

Weiterbildung / Leistungsabnahmen

DSA/BFT der SFB	H1/2/3	mittwochs
Schwimmen DSA/IGF	SH	
Übungsleiterlizenzverl.	Mi	gem. Meldung

Teilnahmeberechtigung

- Studierende der UniBwM
- Hochschulangehörige der UniBwM
- Mitglieder des Sportfördervereins, bei freien Kapazitäten **Dienst- bzw. Sportfördervereinsausweis mitführen!**

Versorgungsschutz

Die Teilnahme von Soldaten und Soldatinnen des Studienbereichs UniBw München am Hochschulsportprogramm ist - auch außerhalb der Rahmendienstzeit 07:30 - 16:45 Uhr - grundsätzlich angeordneter Dienst. Somit besteht neben dem Anspruch auf unentgeltliche truppenärztliche Versorgung auch Versorgungsschutz bei Wehrdienstbeschädigungen. Für Studierende sind die Zeiten der Teilnahme außerhalb der Rahmendienstzeit keine Arbeitszeit.

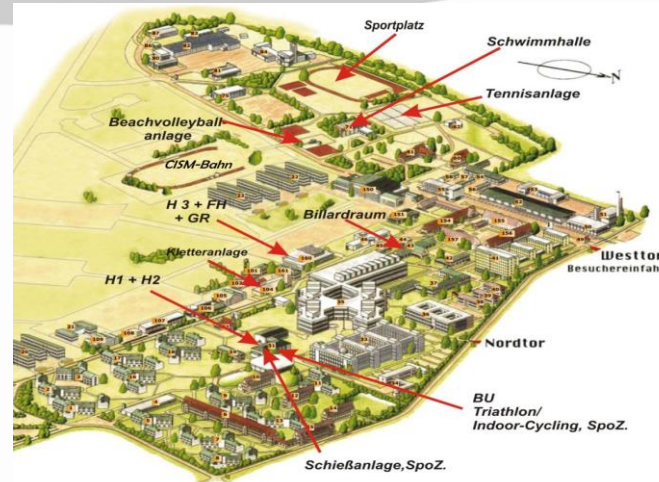
Kontakt

Sportzentrum der Universität der Bundeswehr München
 Werner-Heisenberg-Weg 39
 85577 Neubiberg – Gebäude 31
 GeZi: Mo.-Do. von 8:00 bis 12:00 Uhr
 Tel.: 089/ 6004-4161
 Fax: 089/ 6004-4170
 Email: sportzentrum@unibw.de



Universität der Bundeswehr München

Sportzentrum



Abkürzungen/Legende:

BI	Billard, Geb. 43 (UG)
BO	Bogenschießen, H3/CISM-Bahn
BU	Budoraum, Geb. 31(1.Etage)
CR	Indoorcycling Geb. 31 (EG)
GR	Gymnastikraum, Geb. 160
H1/H2	Sporthallen, Geb. 31
H3	Sporthalle & Fitness-Bereich, Geb. 160
SH	Schwimmhalle, Geb. 71
SP	Sportplatz / Leichtathletik
SpoZ	Sportzentrum, Geb. 31 (1.Etage)
SSt	Schießstand Geb. 31
TE	Tennisanlage
TU	Kletterturm, Geb. 104

Sportgeräteausgabe

Täglich Geb. 31 (EG), Mo-Fr 8 - 9 Uhr + 12 - 13 Uhr

Verein zur Förderung des Sports e.V.

Der Sportförderverein unterstützt mit Ihrer Mitgliedschaft den Sport an der Universität in Bereichen, in denen nicht genügend Mittel zur Verfügung stehen. Beispielsweise für Sport-/ Trainingsgeräte oder Sportstätten.

Büro: Geb.41/100 (EG)

Tel.: 089/ 6004-4159

Email: sportfoerdereverein.unibw@t-online.de

Öffnungszeiten: siehe Website UniBw/Sportförderverein

SPORTZENTRUM

Hochschulsportprogramm Frühjahrs – Trimester 2020



Das *Sportzentrum* ist eine zentrale Einrichtung der Universität der Bundeswehr München.



Es eröffnet über 3000 Studierenden und über 1000 Universitätsangehörigen die Möglichkeit vielfältigst Sport zu treiben.



Der *Verein zur Förderung des Sports e.V.* unterstützt den Sport an der UniBw durch die Beiträge seiner Mitglieder.

Detaillierte Informationen finden Sie auf unserer Website der Universität der Bundeswehr München unter Sportzentrum.

Liebe Studierende, liebe Hochschulangehörige,

Ihre Arbeit verlangt Ihre volle Konzentration und Ihren ganzen Einsatz. Sport bietet Ihnen einen idealen Ausgleich, sei es in Form von Fitness, Erlebnis oder Wettkampf.

Ihr Sportzentrum

Sportspiele

Basketball Da/He	H 2 Mo	18:30-20:00
	H 1 Di	20:00-21:30
	H 1 Do	20:00-21:30

Fußball HSM	H 3 Mo	20:00-22:00
Fußball Damen	H 3 Di	20:00-21:30
Fußball Herren HSM	H 1 Do	16:00-18:00

Handball Da/He	H 2 Mo	20:00-22:00
Handball Da/He	H 3 Mi+Do	20:00-21:30

Inline-Hockey	H 1 Di	13:15-15:00
	H 1 Do	18:00-20:00

Lacrosse	H 1 Mo	20:00-22:00
	H 1 Do	21:30-23:00

Volleyball Da/He	H 2 Di	18:30-20:30
Volleyball Da/He(fr.Spiel)	H 2 Do	19:30-21:30

Rückschlagspiele

Badminton	H 1 Mo	18:00-20:00
	H 1 Mi	18:30-20:30

Tischtennis	H 2 Mi	18:30-22:00
-------------	--------	-------------

Tennis	siehe Aushang am TE-Platz	
--------	---------------------------	--

Fitnesssport

Indoor-Cycling	Geb.31	siehe Beleg.Plan	
----------------	--------	------------------	--

Kokoro/CrossFit	H 3 Mo/Do	16:30-18:30	
(Anfänger + Fortgeschr.)	H 3 Di	14:30-16:00	

Kraft- und Koordination	GR Di	16:00-16:50	
-------------------------	-------	-------------	--

Total Body Workout	H2 Mi	17:00-18:30	
--------------------	-------	-------------	--

Zirkeltraining	H 3 Mo	16:30-18:00	
	H 3 Mi+Do	18:30-20:00	

FIP: Der „Fitness-Info-Point“ ist ein Angebot des SpoZ zur Trainingsberatung. Bitte Aushänge/Website beachten. Termine & Anfragen: sport.fitness@unibw.de

Budosport/Kampfsport

Boxen HSM	H 3 Di+Do	16:00-18:30	
-----------	-----------	-------------	--

Grappling/Brazil.Jiu Jitsu	BU Di	17:00-19:00	
----------------------------	-------	-------------	--

Jiu Jitsu	BU Mo	17:00-18:30	
	BU Do	18:00-20:00	
	BU So	10:00-12:00	

Karate	BU Mo	18:30-20:45	
	BU Mi	17:45-19:15	

Kickboxen	BU Di+Fr	11:00-12:00	
	BU Mi	15:00-16:00	

Kijutsu	BU Do	20:00-21:30	
---------	-------	-------------	--

Selbstv./Krav Maga	BU Di	19:00-21:00	
	H1+H2 Mo	18:30-20:00	
	H1 Mi	16:30-18:30	

Thai-Boxen	BU Mo	20:45-22:15	
	BU Mi	19:15-20:45	

Gesundheitssport

Rückentraining	GR Di	17:00-18:00	
Wirbelsäulentraining	BU Do	16:00-17:00	

Taiji-Qigong (Entsp.Training)	GR Mi	16:15-17:45	
-------------------------------	-------	-------------	--

Yoga	GR Do	17:00-18:30	
------	-------	-------------	--

Aqua-Jogging	SH Do	17:45-18:30	
--------------	-------	-------------	--

Individualsportarten

Billard	BI Di	16:00-19:00	
Bogenschießen	H 3 Mi	16:30-20:00	

Fechten	H 1 Mi	18:30-20:30	
	H 1 Fr	16:15-17:45	

Gerätturnen	H 3 Di+Do	18:30-20:00	
Gerätturnen/Parcour	H 3 Mi	16:30-18:30	

Klettern	TU siehe Aushang+Website		
----------	--------------------------	--	--

Tanzen	GR Mo/Di/Do	18:45-22:30	
--------	-------------	-------------	--

Tauchen	SH Di	18:30-20:00	
---------	-------	-------------	--

Schwimmen HSM	SH	siehe Aushang+Website	
---------------	----	-----------------------	--

Rettungsschwimmen	SH Mi	11:00-12:00	
	SH Mi	16:30-18:00	
	SH Do	16:00-17:45	

Zu allen und weiteren Sportaktivitäten wie Beachvolleyball, Bergsport, Freifall, Leichtathletik, Sportschießen, Triathlon, u.v.m. finden sie nähere Informationen unter der Website der Universität der Bundeswehr München unter Sportzentrum.