

# Presse-Info

Nr. 107  
1. April 2014

**Presse und Kommunikation**  
Campus, Gebäude A2 3  
66123 Saarbrücken

Tel. 0681 302-2601  
Fax 0681 302-2609

## Anmeldebeginn für die Kurse des Hochschulsportzentrums der Uni

**Am Montag, 7. April, beginnen die Anmeldungen für das Hochschulsportprogramm im Sommersemester 2014. Die Kurse starten am 22. April in Saarbrücken und am 28. April in Homburg. Das Sportprogramm beinhaltet wieder über 200 Veranstaltungen für Studenten und Bedienstete der saarländischen Hochschulen.**

Allein auf dem Campus Saarbrücken finden jede Woche 129 Kurse statt, in Homburg gibt es 43 wöchentliche Kurse. 14 Workshops und Kompaktkurse, fünf Turniere und Events, 17 Kurse für Bedienstete und sechs Exkursionen runden das Angebot ab. Neben den klassischen Sportangeboten finden sich in jedem Semester auch neue Fitness-Trends im Hochschulsportprogramm. Diesmal sind Aroha, Circuit Blast, Muscle Fire, Zumba-Step und Boxilates zum Kennenlernen mit dabei. Shaolin Kung-Fu erweitert den Kampfsportbereich, und das Angebot in den Ballsportarten wurde mit Handball für Frauen vergrößert. Für ein kurzes, gezieltes Workout sind erstmals 25-minütige Express-Kurse im Programm. Zur Entspannung bietet das Hochschulsportzentrum neben Progressiver Muskelrelaxation, Meditation, Stressbewältigung und Tai Chi im Sommersemester auch Autogenes Training an.

Der Bereich Tanz ist weiterhin sehr breit aufgestellt: Ballett gibt es mittlerweile in Saarbrücken und in Homburg, Charleston und Broadway-Dance sind in Workshop-Form neu dabei, Standard-Latein, Salsa, Flamenco, Hip Hop, Jazz und Irish Dance sind unverändert im Kurs-Programm enthalten.

Erweitert wurde das **Angebot für Bedienstete**: Mit 17 Kursen in der Rubrik „Uni in Bewegung“ engagiert sich die Uni für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter. Darüber hinaus startet die Saar-Uni auch in diesem Jahr als einer der größten Arbeitgeber im Saarland mit einem gemeinsamen Team aus Studenten und Bediensteten beim Dillinger Firmenlauf.

Das **Hochschulsport-Fitnesszentrum Uni-Fit** auf dem Campus hat in seinem zweiten Jahr bereits über 500 regelmäßige Nutzerinnen und Nutzer. Voraussetzung für die Mitgliedschaft im Uni-Fit ist die Teilnahme an einem Einführungskurs. Auch im Sommersemester werden



01.04.2014 | Seite 2

wieder zahlreiche Einführungskurse für das individuelle Ausdauer- und Krafttraining stattfinden. Diese werden für internationale Studenten auch in englischer Sprache angeboten.

Neben den Studenten und Bediensteten können auch **Gäste** im Rahmen freier Kapazitäten am Hochschulsport teilnehmen. Eine Mitgliedschaft im Uni-Fit ist allerdings nur für Uni-Angehörige möglich.

**Eine Übersicht über das komplette Sportprogramm** gibt es unter:

[www.uni-saarland.de/hochschulsport](http://www.uni-saarland.de/hochschulsport)

**Weitere Informationen erhalten Sie bei:**

**Rolf Schlicher**

Leiter des Hochschulsportzentrums

Tel.: 0681 302-57571

E-Mail: [rolf.schlicher@uni-saarland.de](mailto:rolf.schlicher@uni-saarland.de)

[www.uni-saarland.de/hochschulsport](http://www.uni-saarland.de/hochschulsport)