnehmerin erkennt das USI grundsätzlich nicht an; ausgenommen, das USI hat ausdrücklich und schriftlich der Geltung zugestimmt.

§ 2 Berechtigte

Inskriptions- bzw. teilnahmeberechtigt sind ausschließlich Personen ab dem vollendeten 17. Lebensjahr, die Studierende, Bedienstete oder AbsolventInnen einer österreichischen UNI, FH oder PH sind. Personen, die das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, müssen zusätzlich eine schriftliche Zustimmung zur Kursanmeldung des/der gesetzlichen Vertreters/Vertreterin vorlegen.

Studierende benötigen einen gültigen Studienausweis des laufenden Semesters; Bedienstete benötigen einen aktuellen Ausdruck des Personalregisters (z.B.: UNIGRAZonline). Zusätzlich benötigen sie einen amtlichen Lichtbildausweis. AbsolventInnen benötigen ein Abschlusszeugnis einer österr. UNI, FH oder PH und einen amtlichen Lichtbildausweis.

§ 2 Kursanmeldung / Kursbezahlung

Die Kursanmeldung des/der Teilnehmers/in über das Internet erfolgt mit Angabe der gewünschten Daten und mit der Bezahlung des Kursbeitrages/der Kursbeiträge über die im Internet zur Verfügung gestellten Möglichkeiten der online-Bezahlsysteme (Kreditkarte, EPS). Der Ausdruck der Anmeldung gilt als Kursausweis und ist bei der Teilnahme an den gebuchten Kursen mitzuführen. Es können Kurse auch im USI-Büro mittels bargeldloser Kartenzahlung angemeldet werden.

§ 4 Verbot der Weitergabe an Dritte

Der/die Teilnehmer/in ist nicht berechtigt, den Kursausweis an andere Personen weiterzugeben. Eine missbräuchliche Verwendung, welcher Art auch immer, hat den sofortigen Einzug der Teilnahmeberechtigung und die Sperre für alle USI-Kurse zur Folge. Die Kurskosten werden nicht zurückerstattet. Darüber hinaus behält sich das USI weitere rechtliche Schritte vor.

§ 5 Stornierung

Die Stornierung eines über das Internet oder im USI gebuchten Kurses ist zu den Anmeldezeiten am USI direkt oder per Mail unter Angabe von Name, Kursnummer, Bank, IBAN und BIC möglich.

Lit a) Bei wöchentlich ausgeschrieben Semesterkursen

zum Standardtarif (6, 8 oder 15 Einheiten pro Semester) beträgt die Stornogebühr für eine Buchung im Tarif A € 6, im Tarif B € 9, im Tarif C € 18 pro storniertem Kurs, bei paarweiser Anmeldung (Tanzkurse) € 6/9/18 pro Person.

Eine Stornierung ist ausnahmslos bis 2 Wochen nach Unterrichtsbeginn möglich; bei Kursen mit 6 oder 8 Einheiten bis nach der ersten, jedenfalls aber vor der 2. Unterrichtseinheit.

Lit b) Bei geblockten Semester- und Alpinkursen mit Sonderpreisen gelten folgende Stornobedingungen:

- **bis 1 Monat vor Kursbeginn** € 6/9/18 Stornogebühr;
- **4 Wochen bis 8 Tage vor Kursbeginn** 40% des Kurspreises als Stornogebühr; bei Vorweisen einer Arztbestätigung 20%; bei Stellen einer Ersatzperson € 10 Ummeldegebühr;
- **1-7 Tage vor Kursbeginn** 100% des Kurspreises als Stornogebühr; bei Stellen einer Ersatzperson € 10 Ummeldegebühr.

Lit c) Bei **Meisterschaften** gelten folgende Stornobedingungen:

- **Einzelbewerbe:** Bis zum Nennschluss bekommen die TeilnehmerInnen die gesamte Nenngebühr retourniert. Danach wird die Nenngebühr nicht mehr rückerstattet.
- **Mannschaftsbewerbe:** Bei Mannschaftsbewerben wird bis zum Nennschluss eine Stornogebühr von 20% der Nenngebühr verrechnet. Danach ist keine Stornierung mehr möglich.

Lit d) Beim **Kleeblattlauf:**

Angemeldete Kleeblattlaufstaffeln können nicht storniert werden.

§ 6 Haftung / Versicherung

Durch die Inskription ist weder eine Unfall- noch eine Haftpflichtversicherung abgeschlossen! Das USI übernimmt bei Unfällen und Diebstählen jeglicher Art keinerlei Haftung! Die Teilnahme am Universitätsport erfolgt auf eigene Gefahr. Bei Unfällen und Verletzungen ist die eigene Krankenversicherung in Anspruch zu nehmen. Bei Fehlen einer Krankenversicherung kann die im Rahmen des ÖH-Beitrages abgeschlossene Unfall- und Haftpflichtversicherung herangezogen werden. Kontaktaufnahme im Schadensfall mit der ÖH (Tel.: 0316 380 2905).

§ 7 Kursabsagen / Kursausfall

Muss ein gebuchter USI-Kurs vom Veranstalter abgesagt werden (z.B. wegen zu geringer Anmeldezahlen), so wird der/die Kursteilnehmer/in umgehend von dieser Absage verständigt. In solchen Fällen wird der Kursbeitrag zur Gänze rückerstattet.

Einmalige Kursausfälle (Krankheit KursleiterIn, Turnsaalreparatur, u.ä.) werden nicht vergütet. Diese Informationen werden allen TeilnehmerInnen per Mail mitgeteilt und werden auf der USI Homepage bekannt gemacht.

§ 8 Anwendbares Recht

Es gilt österreichisches Recht.

§ 9 Gerichtsstand

Als Gerichtsstand wird das sachlich zuständige Gericht in Graz vereinbart.

§ 10 Datenschutzerklärung

Es wird auf die Datenschutzerklärung der UNI Graz verwiesen.
Siehe Homepage <https://www.uni-graz.at/de/datenschutzerklaerung/>

Stand: 01.09.2020.



INFO ÜBER MY USI DATA (INSKRPTIONSPROGRAMM)

MY USI DATA ist die Inskriptionssoftware des USI Graz und ermöglicht eine Online-Kursanmeldung und -bezahlung.

Sie möchten sich online anmelden, haben aber noch nie einen USI Kurs besucht?

Um den Online-Inskriptionsdienst in Anspruch nehmen zu können, müssen Ihre Daten mit E-Mail-Adresse zuvor in unserer internen Datenbank MY USI DATA eingetragen sein (**Ersteinschreibung, bis Mo, 20.02.2023**).

Wie funktioniert die Ersteinschreibung?

Die Ersteinschreibung kann entweder persönlich im USI Büro oder per Mail unter Vorlage von

- a) Studierende: Studienblatt und Wohnadresse
 - b) Bedienstete: Link zur Visitenkarte, Geburtsdatum und Wohnadresse
 - c) Alumni: Vorlage eines Nachweises des Studienabschlusses und Wohnadresse
- erfolgen. Ein Passwort, mit dem Sie in den Onlinebereich von MY USI DATA zur Kursinskription gelangen, wird Ihnen an Ihre Mailadresse zugesendet. Zukünftige Datenänderungen müssen Sie in MY USI DATA selbst vornehmen.

Ersteinschreibung für Studierende der KFUG/MED/KUG/TUG über CAMPUSonline

Studierende der KFUG/MED/KUG/TUG können die Ersteinschreibung auch über die persönliche Visitenkarte in CAMPUSonline durchführen (bis **spätestens Mo, 20.02.2023**). Zukünftige Datenänderungen müssen in MY USI DATA selbst vorgenommen werden. Beachten Sie des Weiteren, dass nach erfolgter CAMPUSonline Datenübertragung (über Nacht) das **Passwort selbst über MY USI DATA angefordert werden muss**.

Mit dem Passwort gelangen Sie über die Homepage in den Onlinebereich von MY USI DATA und können ab Do, 23.02.2023 ausgewählte USI Kurse online buchen und bezahlen (Kreditkarten Mastercard/Visa und EPS Online-Banküberweisung).

Datenübertragung und Statusabfrage über CAMPUSonline

Neben der „Ersteinschreibung“ kann auch eine Statusabfrage auf der persönlichen Visitenkarte in CAMPUSonline aktiviert werden. Damit ersparen sich Studierende die regelmäßige Vorlage der Inskriptionsbestätigung im USI-Büro und werden nicht automatisch (bei fehlender Inskriptionsbestätigung) für die MY USI DATA Online-Anmeldung gesperrt.

Es werden alle Restplätze online über MY USI DATA vergeben. Ab Mi, 01. März 2023 können im USI Büro Restplätze gebucht und Stornierungen/Umbuchungen vorgenommen werden.

Mit freundlichen Grüßen

Mag. Gert Bernat, Institutsleiter mit seinem Büroteam

INSKRPTION

- (1) **Vorinskription-Kursverlängerung im USI Büro 23.01. bis 03.02.2023**
TeilnehmerInnen von WS Semesterkursen können den gleichen Kurs für das SS buchen.
- (2) **Online-Inskription für UNI-FH-PH-Bedienstete: ab Do, 23. Februar 2023, 09:00 Uhr**
Ein Teil der Kursplätze wird für die Online-Inskription freigeschaltet.
Online-Inskription für 200 FITNN Jahreskarten für STUD sowie 50 Boulder-4-Monatskarten für STUD ab 12:00 Uhr.
- (3) **Online-Inskription (für Studierende und AbsolventInnen): ab Di, 28. Februar 2023, ab 08:00 Uhr in 8 Buchungsböcken (siehe Homepage)**

Bitte beachten Sie, dass diese Möglichkeit nur dann in Anspruch genommen werden kann, wenn Ihre Daten in unserer Datenbank bis Mo, 20. Februar 2023 verankert sind und Sie selbst über MY USI DATA ein Passwort angefordert haben.
- (4) **Inskription für Alpin- und geblockte Outdoor-Kurse, die nach Ostern beginnen.**
 - **Online am Mo, 20. März 2023 ab 10:00 Uhr über MY USI DATA**

Stornierungen von Semesterkurs-Buchungen können per Mail oder im USI-Büro vorgenommen werden und sind ausschließlich bis 2 Wochen nach Unterrichtsbeginn, wobei pro stornierter Neubuchung eine Gebühr von € 6/9/18 einbehalten wird. Bitte beachten Sie die gesonderten Stornobedingungen bei Blockkursen bzw. unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen.

UNTERRICHTSZEITEN / FERIEN

Unterrichtsbeginn: Mo, 06. März 2023
Outdoorurse mit 8 Einheiten: ab Mo, 17. April 2023

Unterrichtsende: Sa, 01. Juli 2023

Unterrichtsfrei:

Osterferien: Mo, 03. bis So, 16 April 2023
Staatsfeiertag: Mo, 1. Mai 2023
Christi Himmelfahrt: Do, 18. Mai 2023
Tag des Rektors: Fr, 19. Mai 2023
Pfingstferien: Sa, 27. bis Di, 30. Mai 2023
Fronleichnam: Do, 08. Juni 2023

OUTDOOR KURSE

OUTDOOR-KURSE

8 EINHEITEN AB MO, 17. APRIL 2023

INSKRIPTION: ONLINE AB MO, 20. MÄRZ 2023; 10:00 UHR ÜBER MY USI DATA

| | |
|--------------------------------|----------------|
| BEACH-VOLLEYBALL | siehe Seite 31 |
| BOGENSCHIESSEN | siehe Seite 47 |
| FOOTVOLLEY | siehe Seite 31 |
| KAJAK AUF DER MUR | siehe Seite 40 |
| ORIENTEERING | siehe Seite 47 |
| PARCOUR MIT AKROBATIKELEMENTEN | siehe Seite 45 |
| RUDERN | siehe Seite 40 |
| SPIKEBALL | siehe Seite 32 |
| STAND UP PADDELN | siehe Seite 40 |

OUTDOOR-KURSE IM BLOCK

INSKRIPTION: ONLINE AB MO, 20. MÄRZ 2023; 10:00 UHR ÜBER MY USI DATA

| | |
|---|----------------|
| GOLF (Platzreife) | siehe Seite 47 |
| KITESURFEN (Block im April) | siehe Seite 40 |
| MOUNTAINBIKE Camp – Istrien (Block im Juni) | siehe Seite 48 |
| MOUNTAINBIKE Camp – Gemona (Block im September) | siehe Seite 48 |
| MOUNTAINBIKE-FAHRTECHNIK Tag (Blöcke im April und Juni) | siehe Seite 48 |
| SEGELN-BFA Binnen Praxis (Block im Mai) | siehe Seite 39 |
| TAUCHEN Brevet* (Block im Mai) | siehe Seite 38 |
| TRIATHLON Workshop (Block im Juni) | siehe Seite 46 |
| WINDSURFEN (Block im Mai) | siehe Seite 39 |
| WAKEBOARDEN-EINFÜHRUNG (Block im Juni) | siehe Seite 40 |
| BEACH-VOLLEYBALL-CAMP LIGNANO (Block im Mai) | siehe Seite 31 |

ALPINKURSE IM BLOCK

INSKRIPTION: ONLINE AB MO, 20. MÄRZ 2023; 10 UHR ÜBER MY USI DATA

| | |
|--|----------------|
| CANYONING | siehe Seite 48 |
| KLETTERSTEIGKURS | siehe Seite 48 |
| KLETTERN (Seilklettern im Grazer Bergland) | siehe Seite 48 |
| ALPINKLETTERN für EinsteigerInnen | siehe Seite 48 |
| HOCHALPINES | siehe Seite 48 |

Beachten Sie die für die geblockten Outdoor- und Alpinkurse mit Sonderpreisen geltenden Stornobedingungen in den AGB, § 5, Lit b!



UNIVERSITÄTS-SPORTPROGRAMM für Bedienstete und AbsolventInnen

ÖSTERREICHISCHER UNIVERSITÄTEN, FACHHOCHSCHULEN und PÄDAGOGISCHER HOCHSCHULEN

| Nr. | Kursbezeichnung | Zeit | Ort | Preise Bed. / Abs. | KursleiterIn |
|--|---------------------------------|----------------|---------|-----------------------|-----------------------|
| FITNESSTRAINING für Bedienstete und AbsolventInnen | | | | | |
| 1 | Fitnesstraining & Yoga | Do 18:30-19:30 | USZ 5 | 35,00 / 60,00 | STEINBRENNER Birgit |
| 2 | Fitnesstraining für Herren | Mo 18:30-20:00 | USZ 5 | 50,00 / 90,00 | PEICHLER Florian |
| FUNKTIONELLE GESUNDHEITSPRÄVENTION für Bedienstete und AbsolventInnen | | | | | |
| 6 | Gesundheitsgymnastik Damen | Di 09:00-10:00 | USI GYM | 35,00 / 60,00 | NOVAK-TROPPER Claudia |
| 7 | Gesundheitsgymnastik Damen | Do 09:00-10:00 | USI GYM | 35,00 / 60,00 | NOVAK-TROPPER Claudia |
| 8 | Gesundheitsgymnastik Herren 50+ | Do 10:00-11:00 | USI GYM | 35,00 / 60,00 | NOVAK-TROPPER Claudia |

| | | | | | |
|--|---------------------------|----------------|---------|---------------|-----------------------|
| FUNKTIONELLES TRAINING für Bedienstete und AbsolventInnen | | | | | |
| 10 | Funkt. Turnen Wirbelsäule | Mo 16:00-17:00 | USI GYM | 35,00 / 60,00 | LECHNER Barbara |
| 11 | Funkt. Turnen Wirbelsäule | Mo 17:00-18:00 | USI GYM | 35,00 / 60,00 | LECHNER Barbara |
| 13 | Funkt. Turnen Wirbelsäule | Mi 09:00-10:00 | USI GYM | 35,00 / 60,00 | LECHNER Barbara |
| PILATES für Bedienstete und AbsolventInnen | | | | | |
| 17 | Pilates | Mo 08:00-09:00 | USI GYM | 35,00 / 60,00 | REGNER Flora Teresa |
| 18 | Pilates Damen | Do 08:00-09:00 | USI GYM | 35,00 / 60,00 | NOVAK-TROPPER Claudia |

| | | | | | |
|---|--|----------------|----------|---------------|-----------------------------------|
| FUSSBALL für Bedienstete und AbsolventInnen | | | | | |
| 20 | Fußball für Herren | Fr 18:30-20:00 | USZ 1-3 | 50,00 / 90,00 | EHALL Dietmar |
| SCHWIMMEN für Bedienstete und AbsolventInnen | | | | | |
| 22 | Schwimmen für Bedienstete und AbsolventInnen | Do 20:00-21:00 | BAD UN 1 | 50,00 / 90,00 | EHGARTNER Stefan WEGMAYER Lena |

UNIVERSITÄTS-SPORTPROGRAMM für Studierende, Bedienstete und AbsolventInnen

ÖSTERREICHISCHER UNIVERSITÄTEN, FACHHOCHSCHULEN und PÄDAGOGISCHER HOCHSCHULEN

GYMNASTIK (BEI BEDARF BITTE EIGENE GYMNASTIKMATTE MITBRINGEN)

| Nr. | Kursbezeichnung | Zeit | Ort | Preis Tarif A / Tarif B / Tarif C | KursleiterIn |
|---|--|----------------|-------|--------------------------------------|------------------|
| GYMNASTIK für Damen (Bauch, Beine, Po) | | | | | |
| 23 | Bauch, Beine, Po mit Step | Fr 14:00-15:30 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | POINTNER Philipp |
| 24 | Bauch Beine, Po, intensiv | Mi 19:00-20:30 | KÖR 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | POINTNER Philipp |
| 25 | Gymnastik für Damen (Bauch, Beine, Po) | Mo 18:00-19:30 | ANDRÄ | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HASLER Cornelia |
| 26 | Gymnastik für Damen (Bauch, Beine, Po) | Mi 19:30-20:45 | ANDRÄ | 29,00 / 43,00 / 75,00 | HASLER Cornelia |

TOTAL BODY WORKOUT

| | | | | | |
|----|--------------------------|----------------|----------|-----------------------|----------------------|
| 27 | Total Body Workout | Di 19:30-21:00 | URS 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | OFFENBACHER Stephan |
| 28 | Total Body Workout | Mi 20:00-21:30 | DREIER 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SCHREILECHNER Moritz |
| 29 | Total Body Workout Damen | Do 18:30-20:00 | WIKU 3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | KURZMANN Siegrid |
| 30 | Piloxing Cardiotraining | Mi 10:00-11:00 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | SUNNA Assunta |

MUSIKGYMNASTIK - FITNESSTRAINING

| | | | | | |
|----|--------------|----------------|---------|-----------------------|------------------|
| 31 | Body Workout | Mo 18:30-19:30 | USZ 2-3 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | HÜTTER Stephanie |
| 32 | Body Workout | Mo 19:30-20:30 | USZ 2-3 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | HÜTTER Stephanie |
| 34 | Body Workout | Di 18:00-19:30 | PES 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PEITLER Wolfgang |

POWER GYMNASTICS

| | | | | | |
|----|----------------------------------|------------------|----------|-----------------------|------------------|
| 35 | Powergym mit Ballspielen | Di 19:00 - 20:30 | KÖR 3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | JANDL Martin |
| 36 | Power Gymnastics | Mi 19:00-20:00 | KÖR 2 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | WURNITSCH Gregor |
| 37 | Power Gymnastics | Mi 20:00-21:00 | KÖR 2 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | WURNITSCH Gregor |
| 38 | High Intensity Interval Training | Di 18:30-20:00 | DREIER 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BACHER Martina |
| 39 | High Intensity Interval Training | Do 15.30-17.00 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BACHER Martina |

AEROBICS (BEI BEDARF BITTE EIGENE GYMNASTIKMATTE MITBRINGEN)

AEROBICS

| | | | | | |
|----|--------------------------------|----------------|---------|-----------------------|----------------------|
| 46 | Aerobics Intervall | Mo 07:00-08:00 | USI GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | STEINBRENNER Birgit |
| 49 | Aerobics Mix | Mi 19:30-21:00 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BEYER-REICHT Susanne |
| 51 | Aerobics Intervall & Bodystyle | Di 18:00-19:30 | LSZ A2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STEINBRENNER Birgit |
| 52 | YogAerobics | Mi 19:30-21:00 | LSZ A2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STEINBRENNER Birgit |
| 56 | Rebound Aerobics | Di 18:30-19:15 | USZ 4 | 17,00 / 25,00 / 45,00 | FIGLHUBER Birgit |
| 57 | Rebound Aerobics | Di 19:15-20:00 | USZ 4 | 17,00 / 25,00 / 45,00 | FIGLHUBER Birgit |

ZUMBA

| | | | | | |
|----|-------------------|----------------|----------|-----------------------|------------------|
| 65 | Zumba mit Workout | Mi 14:00-15:30 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HÜTTER Stephanie |
| 66 | Zumba mit Workout | Mi 15:30-17:00 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SUNNA Assunta |
| 67 | Zumba mit Workout | Mi 20:15-21:45 | SEE 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SUNNA Assunta |
| 68 | Zumba mit Workout | Do 18:30-20:00 | DREIHA 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SUNNA Assunta |

FITNESSTRAINING und BODYSTYLING (BEI BEDARF BITTE EIGENE GYMNASTIKMATTE MITBRINGEN)

CROSSTRAINING

| | | | | | |
|----|----------------|----------------|-------|-----------------------|------------------|
| 90 | Cross Training | Mo 14:00-15:30 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | WOLF Harald |
| 92 | Cross Training | Do 07:00-08:00 | USZ 5 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | SCHINNERL Oliver |

BODYSTYLING

| | | | | | |
|-----|------------------------------------|----------------|---------|-----------------------|--------------------|
| 101 | Bodystyling Damen | Di 16:00-17:30 | USI GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | FISCHER Wolfgang |
| 102 | Bodystyling Damen | Mi 17:15-18:30 | USI GYM | 29,00 / 43,00 / 75,00 | JUVAN Lukas |
| 103 | Bodystyling Herren | Mi 18:30-20:00 | USI GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | FISCHER Wolfgang |
| 104 | Bodystyling Damen | Do 15:30-16:45 | USI GYM | 29,00 / 43,00 / 75,00 | HOFER Robert |
| 105 | Krafttraining für Damen und Herren | Do 17:00-18:30 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HOFER Robert |
| 106 | Bodyworkout und HIT Damen | Fr 15:30-17:00 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STEINBRENNER Lukas |
| 107 | Full Bodyworkout | Di 20:00-21:30 | USI GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | REGNER Flora |
| 108 | Bodystyling-Circle Training | Fr 19:00-20:15 | USI GYM | 29,00 / 43,00 / 75,00 | FISCHER Wolfgang |
| 109 | Bodytoning | Fr 20:15-21:30 | USI GYM | 29,00 / 43,00 / 75,00 | FISCHER Wolfgang |

FITNESSTRAINING

| | | | | | |
|-----|--|----------------|--------|-----------------------|-----------------------|
| 110 | Fitnessstraining und Ballspiele | Do 20:15-21:45 | SEE 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HOLLERER GÖTZ Andreas |
| 111 | Fitnessstraining Damen | Mo 18:30-19:30 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | WIPPEL Volker |
| 112 | Fitnessstraining Damen | Di 18:00-19:00 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | WIPPEL Volker |
| 113 | Fitnessstraining Damen | Di 19:00-20:00 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | WIPPEL Volker |
| 114 | Fitnessstraining Damen | Di 20:00-21:30 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | TUTNER Petra |
| 115 | Fitnessstraining | Mi 18:30-19:30 | USZ 5 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | WIPPEL Volker |
| 116 | Fitnessstraining Herren (Ballspiele, Circle) | Mo 17:00-18:30 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | Mr.Move it |
| 117 | Fitnessstraining Herren | Mo 20:00-21:30 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MEISENBICHLER Andreas |
| 118 | Fitnessstraining, Ballspiele Herren | Mo 20:00-21:30 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PEICHLER Florian |
| 119 | Fitnessstraining (Life-Time-Sportarten) | Di 18:30-20:00 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SCHOPF Martin |
| 120 | Fitnessstraining | Mi 07:00-08:00 | USZ 5 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | SCHLAGER Tobias |
| 122 | Fitnessstraining | Do 19:30-20:30 | USZ 5 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | BLODER Marcel |
| 123 | Fitnessstraining | Do 20:30-21:30 | USZ 5 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | BLODER Marcel |
| 124 | Fitnessstraining | Fr 18:30-19:30 | USZ 5 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | JANDL Martin |
| 125 | Fitness-Spiele | Do 17:00-18:30 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HUBMANN Clemens |
| 126 | Fitness und Hockey | Fr 07:00-08:00 | USZ 5 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | CANDUSSI Hermann |
| 127 | Total Fit | Mo 20:30-21:30 | USZ 3 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | WOLF Harald |
| 128 | Fitnessstraining | Mi 20:00-21:30 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | WOLF Harald |
| 129 | Athletiktraining | Mo 20:30-21:30 | USZ 2 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | HÖGLER Herbert |
| 130 | Basistraining Schiroller Anf. und Fortg. | Mi 20:00-21:30 | USZ | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HÖGLER Herbert |

FUNKTIONELLES und MENTALES TRAINING (BEI BEDARF BITTE EIGENE GYMNASTIKMATTE MITBRINGEN)

FUNKTIONELLE RÜCKENBEWEGUNGSSCHULE

| | | | | | |
|-----|---|----------------|-------|-----------------------|--------------|
| 140 | Funktionelle Rückenbewegungsschule | Di 18:30-20:00 | CAR 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | N.N. |
| 141 | Koordinations- und Stabilisationstraining | Di 18:30-20:00 | LIC | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PLAUTZ Georg |

FUNKTIONELLES KRAFTTRAINING WIRBELSÄULE

| | | | | | |
|-----|---|----------------|--------|-----------------------|------------------|
| 142 | Funktionelles Turnen Wirbelsäule | Mi 16:00-17:15 | USIGYM | 29,00 / 43,00 / 75,00 | JUVAN Lukas |
| 145 | Funktionelles Krafttraining Wirbelsäule | Di 07:00-08:00 | USIGYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | RIEGLER Gabriele |
| 146 | Funktionelles Krafttraining Wirbelsäule | Di 18:30-20:00 | KLU 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | RIEGLER Gabriele |
| 147 | Funktionelles Krafttraining Wirbelsäule | Do 18:30-19:30 | LSZ A2 | 29,00 / 43,00 / 75,00 | RIEGLER Gabriele |
| 148 | Funktionelles Krafttraining Wirbelsäule | Do 19:30-20:30 | LSZ A2 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | RIEGLER Gabriele |
| 149 | Wirbelsäule und Faszienrelease | Do 18:00-19:30 | PET 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HAAS Kerstin |
| 150 | Wirbelsäule & Theraband | Di 20:00-21:00 | USZ 4 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | FIGLHUBER Birgit |

PILATES

| | | | | | |
|-----|---------------------------------------|----------------|--------|-----------------------|----------------------|
| 153 | Pilates trifft Yoga | Di 08:00-09:00 | USIGYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | NOVAK Claudia |
| 154 | Pilates | Mo 09:00-10:00 | USIGYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | REGNER Flora |
| 155 | Pilates Body Control (English spoken) | Mo 20:15-21:45 | SEE 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ORDONEZ MORENO Karin |
| 156 | Pilates Body Control mit Softball | Di 18:45-20:15 | SEE 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ORDONEZ MORENO Karin |
| 158 | Pilates & Rumpfstabilität für Damen | Di 10:00-11:00 | USIGYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | HOFER Robert |
| 159 | Power Yoga | Fr 10:00-11:00 | USIGYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | REGNER Flora |
| 160 | Pilates | Fr 11:00-11:45 | USIGYM | 17,00 / 25,00 / 45,00 | REGNER Flora |
| 161 | Pilates | Fr 11:45-12:30 | USIGYM | 17,00 / 25,00 / 45,00 | REGNER Flora |
| 162 | Pilates | Do 11:00-12:00 | USIGYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | NOVAK Claudia |

FASZIENTRAINING

| | | | | | |
|----------------|---|----------------|--------|-----------------------|---------------------|
| 163 | Stretch and Relax | Fr 08:00-09:00 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | LECHNER Barbara |
| 164 | Stretching und Fasziien bewegen | Mi 08:00-09:00 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | LECHNER Barbara |
| 165 | Stretching für mehr Beweglichkeit und Power | Do 20:30-21:30 | KÖR 2 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | FELGITSCHER Bettina |
| 167 | Faszientraining | Mi 07:00-08:00 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | STEINBRENNER Birgit |
| 168 | Funktionelle Gymnastik mit Faszientraining | Do 20:30-21:30 | LSZ A2 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | RIEGLER Gabriele |
| SHIATSU | | | | | |
| 170 | Shiatsu Anf. | Mo 15:30-17:00 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MAYER Eleonore |

INDIAN BALANCE

| | | | | | |
|-----|-------------------------------|----------------|--------|-----------------------|-----------------|
| 172 | Indian Balance Rücken spezial | Fr 09:00-10:00 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | LECHNER Barbara |
|-----|-------------------------------|----------------|--------|-----------------------|-----------------|

HEALTH RELATED FITNESS TRAINING

| | | | | | |
|-----|---------------------------------|----------------|-------|-----------------------|--------------|
| 173 | Health Related Fitness Training | Do 19:30-21:00 | PET 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PERTL Roland |
|-----|---------------------------------|----------------|-------|-----------------------|--------------|

MENTALES TRAINING und FUNKTIONELLE GYMNASTIK

| | | | | | |
|-----|-------------------------------|----------------|--------|-----------------------|---------------|
| 174 | Mentaltraining | Mo 11:00-12:00 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | HASLER Arnulf |
| 175 | Meditation und Mentaltraining | Fr 16:00-17:30 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HASLER Arnulf |
| 176 | Power Meditation | Fr 17:30-19:00 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HASLER Arnulf |

QIGONG

| | | | | | |
|-----|---------------|----------------|----------|-----------------------|-------------------|
| 180 | Qigong Anf. | Mo 10:00-11:00 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | PEYKER Katrin |
| 181 | Qigong Anf. | Do 18:30-20:00 | HAK 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | FISCHWENGER Armin |
| 182 | Qigong Anf. | Fr 18:30-20:00 | DREIHA 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ROSMANN Astrid |
| 183 | Qigong Fortg. | Fr 20:00-21:30 | DREIHA 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ROSMANN Astrid |

YOGA

| | | | | | |
|-----|----------------------------------|----------------|--------|-----------------------|----------------------|
| 185 | Yoga am Morgen | Do 07:00-08:00 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | TUTNER Petra |
| 186 | Yoga Flow | Di 15:30-17:00 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BUHRANDT Lisa |
| 187 | Yoga in unterschiedlichen Stilen | Mo 12:00-13:30 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | WILHELM Christine |
| 188 | Yoga in unterschiedlichen Stilen | Mo 13:30-15:00 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | WILHELM Christine |
| 189 | Yoga Fitness Fortg. | Mo 18:30-20:00 | LSZ A2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | EBNER Thomas |
| 190 | Yoga und Konzentration | Di 12:00-13:30 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MERTENS Jens |
| 191 | Yoga und Konzentration | Di 13:30-15:00 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MERTENS Jens |
| 192 | Yoga Flow | Mi 12:00-13:30 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STAMPFER Mercedes |
| 193 | Yoga Flow | Mi 13:30-15:00 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STAMPFER Mercedes |
| 194 | Yoga Relax | Mi 20:00-21:30 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | POHN WEIDINGER Simon |
| 195 | Yoga Anf. und mäßig Fortg. | Mi 18:00-19:30 | LSZ A2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | EBNER Thomas |
| 196 | Yoga Anf. und mäßig Fortg. | Do 18:30-20:00 | SEE 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | EBNER Thomas |
| 197 | Yoga in unterschiedlichen Stilen | Do 12:00-13:30 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STAMPFER Mercedes |
| 198 | Yoga in unterschiedlichen Stilen | Do 13:30-15:00 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STAMPFER Mercedes |
| 199 | Yoga konzentriert | Do 19:00-20:00 | US1GYM | 23,00 / 35,00 / 60,00 | MERTENS Jens |
| 200 | Yoga und Konzentration | Do 20:00-21:30 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MERTENS Jens |
| 201 | Hatha Yoga Anf. und mäßig Fortg. | Mi 18:45-20:15 | SEE 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SAIER Birgit |
| 202 | Hatha Yoga Fortg. | Fr 14:30-16:00 | US1GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | EBNER Thomas |
| 203 | Yoga Relax | Di 20:15-21:45 | SEE 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | POHN WEIDINGER Simon |

KAMPFSPORTARTEN**AIKIDO**

| | | | | | |
|-----|------------------------|----------------|--------|-----------------------|---------------|
| 210 | Aikido Anf. und Fortg. | Mi 18:30-20:00 | SPORTP | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BÖHM Thomas |
| 211 | Aikido Anf. und Fortg. | Mi 17:00-18:30 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | POLTSCH Peter |

CAPOEIRA

213 Capoeira Do 20:00-21:30 DREIHA 2 35,00 / 50,00 / 90,00 DA SILVA AMONA Faia

FECHTEN

215 Fechten Anf. Fr 17:00-18:30 ATG FECH 35,00 / 50,00 / 90,00 HARGASSNER Florian
216 Fechten Anf. Fr 18:30-20:00 ATG FECH 35,00 / 50,00 / 90,00 HARGASSNER Florian
217 Fechten mäßig Fortg. und Fortg. Fr 15:30-17:00 ATG FECH 35,00 / 50,00 / 90,00 LEE Felix

Hap Ki Do Anf. und Fortg.

221 Hap Ki Do Anf. und Fortg. Mo 20:00-21:30 LSZ A2 35,00 / 50,00 / 90,00 SCHMID Alexander
222 Hap Ki Do Anf. und Fortg. Do 18:30-20:00 LSZ A4 35,00 / 50,00 / 90,00 SCHMID Alexander

TAEKWONDO

225 Taekwondo und Selbstverteidigung Anf. Fr 18:45-20:15 SEE 2 35,00 / 50,00 / 90,00 LÜCHTRATH Linda
226 Taekwondo und Selbstverteidigung m. F. u. F. Fr 20:15-21:45 SEE 2 35,00 / 50,00 / 90,00 KALTENBÖCK Stefan
227 Taekwondo (Traditionell) Anf. Di 18:00-19:15 ANDRÄ 29,00 / 43,00 / 75,00 ZOLLNER Johannes
228 Taekwondo (Traditionell) Anf. und Fortg. Di 19:15-20:30 ANDRÄ 29,00 / 43,00 / 75,00 ZOLLNER Johannes

JUDO

233 Judo Anf. und mäßig Fortg. Di 18:00-19:30 ASKÖ JU 35,00 / 50,00 / 90,00 KOTNIK Hans Dieter
234 Judo mäßig Fortg. Und Fortg. Do 18:00-19:30 ASKÖ JU 35,00 / 50,00 / 90,00 KOTNIK Hans Dieter

KICKBOXEN

236 Kickboxen Anf. Mo 18:30-20:00 DREIER 2 35,00 / 50,00 / 90,00 SCHRANZ Christian
237 Kickboxen Fortg. Mo 20:00-21:30 DREIER 2 35,00 / 50,00 / 90,00 SCHRANZ Christian

KARATE SHOTOKAN

| | | | | | |
|-----|------------------------|----------------|-------|-----------------------|------------------|
| 239 | Karate Shotokan Anf. | Do 18:45-20:15 | SEE 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | DZIRUNI Gabriele |
| 240 | Karate Shotokan Fortg. | Do 20:15-21:45 | SEE 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | DZIRUNI Gabriele |

KENDO / IAIDO

| | | | | | |
|-----|-------------------------------|----------------|--------|-----------------------|--------------|
| 242 | Kendo und IAIDO | Di 20:00-21:30 | KLU 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | FRESL Helmut |
| 244 | Jodo (Japanischer Stockkampf) | Do 18:30-20:00 | LSZ A1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | FRESL Helmut |

SELBSTVERTEIDIGUNG

| | | | | | |
|-----|--------------------|----------------|-------|-----------------------|---------------|
| 246 | Selbstverteidigung | Mo 20:00-21:30 | CAR 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | DRAME Michael |
|-----|--------------------|----------------|-------|-----------------------|---------------|

JIU JITSU

| | | | | | |
|-----|---------------------------|----------------|------|-----------------------|-----------------|
| 247 | Jiu Jitsu Anf. und Fortg. | Mo 17:00-18:30 | DOJO | 35,00 / 50,00 / 90,00 | KERSCHKE Daniel |
| 248 | Jiu Jitsu und Kobudo | Mo 18:30-20:00 | DOJO | 35,00 / 50,00 / 90,00 | KERSCHKE Daniel |

TAIJI QUAN

| | | | | | |
|-----|---------------------------|----------------|----------|-----------------------|-------------------|
| 250 | Taiji Quan Anf. | Mi 18:30-20:00 | DREIHA 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BAUERNFEIND Georg |
| 251 | Taiji Quan Fortg. | Mi 20:00-21:30 | DREIHA 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BAUERNFEIND Georg |
| 252 | Taiji Quan Leistungskader | Di 20:00-21:30 | CAR 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HARTL Harald |

Die Inskription für Kurs 252 ist erst nach einem Aufnahme-test in einer der ersten beiden Einheiten möglich.

ONLINEKURSE (jede Woche 1 Einheit a 45 Min.)

| | | | | | |
|-----|-----------------------|----------------|-------------|-----------------------|---------------------|
| 260 | ONLINEKURS Power Yoga | Mo 09:00-22:00 | ONLINE-LINK | 20,00 / 35,00 / 60,00 | REGNER Flora Teresa |
| 261 | ONLINEKURS Pilates | Di 09:00-22:00 | ONLINE-LINK | 20,00 / 35,00 / 60,00 | REGNER Flora Teresa |

| | | | | | |
|-----|--|----------------|-------------|-----------------------|---------------------|
| 262 | ONLINEKURS funktion. Haltungsgymnastik | Mi 09:00-22:00 | ONLINE-LINK | 20,00 / 35,00 / 60,00 | LECHNER Barbara |
| 263 | ONLINEKURS Full Body Workout | Do 09:00-22:00 | ONLINE-LINK | 20,00 / 35,00 / 60,00 | REGNER Flora Teresa |
| 264 | ONLINEKURS Faszien und Stretching Training | Fr 09:00-22:00 | ONLINE-LINK | 20,00 / 35,00 / 60,00 | LECHNER Barbara |

MANNSCHAFTSSPIELE

DIVERSE MANNSCHAFTSSPIELE

FOOTVOLLEY (8 Einheiten ab Mo, 17. April 202 Inskription am Mo, 20.03.2023

| | | | | | |
|-----|---------------------------------|----------------|-----------|-----------------------|-----------|
| 280 | Footvolley Anf. | Di 15:30-17:00 | USZ BEACH | 25,00 / 35,00 / 55,00 | USZ Beach |
| 281 | Footvolley Anf. u. mäßig Fortg. | Mi 15:30-17:00 | USZ BEACH | 25,00 / 35,00 / 55,00 | USZ Beach |

BEACHVOLLEYBALL (8 Einheiten ab Mo, 17. April 2023) Inskription am Mo, 20.03.2023

| | | | | | |
|-----|-------------------------|----------------|-----------|-----------------------|----------------------|
| 290 | Beach-Volleyball Anf. | Mo 17:00-18:30 | SAND | 25,00 / 35,00 / 55,00 | Verein Sand und mehr |
| 291 | Beach-Volleyball Anf. | Mo 18:30-20:00 | SAND | 25,00 / 35,00 / 55,00 | Verein Sand und mehr |
| 292 | Beach-Volleyball Anf. | Mo 17:00-18:30 | USZ BEACH | 25,00 / 35,00 / 55,00 | DICHTL Alexander |
| 293 | Beach-Volleyball Fortg. | Mo 18:30-20:00 | USZ BEACH | 25,00 / 35,00 / 55,00 | DICHTL Alexander |
| 294 | Beach-Volleyball Anf. | Di 17:00-18:30 | USZ BEACH | 25,00 / 35,00 / 55,00 | ALMER Katharina |
| 295 | Beach-Volleyball Fortg. | Di 18:30-20:00 | USZ BEACH | 25,00 / 35,00 / 55,00 | ALMER Katharina |
| 296 | Beach-Volleyball Anf. | Mi 17:00-18:30 | USZ BEACH | 25,00 / 35,00 / 55,00 | DICHTL Alexander |
| 297 | Beach-Volleyball Fortg. | Mi 18:30-20:00 | USZ BEACH | 25,00 / 35,00 / 55,00 | DICHTL Alexander |

BEACHVOLLEYBALL CAMP Inskription am Mo, 20.03.2023

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-----------------|---------|-----------------------|---------------|
| 298 | Beach-Volleyball Camp | 18.05.-21.05.23 | LIGNANO | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GRANER Johann |
|-----|-----------------------|-----------------|---------|-----------------------|---------------|

BALLSPIELE

| | | | | | |
|-----|------------|----------------|-------|-----------------------|--------------------|
| 301 | Ballspiele | Di 19:30-21:00 | PES 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PEITLER Wolfgang |
| 302 | Ballspiele | Do 20:00-21:30 | MON | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MESCHIK Simon |
| 303 | Ballspiele | Fr 17:00-18:30 | USZ 3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | EISENBEISS Florian |

DODGEBALL

| | | | | | |
|-----|-----------|----------------|------|-----------------------|------------------|
| 304 | Dodgeball | Do 19:00-20:30 | LICH | 35,00 / 50,00 / 90,00 | KREMSEMER Nicole |
|-----|-----------|----------------|------|-----------------------|------------------|

SPIKEBALL (8 Einheiten ab Mo, 17. April 2023) Inskription am Mo, 20.03.2023

| | | | | | |
|-----|-----------|----------------|-----------|-----------------------|----------------|
| 305 | Spikeball | Mo 16:30-18:00 | USZ Wiese | 25,00 / 35,00 / 55,00 | KLEINHAPL Sven |
|-----|-----------|----------------|-----------|-----------------------|----------------|

FLOORBALL

| | | | | | |
|-----|---------------------------|----------------|-------|-----------------------|-------------------|
| 313 | Floorball Anf. und Fortg. | Mo 15:30-17:00 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SCHACHNER Michael |
| 314 | Floorball Fortg. | Mi 15:30-17:00 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SCHACHNER Michael |

FRISBEE

| | | | | | |
|-----|-------------------------------------|----------------|---------|-----------------------|----------------|
| 317 | Frisbee (Mannschaftsspiel Ultimate) | Fr 15:30-17:00 | USZ 1-3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PICHLER Stefan |
|-----|-------------------------------------|----------------|---------|-----------------------|----------------|

HOCKEY

| | | | | | |
|-----|--------------|----------------|-------|-----------------------|--------------------|
| 320 | Hallenhockey | Di 18:00-19:30 | PET 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PILLHOFER-HARTMANN |
| 321 | Hallenhockey | Di 19:30-21:00 | PET 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | KUBASSA Gerhard |

LACROSSE

| | | | | | |
|-----|----------------|----------------|--------|-----------------------|-----------------------|
| 324 | Lacrosse Halle | Di 18:30-20:00 | WIKU 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SCHLAGENHAUFEN Sophia |
|-----|----------------|----------------|--------|-----------------------|-----------------------|

HANDBALL

| | | | | | |
|-----|------------------------|----------------|---------|-----------------------|------------------|
| 330 | Handball Fortg. | Mo 17:00-18:30 | USZ 1-3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | TAUCHER Georg |
| 331 | Handball Anf. und m.F. | Do 14:00-15:30 | USZ 1-3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | KERSCHISCHNIG M. |

BASKETBALL

AnfängerInnen:

mäßig Fortgeschrittene:

Fortgeschrittene:

keine Vorkenntnisse

Grundkenntnisse vom Dribbeln, Werfen und Passen

keine taktischen Vorkenntnisse notwendig

technische Kenntnisse - Dribbelhandwechsel, Pass- und Wurfvarianten

taktische Kenntnisse - Individualtaktik 1-1 - Gruppentaktik Spiel 2-2, 3-3

| | | | | | |
|-----|------------------------------------|----------------|-------|-----------------------|-------------------|
| 332 | Basketball Anf. | Mo 18:30-20:00 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | N.N. |
| 333 | Basketball Anf. | Mi 18:30-20:00 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | LOIBNER Michael |
| 334 | Basketball Anf. und mäßig Fortg. | Mi 18:30-20:00 | MON | 35,00 / 50,00 / 90,00 | JUDMAYER Nathania |
| 335 | Basketball Anf. | Do 20:00-21:30 | HAK 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | LOIBNER Michael |
| 336 | Basketball mäßig Fortg. | Di 18:00-19:30 | HAK 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MESCHIK Simon |
| 337 | Basketball mäßig Fortg. und Fortg. | Do 18:30-20:00 | HAK 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | LOIBNER Michael |
| 338 | Basketball Fortg. | Mo 20:00-21:30 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | N.N. |
| 339 | Basketball Fortg. | Di 20:00-21:30 | LIC | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PLAUTZ Georg |
| 340 | Basketball Anf. und mäßig Fortg. | Mi 19:30-21:00 | MON | 35,00 / 50,00 / 90,00 | JUDMAYER Nathania |
| 341 | Basketball Fortg. | Do 20:00-21:30 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PLAUTZ Georg |
| 342 | Basketball Fortg. | Fr 18:30-20:00 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PLAUTZ Georg |

FUSSBALL

FUSSBALL für Damen

| | | | | | |
|-----|---------------------------------------|----------------|----------|-----------------------|---------------|
| 345 | Hallenfußball Damen Anf. und Fortg. | Mo 20:30-22:00 | HIB | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MAYER David |
| 346 | Hallenfußball Damen Anf. und Fortg. | Mo 18:30-20:00 | DREIHA 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PICHLER Armin |
| 348 | Fußball Damen Anf. und Fortg. | Fr 17:00-18:30 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PICHLER Armin |
| 349 | Fußball Damen mäßig Fortg. und Fortg. | Do 15:30-17:00 | USZ 1-3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PICHLER Armin |

FUSSBALL für Herren

| | | | | | |
|-----|--------------------------------------|----------------|---------|-----------------------|--------------------|
| 347 | Hallenfußball Herren | Mi 19:30-21:00 | URS 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STEINBRENNER Lukas |
| 350 | Hallenfußball Herren Anf. und Fortg. | Mo 15:30-17:00 | USZ 3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | URL David |
| 351 | Hallenfußball Herren Fortg. | Mo 17:00-18:30 | UNION 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | EHALL Dietmar |
| 352 | Hallenfußball Herren Anf. und Fortg. | Di 20:30-22:00 | HIB | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MAYER David |
| 353 | Hallenfußball Herren Fortg. | Di 20:15-21:45 | SEE 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PÖTSCH Christoph |
| 354 | Hallenfußball Herren Anf. und Fortg. | Do 18:45-20:15 | SEE 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PÖTSCH Christoph |
| 355 | Fußball Herren Anf. und Fortg. | Mo 14:00-15:30 | USZ 1-3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | KOCH Julian |
| 356 | Fußball Herren Anf. und Fortg. | Di 15:30-17:00 | USZ 1-3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MÜNICH Markus |
| 357 | Fußball Herren Anf. und Fortg. | Di 17:00-18:30 | USZ 1-3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MÜNICH Markus |
| 358 | Hallenfußball Herren Fortg. | Fr 14:00-15:30 | USZ 1-3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GRANER Johann |
| 359 | Hallenfußball Herren | Fr 19:30-21:00 | UISZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STEINBRENNER Lukas |
| 360 | Fußball Kader Herren | Di 14:00-15:30 | USZ 1-3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | MAYER David |

Die Inskription für Kurs 360 ist erst nach einem Aufnahmetest in einer der ersten beiden Einheiten möglich.

VOLLEYBALL**AnfängerInnen:****mäßig Fortgeschrittene:****Fortgeschrittene:**

keine Vorkenntnisse

Grundkenntnisse im oberen und unteren Zuspiel, Service von unten

sichere Ballbeherrschung im oberen und unteren Zuspiel,

Grundkenntnisse in Angriffsschlag und Block, Service von oben, taktische

Grundkenntnisse im 4-2-System

| | | | | | |
|-----|-----------------|----------------|-------|-----------------------|------------------|
| 361 | Volleyball Anf. | Mo 15:30-17:00 | USZ 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | REITER Christian |
| 362 | Volleyball Anf. | Mo 18:30-20:00 | USZ 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | REITER Christian |
| 363 | Volleyball Anf. | Mo 18:30-20:00 | HAK 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BÖHM Ronja |

| | | | | | |
|-----|-------------------------|----------------|----------|-----------------------|-------------------------|
| 364 | Volleyball Anf. | Mo 20:00-21:30 | USZ 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | REITER Christian |
| 365 | Volleyball Anf. | Di 18:30-20:00 | WIKU 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GROSS Paul |
| 366 | Volleyball Anf. | Do 17:00-18:30 | USZ 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HESSE Christoph |
| 367 | Volleyball Anf. | Do 18:00-19:30 | AUG 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | YILMAZTOPCUOGLU Kubilay |
| 368 | Volleyball Anf. | Do 18:00-19:30 | AUG 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GROSS Paul |
| 370 | Volleyball Anf. | Do 18:30-20:00 | WIKU 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BÖHM Steffen |
| 371 | Volleyball Anf. | Fr 20:00-21:30 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | YILMAZTOPCUOGLU Kubilay |
| 372 | Volleyball mäßig Fortg. | Mi 20:00-21:30 | DREIER 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BEYER Eva |
| 374 | Volleyball mäßig Fortg. | Di 18:30-20:00 | DREIER 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | EBERHARD Sabrina |
| 375 | Volleyball mäßig Fortg. | Mo 20:00-21:30 | HAK 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BÖHM Ronja |
| 376 | Volleyball mäßig Fortg. | Di 18:30-20:00 | WIKU 3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HÖLZL Bernhard |
| 377 | Volleyball mäßig Fortg. | Di 18:30-20:00 | USZ 1-3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HÖLZL Manfred |
| | | | | | LIPPE Markus |
| 378 | Volleyball mäßig Fortg. | Di 20:00-21:30 | WIKU 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GROSS Paul |
| 379 | Volleyball mäßig Fortg. | Mi 18:30-20:00 | DREIER 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PUSCH Carman |
| 380 | Volleyball mäßig Fortg. | Mi 18:30-20:00 | KLU 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | KLINGER Gernot |
| 381 | Volleyball mäßig Fortg. | Mi 20:00-21:30 | KLU 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | KLINGER Gernot |
| 382 | Volleyball mäßig Fortg. | Do 18:00-19:30 | AUG 3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | TILP Markus |
| 383 | Volleyball mäßig Fortg. | Do 18:30-20:00 | DREIER 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HÖLZL Manfred |
| 384 | Volleyball mäßig Fortg. | Do 18:30-20:00 | WIKU 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GRANER Johann |
| 385 | Volleyball mäßig Fortg. | Do 19:30-21:00 | AUG 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | YILMAZTOPCUOGLU Kubilay |
| 386 | Volleyball mäßig Fortg. | Do 19:30-21:00 | AUG 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | THIER Christoph |
| 387 | Volleyball mäßig Fortg. | Do 20:00-21:30 | DREIER 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ROGEN Sandra |
| 388 | Volleyball mäßig Fortg. | Do 20:00-21:30 | WIKU 3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GROSS Paul |
| 389 | Volleyball mäßig Fortg. | Fr 17:00-18:30 | USZ 1-2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GRANER Johann |
| | | | | | YILMAZTOPCUOGLU Kubilay |
| 392 | Volleyball Fortg. | Di 20:00-21:30 | USZ 1-2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HÖLZL Manfred |
| 393 | Volleyball Fortg. | Di 20:00-21:30 | WIKU 3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | HÖLZL Bernhard |
| 394 | Volleyball Fortg. | Di 20:00-21:30 | DREIER 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | EBERHARD Sabrina |

| | | | | | |
|-----|---------------------|----------------|---------|-----------------------|---------------|
| 395 | Volleyball Fortg. | Do 19:30-21:00 | AUG 3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | TILP Markus |
| 396 | Volleyball Fortg. | Do 20:00-21:30 | WIKU 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GRANER Johann |
| 397 | Volleyball Fortg. | Do 20:00-21:30 | WIKU 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BÖHM Steffen |
| 398 | Volleyball Fortg. 2 | Fr 20:00-21:30 | USZ 1-2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ROGEN Sandra |

Die Inskription für Kurs 398 ist erst nach einem Aufnahme-test in einer der ersten beiden Einheiten möglich.

RÜCKSCHLAGSPIELE

BADMINTON (FEDERBALL)

Details (Ausrüstung, Voraussetzungen, etc.) entnehmen Sie bitte den Kursinformationen unter www.usigraz.at

| | | | | | |
|-----|---------------------------------|----------------|---------|-------------------------|-----------------|
| 401 | Badminton Anf. | Mo 15:30-17:00 | USZ 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | RUDOLF Britta |
| 402 | Badminton Anf. | Mi 14:00-15:30 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ROMOR Marco |
| 403 | Badminton Anf. | Do 17:00-18:30 | USZ 3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ALMER Christoph |
| 404 | Badminton Anf. und mäßig Fortg. | Do 17:00-18:30 | USZ 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ALMER Hertha |
| 405 | Badminton mäßig Fortg. | Do 18:30-20:00 | USZ 3 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ALMER Christoph |
| 406 | Badminton Fortg.1 | Do 18:30-20:00 | USZ 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ALMER Hertha |
| 407 | Badminton Fortg. 2 | Do 20:00-21:30 | USZ 2-3 | 55,00 / 70,00 / 110,00 | ALMER Hertha |
| 408 | Badminton Kader | Do 18:30-21:30 | USZ 1 | 70,00 / 100,00 / 190,00 | ALMER Alexander |

Die Inskription für Kurs 406 ist erst nach einem Aufnahme-test in einer der ersten beiden Einheiten möglich.
Die Inskription für Kurs 407 ist erst nach einem Aufnahme-test in einer der ersten beiden Einheiten möglich.
Die Inskription für Kurs 408 ist erst nach einem Aufnahme-test in einer der ersten beiden Einheiten möglich.

SQUASH

Schläger und Bälle sind selbst mitzubringen

| | | | | | |
|-----|------------------------|----------------|--------|------------------------|-----------------|
| 411 | Squash Anf. und Fortg. | Do 15:00-16:30 | RACKET | 40,00 / 60,00 / 120,00 | POINTNER Philip |
| 412 | Squash Anf. und Fortg. | Do 16:30-18:00 | RACKET | 40,00 / 60,00 / 120,00 | POINTNER Philip |

TENNIS UNTERRICHT (jeweils 6 Einheiten)

Es finden jeweils 6 Unterrichtseinheiten, ab Mo, 06.März 2023 statt. Für den Tennisunterricht werden Bälle (keine Schläger!) zur Verfügung gestellt.

| | | | | | |
|-----|--|----------------|--------|------------------------|------------------------|
| 414 | Tennis Anf. (ab 06.03.; 6 Einh.) | Mo 11:00-12:30 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 415 | Tennis Anf. (ab 06.03.; 6 Einh.) | Mo 12:30-14:00 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 416 | Tennis mäßig Fortg. (ab 08.03. 6 Einh.) | Mi 11:00-12:30 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 417 | Tennis Anf. (ab 08.03.; 6 Einh.) | Mi 12:30-14:00 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 418 | Tennis mäßig Fortg. (ab 09.03.; 6 Einh.) | Do 11:00-12:30 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 419 | Tennis Anf. (ab 09.03.; 6 Einh.) | Do 12:30-14:00 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 420 | Tennis Anf. (ab 08.05.; 6 Einh.) | Mo 11:00-12:30 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 421 | Tennis Anf. (ab 08.05. 6 Einh.) | Mo 12:30-14:00 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 422 | Tennis mäßig Fortg. (ab 10.05.; 6 Einh.) | Mi 11:00-12:30 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 423 | Tennis Anf. (ab 10.05.; 6 Einh.) | Mi 12:30-14:00 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 424 | Tennis mäßig Fortg. (ab 11.05.; 6 Einh.) | Do 11:00-12:30 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 425 | Tennis Anf. (ab 11.05.; 6 Einh.) | Do 12:30-14:00 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |

PADEL TENNIS Unterricht (jeweils 6 Einheiten)

Es finden jeweils 6 Unterrichtseinheiten, ab Mo, 06.März 2023 statt. Für den Padeltennisunterricht werden Schläger und Bälle zur Verfügung gestellt.

| | | | | | |
|-----|--|----------------|--------|------------------------|------------------------|
| 430 | Padel Tennis Anf. (ab 08.03.; 6 Einh.) | Mi 12:30-14:00 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |
| 431 | Padel Tennis Anf. (ab 10.05.; 6 Einh.) | Mi 12:30-14:00 | RACKET | 50,00 / 70,00 / 110,00 | Tennis College Ragnitz |

TISCHTENNIS

| | | | | | |
|-----|-----------------------------|----------------|-------|-----------------------|---------------|
| 436 | Tischtennis Anf. | Di 15:30-17:00 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SIDAK Herbert |
| 437 | Tischtennis Fortg. | Di 17:00-18:30 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SIDAK Herbert |
| 438 | Tischtennis Anf. und Fortg. | Do 14:00-15:30 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BALAZ Attila |
| 439 | Tischtennis Anf. und Fortg. | Do 15:30-17:00 | USZ 5 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BALAZ Attila |

SCHWIMMEN und WASSERSPORT

AQUA AEROBICS

| | | | | |
|-------------------|----------------|---------|-----------------------|----------------|
| 445 Aqua Aerobics | Di 18:00-18:45 | BAD HIB | 30,00 / 45,00 / 80,00 | SCHMUCK Bianca |
| 446 Aqua Aerobics | Di 18:45-19:30 | BAD HIB | 30,00 / 45,00 / 80,00 | SCHMUCK Bianca |

AQUA JOGGING

| | | | | |
|------------------|----------------|---------|-----------------------|-------------|
| 448 Aqua Jogging | Do 18:00-18:45 | BAD HIB | 30,00 / 45,00 / 80,00 | MÜLLER Eike |
|------------------|----------------|---------|-----------------------|-------------|

WASSERSPRINGEN (Zusatzkosten: ca. € 4 Euro Badeintritt/Einheit)

| | | | | |
|------------------------------------|----------------|----------|-----------------------|------------------|
| 451 Wasserspringen Anf. und Fortg. | Mo 14:45-16:15 | BAD AUST | 20,00 / 30,00 / 50,00 | CASTELLANI Petra |
| 452 Wasserspringen Anf. | Mi 14:45-16:15 | BAD AUST | 20,00 / 30,00 / 50,00 | CASTELLANI Petra |

TAUCHEN (2 Wochenenden Fr - So): Inskription am Mo, 20.03.2023

Details (Termine, Kursort, Voraussetzungen, etc.) entnehmen Sie bitte den Kursinformationen unter www.usgraz.at

| | | | | |
|---|----------------|------|--------------------------|--------------------|
| 454 Tauchen (Open Water Diver Brevet - Taucher *) | 23.05-04.06.23 | COPA | 140,00 / 200,00 / 280,00 | Tauchsport Pazifik |
|---|----------------|------|--------------------------|--------------------|

SCHWIMMEN

NichtschwimmerInnen:

können nicht schwimmen, unsichere SchwimmerInnen

AnfängerInnen:

können nur 25 m Brust schwimmen

mäßig Fortgeschrittene:

50 m Brust ohne Pause, 25 m Rücken

Fortgeschrittene:

100 m Brust ohne Pause, Grobform Kraul und Rücken

| | | | | |
|---------------------------------------|----------------|----------|------------------------|---------------------------------|
| 459 Schwimmen Nichtschwimmer und Anf. | Do 18:45-19:30 | BAD HIB | 30,00 / 45,00 / 80,00 | MÜLLER Eike |
| 460 Schwimmen Nichtschwimmer und Anf. | Do 20:00-21:00 | BAD UN 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SCHMUCK Bianca |
| 461 Schwimmen mäßig Fortg. und Fortg. | Mo 13:00-14:30 | BAD UN 1 | 55,00 / 80,00 / 135,00 | HÖDEN David EHGARTNER Stefan |

| | | | | | |
|-----|-----------------------------------|----------------|----------|------------------------|------------------------------------|
| 462 | Schwimmen mäßig Fortg. | Mo 18:00-19:00 | BAD ATG | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PILHATSCH Daniel KOCHAUF Sandra |
| 463 | Schwimmen mäßig Fortg. und Fortg. | Mo 19:00-20:00 | BAD ATG | 35,00 / 50,00 / 90,00 | PILHATSCH Daniel KOCHAUF Sandra |
| 464 | Schwimmen Fortg. | Di 06:30-08:00 | BAD UN 1 | 55,00 / 80,00 / 135,00 | HÖDEN David WEGMAYER Lena |
| 465 | Schwimmen mäßig Fortg. und Fortg. | Do 06:30-08:00 | BAD UN 1 | 55,00 / 80,00 / 135,00 | HÖDEN David WEGMAYER Lena |
| 466 | Schwimmen Fortg. | Do 16:00-17:00 | BAD ATG | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BERNAT Gert PILHATSCH Daniel |
| 467 | Schwimmen Fortg. | Do 15:00-16:00 | BAD ATG | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BERNAT Gert PILHATSCH Daniel |
| 468 | Schwimmen Fortg. | Fr 12:00-13:30 | BAD UN 1 | 55,00 / 80,00 / 135,00 | HÖDEN David EHGARTNER Stefan |
| 469 | Schwimmen mäßig Fortg. und Fortg. | Fr 13:00-14:30 | BAD ATG | 55,00 / 80,00 / 135,00 | HAGER Simon WEGMAYER Lena |

SEGELN (Inskription Mo, 20.03.2023)

Details (Termine, Kursort, Voraussetzungen, etc.) entnehmen Sie bitte den Kursinformationen unter www.usigratz.at

| | | | | | |
|-----|---------------------------------|----------------|---------------|--------------------------|-------------------------|
| 476 | Segeln BFA (Binnen-Praxis 2023) | 26.05-30.05.23 | Izola-Primors | 215,00 / 270,00 / 320,00 | Jachtsportschule Kotnig |
|-----|---------------------------------|----------------|---------------|--------------------------|-------------------------|

WINDSURFEN (Inskription Mo, 20.03.2023)

Details (Termine, Kursort, Voraussetzungen, etc.) entnehmen Sie bitte den Kursinformationen unter www.usigratz.at

| | | | | | |
|-----|--------------------|-----------------|----------|------------------------|---------------|
| 479 | Windsurfen f. Anf. | 27.05.-28.05.23 | SCHWARZL | 60,00 / 90,00 / 120,00 | GMOSER Thomas |
|-----|--------------------|-----------------|----------|------------------------|---------------|

KITESURFEN (Inskription am Mo, 20.03.2023)

Details (Termine, Kursort, Voraussetzungen, etc.) entnehmen Sie bitte den Kursinformationen unter www.usigraz.at

481 Kitesurfen 23.04.-27.04.23 GRADO 100,00 / 140,00 / 200,00 PLECH Johannes

WAKEBOARDEN (Inskription am Mo, 20.03.2023)

Details (Termine, Kursort, Voraussetzungen, etc.) entnehmen Sie bitte den Kursinformationen unter www.usigraz.at

483 Wakeboard- und Wasserschikurs f. Anf. 09.06.23 10-13 Uhr SCHWARZL 20,00 / 30,00 / 40,00 WAKEBASE Schwarzl

484 Wakeboard- und Wasserschikurs f. Anf. 10.06.23 10-13 Uhr SCHWARZL 20,00 / 30,00 / 40,00 WAKEBASE Schwarzl

RUDERN (Inskription am Mo, 20.03.2023)

Ausrüstung (Boote) werden vom USI zur Verfügung gestellt!

485 Rudern Termin folgt RUDER 80,00 / 110,00 / 160,00 RUDERCLUB Graz

KAJAK

487 Kajak Technik und Spiele Mi 20:30-21:15 BAD UN 1 50,00 / 75,00 / 100,00 BLODER Marcel

488 Kajak - Eskimotieren und Stützen Mi 21:15-22:00 BAD UN 1 50,00 / 75,00 / 100,00 BLODER Marcel

489 Kajak Mur Anf. und Fortg. (mit Bootsmiete) Di 17:00-20:00 MUR 100,00 / 140,00 / 200,00 KÖHLER Manuel

8 Einheiten ab Di, 18.04.2023; Inskription Online am Mo, 20.03.2023

DRACHENBOOT Einführung (3 Einheiten ab 05.06.2023) Inskription am Mo, 20.03.2023

Details (Termine, Kursort, Voraussetzungen, etc.) entnehmen Sie bitte den Kursinformationen unter www.usigraz.at

492 Drachenboot Einführung Mo 18:30-20:00 MURHAF 20,00 / 30,00 / 40,00 BLODER Marcel

STAND UP PADDLEIN (8 Einheiten ab 17.04.2023) Inskription am Mo, 20.03.2023

Details (Termine, Kursort, Voraussetzungen, etc.) entnehmen Sie bitte den Kursinformationen unter www.usigraz.at

497 SUP - Stand Up Paddeln Kurs f. Anf. Mo 16:30-18:00 MURAU 80,00 / 110,00 / 160,00 SUP Sportclub Graz

495 SUP - Stand Up Paddeln Schnupperstunde Termin folgt ALTATHON 20,00 / 30,00 / 40,00 SUPXperience

496 SUP - Stand Up Paddeln Schnupperstunde Termin folgt ALTATHON 20,00 / 30,00 / 60,00 SUPXperience

TANZ

BALLETT

| | | | | |
|--------------------------|----------------|---------|-----------------------|------------------|
| 503 Ballett Intermediate | Di 16:00-17:30 | LSZ GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GLATZ Siegrid |
| 504 Ballett Fortg. | Mo 20:00-21:30 | IRMI | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SPIELHOFER Maria |
| 505 Ballett Anf. | Mo 15:00-16:30 | BAAK | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GLATZ Siegrid |
| 506 Ballett Intermediate | Mi 14:00-15:30 | ATG | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SPIELHOFER Maria |
| 507 Ballett Anf. | Mi 15:30-17:00 | ATG | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SPIELHOFER Maria |
| 508 Ballett Intermediate | Mi 20:00-21:30 | IRMI | 35,00 / 50,00 / 90,00 | KURTA Claudia |
| 509 Ballett Fortg. | Do 15:30-17:00 | LSZ GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GLATZ Siegrid |
| 510 Ballett Intermediate | Do 20:15-21:45 | IRMI | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SPIELHOFER Maria |

BEWEGE UND TANZE DICH FREI

| | | | | |
|--------------------------------|----------------|-------|-----------------------|-----------------|
| 512 Bewege und Tanze dich frei | Mo 19:00-20:30 | KÖR 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | FACHBACH Ulrike |
|--------------------------------|----------------|-------|-----------------------|-----------------|

5 RHYTHMEN

| | | | | |
|----------------|----------------|-------|-----------------------|-------------|
| 514 5 Rhythmen | Mi 18:30-20:00 | CAR 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BRUNNER Eva |
|----------------|----------------|-------|-----------------------|-------------|

BREAKDANCE

| | | | | |
|----------------------------|----------------|----------|-----------------------|-------------|
| 516 Breakdance (Freestyle) | Di 20:00-21:30 | DREIER 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | YAN Jia Jun |
|----------------------------|----------------|----------|-----------------------|-------------|

HIP HOP

| | | | | |
|-------------------------------|----------------|-------|-----------------------|------------------|
| 520 Hip Hop Anf. | Mi 18:00-19:00 | HAK 2 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | SCHÖFFMANN Clara |
| 521 Hip Hop & Urban Dance mF. | Mi 19:00-20:00 | HAK 2 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | SCHÖFFMANN Clara |

DANCE HALL

| | | | | |
|----------------|----------------|-------|-----------------------|------------------|
| 522 Dance Hall | Mi 20:00-21:00 | HAK 2 | 23,00 / 35,00 / 60,00 | SCHÖFFMANN Clara |
|----------------|----------------|-------|-----------------------|------------------|

JAZZ DANCE

| | | | | | |
|-----|--------------------------------|----------------|----------|-----------------------|-----------------|
| 524 | Contemporary Jazz Dance Anf. | Mo 18:30-20:00 | DREIHA 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STORNIG Sandria |
| 525 | Contemporary Jazz Dance Fortg. | Mo 20:00-21:30 | DREIHA 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STORNIG Sandria |

MODERN DANCE

| | | | | | |
|-----|--|----------------|---------|-----------------------|-----------------------|
| 529 | Modern African Dance mit Live-Percussion | Do 19:00-20:30 | KÖR 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | FELGITSCHER Bettina |
| 530 | Modern Dance (Body Sensing) | Do 17:15-18:45 | USI GYM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | STORNIG Sandria |
| 531 | Modern Dance | Fr 18:45-20:15 | SEE 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | ORDONEZ MORENO Karlin |

MUSICAL DANCE

| | | | | | |
|-----|---------------|----------------|-------|-----------------------|--------------------|
| 533 | Musical Dance | Mi 20:15-21:45 | CAR 2 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | RECHBERGER Susanna |
|-----|---------------|----------------|-------|-----------------------|--------------------|

ORIENTALISCHER TANZ für Damen

| | | | | | |
|-----|--------------------------------------|----------------|-------|-----------------------|-----------------|
| 535 | Orient. Tanz Anf. und mäßig Fortg. | Mi 18:00-19:15 | GABEL | 29,00 / 43,00 / 75,00 | CARLOZZO Sabina |
| 536 | Orient. Tanz mäßig Fortg. und Fortg. | Mi 19:15-20:30 | GABEL | 29,00 / 43,00 / 75,00 | CARLOZZO Sabina |

STREET JAZZ

| | | | | | |
|-----|-------------------------------|----------------|-------|-----------------------|--------------------|
| 538 | Street Jazz / Videocliphdance | Di 18:45-20:15 | SEE 1 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | RECHBERGER Susanna |
|-----|-------------------------------|----------------|-------|-----------------------|--------------------|

POLEDANCE

| | | | | | |
|-----|------------------------------------|----------------|------|-----------------------|-------------------|
| 542 | Poledance (ab Mi, 08.03., 6 Einh.) | Mi 16:00-17:30 | POLE | 30,00 / 45,00 / 75,00 | DANCEARTS AUSTRIA |
| 543 | Poledance (ab Di, 09.05., 6 Einh.) | Di 15:00-16:30 | POLE | 30,00 / 45,00 / 75,00 | DANCEARTS AUSTRIA |

PAARTANZ

Anmeldung und Preis pro Paar. Die anmeldende Person kann eine/n Partner/in seiner/ihrer Wahl zum Kurs mitbringen. Der/die PartnerIn wird nicht in die Kursliste eingetragen. Kurse mit 6 Einheiten pro Semester sind Anfängerkurse!

| ROCK 'N' ROLL | | | | | | |
|---|--|--|----------------|----------|-------------------------|-------------------------------|
| 547 | Rock'n' Roll Anf. | | Mi 18:00-19:30 | URS 2 | 90,00 / 130,00 / 240,00 | ULBRICH Martin ULBRICH Eva |
| TANZKURSE mt jeweils 6 Einheiten | | | | | | |
| 549 | Discofox (ab Fr, 10.03.; 6 Einh.) | | Fr 16:45-17:45 | TANZ C01 | 35,00 / 60,00 / 90,00 | CONNYY & Dado |
| 550 | Discofox (ab Fr, 12.05.; 6 Einh.) | | Fr 16:45-17:45 | TANZ C01 | 35,00 / 60,00 / 90,00 | CONNYY & Dado |
| 552 | Ballroom Anf. (ab Di, 07.03., 6 Einh.) | | Di 16:15-17:45 | TANZ C01 | 50,00 / 80,00 / 120,00 | CONNYY & Dado |
| 553 | Ballroom Anf. (ab Di, 09.05., 6 Einh.) | | Di 16:15-17:45 | TANZ C01 | 50,00 / 80,00 / 120,00 | CONNYY & Dado |
| 555 | Bachata (ab Di, 07.03.; 6 Einh.) | | Di 16:45-17:45 | TANZ C01 | 35,00 / 60,00 / 90,00 | CONNYY & Dado |
| 556 | Bachata (ab Di, 09.05.; 6 Einh.) | | Di 16:45-17:45 | TANZ C01 | 35,00 / 60,00 / 90,00 | CONNYY & Dado |
| 558 | Salsa Anf. (ab Mo, 06.03.; 6 Einh.) | | Mo 16:45-17:45 | TANZ C01 | 35,00 / 60,00 / 90,00 | CONNYY & Dado |
| 559 | Salsa Anf. (ab Mo, 08.05.; 6 Einh.) | | Mo 16:45-17:45 | TANZ C01 | 35,00 / 60,00 / 90,00 | CONNYY & Dado |
| 561 | Swing / Lindy Hop (ab Do, 09.03., 6 Einh.) | | Do 16:45-17:45 | TANZ C01 | 35,00 / 60,00 / 90,00 | CONNYY & Dado |
| 562 | Swing / Lindy Hop (ab Do, 04.05., 6 Einh.) | | Do 16:45-17:45 | TANZ C01 | 35,00 / 60,00 / 90,00 | CONNYY & Dado |
| 563 | Tango Argentino (ab Di, 07.03., 6 Einh.) | | Di 17:45-18:45 | TANZ C01 | 35,00 / 60,00 / 90,00 | CONNYY & Dado |
| 564 | West Coast Swing (ab Mi, 08.03., 6 Einh.) | | Mi 16:45-17:45 | TANZ C01 | 35,00 / 60,00 / 90,00 | CONNYY & Dado |

WEITERE SPORTANGEBOTE

POOL BILLIARD

| | | | | | |
|-----|----------------------|----------------|----------|------------------------|--------------|
| 575 | Pool Billiard Anf. | Mo 17:00-18:30 | BILLIARD | 50,00 / 75,00 / 135,00 | GASSER Jakob |
| 576 | Pool Billiard Fortg. | Mo 18:30-20:00 | BILLIARD | 50,00 / 75,00 / 135,00 | GASSER Jakob |

DARTS

| | | | | | |
|-----|-------|----------------|---------|-----------------------|-----------------|
| 585 | Darts | Di 20:00-21:30 | USZ WLB | 35,00 / 50,00 / 90,00 | JUDMAYER Jürgen |
|-----|-------|----------------|---------|-----------------------|-----------------|

WEIGHT LIFTING

| | | | | | |
|-----|----------------|----------------|-------|-----------------------|------------|
| 587 | Weight Lifting | Di 15:00-16:00 | VIBES | 23,00 / 35,00 / 60,00 | VIBES Team |
|-----|----------------|----------------|-------|-----------------------|------------|

GERÄTTURNEN

| | | | | | |
|-----|-----------------------------|----------------|---------------|-----------------------|---|
| 590 | Gerätturnen Anf. und Fortg. | Mo 17:00-18:30 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | WEISSENBACHER Oliver |
| 591 | Gerätturnen Damen Anf. | Di 20:00-21:30 | LSZ A3, LSZ I | 35,00 / 50,00 / 90,00 | REITHOFER Claus ENGEL Lisa Maria |
| 592 | Gerätturnen Anf. und Fortg. | Di 17:00-18:30 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | GOTTHALMSEDER Doris HESSE Christoph |
| 593 | Gerätturnen Fortg. | Di 18:30-20:00 | LSZ A3, LSZ I | 35,00 / 50,00 / 90,00 | CHRISTANDL Jörg CHRISTANDL Jörg |
| 594 | Gerätturnen Anf. und Fortg. | Do 14:00-15:30 | USZ 4 | 35,00 / 50,00 / 90,00 | WADL Florian WADL Florian |
| 595 | Gerätturnen Fortg. | Do 20:00-21:30 | LSZ A3, LSZ I | 35,00 / 50,00 / 90,00 | REITHOFER Claus CHRISTANDL Jörg |
| 596 | Gerätturnen Anf. und Fortg. | Mi 20:00-21:30 | LSZ A3, LSZ I | 35,00 / 50,00 / 90,00 | WADL Florian CHRISTANDL Jörg WADL Florian |

NINJA TRAINING

598 Ninja Training Do 18:30-20:00 USZ 4 35,00 / 50,00 / 90,00 HESSE Christoph

AKROBATIK

599 Parcours OUTDOOR mit Akrobatikelementen (8 Einheiten ab Di, 18.04.; Inskripton am Mo, 20.03.2023) Di 15:30-17:00 AUGARTEN 25,00 / 35,00 / 55,00 WEISSENBACHER Oliver
600 Akrobatik mäßig Fortg. Mo 14:00-15:30 USZ 4 35,00 / 50,00 / 90,00 OFFENBACHER Stephan
601 Akrobatik Anf. Di 14:00-15:30 USZ 4 35,00 / 50,00 / 90,00 OFFENBACHER Stephan
602 Akrobatik Fortg. Mi 20:00-21:30 ATGTUS 35,00 / 50,00 / 90,00 WEISSENBACHER Oliver
603 Akrobatik / Parcours Fr 16:15-17:45 SEE 2 35,00 / 50,00 / 90,00 WEISSENBACHER Oliver

TRAMPOLINSPRINGEN

605 Trampolinspringen Anf. und Fortg. Di 20:00-21:30 USZ 3 35,00 / 50,00 / 90,00 EISL Ingrid
KATTER Alexander
606 Trampolinspringen Anf. und Fortg. Do 20:30-22:00 ASKÓ B 3 35,00 / 50,00 / 90,00 FRIESS Theresa
STRASSER Victoria
607 Trampolinspringen Anf. und Fortg. Fr 20:00-21:30 USZ 3 35,00 / 50,00 / 90,00 HAYN Nicole
HUSSA Martin

SLACKLINE

614 Slackline Fr 15:30-17:00 USZ 4 35,00 / 50,00 / 90,00 JAGUSCH Philipp
615 Slackline Fr 17:00-18:30 USZ 4 35,00 / 50,00 / 90,00 JAGUSCH Philipp

SPORTKLETTERN - BOULDERN (jeweils 6 Einheiten)

620 Sportklettern-Bouldern Anf. (ab Mo, 06.03.) Mo 18:30-20:00 KLETT 40,00 / 60,00 / 100,00 BlochHouse Team
621 Sportklettern-Bouldern Anf. (ab Mo, 08.05.) Mo 18:30-20:00 KLETT 40,00 / 60,00 / 100,00 BlochHouse Team
622 Sportklettern-Bouldern Anf. (ab Di, 07.03.) Di 18:30-20:00 KLETT 40,00 / 60,00 / 100,00 BlochHouse Team

| | | | | | |
|-----|---|----------------|-------|------------------------|-----------------|
| 623 | Sportklettern-Bouldern mäßig F. (ab Di, 09.05.) | Di 18:30-20:00 | KLETT | 40,00 / 60,00 / 100,00 | BlochHouse Team |
| 624 | Sportklettern-Bouldern Anf. (ab Mi, 08.03.) | Mi 20:00-21:30 | KLETT | 40,00 / 60,00 / 100,00 | BlochHouse Team |
| 625 | Sportklettern-Bouldern Fortg. (ab Mi, 10.05.) | Mi 20:00-21:30 | KLETT | 40,00 / 60,00 / 100,00 | BlochHouse Team |
| 626 | Sportklettern-Bouldern Anf. (ab Do, 09.03.) | Do 18:30-20:00 | KLETT | 40,00 / 60,00 / 100,00 | BlochHouse Team |
| 627 | Sportklettern-Bouldern mäßig F. (ab Do, 11.05.) | Do 18:30-20:00 | KLETT | 40,00 / 60,00 / 100,00 | BlochHouse Team |
| 628 | Sportklettern-Bouldern Anf. (ab Fr, 10.03.) | Fr 20:00-21:30 | KLETT | 40,00 / 60,00 / 100,00 | BlochHouse Team |
| 629 | Sportklettern-Bouldern mäßig F. (ab Fr, 12.05.) | Fr 20:00-21:30 | KLETT | 40,00 / 60,00 / 100,00 | BlochHouse Team |

SEILKLETTERN - INDOOR (jeweils 6 Einheiten)

| | | | | | |
|-----|--|----------------|-----|------------------------|----------|
| 630 | Seilklettern Indoor (ab Di, 07.03.; 6 Einh.) | Di 18:00-20:00 | CAC | 50,00 / 75,00 / 135,00 | CAC Team |
| 631 | Seilklettern Indoor (ab Di, 09.05.; 6 Einh.) | Di 18:00-20:00 | CAC | 50,00 / 75,00 / 135,00 | CAC Team |
| 632 | Seilklettern Indoor (ab Mo, 06.03.; 6 Einh.) | Mo 19:45-21:45 | CAC | 50,00 / 75,00 / 135,00 | CAC Team |
| 633 | Seilklettern Indoor (ab Mo, 08.05.; 6 Einh.) | Mo 19:45-21:45 | CAC | 50,00 / 75,00 / 135,00 | CAC Team |

LEICHTATHLETIK

| | | | | | |
|-----|--------------------------------|----------------|--------------|-----------------------|------------------------------------|
| 635 | Leichtathletik Anf. und Fortg. | Mi 17:00-18:30 | USZ 5, Laufb | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SHALAMON Leonie BAYER Christian |
|-----|--------------------------------|----------------|--------------|-----------------------|------------------------------------|

LAUFTRAINING

| | | | | | |
|-----|----------------------------------|----------------|-----|-----------------------|----------------------|
| 637 | Lauftraining für EinsteigerInnen | Do 18:00-19:30 | USZ | 30,00 / 45,00 / 75,00 | ASCHBACHER Magdalena |
|-----|----------------------------------|----------------|-----|-----------------------|----------------------|

| | | | | | |
|-----|-------------------------------------|----------------|-----|-----------------------|--------------------------------------|
| 638 | Marathon- und Halbmarathon-Training | Mi 18:00-20:15 | USZ | 35,00 / 50,00 / 90,00 | BUNDERLA Michaela POTTTHOFF Jonas |
|-----|-------------------------------------|----------------|-----|-----------------------|--------------------------------------|

TRIATHLON WORKSHOP (Inskription am Mo, 20.03.2023)

| | | | | | |
|-----|--------------------|-----------------|-----|-----------------------|--------------|
| 640 | Triathlon Workshop | 03.06.-04.06.23 | USZ | 35,00 / 50,00 / 90,00 | JANDL Martin |
|-----|--------------------|-----------------|-----|-----------------------|--------------|

SCHACH

| | | | | | |
|-----|--------|----------------|---------|-----------------------|---------------|
| 642 | Schach | Mo 20:00-21:30 | USZ SEM | 35,00 / 50,00 / 90,00 | SIMENC Thomas |
|-----|--------|----------------|---------|-----------------------|---------------|

SPINNING

644 Spinning Di 16:00-17:00 INJOY 23,00 / 35,00 / 60,00 TEI/Francesco

BOGENSCHIESSEN (jeweils 8 Einheiten ab 17.04.2023) Inskription am Mo, 20.03.2023

Die Ausrüstung (Bogen, Armenschutz, Pfeile) werden vom USI zur Verfügung gestellt.

655 Bogenschießen Di 16:00-17:30 HILM 30,00 / 45,00 / 80,00 HAYDU Gangolf
656 Bogenschießen Di 17:30-19:00 HILM 30,00 / 45,00 / 80,00 HAYDU Gangolf
657 Bogenschießen Di 19:00-20:30 HILM 30,00 / 45,00 / 80,00 HAYDU Gangolf
658 Bogenschießen Mi 16:00-17:30 HILM 30,00 / 45,00 / 80,00 HAYDU Gangolf
659 Bogenschießen Mi 17:30-19:00 HILM 30,00 / 45,00 / 80,00 HAYDU Gangolf
660 Bogenschießen Mi 19:00-20:30 HILM 30,00 / 45,00 / 80,00 HAYDU Gangolf

SPORTSCHIESSEN

Waffen und Munition werden vom USI zur Verfügung gestellt.

665 Sportschießen Mo 18:30-20:00 LHS 35,00 / 50,00 / 90,00 STROHMAYER Bertrand
666 Sportschießen Mo 20:00-21:30 LHS 35,00 / 50,00 / 90,00 STROHMAYER Bertrand
667 Sportschießen Mi 18:30-20:00 LHS 35,00 / 50,00 / 90,00 STROHMAYER Bertrand

SPORTMASSAGE

670 Sportmassage Do 17:30-19:00 USIGYM 35,00 / 50,00 / 90,00 VERHOUNIK/Thomas

GOLF Clubreife (4 Halbtage) Inskription am Mo, 20.03.2023

672 Golf 4 Halbtage ab 21.04. Fr 15-18/Sa 10-13 GC Andritz 50,00 / 75,00 / 100,00 Golfclub Andritz

ORIENTEERING (8 Einheiten ab Di, 18.04.2023). Inskription am Mo, 20.03.2023

675 Orienteering Di 17:15-19:30 USZ 30,00 / 45,00 / 80,00 PACHER Johann

MOUNTAINBIKE Inskription am Mo, 20.03.2023

Details (Termine, Kursort, Voraussetzungen, etc.) entnehmen Sie bitte den Kursinformationen unter www.usgraz.at

| | | | | | |
|-----|--|--------------------|------------|--------------------------|-------------------|
| 685 | Mountainbike Camp 1 | 07.06.-11.06.23 | Istrien | 100,00 / 150,00 / 200,00 | AUFERBAUER Roland |
| 686 | Mountainbike Camp 2 | 13.09.-17.09.23 | Gemona | 100,00 / 150,00 / 200,00 | AUFERBAUER Roland |
| 687 | Mountainbike Tag (Fahrtechnik) | 03.06.23 09-17 Uhr | Stattegg | 20,00 / 30,00 / 40,00 | AUFERBAUER Roland |
| 688 | Mountainbike Tag (Fahrtechnik) | 04.06.23 09-17 Uhr | Stattegg | 20,00 / 30,00 / 40,00 | AUFERBAUER Roland |
| 689 | Mountainbike Tag (Fahrtechnik u. Tour) | 26.04.23 09-17 Uhr | Leeschwald | 20,00 / 30,00 / 40,00 | HOFER Martin |
| 690 | Mountainbike Tag f. Fortgeschrittene | 03.05.23 09-17 Uhr | Leeschwald | 20,00 / 30,00 / 40,00 | HOFER Martin |

ALPINKURSE (Inskription am Mo, 20.03.2023)

| | | | | | |
|-----|---|-------------------|---------------|--------------------------|---------------|
| 735 | Canyoning | 16.06.-18.06.23 | Kötschach | 80,00 / 120,00 / 160,00 | WURZER Simon |
| 736 | Klettersteigkurs | 16.06.23-18.06.23 | Karnische Al. | 80,00 / 120,00 / 160,00 | HOFER Stefan |
| 737 | Klettern (Vom Klettergarten zum Seilklettern) | 13.05.-19.05.23 | Grazer Bergl. | 280,00 / 420,00 / 560,00 | RAINER Johann |
| 738 | Alpinklettern f. EinsteigerInnen | 09.09.-15.09.23 | Adamek Hütte | 350,00 / 525,00 / 700,00 | RAINER Johann |
| 739 | Hochalpines Bergsteigen | 08.07.-14.07.23 | Adamek Hütte | 280,00 / 420,00 / 560,00 | RAINER Johann |





Auch diesen Sommer bietet das USI Wien Sportwochen in seinem eigenen Sportheim in Dienten am Hochkönig an.

Biken, hiken, wellness, baden, entspannen, walken,.....einfach den Sommer genießen im **UNIVERSITÄTSSPORT- UND SEMINARZENTRUM DIENTNERHOF** am Hochkönig (Salzburg). Der Dientnerhof ist geeignet für Familienurlaube, Kurzurlaube, Sporturlaube, Seminare, Schulungen und Tagungen im Rahmen des Universitätsbetriebes. Alle Infos unter www.dientnerhof.at

Das Universitätssport- und Seminarzentrum Dientnerhof, in der bekannten Wintersportregion Hochkönig gelegen, bietet auch im Sommer viele Möglichkeiten für sportliche Aktivitäten, Freizeitgestaltungen, Ausflüge, Wellness und Bademöglichkeiten. Die Umgebung des Hochkönigs lädt sehr zum Biken und Wandern ein. Einerseits gibt es sehr sportlich herausfordernde Möglichkeiten mit der Ersteigung des Hochkönigs, aber auch sehr gemütliche Wanderungen auf den Almen rund um den Hochkönig sowie der Dientner Berge. Die Wanderwege sind ausgezeichnet markiert. Die Klettersteige auf dem Hochkönig (Königsjodler) zählen zu den längsten und schönsten Klettersteigen der Ostalpen.

Auch für den Mountainbiker gibt es moderate und sehr anspruchsvolle Touren. Das markierte Wegenetz erstreckt sich von Touren rund um Dienten, bis zur beliebten Mountainbiketour auf den Hundstein oder Hochkönig (Watzmannrunde). Auch Baden wird in den Bergen großgeschrieben. Der Böndlsee ist ein wunderschöner Badensee nur 7 km von Dienten entfernt und mit den hauseigenen Fahrrädern gut zu erreichen. Wer es näher haben will, kann auch im hauseigenen Wellnesscenter entspannen. Bei Schlechtwetter bietet sich die nicht weit entfernte Therme Bad Hofgastein oder ein Kulturausflug als Alternative an. Kommen Sie einfach nach Dienten und genießen Sie den Sommer in den Bergen!

Der Standard des Hauses entspricht der Qualität eines 3-Sterne-Hotels, und besteht aus 2-, 3-, und 4-Bettzimmern (alle mit Dusche und WC). Es gibt Seminar- und Tagungsräume, einen Kraftgeräteraum, einen Gymnastikraum, einen Tischtennisraum und ein Wellnesscenter mit Sauna und Dampfbad.

Im Sommer gibt es die Möglichkeit; einen der zahlreichen USI Sommerwochenkurse zu buchen oder als Individualgast im Dientnerhof zu wohnen. Der Dientnerhof ist im Sommer von Ende Juni bis Ende September für Sie geöffnet. **Anmeldung für die Sommerkurse ab März 2023 per E-Mail** direkt beim USI Wien! Bitte E-Mail mit folgenden Daten (gewünschter Kurs, Nachname, Vorname, Geburtsdatum, Matrikelnummer und/oder akademischer Grad (bitte um gescannten Nachweis), Adresse, Telefonnummer) an Kathrin Altreiter (kathrin.altreiter@univie.ac.at) senden. Weitere Informationen (Preise, ...) finden Sie auf der Homepage des USI Wien unter: <http://www.univie.ac.at/USI-Wien/>

ANATOMIE LERNT MAN AM BESTEN AM EIGENEN KÖRPER.



4x

IN GRAZ & UMGEBUNG.

JETZT

USI-ANGEBOT SICHERN!

(SIEHE FREIE ÜBUNGSKARTEN)

FITINN

Die fetten Jahre sind vorbei.

FREIE ÜBUNGSKARTEN

Falls vom USI eigene Übungsstätten für Kurse nicht benötigt werden, können diese Sportanlagen mit einer Freien Übungskarte zu den Öffnungszeiten benutzt werden.

Inskriptionstermin für die FÜ-Karten Leichtathletik für Studierende, Bedienstete und AbsolventInnen einer österreichischen UNI, FH oder PH:

- **online über MY USI DATA** ab Do, 23. Februar 2023 (nur bei eingetragenen Daten mit Foto);
- **im USI-Büro** ab Mi, 01. März 2023.

WICHTIG: Für die Inskription aller freien Übungskarten wird ein aktuelles Foto (DIGITAL) benötigt. Dieses ist mind. 2 Werktage vor der Inskription an usigraz@uni-graz.at zu mailen (max. Dateigröße 300 kb, Hochformat, jpg) oder kann von der CAMPUSonline Visitenkarte in MY USI DATA direkt übertragen werden (nur für Studierende möglich - Einspielung über Nacht).

LEICHTATHLETIK - BENÜTZUNG der LAUFBAHN im USZ ROSENHAIN

Mit der FÜ-KARTE ist allerdings nicht die Berechtigung zu Ball- und Wurfspielen sowie Diskus- bzw. Speerwerfen auf den Freianlagen verbunden. Zur Inskription ist ein digitales Passfoto erforderlich (siehe oben).

| | | | | |
|-----|----------------------------|--------------------|-----|-----------------------|
| 742 | FÜ - Leichtathletik SS | 01.03.23 -30.06.23 | USZ | 15,00 / 25,00 / 35,00 |
| 743 | FÜ - Leichtathletik Sommer | 01.03.23 -30.06.23 | USZ | 15,00 / 25,00 / 35,00 |

BEACHVOLLEYBALL – Anmietung Platz pro Stunde ab 17.04.2023 möglich

| | | | |
|----------------------|-----------------|---------|-------------------|
| Beachvolleyballplatz | max. 6 Personen | USZ BEA | 12,00 Euro / Std. |
|----------------------|-----------------|---------|-------------------|

TENNIS – BENÜTZUNG der 3 TENNISPLÄTZE im USZ ROSENHAIN ab 13.03.2023

Berechtigt jeweils zur Benützung der Tennisplätze für eine Stunde pro Tag und Person

| | | | | |
|-----|------------------------|---------------------|---------|------------------------|
| 761 | FÜ - Tennis SS | 13.03.23 - 30.06.23 | USZ TEN | 50,00 / 75,00 / 100,00 |
| 762 | FÜ Tennis Sommer | 01.07.23 – 31.10.23 | USZ TEN | 50,00 / 75,00 / 100,00 |
| 762 | FÜ Tennis Saison | 13.03.23 - 30.06.23 | USZ TEN | 80,00/ 120,00 / 160,00 |
| 766 | FÜ – Tennis 4-er Block | für Mitspieler | USZ TEN | 20,00 / 20,00 / 20,00 |

FIT INN – JAHRESKARTE zum USI-Preis (ohne Foto)

Mit der FÜ-KARTE ist allerdings nicht die Berechtigung zu Ball- und Wurfspielen sowie Diskus- bzw. Speerwerfen auf den Freianlagen verbunden. Zur Inskription ist ein digitales Passfoto erforderlich (siehe oben).

| | | | | |
|-----|--|---------------------|--|--|
| 775 | FITINN Jahreskarte für Bedienstete | 01.03.23 - 30.04.24 | | |
| | USI-Sonderpreis für Bedienstete: € 200 (beschränkte Anzahl von 50 Karten); Buchung Online am Do, 23. Februar 2023 | | | |
| 776 | FITINN Jahreskarte für Studierende (Jg 94 u.jü.) | 01.03.23 - 30.04.24 | | |
| | USI-Sonderpreis für Studierende: € 170 (beschränkte Anzahl von 200 Karten); Buchung nur Online am Do, 23. Februar 2023 | | | |

Details entnehmen Sie bitte den Kursinformationen unter www.usigraz.at

**Semesterkarte für die BOULDERHALLE Bloc House
(nur für Studierende mit Tarif A – kein Foto erforderlich)**

770 Monatskarte– Bloc House 01.03.23-30.06.23 BlocHouse 160,00 / xxx / xxx
Buchung nur Online ab Do, 23. Februar 2023, beschränkte Anzahl von 50 Karten

FREIE ÜBUNGSGRUPPEN

Falls vom USI Übungsstätten für eigene Kurse nicht benötigt werden, können FREIE ÜBUNGSGRUPPEN diese Sportstätten anmieten. Folgende Bedingungen sind dabei zu erfüllen:

- Jede freie Übungsgruppe muss aus österreichischen Studierenden, Bediensteten oder AbsolventInnen bestehen.
- Alle Mieten sind bei der Anmeldung einzuzahlen, da in keinem Fall Reservierungen vorgenommen werden.
- Eine FÜ-Gruppe kann die gebuchte Sportstätte 1 x pro Woche für 90 Minuten nutzen. Die Einheit entfällt an vorlesungsfreien Tagen und Feiertagen!

FREIE ÜBUNGSGRUPPEN für den Sommer 2023

Anmeldung der Freien Übungsgruppen für den Sommer 2023 beginnt ab Mo, 08. Mai 2023, 09:00 Uhr im USI.

TURNHALLEN am USZ ROSENHAIN

| | | |
|----------------------|---------------------|--------|
| FÜ Gruppen Halle USZ | 10.07.23 - 08.09.23 | 180,00 |
|----------------------|---------------------|--------|

FUSSBALLPLATZ am USZ

| | | |
|--------------------------------|---------------------|--------|
| FÜ – Gruppen Fußball (1/2 Pl.) | 10.07.23 - 08.09.23 | 180,00 |
|--------------------------------|---------------------|--------|

FREIE ÜBUNGSGRUPPEN für das Wintersemester 2023/24

Anmeldung der Freien Übungsgruppen für das Wintersemester 2023/24 beginnt ab Mo, 03. Juli 2023, 09:00 Uhr im USI.

DIVERSE TURNHALLEN IN SCHULEN UND AM USZ ROSENHAIN

| | | |
|---------------|---------------------|--------|
| FÜ Gruppen WS | 02.10.23 - 27.01.24 | 360,00 |
|---------------|---------------------|--------|

ÖFFNUNGSZEITEN UNI Sportzentrum Rosenhain (USZ)

In den Vorlesungszeiten
ab Montag, 6. März 2023

| | | |
|--------------------------------|-------------------|-----|
| Montag – Freitag | 07:00 – 21:30 Uhr | und |
| Samstag | 09:00 – 18:00 Uhr | |
| Sonn- und Feiertag geschlossen | | |

ab Montag, 17. April 2023

| | | |
|--------------------------------|-------------------|--|
| Montag – Freitag | 07:00 – 21:30 Uhr | |
| Samstag | 09:00 – 19:00 Uhr | |
| Sonn- und Feiertag geschlossen | | |

LAUFBAHN

TENNIS

BEACHVOLLEYBALL

zu den Öffnungszeiten bis Einbruch der Dunkelheit

ab Mitte März – Ende Oktober 2023

ab Montag, 17. April – Ende September 2023





STEIRISCHE AKADEMISCHE MEISTERSCHAFTEN

Sommer-Semester 2023

Die steirischen akademischen Meisterschaften 2022/23 stehen unter dem Ehrenchutz von

Herrn Landeshauptmann Christopher DREXLER;

Frau Bürgermeisterin Elke KAHR;

Herrn Stadtrat für Bildung und Sport Kurt HOHENSINNER, MBA;

Herrn Mag. Dr.iur. Peter RIEDLER,
Rektor der Karl-Franzens-Universität Graz;

Herrn Univ.-Prof. Dipl.-Ing. Dr.techn. Dr.h.c.mult. Harald KAINZ,
Rektor der Technischen Universität Graz;

Herrn Univ.-Prof. Dr.med.univ. Hellmut SAMONIGG,
Rektor der Medizinischen Universität Graz;

Herrn Ao.Univ.-Prof. Mag.art. Mag.rer.nat. Dr.rer.nat. MSc Georg SCHULZ,
Rektor der Kunstuniversität Graz sowie

Herrn Univ.-Prof. Dipl.-Ing. Dr.techn. Dr.h.c. Wilfried EICHLSEDER,
Rektor der Montanuniversität Leoben.

Siegerehrung der steirischen akademischen Meisterschaften für das Studienjahr 2022/23

Die Siegerehrung der steirischen akademischen Meisterschaften für das Studienjahr 2022/23 ist für **Mittwoch, den 21. Juni 2023** in der **Aula der Karl-Franzens-Universität**, Universitätsplatz 3, 8010 Graz, geplant. Die Verleihung der Medaillen und Trophäen an die Erstplatzierten erfolgt durch die Rektoren der Grazer Universitäten und den Rektor der Montanuniversität Leoben.

Haftung bei Unfällen

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Unfällen oder Verletzungen jeglicher Art. Es muss auf die im Rahmen des ÖH-Beitrages abgeschlossene Unfallversicherung bzw. die private Krankenversicherung verwiesen werden.

STEIRISCHE AKADEMISCHE MEISTERSCHAFTEN

Sommer-Semester 2023

STEIRISCHE AKADEMISCHE MEISTERSCHAFTEN:

Badminton, Basketball 3x3, Beach-Volleyball (Da/He; Mixed), Berglauf, Bouldern, Gerätturnen, Halbmarathon, Kendo, Kleinfeld-Fußball (Da/He), Leichtathletik, 5000 m Lauf; Mountainbike, Roundnet (Da/He; Mixed), Schwimmen, Segeln, Sportschießen, Tischtennis, Triathlon Super-Sprint, Trampolin, Volleyball (Da/He)

TEILNAHMEBERECHTIGT sind:

Studierende, Bedienstete steirischer und AbsolventInnen aller österreichischen Universitäten, Fachhochschulen und Pädagogischen Hochschulen.

WERTUNG und DURCHFÜHRUNG:

Die **Wertung** erfolgt nach den **ausgeschriebenen Bewerbungen** und **Altersklassen**. Die **Durchführung** der **Wettkämpfe** richtet sich nach der **Wettkampfordnung** der **jeweiligen Fachverbände**.

KLASSENWERTUNG:

Allgemeine Klasse / Altersklassen

WETTKAMPFNENNUNG:

Die **Nennung** für **Einzel- und Mannschaftsmeisterschaften** ist bis zum **Nennschluss Online** ([Online-Anmeldeformular](#)) oder im **USI-Büro** möglich.

Die **Online-Anmeldung** ist erfolgreich abgeschlossen, wenn Sie **Ihr Nenngeld über MY USI DATA** bezahlt haben.

NENNGELD:

Einzelbewerbe

- a) **Anmeldung ONLINE** oder im **USI-Büro** bis zum **Nennschluss** € 6
b) **Nachnennung** nach **Nennschluss** (direkt beim Wettkampf, wenn möglich) € 8

Mannschaftsbewerbe

- a) **Anmeldung ONLINE** oder im **USI-Büro** bis zum **Nennschluss**
b) **Nachnennung** nach **Nennschluss** (direkt beim Wettkampf, wenn möglich)

| | a) Anmeldung | b) Nachnennung |
|-----------------------------------|--------------|----------------|
| Fußball (Halle / Kleinfeld) | € 50 | € 60 |
| Basketball (Da / He / Mixed) | € 30 | € 40 |
| Floorball | € 30 | € 40 |
| Volleyball (Da / He / Mixed) | € 30 | € 40 |
| Segeln | € 20 | € 25 |
| Beachvolleyball (Da / He / Mixed) | € 12 | € 16 |
| Tischtennis-Team | € 12 | € 16 |

STEIRISCHE AKADEMISCHE MEISTERSCHAFTEN WETTKAMPFKALENDER - SS 2023

| | SPARTE | WETTKAMPF-LEITER | NENN-SCHLUSS | WETTKAMPF-TERMIN | WETTKAMPF-ORT |
|-----|--------------------------------------|---------------------|-------------------|--|--------------------|
| 854 | Halbmarathon | Wippel | Fr 24.03.23 | So 26.03.23 | Graz |
| 852 | Gerätturnen | Christandl | Mi 29.03.23 | Fr 31.03.23 | Graz/ATG |
| 878 | Volleyball (Da/He) | Hölzl | Fr 28.04.23 | Mi 03.05.23 | Graz/USZ |
| 864 | 5000 m Lauf | Beyer | Fr 05.05.23 | Di 09.05.23 | Graz/USZ |
| 842 | Basketball 3x3 | Loibner | Fr 05.05.23 | Mi 10.05.23 | Graz/USZ |
| 856 | Kendo | Fresl | Fr 19.05.23 | Di 23.05.23 | Graz/KLU |
| 876 | Trampolin | Eisl | Fr 19.05.23 | Di 23.05.23 | Graz/USZ |
| 860 | Kleinfeld-Fußball Damen | Beyer | Fr 19.05.23 | Mi 24.05.23 | Graz/USZ |
| 868 | Schwimmen | Ehgartner | Fr 19.05.23 | Mi 24.05.23 | Graz/ UNION-BAD |
| 858 | Kleinfeld-Fußball Herren | Beyer | Fr 26.05.23 | Mi 31.05.23 | Graz/USZ |
| 844 | Beach-Volleyball Damen/Herren | Dichtl | Mo 29.05.23 | Sa 03.06.23 | Graz/USZ |
| 840 | Badminton | Almer | Mi 31.05.23 | Sa 03.06.23 | Graz/USZ |
| 866 | Roundnet Mixed | Kleinhapl | Mi 31.05.23 | Sa 03.06.23 | Graz/USZ |
| 846 | Beach-Volleyball Mixed | Dichtl | Mo 29.05.23 | So 04.06.23 | Graz/USZ |
| 867 | Roundnet Damen/Herren | Kleinhapl | Mi 31.05.23 | So 04.06.23 | Graz/USZ |
| 872 | Sportschießen | Strohmayer | Mi 07.06.23 | Mo 12.06.23 | Graz/LHS |
| 862 | Leichtathletik | Egger | Fr 09.06.23 | Mi 14.06.23 | Graz/USZ |
| 865 | Mountainbike | Tauderer/ Mocnik | lt. Ausschreibung | Do 15.06.23 | Schöckl |
| 870 | Segeln | Muschick | Mi 14.06.23 | Sa 17.06.23 So 18.06.23 | Waldschacher See |
| 848 | Berglauf | Mocnik | lt. Ausschreibung | Sa 22.07.23 | Eisenerz |
| 877 | Triathlon Super-Sprint | Mocnik | lt. Ausschreibung | So 23.07.23 | Kobenz |
| 820 | Bouldern | Reiterlehner | Do 09.06.23 | Sa 15.04.23 | Bolderclub Graz |
| 874 | Tischtennis | Balaz | folgt! | folgt! | Graz/USZ |

Alle Wettkampf-Ausschreibungen unter: www.usigraz.at

UNISPORT AUSTRIA MEISTERSCHAFTEN WETTKAMPFKALENDER - SS 2023

| SPARTE | WETTKAMPFTERMIN | WETTKAMPFORT |
|---|-----------------|------------------|
| SKI ALPIN RTL, SL | 01.-03.03.2023 | ABTENAU/SALZBURG |
| SKI ALPIN & SNOWBOARD PARALELLSLALOM | 04.03.2023 | KIRCHBERG/TIROL |
| MARATHON, HALB- U. STAFFELMARATHON | 23.04.2023 | WIEN |
| BEACH-VOLLEYBALL | Juni 2023 | KLAGENFURT |
| KLEINFELD-FUSSBALL | Juni 2023 | SALZBURG |

| | | |
|---|-------------------|-----------------|
| 31. FISU WORLD UNIVERSITY GAMES - CHENGDU 2023 | 27.07.-08.08.2023 | CHENGDU / CHINA |
|---|-------------------|-----------------|

Die **Anmeldung** für die **UAM Marathon, Halbmarathon und Staffelmарathon** ist bereits unter www.vienna-marathon.com möglich.



**SIE HABEN WAS ZU FEIERN?
BEI UNS SIND SIE BESTENS AUFGEHOBEN!**

www.allee11.at

- 
- Private Feiern
 - Sponsionsfeiern
 - Promotionsfeiern
 - Geburtstagsfeiern
 - Firmen-Feiern
 - Firmen Incentives
 - Weihnachtsfeiern
 - Jubiläumsfeiern
 - Kindergeburtstag
 - Tauffeste
 - etc.

ALLEE 11

RESTAURANT / EVENTLOCATION

Max-Mell-Allee 11 • 8010 Graz • T: 0676 920 8 930 • M: office@dallee11.at

Mit *Mentoring* zu deinem Traumjob!

**ERFOLGREICH INS
BERUFSLEBEN STARTEN**



Mentee

Mentorin

Jetzt Mentor:innen-Suche
starten und **von Erfahrungen**
der Absolvent:innen **profitieren!**



mentoring-unigras.at



38. Kleeblattlauf

Fr, 23. Juni 2023 / 17:00 Uhr

4er-Staffel-Lauf

für alle Studierenden, Bediensteten und AbsolventInnen
einer UNI, FH oder PH und deren Gäste!



ORT

KLEEBLATTLAUF-STRECKE

Start um 17:00 Uhr am USZ Rosenhain
Sportplatz, Max-Mell-Allee 11, 8010 Graz

STRECKENLÄNGEN

2.600 m Herren (Jg. 1988 - 2006)

2.200 m Herren (Jg. 1987 und älter) und
Damen (Jg. 1988 - 2006)

1.800 m Damen (Jg. 1987 und älter)

ⓘ Jede/r TeilnehmerIn kann auch eine
längere Distanz wählen.

ZEITLIMIT

Die Gesamtzeit von **60 Minuten** sollte
von der Staffel (4 LäuferInnen) nicht
überschritten werden.

Jede Staffel erhält einen Staffeltab mit
Transponder, welcher die Gesamtzeit
und die Zwischenzeiten jeder Staffel /
LäuferIn stoppt. Sofort nach dem Lauf
im Internet abrufbar.

TEILNEHMERZAHL

Limitierung auf **2.000 TeilnehmerInnen**
(500 Staffeln à 4 Personen)

Bitte rechtzeitig anmelden!

NENNGELD

Je TeilnehmerIn **15€** (60€/Staffel) inkl.
Startnummer & Starterbag

ANMELDUNG

ab Di, 02. Mai 2023 im **USI Büro**
oder **Online**

USI Büro:

Universitätsplatz 3, 8010 Graz, Parterre;
Mo-Fr von 08:00 bis 12:00 Uhr (bitte nur
komplette 4er Staffeln nennen)

Online-Anmeldung unter
www.sportpay24.com

KLEEBLATT-STAFFEL

1 Staffel besteht aus 4 Personen.

Der „Running Captain“, der die
Staffel anmeldet, muss StudentIn,
Bedienstete/r oder AbsolventIn sein
und kann bis zu 3 Gäste (ab 17 Jahre) in
seiner Staffel melden.

EINZELLÄUFER/INNEN

werden einer (neuen) Staffel „zugeteilt“.
Die Anmeldung dazu erfolgt am

Fr, 23. Juni 2023 von **14:00 - 15:00**

Uhr am USZ Rosenhain im Rahmen der
Staffelbörse.

TRAINING

Mi, 21. Juni 2023 / 16:00 - 17:30 Uhr

Treffpunkt am USZ Rosenhain,
Max-Mell-Allee 11, 8010 Graz

STARTNUMMERNABHOLUNG

Fr, 23. Juni 2023 von **14:00 - 16:00 Uhr**

auf der **Sportplatz-Tribüne**,
UNI Sportzentrum (USZ),
Max-Mell-Allee 11, 8010 Graz.

ⓘ Die Teilnehmerkarte bzw.
Onlineanmeldung ist bei der
Startnummernabholung ausgedruckt
vorzuweisen.

EINTRITTSKARTE USI FEST

Bei der Startnummernabholung wird
eine Eintrittskarte übergeben

(gültig nur mit Startnummer;
Eintritt bis 21:00 Uhr)

Verlosung von
Sachpreisen
unter allen
Teilnehmer-
Innen

ANMELDESCHLUSS: MO. 19. JUNI 2023

Neue Kurse im USI Programm SS 2023

| | |
|-------------------------|----------|
| DRACHENBOOT..... | SEITE 25 |
| FOOTVOLLEY..... | SEITE 43 |
| PILATES MEETS YOGA..... | SEITE 28 |

38. Kleeblattlauf

Fr, 23. Juni 2023 / 17:00 Uhr



mit
USI-Fest
ab 21 Uhr

USI Graz
UNIVERSITÄTS-SPORTINSTITUT

Universitäts-Sportinstitut (USI)
Universitätsplatz 3 Erdgeschoss, 8010 Graz
0316 380 2255
usigraz@uni-graz.at
www.usigraz.at