

## Outdoor, Camps & Specials

Kurs	Tag	Zeit	Euro
Einführung ins Langhanteltraining	Mi.	05.11.2025 17:00 – 19:00h	10/15/20
Eisklettern, LE Umgebung	Do. Fr.	15./16.01.25 9:00 – 16:00h	60/85/115
Golf Platzrefekurs Golfclub Reiting	Sa. So.	11.10./12.10. 11:00 – 15:00h	100/150/200
Golf Schnupperkurs Golfclub Reiting	Fr.	03.10.2025 15:00 – 17:00h	10/15/20
Höhlenspaziergang Leoben/Häuselberg	Do.	23.10.2025 15:15 – 19:15h	15/20/30
Kajak „Tour de Mur“ #refresh / inkl. Material	Sa.	04.10.2025 12:00 – 16:00h	30/40/50
Klettern: Rissklettern Tipps/Tricks/Taktik	Mo.	27.10./3.11./ 10.11.2025	20/30/45
Langlaufen Skating für Einsteiger, Termin 1	Fr., Sa.	19.12. ab 13h 20.12. ab 10h	30/45/70
Langlaufen Skating für Einsteiger, Termin 2	Do.	15.01. ab 16h 22.01. ab 16h	30/45/70
Langlaufen „Klassisch“ für Einsteiger	Fr., Sa.	19.12. ab 13h 20.12. ab 10h	30/45/70
Langlaufen Skating Technik – Refresh – Kurs	Do.	29.01.2026 16:00 – 18:00h	15/20/30
Langlaufen Böhmerwald Fortgeschrittene	Do.- So.	08.01.2026- 11.01.2026	75/95/125
LVS Training mit Bergf.	Fr.	12.12. ab 12h	15/20/30
Leistungsdiagnostik – Gesundheitscheck	flex.	flex. buchbar Dr. Rubinigg	70/90/125
Leistungsdiagnostik – spezial (INSCYD)	flex.	flex. buchbar, Dr. Rubinigg	70/90/125
Quidditch Spiel/Spaß	Sa.	08.11.2025 13:00 - 16:00h	15/20/30
Rennradfahren (Oktober) „USI Gruppetto“	Di.	14:30 – 17:30 im Oktober	10/15/20
Selber schrauben am MTB/Rennrad #basics	Mi.	29.10.2025 16:00 – 18:00h	10/15/20

Kurs	Tag	Zeit	Euro
Ski Freeride - Seminar (Skitechnik)	Mo.	16.02.2026	35/55/75
Skitour 3tägig Donnersbachwald	NEU Fr.- So.	19.12.2025 bis 21.12.2025	90/120/150
Skitour Durchquerung Niedere Tauern 4tägig	Do.- So.	12.02.2026 bis 15.02.2026	120/150/180
Skitour - Genusstour #gmtlich	Sa. Sa.	T1: 24.01.2026 T2: 07.02.2026	25/30/45
Skitour Silvretta 5tägig Heidelbergerhütte	Mi.- So.	07.01. – 11.01.	150/180/210
Sportfotografie	Mo. Di.	20./21.10.25 17:00 – 19:00h	24/36/70
USI Gym / Fitnessstudio	tägl.	05:00 – 24:00h	60/70 **
USI Gym / Fitnessstudio Vormittagskarte	tägl.	05:00 – 13:30h	40/50 **
Wachseln und Skipflege (Langlauf), inkl. Material	Mi.	10.12.2025 16:00 – 18:00h	10/15/20

\*\*nur Stud./Bed.

### USI Tariffinformation

Tarif 1: Studierende (Uni/FH/PH) bis 30J  
Absolvent. 2 Sem. nach Abschluss  
Tarif 2: Uni Bedienstete  
und Studierende über 30J  
Tarif 3: AbsolventInnen / Externe /  
volljährige SchülerInnen



### USI AGB's

Bitte um Kenntnisnahme und Einhaltung  
der allgemeinen Geschäftsbedingungen  
und Stornoregelungen!

Zu finden auf unserer Homepage!



### Universitätssportinstitut (USI)

Peter Tunner Straße 15, 8700 Leoben  
Tel.: +43 3842 / 402 – 6401  
Mail: usi@unileoben.ac.at

find us...



usi.unileoben.ac.at



**LEOBEN**  
UNIVERSITÄTSSPORT

**USI Übungsbetrieb**  
**01.10.25 – 30.01.26**

**WS 2025/26**  
**USI ONLINE**  
**ANMELDUNG**

**ab 23.9., 09:00h\***

**\*Abs./Ext. ab Mo., 29.09., 9:00h**  
**\*Barzahlung im USI ab 30.09.**

## USI kreuz und quer

Kurs	Tag	Zeit	Euro
Aquafit (exkl. Eintritt) ab 14.10.25	Di.	18:00 – 19:15h	28/42/80
Bouldern 1	Di.	17:00 – 18:30h	70/95/140
Bouldern 2	Di.	18:30 – 20:00h	70/95/140
Bouldern 3	Do.	16:30 – 18:00h	70/95/140
Bouldern 5er Block	flex.	Newton Kapf.	40/45 **
Fitnessboxen	Mi.	17:00 – 18:30h	28/42/80
Indoorklettern 1	Do.	18:30 – 20:00h	40/60/80
Indoorklettern 2	Di.	20:00 – 21:30h	40/60/80
Muay Thai	Mo.	17:30 – 19:00h	28/42/80
Parkour (ab 14.10.) >>> indoor ab 28.10.	Di.	Outdoor: 18h Indoor: 19h	28/42/80
Schwimmen 1	Di.	18:45 – 20:45h	34/51/85
Schwimmen 2	Mi.	18:45 – 20:45h	34/51/85
Schwimmkurs für Nichtschwimmer	Mi.	17:45 – 19:00h	34/51/85
Spezifisches Lauftraining	Do.	16:30 – 17:40h	28/42/80
Sportschießen 1	Do.	18:00 – 19:30h	42/63/90
Sportschießen 2	Do.	19:30 – 21:00h	42/63/90
Trampolin & Turnen	Do.	17:20 – 18:50h	28/42/80

## Online

Kurs	Tag	Zeit	Euro
Segeln – FB 2 Theorie 8 EH ab	Mo.	19:00 – 21:00h	80/100/210
Tabata <i>#athome</i>	Mo.	18:00 – 18:45h	24/36/70

## Diverse Fitnesskurse

Kurs	Tag	Zeit	Euro
Athletic Conditioning	Mi.	19:30 – 21:00h	28/42/80
Come on Dance! Paare – Anfänger	Di.	18.30 – 19:30h ab 21.10.2025	45/65/90
Come on Dance! Paare – Fortgeschr.	Di.	19:45 – 20:45h ab 21.10.2025	45/65/90
Dance Fitness/Zumba	Di.	17:00 – 18:00h	24/36/70
Fullbody Workout & Flow	Di.	18:00 – 19:00h	24/36/70
Functional Core – Training	Do.	19:15 – 20:30h	24/36/70
Funktionelles Kraft- und Ausdauertraining	Mo.	20:00 – 21:30h	28/42/80
HIIT Training	Mo.	19:30 – 21:00h	28/42/80
Mobilisation Fit und Flexy	Do.	18:00 – 19:00h	24/36/70
Poedance Anfänger (6 Termine)	Fr.	18:00 – 19:15h ab 24.10.25	45/65/120
Poedance Fortg. (6 Termine)	Fr.	19:15 – 20:30h ab 24.10.25	45/65/120
Poedance for Men Workshop, 3 Termine	Fr.	18:00 – 19:15h ab 16.1.2026	25/35/70
Starker Rücken	Fr.	17:00 – 18:00h	24/36/70
Yoga – In der Mitte liegt die Kraft	Mo.	18:00 – 19:30h	28/42/80
Yoga – Rückenfit	Mo.	18:00 – 19:15h	28/42/80

## USI Wettkämpfe / Events

Die Ausschreibungen und Informationen zu den Leobener, Steirischen und Unisport-Austria Meisterschaften in diversen Sportarten finden Sie direkt auf der USI Homepage!



## Ball- & Rückschlagspiele

Kurs	Tag	Zeit	Euro
American Football ...Sportplatz Oberaich ...Sporthalle Innenstadt	Di/Do Do.	19:00 – 21:00h bis 20.11.2025 17:00 – 18:30h	42/63/84
Badminton Technik und Spiel	Do.	18:30 – 20:00h	28/42/80
Ball – Spiel – Action	Mi.	18:00 – 19:30h	28/42/80
Basketball	Di.	18:30 – 20:00h	28/42/80
Eishockey	Mo. Mi.	20:30 – 22:00h ab 13.10.2025	70/95/130
Eishockey – MUL Kadertraining	Mi.	20:30 – 22:00h ab 15.10.2025	70/95/130
Floorball	<b>NEU</b> Mo.	18:30 – 20:00h	28/42/80
Frauenfußball	Do.	17:00 – 18:30h	28/42/80
Hallenfußball 1	Di.	17:00 – 18:30h	28/42/80
Hallenfußball 2	Mi.	18:30 – 20:00h	28/42/80
Rugby ...am Tivoli ...Sporthalle Innenstadt	Mo. Mi. Di.	19:30 – 21:00h bis 19.11.2025 20:00 – 21:30h	42/63/84
Volleyball (Einsteiger)	Di.	18:30 – 20:00h	28/42/80
Volleyball Fortgeschrittene	Di.	20:00 – 21:30h	28/42/80
Volleyball – Spiel/Training Fortg.	Mo.	20:00 – 21:30h	28/42/80



**USI Eisstockturnier**  
14. & 21. Jänner 2026  
Anmeldung im USI

