

Unisport und Gesundheitsförderung für Studierende im WS 2020/21

Mit mehr als 100 Sportkursen in über 40 Sportarten bietet das **Unisportzentrum** (USZ) den Studierenden unserer Universität breit gefächerte sportliche Betätigungsmöglichkeiten. Die Internetseite des USZ lautet: <https://tu-freiberg.de/sport>. Darüber hinaus unterstützt das **universitäre Gesundheitsmanagement** (UGM) alle Studierenden bei der gesundheitsförderlichen Ausgestaltung ihres Studiums. Hierfür werden diverse Bewegungs- und Entspannungskurse, Beratungsmöglichkeiten, Karriere-Seminare oder Events angeboten. Die Internetseite des UGM lautet: <https://tu-freiberg.de/gesundheitsmanagement>

Angebote im WS 20/21

Das Wintersemester 20/21 steht unter den Zeichen Corona-Pandemie bedingter Einschränkungen. Ziel des Universitätssportzentrums ist es, möglichst viele Sportarten/Kurse unter Beachtung, der vom jeweiligen Fachverband veröffentlichten Handlungsrichtlinien, anzubieten. Die zuständigen Kurs- und Übungsleiter orientieren sich dabei an den Hygienevorkehrungen: Reduzierung von Gruppengrößen | Einschränkung von Körperkontakten durch übungsmethodische Anpassungen | regelmäßige Reinigung von Sport- und Übungsgeräten | ständige Verfügbarkeit von Desinfektionsmitteln | bedingte Einschränkung der Hygieneräumlichkeiten.

Das Spektrum der geplanten Sportkurse im WS wird dennoch recht breit gefächert sein:

- Fitness und Gesundheitskurse (von BodyTotal bis Yoga);
- große Spiele (von Basketball bis Volleyball);
- Individualsport (von Gerätturnen und Schwimmen bis Sportklettern);
- Budo- und Kampfsport (von Fechten bis Ju Jutsu);
- Natursport (von Mountainbiken bis Skialpin);
- Rückschlagspiele (von Badminton bis Tischtennis) sowie
- verschiedene Tanzkurse.

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit zur Teilnahme studentischen Hochschulmeisterschaften sowie an regionalen, nationalen und internationalen Sportwettkämpfen. Das Unisportzentrum selbst organisiert als hochschulinterne Wettkampfveranstaltung vom 14. bis 18.12.2020 die Unisportolympiade.

Spezielle Highlights in diesem Winter stellen zudem die Wintersportreisen für Skisportler dar. Skialpinisten kommen Mitte März am Kronplatz in Südtirol auf ihre Kosten, während Skilangläufer und Gesundheitssportler bereits Anfang Januar in Obertilliach auf Osttirols schönsten Loipen verweilen dürfen.

Kurs- und Veranstaltungsangebot

Das komplette Kurs- und Veranstaltungsangebot sowie Informationen zum Erwerb einer Nutzerkarte für den jeweiligen Sportkurs sind im Internet unter <https://tu-freiberg.de/sport/sport-kurse> zu finden. Ergänzende Flyer sind in der Mensa, während der Ersti-Tage und in der in der Geschäftsstelle des USZ (Chemnitzer Straße 48) verfügbar.