

Montan – Camps & Specials

Nr.	Kurs	Tag	Zeit	Eur
400	Alpinkurs: Einsteiger Kletterausbildung	Fr.-So.	2.–4.6.2023	95.-
492	Alpinkurs: Fortgeschr. Kletterausbildung	Fr.-So.	2.–4.6.2023	95.-
412	Alpinkurs: Schitouren Überschreitung, 4 Tage	Do.-So.	9.3.–12.3.2023	140
430	Alpinkurs: Klettersteigausbildung	Sa.-So.	17.–18.6.2023	70.-
487	Schitour #gmätllich	Sa.	4.3.2023, 9h	25.-
401	Beachcamp Bibione/Italien	Fr.-Mo.	26.–30.5.2023	65.-
421	Kajak Einsteiger Training wöchentlich	Do.	4.5.–1.6.2023, 15:00–17:30h	65.-
404	Kajak – Special Wildwasser/Enns	Fr.–So.	12.–14.5.2023	75.-
447	Kitesurfen – Special 1	Fr-So	21.–23.4.2023	135
448	Kitesurfen – Special 2	Fr-So	2.–4.6.2023	135
411	Leistungsdiagnostik – Gesundheitscheck	flex.	flexibel, Dr. Rubinigg	70.-
405	MTB – Bikecamp Maniago	Fr.-Mo.	28.4.–1.5.2023	80.-
415	MTB Enduro (FG), Bruck	Sa	27.05., 10h	20.-
440	Parcours – Running NEU	Mo.	18:00 – 19:30h	25.-
428	Stockschießen Asphalt ab 20.4.2023, ESV Bahnen	Do.	18:00 – 20:00h	25.-
402	USI FITRAUM / Studio	tägl.	05:00 – 24:00h	60.-
445	USI Rennrad Touren	Fr.	ab 5.5.2023	10.-
419	Selber schrauben am MTB/Rennrad #Basics	Di.	25.04.2023 16:00 – 18:00h	15.-
420	Faszienrollen+Dehnen/Regeneration i. Sport	Do.	20.4.2023 16:30 – 18:30h	15.-
418	Einführung ins Langhanteltraining	Do.	23.3.2023 17:00 – 19:00h	15.-

Akademische Wettkämpfe

Die Ausschreibungen und Informationen zu den vielen Meisterschaften in diversen Sportsparten (Leobener/Steirische/Unisport-Austria) erfahren Sie auf unserer Homepage

USI Übungsbetrieb SS 2023: 27.02.2023 – 30.06.2023

USI – Sommerspecial				
Nr.	Kurs	Tag	Zeit	Eur
443	Canyoning „Aquasplash“	Sa.	8.7.2023, 9h	45.-
409	Raftingtour Salza „Xlarge“	So.	9.7.2023, 9h	45.-
426	Outdoor/Studio-Workout	Mi.	Ab 05.07.2023 18:00 - 19:30h	25.-
441	Höhlenforschen für Anfänger, Frauenmauer	Sa.	8.7.2023, 8:30h Gsoll	30.-
442	Höhlenforschen für Anfänger, Frauenmauer	Sa.	22.7.2023, 8:30h Gsoll	30.-
406	USI FITRAUM / Sommer	tägl.	1.7.-1.10.2023	40.-

AGB's

Bitte um Kenntnissnahme und Einhaltung der allgemeinen Geschäftsbedingungen und Stornoregelungen auf unserer Homepage. Teilnahme stets auf eigene Gefahr!

Kontakt

☎ +43 3842/402–6401 (6403)

✉ usi@unileoben.ac.at

🏠 Peter Tunner Straße 15 - 8700 Leoben

KURSPROGRAMM SS 2023



LEOBEN
UNIVERSITÄTSSPORT

ONLINE-ANMELDUNG
gestaffelt ab

31.01., 9:00 Uhr
usi.unileoben.ac.at

Montan – Sportmix

Nr.	Kurs	Tag	Zeit	Eur
002	Aquafit (exkl. Eintritt)	Di.	18:00 – 19:15h	25.-
009	Ausdauertraining: Lauf ABC	Mi.	16:00 – 17:10h	25.-
006	Bouldern 1	Do.	16:40 – 18:10h	65.-
007	Bouldern 2	Do.	18:10 – 19:40h	65.-
015	Bouldern 3 (Fortg)	Di.	16:30 – 18:00h	65.-
016	Bouldern 4 (Fortg)	Di.	18:00 – 19:30h	65.-
010	Disc Golf (Frisbee- Golf) ab 17.4.2023	Mo.	17:30 – 20:00h	25.-
003	Fitnessboxen	Mi.	17:00 – 18:30h	25.-
004	Indoorklettern 1	Do.	20:00 – 21:30h	40.-
005	Indoorklettern 2	Di.	20:00 – 21:30h	40.-
008	Muay Thai	Mo.	17:30 – 19:00h	25.-
011	Schwimmen 1	Di.	18:45 – 20:45h	32.-
012	Schwimmen 2	Mi.	18:45 – 20:45h	32.-
017	Sportschießen 1	Do.	18:00 – 19:30h	40.-
018	Sportschießen 2	Do.	19:30 – 21:00h	40.-
013	Trampolin / Akrobatik	Do.	17:30 – 19:00h	25.-

Montan - #ONLINEKURSE

Nr.	Kurs	Tag	Zeit	Eur
621	Segeln – Funkkurs ab 8.3.2023	Mi.	18.00 – 20:00h	70.-
620	Tabata #athome #daham	Mo.	18:00 – 18:45h	20.-

Montan – Fitbasics

Nr.	Kurs	Tag	Zeit	Eur
101	Athletic Conditioning	Mi.	19:30 – 21:00h	25.-
300	Come on Dance! Paare – Anfänger ab 7.3.2023	Di.	18.30 – 19:30h	40.-
301	Come on Dance! Paare-Fortge. ab 7.3.2023	Di.	19:45 – 20:45h	40.-
107	Dance Fitness (Zumba)	Di.	17:00 – 18:00h	20.-
114	Dance it off	Do.	19:00 – 20:00h	20.-
115	Fit und Flexi	Do.	18:00 – 19:00h	20.-
104	Functional Core-Training	Do.	18:00 – 19:15h	25.-
110	Funktionelles Kraft- u. Ausdauertraining	Di.	17.00 – 18:30h	25.-
106	H.I.I.T. Training	Mo.	19:30 – 21:00h	25.-
112	KIBO Aerobic Core	Di.	19:00 – 20:00h	20.-
108	Sport Allerlei - Spiel und Spaß	Mi.	18:00 – 19:30h	25.-
306	Starker Rücken	Fr.	17:00 – 18:00h	20.-
305	Waveletics, Rückenfit	Di.	18:00 – 19:00h	20,-
310	Yoga – In der Mitte liegt die Kraft	Mo.	18:00 – 19:30h	25.-
103	Yogilates	Mo.	18:00 – 19:15h	25.-
302	ZEN Meditation Anfänger und Fortgeschrittene	Mi.	18:30 – 20:00h	25.-

Montan - Ball & Rückschlagspiele

Nr.	Kurs	Tag	Zeit	Eur
207	Badminton 1	Do.	18:30 – 20:00h	25.-
200	Badminton 2	Do.	20:00 – 21:30h	25.-
201	Basketball Einsteiger	Do.	18:30 – 20:00h	25.-
202	Basketball Fortg.	Mo.	20:00 – 21:30h	25.-
223	Ballhockey	Mi.	18:30 – 20:00h	25.-
203	Beachvolleyball Einsteiger	Mi.	17.30 – 19.00h ab 03.05.2023	25.-
204	Beachvolleyball Fortgeschrittene	Mi.	19.00 – 20.30h ab 03.05.2023	25.-
221	Eishockey Konditionstraining	Do.	17:15 – 18:30h	25.-
208	Hallenfußball 1	Do.	19:15 – 20:45h	25.-
206	Hallenfußball 2 Großfeld	Mi.	18:30 – 20:00h	25.-
211	Rugby am Tivoli (ab 17.4. am PSV Platz)	Mo. Mi.	19:30 – 21:00h	40.-
210	Spikeball	Di.	17:00 – 18:30h	25.-
212	Tennis – Anfänger	Mi.	16:00 – 17:00h ab 10.5.2023	30.-
213	Tennis – Anfänger	Mi.	17:00 – 18:00h ab 10.5.2023	30.-
214	Tennis – leicht Fortgeschrittene	Mi.	18:00 – 19:00h ab 10.5.2023	30.-
215	Volleyball (Einsteiger)	Di.	18:30 – 20:00h	25.-
216	Volleyball (Fortg.)	Di.	20:00 – 21:30h	25.-
217	Volleyball – Spiel/Training	Mo.	20:00 – 21:30h	25.-