

# EUER HOCHSCHUL- SPORT: GEMEINSAM AKTIV AUF DEM CAMPUS



→ UNIVERSITÄTSSPORTZENTRUM



**LEUPHANA**  
UNIVERSITÄT LÜNEBURG

# DER HOCHSCHULSPORT WAS WIR BIETEN

WILLKOMMEN BEIM HOCHSCHULSPORT! BEI UNS GENIESST DU EIN SPANNENDES KURSANGEBOT, UNSER FITNESSSTUDIO UND VIELES MEHR DIREKT AUF DEM CAMPUS!

Hier kannst Du Fitness und Sport direkt in Deinen studentischen Alltag integrieren. Neben einem breiten Angebot an Outdoor-Aktivitäten gibt es viele Möglichkeiten, wie Du aktiv werden kannst. So kannst Du aus zahlreichen Kursen und Groupfit-Angeboten wählen oder für ein Probetraining im Studio 21 vorbeischauen. Auf Instagram halten wir Dich unter [@hochschulsport\\_leuphana](#) stets auf dem Laufenden!



Instagram  
[@hochschulsport\\_leuphana](#)



Entdecke den Hochschulsport auf unserer Website

# GEMEINSAM FIT: FITNESS IM STUDIO 21



Ob Kraft oder Kondition aufbauen, fit bleiben oder einfach Bewegungspausen im Alltag einlegen: Im Studio 21 kannst Du in studentischer Atmosphäre sowie mit individueller Beratung durch unser diverses Trainer\*innen-Team Deine persönlichen Ziele erreichen. Buche dafür einfach Dein kostenloses Probetraining und starte mit uns durch!



Hier kannst Du Dein persönliches Probetraining buchen

# HIER IST FÜR ALLE WAS DABEI: **UNSER KURSPROGRAMM**

**Das Herzstück unseres Alltags im Hochschulsport bildet das Kursprogramm der verschiedenen Sportangebote!**

Wir bieten jedes Semester zahlreiche Kurse in den Bereichen Bewegungskünste, Kindersport, Rückschlagspiele, Gesundheitssport, Kampfsport & Budo, Teamsport, Natur- & Wassersport, Tanz und Groupfit an! Die Kurse sowie die Anmeldung laufen parallel zum jeweiligen Semester.



Hier kommst Du zum aktuellen Kursprogramm

# SPORTLICH DURCH DIE WOCHE: **GROUPFIT**



Bau Dein Sportprogramm um Deinen Stundenplan herum mit unserem breiten Groupfit-Angebot. Hier findet jede\*r den passenden Kurs!

Sobald die Groupfit-Card gebucht ist, kann das Semester losgehen: Stelle Dir aus einem Pool von über 20 verschiedenen Kursen pro Woche Dein passendes Sportprogramm zusammen. Von Langhanteltraining bis HIIT finden täglich mehrere Groupfit-Kurse statt – perfekt, um sie in Deinen Stundenplan zu integrieren!



Hier findest Du unser Groupfit-Angebot

# SCHNEESPORT UND WELLENREITEN: **EXKURSIONEN**

**Jedes Jahr veranstalten wir legendäre Exkursionen im Hochschulsport: Zwei Schneesportexkursionen und eine Wellenreit-exkursion!**

Ob Anfänger\*in oder Profi: Die Reisen sind für alle geeignet, die sportliche Begeisterung, Motivation und Spaß mitbringen!

Die Schneesportexkursionen finden voraussichtlich Anfang März und die Wellenreitexkursionen Mitte August statt!



Mehr Infos könnt Ihr auf unserer Website nachlesen.



# EVENTS IM HOCHSCHULSPORT: **BOLZEN, BOOT FAHREN UND GANZ GROSSE BÜHNE!**

Ob Campusliga, Hochschulsportfest oder Tanzabschlussabend – bei den ereignisreichen Events des Hochschulsports ist garantiert etwas für Dich und Deine Freund\*innen dabei! Du möchtest mitkicken, bei dem legendären „Spiele ohne Grenzen“ dabei sein oder zum Tanzen auf der Bühne stehen? Über unseren Insta-Kanal und unsere Website informieren wir Dich regelmäßig über bevorstehende Events. Wir freuen uns, Dich dabei zu haben!

oben: Hochschulsportfest 2023, unten: Tanzabschlussabend 2023



# NACHHALTIGKEITSPROJEKTE, BUNTER HOCHSCHULSPORT UVM.: **WEITERENTWICKLUNG**



oben: Awarenessarbeit beim Hochschulsportfest 2023



Als eine studentisch geprägte, sich stetig weiterentwickelnde Einrichtung legen wir im Hochschulsport viel Wert auf Nachhaltigkeit.

So setzt sich der Bunte Hochschulsport für ein Umfeld ein, in dem sich alle wohl fühlen sollen, etwa durch Awareness-Arbeit auf unseren Veranstaltungen. Außerdem begrüßen wir jedes Jahr FWDler\*innen, die sich im Nachhaltigkeits-Bereich einsetzen und Projekte wie die Beschaffung unserer SUPs oder das Hochbeet vor unserem Studio 21 unterstützen.



# DAS SIND WIR: **DAS HOCHSCHULSPORT-TEAM**



Das Universitätssportzentrum besteht aus ca. 30 hochmotivierten Mitarbeitenden. Neben unseren Hauptamtlichen gestalten wir als stark studentisch geprägtes Team den Hochschulsport – von der Geschäftsstelle über das Kursprogramm bis hin zur Kommunikation. Über 150 Trainer\*innen und Übungsleitende halten darüber hinaus das Fitnessstudio und die Kurse am Laufen.

Du hast Lust Dich und den Hochschulsport in einem starken Team weiterzuentwickeln oder Dich in Deiner Sportart als Übungsleitung zu engagieren? Gerne! Wir freuen uns immer über neue Gesichter beim Hochschulsport. Folge unseren Kanälen für aktuelle Stellenausschreibungen oder nimm's selbst in die Hand und bewirb Dich gerne Initiativ bei uns.

WIR SEHEN UNS IM STUDIO!



## IHR ERREICHT UNS ...



TELEFONISCH UNTER

04131.677-1106



VIA MAIL

hochschulsport@leuphana.de



BEI INSTAGRAM

@hochschulsport\_leuphana

Leuphana Universität Lüneburg |

Universitäts-sportzentrum | Universitätsallee 1 | 21335 Lüneburg

[www.leuphana.de/hochschulsport](http://www.leuphana.de/hochschulsport)