



Universitäts- Sportprogramm

für Studierende,
für Bedienstete und
für AbsolventInnen

aller Universitäten,
Fachhochschulen und
Pädagogischen Hochschulen

Sommer-Semester 2012

GRAZER UNIVERSITÄTSSPORT

**Alle Studierenden, Bediensteten und AbsolventInnen einer
Universität, Fachhochschule oder Pädagogischen Hochschule
sind herzlich eingeladen!**

Der Grazer Universitätssport dient der körperlichen Fitness und der Kommunikation aller Studierenden untereinander - ist aber auch Bindeglied zwischen der akademischen Jugend und den akademischen LehrerInnen.

Der Universitätssport des USI ist Wegbereiter für viele neue und alternative Sportarten, die es lohnt, kennen zu lernen - weiters ist er so ausgerichtet, dass Sie Ihr Bewegungsrepertoire erweitern und auch die soziale Seite des Sportes erfahren können.

Ein großer Teil des Sportangebotes ist anfängerorientiert, andere Einheiten setzen aber eine gewisse Leistungsstufe voraus. Das sportliche Angebot ist mit über 300 Kursen so breit gefächert, dass für jede/n eine passende Einheit dabei ist. Die Anmeldung kann im Universitäts-Sportinstitut (USI) im Erdgeschoss des Hauptgebäudes der Karl Franzens Universität oder online über MY USI DATA erfolgen.

Auch die Möglichkeit zum Leistungsvergleich ist sehr umfangreich gegeben: Universitätsmeisterschaften in vielen Sparten werden in den verschiedensten Leistungs- und Altersstufen ausgeschrieben.

Zusätzlich zu den Grazer Sportanlagen am Rosenhain und Hilmteich hat das USI auf der Planeralm bei Donnersbach (steirisches Ennstal) in 1.600 m Höhe ein eigenes Sportheim mit Sporthalle und Möglichkeiten für Tennis, Basketball, Volleyball, Paddle-Tennis, Tischtennis, Kleinfeld-Fußball etc. Eine Sauna und ein Swimmingpool sorgen für Erholung nach sportlichen Aktivitäten. Schi-Wochenkurse im Winter und Aktiv-Wellness-Wochen im Sommer zu günstigen Preisen stellen eine Bereicherung des Universitätssportes dar.

Über die Teilnahmebedingungen und über das Angebot am Sportunterricht, an akademischen Wettkämpfen und an Kursen werden Sie auf den folgenden Seiten informiert. Weil es für diese Sportkurse kein Curriculum gibt, können keine Zeugnisse mit ECTS Anrechnungspunkten, sondern nur Teilnahmebestätigungen ausgestellt werden.

Wir wollen Sie bewegen - machen Sie mit!

Mag. Gert Bernat, Institutsleiter
im Namen aller MitarbeiterInnen des USI

INHALT

UNIVERSITÄTS-SPORTINSTITUT

Leiter, Abteilungsleiter	8
Sekretariat	9

PROGRAMMINFORMATIONEN

Unterrichtsstätten	10
Teilnahmebedingungen und organisatorische Hinweise	12
Kursgebühren	12
Inskription, Fristen und weitere Termine	13
Haftpflicht- und Unfallversicherung	13
Sportärztliche Untersuchung	13
Info über MY USI DATA	15
Öffnungszeiten USZ Rosenhain	66
Freie Übungskarten	64
Freie Übungsgruppen	63

SPARTENANGEBOT – alphabetisch

Aerobics	19
Aerobics (Latin Music)	19
Aerobics und Bodytoning	19
Afro Dance	50
Aikido	29
Aqua Aerobics	47
Aqua Jogging	47
Badminton	44
Ballett	50
Ballroom Tanzen (Swing / Boogie / Lindy Hop)	51
Ballspiele	32
Baseball/Softball	32
Basketball	34
Basketball (Streetball) (nur im SS)	35
Beach-Volleyball (nur im SS)	39
Beach-Volleyball – Freie Übungskarte (nur im SS)	64
Beach-Volleyball Camp	40
Bewege und tanze dich frei	50
Bewegungsimprovisation	50
Billard	54
Bodystyling	21

Bogenschießen	61
Break Dance	50
Conconi-Lauftest (nur im WS)	xx
Damen-Fußball	35
Darts	54
Eishockey (nur im WS)	xx
Eskimotieren/Kajak	47
Fechten	29
Feldenkrais	26
Fitness-Spiele	23
Fitnessstraining	22
Fitnessstraining mit Musik	23
Fitnessstraining und Ballspiele für Herren.	22
Fitnessstraining und Ballspiele für Bedienstete u. AbsolventInnen	16
Flag Football (nur im SS)	32
Flamenco	51
Fliegenfischen (nur im SS)	54
Floorball.	32
Footvolley	36
Frisbee	33
Funktionelle Gesundheitsprävention für Bedienstete u. AbsolventInnen	16
Funktionelle Gymnastik	26
Funktionelle Rücken-Bewegungsschule.	26
Funktionelles Krafttraining-Wirbelsäule.	27
Funktionsturnen-Wirbelsäule für Bedienstete u. AbsolventInnen	16
Fußball	35
Gerätturnen.	55
Gesundheitsgymnastik für Bedienstete und AbsolventInnen	17
Golf	55
Griechische Tänze	52
Gymnastik nach modernen Rhythmen.	23
Gymnastik mit Musik	24
Gym-total body workout	24
Hallen-Fußball	35
Handball	33
Hap Ki Do	29
Health Related Fitness Training	27
Hip Hop.	52
Hockey/Hallenhockey	33
Iaido	30
Inline-Skater-Hockey (nur im SS)	33
Jazz Dance	52
Jodo	31
Jonglieren und Equilibristik	57
Judo	30
Kajak/Eskimotieren	47
Karate All Style	30
Karate Shotokan	30

Kendo	31
Kitesurfen (nur im SS)	49
Lacrosse	33
Latin Dance	52
Leichtathletik	58
Leichtathletik - Freie Übungskarte	64
Laufen/Marathon-Training	58
Mentales Training und funktionelle Gymnastik	27
Modern African Dance	52
Modern Dance	53
Mountainbike (nur im SS).	60
Musical Dance	53
Musikgymnastik	24
Nordic Blading	59
Nordic Walking	59
Orientalischer Tanz	53
Orienteering (nur im SS).	59
Outdoor-Kurse (nur im SS).	41
Österreichische und internationale Tänze.	53
Paragleiten	59
Percussion	60
Pilates	26
Pilates für Bedienstete und AbsolventInnen	17
Qigong	27
Radfahren mit Straßenrennrad.	60
Rugby	34
Rebounding Aerobics	20
Rock ,n' Roll	53
Schach	61
Schwimmen	48
Segeln	49
Selbstverteidigung	31
Shiatsu	28
Slackline	57
Spezielles Konditionstraining (Schi-Alpin und Snowboard)	23
Spezielles Konditionstraining (Schilanglauf)	23
Sportklettern/Bouldern	57
Sportklettern - Freie Übungskarte	65
Sportmassage	62
Sportschießen	61
Squash	44
Squash - Freier Übungsbetrieb	65
Step Aerobics	20
Swing / Boogie	51
Tango Argentino	51
Tae Kwon Do	31
Taiji Quan	31
Tennis (nur im SS)	45

Tennis - Freie Übungskarte	65
Thai Bo Robics	20
Therarobics	20
Tischtennis	46
Trampolinspringen	55
UKK-Walk-Test (nur im SS)	18
Volleyball	36
Wakeboarden (nur im SS)	49
Windsurfen (nur im SS)	49
Yoga	28
Zumba	21
Freie Übungskarten (FÜ-Karten)	64
Freie Übungsgruppen (FÜ-Gruppen)	63

UNIVERSITÄTS-SPORTHEIM PLANNERALM

Preisgestaltung und allgemeine Information	67
Abenteuerwochen für Jugendliche	69
Bergwandern	69
Familiensportwochen	69
Shiatsu-Intensivkurs für AnfängerInnen	69
Shiatsu für Fortgeschrittene (Best of Shiatsu)	70
Sport-Aktivwoche	70
Wellness-Aktiv	70
Yoga und Wandern	71

HOCHALPINKURSE

Canyoning	75
Hochalpines Bergsteigen	75
Hochalpine Schitouren	73
Kletter 1x1	74
Klettersteigkurs	74

UNIVERSITÄTS-MEISTERSCHAFTEN

Grazer Siegerehrung für das Studienjahr 2011/2012	77
Haftung bei Unfällen	77
Wettkämpfe im SS 2012	78
Wettkampfkalender SS 2012	79
Österreichische Akademische Meisterschaften	80
Kleeblattlauf	82



Universitätsplatz 3 · Erdgeschoss · 8010 Graz



Institutsleiter: Mag. Gert BERNAT

Montag bis Freitag von 9 bis 15 Uhr nach Vereinbarung

Tel.: +43 (0)316 380 2256

E-Mail: gert.bernat@uni-graz.at

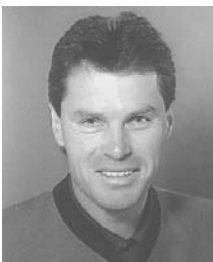


Prof. Mag. Gerald HIERZER

Leiterstellvertreter; Leiter der Abteilung:

Sportunterricht und Praktika, LehrerInnenfortbildung

Im Krankenstand - Vertretung: Mag. Gert Bernat



Prof. Mag. Udo BEYER

Leiter der Abteilungen:

Universitäts-Sportheim Plannersalm, Outdoor-Kurse

Wettkämpfe und Meisterschaften

Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr nach Vereinbarung

Tel.: +43 (0)316 380 2257

E-Mail: udo.beyer@uni-graz.at

SEKRETARIAT USI Universitätsplatz 3 (Erdgeschoss), 8010 Graz

Bürozeiten: Montag bis Donnerstag von 7-15 Uhr, am Freitag von 7-13 Uhr
Inskriptionen: Mo, Mi, Fr 8 bis 12 Uhr; Di und Do 8 bis 12 u.13 bis 15 Uhr
Tel: +43 (0)316 380 2255
Fax: +43 (0)316 380 9230
Homepage: www.usigraz.at **E-Mail:** usigraz@uni-graz.at

Karin REDL, Büroleiterin 380 2268

Daniela EISENBERGER 380 2266

Anna Maria GSÖLS, (halbtätig) 380 2265

Franz HÖLZL 380 2263

Manuela NÖST 380 2267

Yvonne STADLHOFER, (halbtätig) 380 2255

UNI SPORTZENTRUM ROSENHAIN Max-Mell-Allee 11, 8010 Graz

Tel: +43 (0)316 380 1399 und 0664 1340112
Fax: +43 (0)316 380 9240 **E-Mail:** usz.rosenhain@uni-graz.at

Franz DEGEN, Vorarbeiter

Erich AMSCHL

Siegfried GLATZ

Christian POHLHAMMER

Wilhelm TRUMMER

Heimo ENGL (Sa/So)

Ewald HARTNER

Christian STERING

Reinigungskräfte:

Annemarie FLITSCH

Peter VANIK

N.N

UNI SPORTHEIM PLANNERALM Planneralm 15, 8953 Donnersbach

Tel: +43 (0)3683 3167
Fax: +43 (0)3683 31674 **E-Mail:** plannerheim@uni-graz.at



Mag. Hans Peter **PROCHAZKA**

Universitäts-Sportheim Planneralm - Heimleiter

Regina GRÜSSER, Wirtschaftsleiterin

Herbert RÜSCHER, Hauswart

Eigentümer, Herausgeber und Verleger: Universitäts-Sportinstitut Graz. Für den Inhalt verantwortlich: Leiter: Mag. Gert BERNAT, 8010 Graz, Universitätsplatz 3, Erdgeschoss., Portraitfotos: Zemljic, Druck: Universitätsdruckerei Klampfer GmbH, 8181 St. Ruprecht. Offenlegung gem. § 25 Mediengesetz: Das Verzeichnis der Unterrichts- und Sportveranstaltungen des Universitäts-Sportinstitutes Graz verfolgt das Ziel, die BenutzerInnen über den freiwilligen Universitätssport zu informieren.

Unterrichtsstätten des Universitäts-Sportinstitutes:

Stadtplan siehe Seite 42 und 43

ABZ	7	Ausbildungszentrum Bergler, Babenbergerstr. 88, 8020, GVB 40, 52, 53
ACAD	18	Academia flamenca Las hermanas , Plabutscher Straße 63, 8051 Graz Eingang WEST, 1. Stock; GVB 62
ALLROUND		allround Tenniscenter, Ragnitzstraße 58b, 8047 Graz; GVB 77
ANDRÄ	25	Hauptschule St. Andrä, Grenadiergasse 1, 8020, GVB 31
ARLAND	11	Die Tanzschule Höllbacher, Am Arlandgrund 2 / Top5, 8045 Graz; GVB 52
ASKÖ	29	ASKÖ-Judo-Halle Eggenberg, Schloßstraße 20, 8020, GVB 1
ATG	22	Allgemeiner Turnverein, Kastelfeldg. 8, Gymnastiksaal, 8010, GVB 3, 6
AUG 1	27	Augustinum, Saal 1, Lange Gasse 2, 8010, GVB 4, 5, 41
AUG 2	27	Augustinum, Saal 2, Lange Gasse 2, 8010, GVB 4, 5, 41
AUG 3	27	Augustinum, Saal 3, Lange Gasse 2, 8010, GVB 4, 5, 41
BAD ATG	22	Allgemeiner Turnverein, Kastelfeldg. 8, Hallenbad, 8010, GVB 3, 6
BAD HIB	28	Bad HIB Liebenau, Kadettengasse 19a, 8041 Graz; GVB 34, 74
BAD UN 1	16	Union-Hallenbad, Gaußgasse 3, Sportbecken, 8010, GVB 1, 7
BAD UN 2	16	Union-Hallenbad, Gaußgasse 3, Lehrschwimmbecken, 8010, GVB 1, 7
BILLARD	26	Billard BROT & SPIELE, Mariahilferstraße 17, 8020, GVB 40,54, 63
CAR 1	5	BG u. BRG Carnerigasse 30-32, Turnhalle 2, 8010, GVB 4, 5, 41, 62
DREIHA 1	25	BG Dreihackengasse 11, Eingang Grenadiergasse, Turnhalle 1, 8020, GVB 31
DREIHA 2	25	BG Dreihackengasse 11, Eingang Grenadiergasse, Turnhalle 2, 8020, GVB 31
DREIHA 3	25	BG Dreihackengasse 11, Eingang Grenadiergasse, Turnhalle 3, 8020, GVB 31
DREIER 1	34	Dreierschützengasse 15, Turnhalle 1, 8020, GVB 85
DREIER 2	34	Dreierschützengasse 15, Turnhalle 2, 8020, GVB 85
FIT	8	Fitness-Center, Universitätsplatz 3, 8010, GVB 41, 58, 63
GOLF	1	Golfclub Andritz St. Gotthard, Andritzer Reichsstraße 157, 8045, GVB 53
HAK 1	23	BHAK/BHAS/BHAK f.Berufstätige, Grazbachg. 71, Turnh. Part., GVB 34, 34 E
HAK 2	23	BHAK/BHAS/BHAK f.Berufstätige, Grazbachg. 71, Turnh. 1. St., GVB 34, 34E
HILM	10	Spießfeld Hilmteichstraße 85, 8010, GVB 1
IRMI	32	Ballettschule IRMI, Grabenstrasse 8, 8010, GVB 58, 63
KEP	35	Hauptschule Keplerst. 52, Eingang Gabelsbergerstr., Gymnastiks., GVB 58, 63
KLU	31	BG u. BRG Klusemannstraße 25, Turnhalle 2 (blau), 8020, GVB 33
KÖR 1	4	HTBL-Ortwein, Körösisstr.157, Eing. Ortweing. 13, Turnhalle 1, GVB 4, 5, 41, 53
KÖR 2	4	HTBL-Ortwein, Körösisstr.157, Eing. Ortweing. 13, Turnhalle 2, GVB 4, 5, 41, 53
KÖR 3	4	HTBL-Ortwein, Körösisstr.157, Eing. Ortweing. 13, Turnhalle 3, GVB 4, 5, 41, 53
LHS	2	Landeshauptschießstätte, Radegunder Straße 8, 8010, GVB 4, 5
LIC	14	BG u. BRG Lichtenfelsg. 3, Eingang Beethovenst., Turnhalle 1, GVB 1, 7
LIEBENAU	19	Eishalle-Liebenau, Liebenauer Hauptstraße 2, 8010, GVB 4, 73, 74
LSZ A1	6	Landessportzentrum, Jahngasse 3, Turnsaal 1, 8010, GVB 58, 63
LSZ A2	6	Landessportzentrum, Jahngasse 3, Turnsaal 2 (gr.Halle), 8010, GVB 58, 63
LSZ A3	6	Landessportzentrum, Jahngasse 3, Turnsaal 3 (Schnitzelgr.), 8010, GVB 58, 63
LSZ A4	6	Landessportzentrum, Jahngasse 3, Turnsaal 4, 8010, GVB 58, 63
LSZ GYM	6	Landessportzentrum, Jahngasse 3, Gymsaal (2. St.), 8010, GVB 58, 63
LSZ SQU	6	Landessportzentrum, Jahngasse 3, Squashhalle, 8010, GVB 58, 63
MON 3	20	BORG Monsbergergasse 16, Turnhalle 3, 8010, GVB 6
MUR	37	Staukraftwerk, Weinzödl 36, 8047 Graz; BUS 100, 140, 150
PES 1	24	BG Pestalozzistraße 5, Turnhalle 1, 8010, GVB 34
PES 2	24	BG Pestalozzistraße 5, Turnhalle 2, 8010, GVB 34
PET 1	17	BG Petersgasse 110, Turnhalle 1, 8010, GVB 6, 36
PET 2	17	BG Petersgasse 110, Turnhalle 2, 8010, GVB 6, 36
PLAYERS	3	Squash Center Hotel Players, Weinzöttlstraße 6, 8045, GVB 4, 5, 52, 53
SAND		Sandkiste Mariatrost, Tannhof 3, 8044 Graz; GVB 1
SCHRÖ	33	HLW, Schrödingerstraße 5, 8020, GVB 53
SCHWARZL		Schwarzl Freizeit Zentrum, Thalerhofstraße 85, 8141 Unterpremstätten; BUS 630, 671
SEE 1	12	BG u. BRG Seebacherg. 11, gr. Turnhalle, Eingang Elisabethstr., GVB 1, 7

SEE 2	12	BG u. BRG Seebacherg. 11, kl. Turnhalle, Eingang Elisabethstr., GVB 1, 7
SEE 3	12	BG u. BRG Seebacherg. 11, Klasse, Eingang Elisabethstr., GVB 1, 7
TANZ	38	Tanzschule Conny & Dado, Körösisstraße 81, 8010 Graz; GVB 4,5
UFC	21	Union-Fecht-Center, Hüttenbrennerg. 31, Fechtsaal 1.St., GVB 34, 34 E
UKC	21	Union-Karate-Center, Hüttenbrennerg. 31, Karatesaal Part., GVB 34, 34 E
UNION 2	16	Union-Ballspielhalle, Gaußgasse 3, (Badeingang), 8010, GVB 1, 7
URS	15	Turnsaal der Ursulinen, Engelgasse, 8010, GVB 1, 7
USZ 1	9	Universitäts-Sportzentrum Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Halle 1, GVB 58
USZ 2	9	Universitäts-Sportzentrum Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Halle 2, GVB 58
USZ 3	9	Universitäts-Sportzentrum Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Halle 3, GVB 58
USZ 4	9	Universitäts-Sportzentrum Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Halle 4, GVB 58
USZ 5	9	Universitäts-Sportzentrum Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Halle 5, GVB 58
USZ Sem	9	Universitäts-Sportzentrum Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Seminarr., GVB 58
USZ Ten	9	Universitäts-Sportzentrum Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Tennispl., GVB 58
USZ Beach	9	USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Beach-VB-Platz, GVB 58
USZ HPI	9	USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Hartplatz, GVB 58
USZ Klett	9	USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Kletterwand, GVB 58
USZ	9	USZ Rosenhain, Max-Mell-Allee 11, Freigelände, GVB 58
VF Platz		Sportplatz Viktor Franz Straße 22, 8020 Graz; GVB 67
WIKU 1	17	Wirtschaftskundliches Gymnasium, Sandg. 10, Halle 1, GVB 3, 36
WIKU 2	17	Wirtschaftskundliches Gymnasium, Sandg. 10, Halle 2, GVB 3, 36
WIKU 3	17	Wirtschaftskundliches Gymnasium, Sandg. 10, Halle 3, GVB 3, 36



USZ Sportplatz

UNIVERSITÄTS-SPORTPROGRAMM

für **Studierende, Bedienstete** und
AbsolventInnen
aller **Universitäten, Fach- und Pädagogischen Hochschulen**

Teilnahmebedingungen und organisatorische Hinweise für den **Unterrichtsbetrieb**

Inskriptions- bzw. teilnahmeberechtigt sind ausschließlich

- **Studierende** einer UNI, FH oder PH: Sie benötigen einen gültigen Studenausweis vom WS 2011/12 oder vom SS 2012.
- **Bedienstete** einer UNI, FH oder PH: Sie benötigen einen aktuellen Ausdruck des Personalregisters (z.B.: Uni Graz online). Zusätzlich benötigen Sie einen amtlichen Lichtbildausweis und die Sozialversicherungsnummer.
- **AbsolventInnen:** Sie benötigen einen amtlichen Lichtbildausweis mit akadem. Grad und die Sozialversicherungsnummer (oder ein Abschlusszeugnis).

Zur Teilnahme an den Unterrichtsveranstaltungen berechtigt nur die Teilnehmerkarte (diese ist unübertragbar und nur mit Lichtbildausweis gültig). Teilnehmerkarten sind online oder im Universitäts-Sportinstitut zu lösen. Durch die Inskription verpflichtet sich jeder Teilnehmende zur Einhaltung der Teilnahmebedingungen und der organisatorischen Hinweise des USI! Bei Nichtbeachtung der Teilnahmebedingungen und der organisatorischen Hinweise und bei Missbrauch der Teilnehmerkarte - auf welche Art auch immer - wird diese vom USI entzogen.

KURSGEBÜHREN

**Anmeldungen im USI Büro sind bei der Hauptinskription (27.02.-02.03.2012)
ausnahmslos in BAR zu bezahlen.**

**Online Anmeldungen über MY USI DATA müssen per Kreditkarte
(Mastercard / Visa) oder eps Onlinebanking bezahlt werden.**

Die Kursgebühren für das ganze Semester bzw. den gesamten Sportkurs sind jeweils bei allen Veranstaltungen ausgewiesen für

Preis a) Studierende und Bedienstete (ausg. AkademikerInnen)
einer UNI, FH oder PH

Preis b) AkademikerInnen
die in einem Dienstverhältnis zu einer UNI, FH oder PH stehen

Preis c) AbsolventInnen (AkademikerInnen)
einer UNI, FH oder PH

Bitte beachten Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen! Diese finden Sie unter www.usigraz.at und liegen im USI Büro auf.

INSKRPTION:

NEU! Inskription der Hälfte der Kursplätze auch online möglich!

Beginn Online Inskription (für Stud./Bed./Abs.): Mi, 22. Februar 2012

Anmeldung von ca. 4.000 Plätzen (Zeiten siehe Homepage) über MY USI DATA (Zugang über USI Homepage). Bitte beachten Sie, dass diese Möglichkeit nur dann in Anspruch genommen werden kann, wenn Ihre Daten in unserer Datenbank bis Fr, 17. Februar 2012 verankert sind und Sie über MY USI DATA ein Passwort angefordert haben.

Büro-Inskriptionstermin für Bedienstete: 500 Plätze am Do, 23. Februar 2012

Beginn Büro-Inskription (für Stud./Bed./Abs.): Mo, 27. Februar 2012

Anmeldung von ca. 4000 Plätzen. Am 27. Februar 2012 werden um 6.30 Uhr für die ersten 2 Anmeldetage insgesamt 1600 Nummern ausgegeben. Am Montag werden die Nummern 1-800, am Dienstag 801-1600 inskribiert. Pro Person dürfen maximal 5 Nummern - für jede mitanzumeldende Person eine Nummer - ausgegeben werden. Dabei sind die Studienaussweise vorzuzeigen! Pro Person (Nummer) können max. 5 Kurse gebucht werden.

Inskriptionszeiten im USI Büro: 1. Woche: 27.02.bis 02.03.2012, Mo-Fr 08-12 Uhr

Am Do, 5. März 2012, 10 Uhr werden alle freien Plätze für die Online-Inskription freigeschaltet.

Stornierungen von Semesterkursen können weiterhin **nur persönlich** im USI Büro vorgenommen werden und sind ausschließlich bis zur 2. Unterrichtswoche **bis Fr, 16. März 2012** möglich, wobei pro storniertem oder getauschtem Kurs eine Gebühr von € 3 einbehalten wird. Bitte beachten Sie die gesonderten Stornobedingungen bei Blockkursen bzw. unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Unterrichtsbeginn: Montag, 05. März 2012

Unterrichtsende: Samstag, 30. Juni 2012

Osterferien: Montag, 02. April bis Sonntag, 15. April 2012 (nur 2 Wochen!)

Pfingstferien: Sonntag, 27. bis inkl. Dienstag, 29. Mai 2012

Unterrichtsfrei: Freitag, 18. Mai 2012 (Rektorstag)

HAFTPFLICHT- und UNFALLVERSICHERUNG:

Durch die Inskription ist weder eine Unfall- noch eine Haftpflichtversicherung abgeschlossen! Das USI übernimmt bei Unfällen und Diebstählen jeglicher Art keinerlei Haftung! Die Teilnahme am Universitätssport erfolgt auf eigene Gefahr. Bei Unfällen und Verletzungen ist die eigene Krankenversicherung in Anspruch zu nehmen. Bei Fehlen einer Krankenversicherung kann die im Rahmen des ÖH-Beitrages abgeschlossene Unfall- und Haftpflichtversicherung herangezogen werden. Kontaktaufnahme im Schadensfall mit der ÖH (Tel.: 380/2905).

SPORTÄRZTLICHE UNTERSUCHUNG:

In den meisten Unterrichtsveranstaltungen des Universitäts-Sportinstitutes werden organisch teils hohe Anforderungen gestellt! Ob Sie diesen Belastungen gewachsen sind, müssen Sie in Eigenverantwortung abschätzen! Daher empfiehlt das Universitäts-Sportinstitut vor allem jenen, die lange keinen Sport betrieben haben, sich sportärztlich voruntersuchen zu lassen.

INFO über MY USI DATA (neues Inskriptionsprogramm)

Seit dem WS 2010/11 haben wir ein neues Inskriptionsprogramm im Einsatz, welches ermöglicht, USI Kurse auch online zu buchen und zu bezahlen.

Wie funktioniert die Online Anmeldung?

Um den Online Inskriptionsdienst in Anspruch nehmen zu können, müssen Ihre Daten mit E-Mail Adresse zuvor in unserer internen Datenbank MY USI DATA eingetragen sein (Ersteinschreibung). Über die USI Homepage können Sie sich danach über MY USI DATA ein Kennwort an die eingetragene Mailadresse zuschicken lassen, mit dem Sie in den Onlinebereich gelangen und ab Mi, 22. Februar 2012 ausgewählte USI Kurse online buchen und bezahlen (Kreditkarte Mastercard / Visa und EPS-Onlinebanking) können.

Sie möchten sich online anmelden, haben aber noch nie einen USI Kurs besucht?

Eine sogenannte „**Ersteinschreibung**“ in MY USI DATA ist dann notwendig, wenn Sie noch nie einen USI Kurs besucht haben und somit keine Daten von Ihnen in unserem System verankert sind. Die Ersteinschreibung muss entweder persönlich im USI Büro erfolgen, durch Vorlage der entsprechenden Unterlagen (Studienausweis, Bediensteten Nachweis, Sponsionsbescheid...) oder kann für Studierende der Karl-Franzens-Universität auch über UNIGRAZonline über die persönliche Visitenkarte erfolgen. Bitte beachten Sie, dass nur eine Ersteinschreibung über UNIGRAZonline möglich ist – zukünftige Datenänderungen werden nicht automatisch aus UNIGRAZonline übertragen, sondern müssen separat in MY USI DATA vorgenommen werden.

Was hat sich durch MY USI DATA verändert?

Auf unserer Website (www.usigraz.at) können Sie nun genau erkennen, welche USI Kurse bereits ausgebucht sind und wie viele Kursplätze noch verfügbar sind. Natürlich wollen wir auch jenen Personen, die nicht über das Internet buchen wollen eine Möglichkeit geben, Kurse weiterhin vor Ort im USI Büro zu buchen. Deshalb wird Anfangs nur ein Teil (ca. die Hälfte) der Kursplätze online zu buchen sein.

Informationen z.B. über den Ausfall von Kursen, etc. werden in Zukunft nur über E-Mail erfolgen. Deshalb sollten Sie Ihre E-Mail Adresse auf jeden Fall bekannt geben, auch wenn Sie zukünftig USI Kurse nicht online buchen möchten.

Mit diesem Inskriptionsprogramm können wir vielen unserer KundInnen den Weg zum USI Büro (während der Öffnungszeiten) ersparen, jedoch möchten wir anmerken, dass die Kurse sowie die Kursplätze aus budgetären Gründen nicht ausgeweitet werden können und es somit nicht „einfacher“ geworden ist, einen Kursplatz in bestimmten Kursen zu bekommen.

Mit freundlichen Grüßen

Mag. Gert Bernat, Institutsleiter
mit seinem Büroteam

UNIVERSITÄTS-SPORTPROGRAMM für Bedienstete und AbsolventInnen

aller UNIVERSITÄTEN, FACHHOCHSCHULEN und
PÄDAGOGISCHEN HOCHSCHULEN

FITNESSTRAINING für Bedienstete und AbsolventInnen

- 1** **Fitnessstraining**
Do 18.30 - 19.30 USZ Halle 5 Birgit Steinbrenner
a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 2** **Fitnessstraining und Ballspiele für Universitätslehrer**
Mo 18.30 - 20.00 USZ Halle 5 Wolfgang Fischer
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 3** **Fitnessstraining und Ballspiele**
Fr 20.00 - 21.30 SEE gr. Halle Johann Graner
a) € 26 b) € 39 c) € 52

FUNKTIONELLES TRAINING für Bedienstete und AbsolventInnen

- 10** **Funktionelle Gesundheitsprävention**
Mi 15.00 - 16.00 FIT Barbara Lechner
a) € 17 b) € 26 c) € 34
Dieses Angebot erfolgt im Rahmen des Projekts „Uni macht gesund“.
- 11** **Funktionsturnen-Wirbelsäule für Damen**
Mi 08.00 - 09.00 FIT Barbara Lechner
a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 12** **Funktionsturnen-Wirbelsäule für Damen**
Mi 09.00 - 10.00 FIT Barbara Lechner
a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 13** **Funktionsturnen-Wirbelsäule für Damen**
Mo 16.00 - 17.00 FIT Barbara Lechner
a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 14** **Funktionsturnen-Wirbelsäule für Damen**
Mo 17.00 - 18.00 FIT Barbara Lechner
a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 15** **Funktionsturnen-Wirbelsäule für Damen**
Fr 08.00 - 09.00 FIT Barbara Lechner
a) € 17 b) € 26 c) € 34

- 16 Funktionsturnen-Wirbelsäule**
 Mi 16.00 - 17.00 FIT
 a) € 17 b) € 26 c) € 34
 Maria Kerschberger

FUSSBALL für Bedienstete und AbsolventInnen

- 21 Fußball**
 Mo 15.30 - 17.00 USZ Halle 3
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
 Peter Trutnovsky
- 22 Fußball für Universitätslehrer**
 Fr 18.30 - 20.00 USZ Halle 1-3
 a) € xx b) € 39 c) € 52
 Dietmar Ehall

GYMNASTIK für Bedienstete und AbsolventInnen

- 26 Gesundheitsgymnastik für Damen**
 Di 08.00 - 09.00 FIT
 a) € 17 b) € 26 c) € 34
 Claudia Novak-Tropper
- 27 Gesundheitsgymnastik für Damen**
 Di 09.00 - 10.00 FIT
 a) € 17 b) € 26 c) € 34
 Claudia Novak-Tropper
- 28 Gesundheitsgymnastik für Damen**
 Do 09.00 - 10.00 FIT
 a) € 17 b) € 26 c) € 34
 Claudia Novak-Tropper
- 29 Gesundheitsgymnastik für Herren**
 Di 10.00 - 11.00 FIT
 a) € 17 b) € 26 c) € 34
 Claudia Novak-Tropper
- 31 Pilates für Damen**
 Do 08.00 - 09.00 FIT
 a) € 17 b) € 26 c) € 34
 Claudia Novak-Tropper
- 32 Pilates für Damen (Fortg.)**
 Mo 09.00 - 10.00 FIT
 a) € 17 b) € 26 c) € 34
 Flora Regner

SCHWIMMEN für Bedienstete und AbsolventInnen

- 38 Schwimmen**
 Mi 20.30 - 22.00 UNION BAD Sportbecken
 a) € 40 b) € 60 c) € 80
 Klaus Weiss
 Sabine Linzatti

UKK-WALK-TEST (FITNESS-CHECK)

Fitness Check Ihrer persönlichen körperlichen Leistungsfähigkeit für **Studierende, Bedienstete** und **AkademikerInnen** einer UNI, FH oder PH

UKK-WALK-TEST (FITNESS-CHECK)

Am **Do, 19. April 2012** zw. 12.30 und 14 Uhr im USZ Rosenhain.

Inskription bzw. Anmeldung: Ab Mo, 19. März 2012 im Sekretariat des USI oder per E-Mail (usigraz@uni-graz.at) unter Angabe der Sozialversicherungsnummer, des Vor- und Zunamens, des Geburtsdatums, der Wohnadresse und der Telefonnummer. Gewünschte Startzeit bekannt geben! Anzahl der TeilnehmerInnen: Maximal 80 Personen.

Inskriptionsgebühr € 5 (vor dem Start am USZ zu bezahlen)

TesterInnen: Speziell ausgebildete UKK-Walk Test TrainerInnen des Universitäts-Sportinstitutes und des Institutes für Sportwissenschaften.

Der UKK-Walk-Test (Urho Kaleva Kekkonen, finnischer Präsident von 1956-1981) basiert auf den Ergebnissen eines zügigen 2 km Marsches auf der Laufbahn des USZ Rosenhain und ist eine wissenschaftlich anerkannte Methode in der Gesundheitsforschung und Gesundheitsberatung.

Der Test misst die Herz-Kreislauf-Leistungsfähigkeit. Der individuelle Fitnessindex zeigt das Fitnessniveau unter Berücksichtigung von Alter, Geschlecht, Größe und Gewicht.

Der Test ist für gesunde Personen **im Alter von 20 bis 65 Jahren** gedacht, die nicht überdurchschnittlich ausdauertrainiert sind. Personen, die Krankheiten oder Gebrechen aufweisen, die ein rasches und zügiges Gehen beeinträchtigen, sind leider nicht für diese Testmethode geeignet. Sehr gut trainierte Personen mögen am Conconi Lauftest im Oktober teilnehmen.

Nach dem Test erhalten die TeilnehmerInnen eine schriftliche Rückmeldung über die persönliche Fitness mit entsprechenden Bewegungsempfehlungen und, wenn gewünscht, eine mündliche Beratung durch MitarbeiterInnen des Universitäts-Sportinstitutes und des Institutes für Sportwissenschaften.

Dieses Testangebot erfolgt im Rahmen des Projekts „Uni macht gesund“.

UNIVERSITÄTS-SPORTPROGRAMM

für Studierende,
Bedienstete und AbsolventInnen

aller UNIVERSITÄTEN, FACHHOCHSCHULEN und
PÄDAGOGISCHEN HOCHSCHULEN

AEROBICS

NEU BEI BEDARF BITTE EIGENE GYMNASTIKMATTE MITBRINGEN NEU

AEROBICS

- | | | |
|----|--|----------------------|
| 41 | Aerobics
Mo 07.00 - 08.00 USZ Halle 5
a) € 17 b) € 26 c) € 34 | Birgit Steinbrenner |
| 42 | Aerobics
Di 20.00 – 21.30 DREIER 1
a) € 26 b) € 39 c) € 52 | Martina Bacher |
| 43 | Aerobics
Mi 19.30 - 21.00 URS
a) € 26 b) € 39 c) € 52 | Alexandra Unger |
| 44 | Aerobics (Mix)
Mi 19.30 - 20.30 USZ Halle 5
a) € 17 b) € 26 c) € 34 | Susanne Beyer-Reicht |
| 45 | Aerobics (Mix)
Mi 20.30 - 21.30 USZ Halle 5
a) € 17 b) € 26 c) € 34 | Susanne Beyer-Reicht |
| 51 | Aerobics und Bodytoning
Di 18.00 - 19.30 LSZ Halle A2
a) € 26 b) € 39 c) € 52 | Birgit Steinbrenner |
| 52 | Aerobics und Bodytoning
Mi 19.30 - 21.00 LSZ Halle A2
a) € 26 b) € 39 c) € 52 | Birgit Steinbrenner |
| 61 | Aerobics (Latin Music)
Do 13.00 – 14.30 ARLAND
a) € 26 b) € 39 c) € 52 | Birgit Joeinig |

- 63 **Aerobics (Powermoves)****
Fr 19.30 - 20.30 USZ Halle 5
a) € 17 b) € 26 c) € 34
Birgit Figlhuber
- 64 **Aerobics (Wellness)****
Fr 20.30 - 21.30 USZ Halle 5
a) € 17 b) € 26 c) € 34
Birgit Figlhuber
- 73 **Power Aerobics****
Mi 18.00 - 19.30 LSZ Halle A2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Heike Bernhard
- 75 **Rebounding Aerobics****
Di 18.30 - 19.15 USZ Halle 4
a) € 13 b) € 20 c) € 26
Birgit Figlhuber
- 76 **Rebounding Aerobics****
Di 19.15 - 20.00 USZ Halle 4
a) € 13 b) € 20 c) € 26
Birgit Figlhuber
- 81 **Step Aerobics****
Mo 14.00 - 15.30 USZ Halle 5
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Pia Deutschmeister
- 82 **Step Aerobics****
Di 14.00 - 15.00 USZ Halle 5
a) € 17 b) € 26 c) € 34
Mr. Move it
- 85 **Thai Bo Robics (Anf.)****
Di 14.00 - 15.30 USZ Halle 4
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Birgit Joeinig
- 86 **Thai Bo Robics (Fortg.)****
Di 15.30 - 17.00 USZ Halle 4
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Birgit Joeinig
- 91 **Therarobics (Kraft)****
Di 20.00 - 20.45 USZ Halle 4
a) € 13 b) € 20 c) € 26
Birgit Figlhuber
- 92 **Therarobics (Entspannung)****
Di 20.45 - 21.30 USZ Halle 4
a) € 13 b) € 20 c) € 26
Birgit Figlhuber

ZUMBA

95	ZUMBA mit Workout Mi 14.00 - 15.30 USZ Halle 5	Stefanie Hütter
NEU	a) € 26 b) € 39 c) € 52	
96	ZUMBA mit Workout Mi 15.30 - 17.00 USZ Halle 5	Petra Zöchner-Langusch
NEU	a) € 26 b) € 39 c) € 52	
97	ZUMBA mit Workout Mi 18.30 - 20.00 SEE 2	Eva Maria Rathner
NEU	a) € 26 b) € 39 c) € 52	

FITNESS

BODYSTYLING

NEU BEI BEDARF BITTE EIGENE GYMNASTIKMATTE MITBRINGEN **NEU**

BODYSTYLING

101	Bodystyling für Damen Di 16.00 - 17.30 FIT	Wolfgang Fischer
	a) € 26 b) € 39 c) € 52	
102	Bodystyling für Damen Mi 17.00 - 18.00 FIT	Maria Kerschberger
	a) € 17 b) € 26 c) € 34	
103	Bodystyling für Herren Mi 18.00 - 19.00 FIT	Maria Kerschberger
	a) € 17 b) € 26 c) € 34	
104	Bodystyling für Damen Do 16.00 - 17.00 FIT	Robert Hofer
	a) € 17 b) € 26 c) € 34	
105	Bodystyling für Herren Do 17.30 - 19.00 FIT	Robert Hofer
	a) € 26 b) € 39 c) € 52	
106	Bodystyling für Damen Fr 15.30 - 17.00 USZ Halle 5	Kerstin Haas
	a) € 26 b) € 39 c) € 52	

107 **Bodystyling für Damen u. Herren**
Fr 20.00 - 21.30 FIT
a) € 26 b) € 39 c) € 52

Maria Kerschberger

FITNESSTRAINING

NEU BEI BEDARF BITTE EIGENE GYMNASTIKMATTE MITBRINGEN **NEU**

FITNESSTRAINING

- | | | |
|-----|---|---------------------|
| 111 | Fitnesstraining für Damen
Mo 18.30 - 19.30 FIT
a) € 17 b) € 26 c) € 34 | Volker Wippel |
| 112 | Fitnesstraining für Damen
Di 18.00 - 19.00 FIT
a) € 17 b) € 26 c) € 34 | Volker Wippel |
| 113 | Fitnesstraining für Damen
Di 19.00 - 20.00 FIT
a) € 17 b) € 26 c) € 34 | Volker Wippel |
| 114 | Fitnesstraining für Damen
Di 20.00 - 21.30 USZ Halle 5
a) € 26 b) € 39 c) € 52 | N.N |
| 115 | Fitnesstraining für Damen u. Herren
Mi 18.30 - 19.30 USZ Halle 5
a) € 17 b) € 26 c) € 34 | Hermann Candussi |
| 116 | Fitnesstraining für Herren
(mit Ballspiel und Circle mit Kraftgeräten)
Mo 17.00 - 18.30 USZ Halle 5
a) € 26 b) € 39 c) € 52 | Udo Beyer |
| 117 | Fitnesstraining für Herren
Mo 20.00 - 21.30 FIT
a) € 26 b) € 39 c) € 52 | Peter Meisenbichler |
| 118 | Fitnesstraining und Ballspiele für Herren
Mo 20.00 - 21.30 USZ Halle 5
a) € 26 b) € 39 c) € 52 | Walter Trummer |

- 119** **Fitnessstraining (Einführung-life-time-Sportarten)**
 Di 18.30 - 20.00 USZ Halle 5 Martin Schopf
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 120** **Fitnessstraining**
 Mi 07.00 - 08.00 USZ Halle 5 Hermann Candussi
 a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 121** **Fitnessstraining für Herren**
 Do 19.00 - 20.30 LIC Halle 1 Johann Esterer
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 122** **Fitnessstraining**
 Do 19.30 - 20.30 USZ Halle 5 Gerhard Peinhaupt
 a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 123** **Fitnessstraining**
 Do 20.30 - 21.30 USZ Halle 5 Gerhard Peinhaupt
 a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 124** **Fitnessstraining (mit Musik)**
 Fr 18.30 - 19.30 USZ Halle 5 Martin Jandl
 a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 125** **Fitness-Spiele**
 Do 17.00 - 18.30 USZ Halle 5 Carina Wilfling
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 127** **Spezielles Konditionstraining (Schi Alpin)**
 SS Mo 20.00 - 21.30 USZ Halle 1+2 / Laufbahn Harald Wolf
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 128** **Spezielles Konditionstraining (Schi Langlauf)**
 SS Mi 20.00 - 21.30 USZ Halle 5 / Laufbahn Herbert Högler
 a) € 26 b) € 39 c) € 52

GYMNASTIK

NEU BEI BEDARF BITTE EIGENE GYMNASTIKMATTE MITBRINGEN **NEU**

GYMNASTIK NACH MODERNEN RHYTHMEN

- 131** **Gymnastik nach modernen Rhythmen**
 Mo 19.00 - 20.00 KÖR 2 Iris List
 a) € 17 b) € 26 c) € 34

GYMNASTIK MIT MUSIK für Damen (Bauch, Bein, Po)

- 132 Gymnastik (Bauch, Bein, Po)**
Mo 18.00 - 19.30 ANDRÄ
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Cornelia Hasler
- 133 Gymnastik (Bauch, Bein, Po)**
Mi 19.30 - 20.30 ANDRÄ
a) € 17 b) € 26 c) € 34
Cornelia Hasler

GYM - total body workout

- 135 Gym (Total Body Workout)**
Di 19.30 - 21.00 URS
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Pia Deutschmeister
- 136 Gym (Body Workout) für Damen**
Do 18.30 - 20.00 WIKU 3
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Andrea Peinhaupt
- 137 Total Body Workout**
Mi 20.00 - 21.30 DREIER 1
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Kerstin Haas

MUSIKGYMNASTIK - FITNESSTRAINING

- 141 Musikgymnastik**
Mo 18.30 - 19.30 USZ Halle 2+3
a) € 17 b) € 26 c) € 34
Stephanie Hütter
- 142 Musikgymnastik**
Mo 19.30 - 20.30 USZ Halle 2+3
a) € 17 b) € 26 c) € 34
Stephanie Hütter
- 143 Musikgymnastik**
Di 19.00 - 20.30 KÖR 3
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Udo Beyer
- 144 Musikgymnastik**
Di 18.00 - 19.30 PES 1
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Wolfgang Peitler
- 145 Musikgymnastik**
Mi 19.00 - 20.30 KÖR 1
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Katharina Meditz

POWER GYMNASTICS

- 151 **Power Gymnastics**
Mi 19.00 - 20.00 KÖR 2 Traude Pointner
a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 152 **Power Gymnastics**
Mi 20.00 - 21.00 KÖR 2 Traude Pointner
a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 153 **Power Gymnastics**
Do 18.00 - 19.30 PET 1 Kerstin Haas
a) € 26 b) € 39 c) € 52



S'USI
das Lokal am Universitäts-Sportzentrum

**DU SUCHST EINE
PASSENDE
LOCATION
FÜR DEINE
SPONSIONS-,
GEBURTSTAGS,
PROMOTIONS,
WEIHNACHTS- ODER
FIRMENFEIER?**

*„Ein Lokal exklusiv nur
für Dich und Deine Gäste!“*

*„Mit herrlicher Terrasse für Deine
Grillfeier“ mitten im Grünen!“*

0664 / 454 18 48!

S'USI
Max-Mell-Allee 11

univents **www.univents.at**

FUNKTIONELLES und MENTALES TRAINING

NEU BEI BEDARF BITTE EIGENE GYMNASTIKMATTE MITBRINGEN NEU

PILATES

- 154 Pilates Anf. für Damen**
Mo 08.00 - 09.00 FIT
a) € 17 b) € 26 c) € 34
Flora Regner
- 155 Pilates Body Control (English spoken)**
Mo 20.00 - 21.30 SEE kl. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Karin Ordonez Moreno
- 156 Pilates Body Control**
Di 18.30 - 20.00 SEE kl. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Karin Ordonez Moreno
- 157 Pilates Body Control**
Di 20.00 - 21.30 SEE kl. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Karin Ordonez Moreno
- 158 Pilates & BodyART für Damen**
Do 10.00-10.45 FIT
a) € 13 b) € 20 c) € 26
Claudia Novak-Tropper
- NEU

FELDENKRAIS

- 161 Feldenkrais**
Do 14.00 - 15.30 USZ Halle 4
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Kersten Rath

FUNKTIONELLE GYMNASTIK

- 163 Funktionelle Gymnastik**
Do 20.30 - 21.30 LSZ Halle A2
a) € 17 b) € 26 c) € 34
Gabriele Riegler

FUNKTIONELLE RÜCKEN-BEWEGUNGSSCHULE

- 164 Funktionelle Rücken-Bewegungsschule**
Di 18.30 – 20.00 CAR gr. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Harald Wurm

FUNKTIONELLES KRAFTTRAINING-WIRBELSÄULE

- 168 Funktionelles Krafttraining-Wirbelsäule**
Di 07.00 - 08.00 USZ Halle 4 Gabriele Riegler
a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 169 Funktionelles Krafttraining-Wirbelsäule**
Di 18.30 - 20.00 KLU 2 Gabriele Riegler
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 170 Funktionelles Krafttraining-Wirbelsäule**
Do 18.30 - 19.30 LSZ Halle A2 Gabriele Riegler
a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 171 Funktionelles Krafttraining-Wirbelsäule**
Do 19.30 - 20.30 LSZ Halle A2 Gabriele Riegler
a) € 17 b) € 26 c) € 34

HEALTH RELATED FITNESS TRAINING

- 175 Health Related Fitness Training**
Do 19.30 - 21.00 PET 1 Roland Pertl
a) € 26 b) € 39 c) € 52

MENTALES TRAINING und FUNKTIONELLE GYMNASTIK

- 177 Mentales Training und funktionelle Gymnastik**
Mo 18.30 - 20.00 SCHRÖ Monika Hofstätter
Bitte eine eigene Gymnastikmatte mitbringen.
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 178 Entspannung durch Yoga**
Mo 20.00 - 21.30 SCHRÖ Monika Hofstätter
Bitte eine eigene Gymnastikmatte mitbringen.
a) € 26 b) € 39 c) € 52

QIGONG

- 180 Qigong (Anf.)**
Do 18.30 - 20.00 HAK 2 Armin Fischwenger
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 181 Qigong (Anf.)**
Do 11.00 - 12.00 FIT Katrin Peyker
a) € 17 b) € 26 c) € 34

182 Qigong (Anf.)
Fr 18.30 - 20.00 DREIHA 1
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Astrid Rosman

183 Qigong (Fortg.),
Fr 20.00 - 21.30 DREIHA 1
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Astrid Rosmann

SHIATSU

186 Shiatsu (Anf.)
Mo 14.00 – 15.30 USZ 4
a) € 26 b) € 39 c) € 52
E. Kaufmann-Strutz

187 Shiatsu (Fortg.)
Mo 15.30 – 17.00 USZ 4
a) € 26 b) € 39 c) € 52
E. Kaufmann-Strutz

YOGA

191 Yoga (Fortg.)
Di 12.00 - 13.30 FIT
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Jens Mertens

193 Yoga (Anf.)
Di 13.30 – 15.00 FIT
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Jens Mertens

194 Yoga (Anf.)
Mi 12.30 - 14.00 FIT
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Franz Hinteregger

195 Yoga (Anf.)
Do 12.30 - 14.00 FIT
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Franz Hinteregger

196 Yoga (Anf.)
Mo 12.15 – 13.45 FIT
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Franz Hinteregger

197 Yoga (Fortg.) - Fitness
Mo 18.30 - 20.00 LSZ Halle A2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Thomas Ebner

198 Yoga (mäßig Fortg.)
Do 14.00 – 15.30 FIT
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Franz Hinteregger

KAMPFSPORTARTEN

AIKIDO

- 201 Aikido (Anf. u. Fortg.)**
Mo 20.15 - 21.45 ASKÖ
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Günther Steger
- 202 Aikido (Anf. u. Fortg.)**
Mi 20.00 - 21.30 UKC Part.
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Peter Poltsch

FECHTEN

- 211 Fechten (Anf.)**
Mo 18.30 - 20.00 UFC 1. St.
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Roland Klar
- 212 Fechten (Anf.)**
Mo 20.00 - 21.30 UFC 1. St.
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Roland Klar
- 213 Fechten (Anf.)**
Di 18.30 - 20.00 UFC 1. St.
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Robert Blaschka
- 214 Fechten (mäÙig Fortg. u. Fortg.)**
Di 20.00 - 21.30 UFC 1. St.
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Robert Blaschka
- 215 Fechten (Anf.)**
Mi 20.00 - 21.30 UFC 1. St.
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Viktoria Stelzer

HAP KI DO

- 221 Hap Ki Do (Anf. u. Fortg.)**
Mo 20.00 - 21.30 LSZ Halle A2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Walter Hubmann
- 222 Hap Ki Do (Anf. u. Fortg.)**
Do 18.30 - 20.00 LSZ Halle A3
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Walter Hubmann

IAIDO

- 231 Iaido (Anf. u. Fortg.), japanische Schwertkunst**
Do 18.30 - 20.00 DREIHA 2 Michael Putz
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Mitzubringen sind: Knieschützer u. Budogürtel
- 232 Iaido (Anf. u. Fortg.), japanische Schwertkunst**
Do 20.00 - 21.30 DREIHA 2 Michael Putz
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Mitzubringen sind: Knieschützer u. Budogürtel

JUDO

- 241 Judo (Anf.)**
Di 18.00 - 19.30 ASKÖ Hans-Dieter Kotnik
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 242 Judo (mäßig Fortg. u. Fortg.)**
Do 18.00 - 19.30 ASKÖ Hans-Dieter Kotnik
a) € 26 b) € 39 c) € 52

KARATE ALL STYLE

- 251 Karate All Style (Anf.)**
Mo 18.00 - 19.30 UKC Part. Herbert Kurzmann
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 252 Karate All Style (Fortg.)**
Mo 19.30 - 21.00 UKC Part. Herbert Kurzmann
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 253 Karate All Style (Fortg.)**
Mi 18.30 - 20.00 UKC Part. Herbert Kurzmann
a) € 26 b) € 39 c) € 52

KARATE SHOTOKAN

- 255 Karate Shotokan (Anf.)**
Do 18.30 - 20.00 SEE kl. Saal Gabriele Dziruni
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 256 Karate Shotokan (Fortg.)**
Do 20.00 - 21.30 SEE kl. Saal Gabriele Dziruni
a) € 26 b) € 39 c) € 52

KENDO / JODO

- 261 Kendo**
Di 20.00 - 21.30 KLU 2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Helmut Fresl
- 262 Jodo** (japan. Stockkampf)
Do 18.30 – 20.00 LSZ A1
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Nina Halbedl

SELBSTVERTEIDIGUNG

- 265 Selbstverteidigung**
Mo 20.00 - 21.30 CAR gr. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Roland Fabro

TAE KWON DO

- 271 Tae Kwon Do Kampf (Anf.)**
Fr 18.30 – 20.00 SEE kl. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Eduard Marliot
- 272 Tae Kwon Do Kampf (Fortg.)**
Fr 20.00 – 21.30 SEE kl. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Eduard Marliot
- 275 Tae Kwon Do Traditionell (Anf.)**
Di 18.00 - 19.15 ANDRÄ TS
a) € 22 b) € 33 c) € 44
Johannes Zollner
- 276 Tae Kwon Do Traditionell (Anf. u. Fortg.)**
Di 19.15 - 20.30 ANDRÄ TS
a) € 22 b) € 33 c) € 44
Johannes Zollner

TAIJI QUAN

- 281 Taiji Quan (Anf.)**
Mi 18.30 - 20.00 DREIHA 1
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Harald Hartl
- 282 Taiji Quan (Fortg.)**
Mi 20.00 - 21.30 DREIHA 1
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Harald Hartl
- 283 Taiji Quan (Leistungskader)**
Di 20.00 - 21.30 CAR kl. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Harald Hartl

FRISBEE

- 316 Frisbee (Disc Golf, Weitwurf, Zielwerfen, DDC)**
SS 8 Einheiten ab Mo 16. April 2012 Andreas Barth
Mo 18.00 - 20.00 HILM
a) € 20 b) € 30 c) € 40
- 317 Frisbee – (Mannschaftsspiel Ultimate)**
Fr 15.30 - 17.00 USZ Halle 1-3 Stefan Pichler
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 318 Frisbee - Ultimate (Fortg.)**
SS 8 Einheiten ab Do 19. April 2012 Dominik Fischer
Do 18.00 – 19.30 HILM
a) € 13 b) € 20 c) € 26

HALLENHANDBALL

- 319 Handball (Anf. u. Fortg.)**
Mo 17.00 - 18.30 USZ Halle 1-3 Günther Papst
a) € 26 b) € 39 c) € 52

HOCKEY

- 321 Hallenhockey**
Mi 16.00 - 17.30 PET 2 Gerhard Kubassa
Die Ausrüstung (Schläger, Bälle) wird vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 322 Hallenhockey**
Di 18.00 - 19.30 PET 2 Barbara Pillhofer
Die Ausrüstung (Schläger, Bälle) wird vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 26 b) € 39 c) € 52

INLINE-SKATER-HOCKEY

- 324 Inline-Hockey (mit Puck und Ball)**
SS 8 Einheiten ab Do 19. April 2012 Christian Jopp
Do 19.00 – 20.30 LIEBENAU Freiplatz
Inline-Skates, Schläger und individuelle Schutzausrüstung (Helm, Knie-,
Ellbogen-, Schienbeinschützer etc.) müssen selbst mitgebracht werden.
a) € 13 b) € 20 c) € 26

LACROSSE

- 326 Lacrosse (Halle)**
Di 18.30 - 20.00 WIKU 1 Sigrid Neubinger
Die Ausrüstung (Schläger, Bälle) wird vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 26 b) € 39 c) € 52

327 Lacrosse Anf. (Freiplatz)
SS 8 Einheiten ab Do 19. April 2012 Michael Achorner
Do 16.30 - 18.00 HILM
Die Ausrüstung (Schläger, Bälle) wird vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 13 b) € 20 c) € 26

328 Lacrosse Fortg. (Freiplatz)
SS 8 Einheiten ab Mo 16. April 2012 Michael Achorner
Mo 17.00 - 18.30 VF PLATZ
Die Ausrüstung (Schläger, Bälle) wird vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 13 b) € 20 c) € 26

RUGBY

329 Rugby
SS 8 Einheiten ab Do 19. April 2012 Florian Leitner
Do 17.30 - 19.00 VF PLATZ
NEU a) € 13 b) € 20 c) € 26

BASKETBALL

BASKETBALL

331 Basketball (Anf.)
Mo 18.30 – 20.00 USZ Halle 4 Dominik Hierzer
a) € 26 b) € 39 c) € 52

332 Basketball (Anf.)
Mi 18.30 - 20.00 USZ Halle 4 Michael Loibner
a) € 26 b) € 39 c) € 52

333 Basketball (Anf.)
Do 20.00 - 21.30 HAK 1 Michael Loibner
a) € 26 b) € 39 c) € 52

334 Basketball (Anf. u. mäßig Fortg.)
Mi 18.30 - 20.00 MON 3 Gerhard Judmayer
a) € 26 b) € 39 c) € 52

336 Basketball (mäßig Fortg. u. Fortg.)
Do 18.30 – 20.00 HAK 1 Michael Loibner
a) € 26 b) € 39 c) € 52

337 Basketball (mäß. Fortg.)
Di 18.00 – 19.30 HAK 1 Dominik Hierzer
a) € 26 b) € 39 c) € 52

338 Basketball (Fortg.)
Mo 20.00 - 21.30 USZ Halle 4 Dominik Hierzer
a) € 26 b) € 39 c) € 52

- 339 Basketball (Fortg.)**
Mi 20.00 - 21.30 MON 3
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Gerhard Judmayer
- 340 Basketball (Fortg.)**
Do 20.00 - 21.30 USZ Halle 4
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Georg Plautz
- 341 Basketball (Fortg.)**
Fr 18.30 - 20.00 USZ Halle 4
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Franz Hölzl
- 342 Basketball (Fortg. 2)**
Di 19.30 - 21.00 LIC
Inskription erst nach Aufnahmetest am Di, 06. März 2012 möglich
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Gerhard Judmayer
- 343 Basketball-Streetball (Anf. u. Fortg.)**
SS
8 Einheiten ab Di 17. April 2012
Di 18.30 - 20.00 USZ Hartplatz 1-3
a) € 13 b) € 20 c) € 26
Michael Loibner

FUSSBALL

FUSSBALL

- 346 Damen-Fußball**
Mo 18.30 - 20.00 DREIHA 2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Franziskus Milopoulos
- 347 Damen-Fußball**
Do 15.30 - 17.00 USZ Halle 1-3
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Franziskus Milopoulos
- 348 Damen-Fußball**
Fr 17.00 - 18.30 USZ Halle 5
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Leopold Breisach
- 351 Hallen-Fußball (Anf. u. Fortg.)**
Do 18.30 - 20.00 DREIHA 3
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Dietmar Ehall
- 352 Hallen-Fußball (Fortg.)**
Mo 17.00 - 18.30 UNION BALL
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Dietmar Ehall
- 353 Fußball (Anf. u. Fortg.)**
Mo 14.00 - 15.30 USZ Halle 1-3 + Freifeld
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Georg Brandis

- 354 Fußball (Anf. u. Fortg.)**
 Di 15.30 - 17.00 USZ Halle 1-3 + Freifeld Philipp Baschinger
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 355 Fußball (Anf. u. Fortg.)**
 Di 17.00 - 18.30 USZ Halle 1-3 + Freifeld Philipp Baschinger
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 356 Fußball (Anf. u. Fortg.)**
 Fr 14.00 - 15.30 USZ Halle 1-3 + Freifeld Johann Graner
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 357 Fußball (Kader)**
 Di 14.00 - 15.30 USZ Halle 1-3 + Freifeld David Mayer
 Inskription nur nach Aufnahmetest am Di, 06. März 2012 möglich!
 a) € 24 b) € 36 c) € 48
- 359 Fußball (Anf. u. Fortg.)**
 Mo 15.30 - 17.00 USZ Halle 3 Peter Trutnovsky
 a) € 26 b) € 39 c) € 52

FOOTVOLLEY

- 360 Footvolley (Anf. u. Fortg.)**
 Fr 15.00 - 16.30 SAND Leopold Breisach
- NEU**
 8 Einheiten ab Fr 20. April 2012
 a) € 13 b) € 20 c) € 26

VOLLEYBALL

VOLLEYBALL

- 361 Volleyball (Anf.)**
 Mo 15.30 - 17.00 USZ Halle 2 Udo Beyer
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 362 Volleyball (Anf.)**
 Mo 18.30 - 20.00 USZ Halle 1 Walter Trummer
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 363 Volleyball (Anf.)**
 Mo 18.30 - 20.00 HAK 1 Steffen Böhm
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 364 Volleyball (Anf.)**
 Mo 20.00 - 21.30 USZ Halle 1 Tanja Kvarits
 a) € 26 b) € 39 c) € 52

365	Volleyball (Anf.) Di 18.30 - 20.00 WIKU 2 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Kubilay Yilmaztopcuoglu
366	Volleyball (Anf.) Do 17.00 - 18.30 USZ Halle 1 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Christoph Hesse
367	Volleyball (Anf.) Do 18.00 – 19.30 AUG 2 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Walter Trummer
368	Volleyball (Anf.) Do 18.00 – 19.30 AUG 1 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Bernhard Hölzl
369	Volleyball (Anf.) Do 18.30 - 20.00 USZ Halle 4 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Christoph Hesse
370	Volleyball (mäßig Fortg.) Di 18.30 – 20.00 WIKU 3 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Bernhard Hölzl
371	Volleyball (mäßig Fortg.) Mo 20.00 - 21.30 DREIER 2 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Sabrina Eberhard
372	Volleyball (mäßig Fortg.) Di 18.30 - 20.00 USZ Halle 1-3 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Franz Hölzl Manfred Hölzl
373	Volleyball (mäßig Fortg.) Di 20.00 - 21.30 WIKU 2 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Kubilay Yilmaztopcuoglu
374	Volleyball (mäßig Fortg.) Mi 18.30 – 20.00 DREIER 2 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Udo Beyer
375	Volleyball (mäßig Fortg.) Mi 18.30 - 20.00 KLU 2 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Gernot Klinger
376	Volleyball (mäßig Fortg.) Mi 20.00 - 21.30 KLU 2 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Gernot Klinger
377	Volleyball (mäßig Fortg.) Do 18.00 – 19.30 AUG 3 a) € 26 b) € 39 c) € 52	Markus Tilp

- 378 Volleyball (mäÙig Fortg.)**
Do 18.30 - 20.00 DREIER 2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Manfred Hölzl
- 379 Volleyball (mäÙig Fortg.)**
Do 18.30 - 20.00 WIKU 2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Johann Graner
- 380 Volleyball (mäÙig Fortg.)**
Do 19.30 – 21.00 AUG 2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Walter Trummer
- 381 Volleyball (mäÙig Fortg.)**
Do 19.30 – 21.00 AUG 1
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Bernhard Hölzl
- 382 Volleyball (mäÙig Fortg.)**
Do 20.00 - 21.30 DREIER 2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Kubilay Yilmaztopcuoglu
- 383 Volleyball (mäÙig Fortg.)**
Do 20.00 - 21.30 WIKU 3
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Armin Streibl
- 384 Volleyball (mäÙig Fortg.)**
Fr 17.00 - 18.30 USZ Halle 1+2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Reinhard Schaumberger
- 385 Volleyball (Fortg.)**
Mi 20.00 - 21.30 DREIER 2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Sabrina Eberhard
- 386 Volleyball (Fortg.)**
Mo 20.00 - 21.30 HAK 1
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Steffen Böhm
- 387 Volleyball (Fortg.)**
Di 20.00 - 21.30 USZ Halle 1+2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Franz Hölzl
- 388 Volleyball (Fortg.)**
Di 20.00 - 21.30 WIKU 3
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Bernhard Hölzl
- 389 Volleyball (Fortg.)**
Do 19.30 – 21.00 AUG 3
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Markus Tilp
- 390 Volleyball (Fortg.)**
Do 20.00 - 21.30 WIKU 2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Johann Graner

- 391 Volleyball (Fortg.) für Damen**
Do 18.30 - 20.00 WIKU 1 Steffen Böhm
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 392 Volleyball (Fortg.) für Herren**
Do 20.00 - 21.30 WIKU 1 Steffen Böhm
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 393 Volleyball (Fortg. 2)**
Fr 20.00 - 21.30 USZ Halle 1+2 Franz Hölzl
Inskription nur nach Aufnahmetest am Fr, 09. März 2012 möglich!
a) € 26 b) € 39 c) € 52

BEACH-VOLLEYBALL (8 Einheiten ab 16. April 2012)

- 394 Beach-Volleyball (Anf.)**
SS 8 Einheiten ab Mo 16. April 2012 Alexander Dichtl
Mo 17.00 - 18.30 USZ Beach
a) € 13 b) € 20 c) € 26
- 395 Beach-Volleyball (Anf.)**
SS 8 Einheiten ab Mo 16. April 2012 Alexander Dichtl
NEU Mo 18.30 – 20.00 USZ Beach
a) € 13 b) € 20 c) € 26
- 396 Beach-Volleyball (Anf.)**
SS 8 Einheiten ab Di 17. April 2012 Anton Fichtinger
Di 17.00 - 18.30 USZ Beach
a) € 13 b) € 20 c) € 26
- 397 Beach-Volleyball (Fortg.)**
SS 8 Einheiten ab Di 17. April 2012 Anton Fichtinger
NEU Di 18.30 – 20.00 18.30 USZ Beach
a) € 13 b) € 20 c) € 26
- 398 Beach-Volleyball (Fortg.)**
SS 8 Einheiten ab Mi 18. April 2012 Alexander Dichtl
Mi 17.00 - 18.30 USZ Beach
a) € 13 b) € 20 c) € 26
- 399 Beach-Volleyball (Anf.)**
SS 8 Einheiten ab Mi 18. April 2012 Alexander Dichtl
NEU Mi 17.00 - 18.30 USZ Beach
a) € 13 b) € 20 c) € 26

BEACH-VOLLEYBALL CAMP in LIGNANO

400
SS

Beach-Volleyball Camp in LIGNANO

Mittwoch 16. bis Sonntag, 20. Mai 2012

Johann Graner

Vorbesprechung: Freitag, 04. Mai 2012 um 15.30 Uhr im USZ SEM

Inskription ab Mo 19. März 2012

Ausschreibungen ab März im Internet unter www.usigraz.at.

Sonderpreise:

a) € 26

b) € 39

c) € 52

Achtung Zusatzkosten: eigene Anreise, Appartement, Verpflegung.

Bei der Inskription ist auch eine Anzahlung von € 128,- für das Appartement in BAR zu bezahlen.



OUTDOOR-KURSE

OUTDOOR-Semester KURSE

MARATHON-TRAINING	siehe Seite 58
LAUFTRAINING FÜR EINSTEIGER	siehe Seite 58
NORDIC BLADING	siehe Seite 59
NORDIC WALKING	siehe Seite 59
RADFAHREN	siehe Seite 60

OUTDOOR-KURSE (8 Einheiten ab 16. April 2012)

BASKETBALL-STREETBALI	siehe Seite 35
BEACH-VOLLEYBALL	siehe Seite 39
BOGENSCHIESSEN	siehe Seite 61
FLAG FOOTBALL	siehe Seite 32
FOOTVOLLEY	siehe Seite 36
FRISBEE (DISC GOLF, WEITWURF, ZIELWERFEN, DDC)	siehe Seite 33
GOLF	siehe Seite 55
INLINE-HOCKEY	siehe Seite 33
KAJAK AUF DER MUR	siehe Seite 47
LACROSSE	siehe Seite 33
ORIENTEERING	siehe Seite 59
PARAGLEITEN	siehe Seite 59
RUGBY	siehe Seite 34
TENNIS (Unterricht ab 7. Mai 2012)	siehe Seite 45

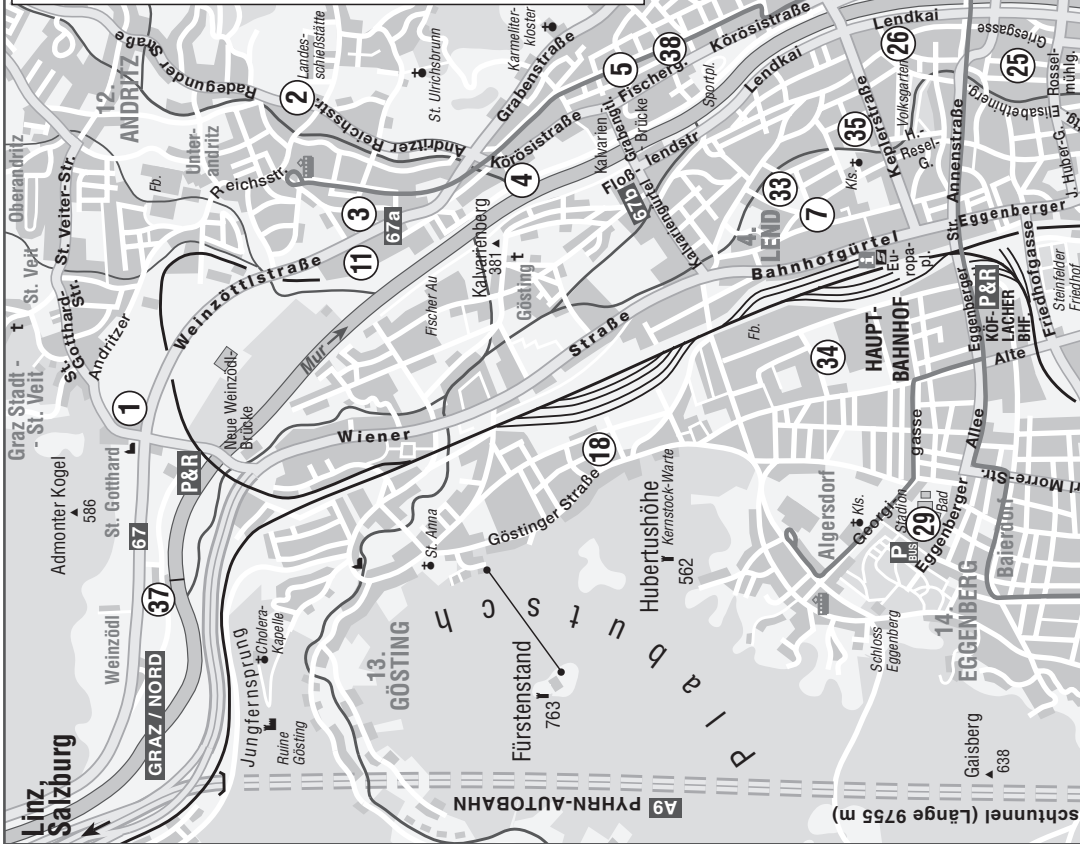
OUTDOOR-KURSE im Block

BEACH-VOLLEYCAMP-LIGNANO (Block im Mai)	siehe Seite 40
FLIEGENFISCHEN - Technik und Praxis (Block im Mai)	siehe Seite 54
KAJAK AUF DER SALZA FÜR FORTG. (Block im Juni)	siehe Seite 47
KITESURFEN (Block im April)	siehe Seite 49
MOUNTAINBIKE-OSTTIROL (Block im September)	siehe Seite 60
SEGELN A Praxis (Block im Mai)	siehe Seite 49
WINDSURFEN (Block im Juni)	siehe Seite 49
WAKEBOARDEN-EINFÜHRUNG (Block im Juni)	siehe Seite 49

UNTERRICHTSSTÄTTEN DES UNIVERSITÄTS-SPORTINSTITUTES

- | | | | | | |
|---------|----|----------|----|---------|----|
| ABZ | 7 | FIT | 8 | MUR | 37 |
| ACAD | 18 | GOLF | 1 | OEV | 36 |
| ANDRÄ | 25 | HAK | 23 | PES | 24 |
| ARLAND | 11 | HILM | 10 | PET | 17 |
| ASKÖ | 29 | INJOY | 30 | PLAYERS | 3 |
| ATG | 22 | IRMI | 32 | SCHRÖ | 33 |
| AUG | 27 | KEP | 35 | SEE | 12 |
| BAD ATG | 22 | KLU | 31 | TANZ | 38 |
| BAD HIB | 28 | KÖR | 4 | UFC | 21 |
| BAD UN | 16 | LHS | 2 | UKC | 21 |
| BILLARD | 26 | LIC | 14 | UNION 2 | 16 |
| CAR | 5 | LIEBENAU | 19 | URS | 15 |
| DREIHA | 25 | LSZ | 6 | USZ | 9 |
| DREIER | 34 | MON | 20 | WIKU | 13 |

Copyright by Schubert & Franzke, St. Pölten 2011



tschtunnel (Länge 9755 m)

GRAZ



RÜCKSCHLAGSPIELE

BADMINTON (FEDERBALL)

- 401 Badminton (Anf.)**
Mo 15.30 - 17.00 USZ Halle 1 Hertha Almer
Schläger und Bälle werden vom Institut kostenlos zur Verfügung gestellt.
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 402 Badminton (mäßi9 Fortg.)**
Do 17.00 - 19.30 USZ Halle 2 Hertha Almer
Bälle werden vom Institut kostenlos zur Verfügung gestellt.
Sonderpreise:
a) € 45 b) € 68 c) € 90
- 403 Badminton (mäßi9 Fortg.)**
Do 17.00 - 19.30 USZ Halle 3 Johann Marek
Bälle werden vom Institut kostenlos zur Verfügung gestellt.
Sonderpreise:
a) € 45 b) € 68 c) € 90
- 404 Badminton (Fortg.)**
Do 19.30 - 21.30 USZ Halle 2+3 Johann Marek
Voraussetzungen:
Technische und taktische Grundfertigkeiten im Einzel- und Doppelspiel. Inskription nur nach bestandenerm Leistungstest am Do, 08. März 2012 möglich! Die Teilnehmergeböhr inkludiert ein angemessenes Kontingent an Kielfederbällen.
Sonderpreise:
a) € 50 b) € 75 c) € 100
- 405 Badminton (Kader)**
Do 18.30 - 21.30 USZ Halle 1 Alexander Almer
Inskription nur nach bestandenerm Leistungstest am Do, 08. März 2012 möglich!
Sonderpreise:
a) € 50 b) € 75 c) € 100

SQUASH-UNTERRICHT im PLAYERS

- 411 Squash-Unterricht (Anf. u. Fortg.)**
Do 15.00 - 16.30 PLAYERS Heinz Kaltene9ger
Die Squash-Schlä9er und -Bälle sind von den TeilnehmerInnen selbst bereitzustellen.
Sonderpreise:
a) € 40 b) € 60 c) € 80

412 Squash-Unterricht (Anf. u. Fortg.)

Do 16.30 - 18.00 PLAYERS

Heinz Kaltenegger

Die Squash-Schläger und -Bälle sind von den TeilnehmerInnen selbst bereitzustellen

Sonderpreise:

a) € 40 b) € 60 c) € 80

Freie Übungskarte Squash siehe Seite 65

TENNIS–Unterricht in der allround Tennis Halle

INSKRPTIONSTERMINE für den **TENNIS-UNTERRICHT:**

Bedienstete einer UNI, FH oder PH: **Mo, 26. März 2012**

Studierende: **Di, 27. März 2012**

Ab Mi, 28. März 2012, 09.00 Uhr Restplätze online über MY USI DATA

NUMMERAUSGABE: um 07.30 Uhr des jeweiligen Inskriptionstages unmittelbar vor dem Sekretariat des USI; pro Person dürfen maximal zwei Nummern ausgegeben werden; für jede anzu-meldende Person ist eine Nummer notwendig; die Studiausweise müssen auch schon bei der Nummernausgabe vorgezeigt werden. Es darf nur **1 Kurs pro TeilnehmerIn gebucht werden!**

UNTERRICHTSBEGINN: Es finden jeweils 8 Unterrichtseinheiten, **ab Mo, 07. Mai 2012** bis Ende Juni (auch an Feiertagen!) statt. Für den Tennisunterricht werden Bälle (keine Schläger!) zur Verfügung gestellt!

Sonderpreise für die Tennis-Kurse:

a) € 40 b) € 60 c) € 80

Eine **Stornierung des Tenniskurses** ist nur bis Do, 03. Mai 2012 möglich!

421	Tennis (Anf.)	
SS	Mo 18.00 - 19.30 ALLROUND	Tennisschule Allround
422	Tennis (mäßig Fortg.)	
SS	Mo 19.30 - 21.00 ALLROUND	Tennisschule Allround
423	Tennis (Anf.)	
SS	Di 16.30 - 18.00 ALLROUND	Tennisschule Allround
424	Tennis (mäßig Fortg.)	
SS	Di 18.00 - 19.30 ALLROUND	Tennisschule Allround
425	Tennis (Anf.)	
SS	Di 19.30 - 21.00 ALLROUND	Tennisschule Allround

426	Tennis (mäßig Fortg.)	
SS	Mi 16.30 – 18.00 ALLROUND	Tennisschule Allround
427	Tennis (Anf.)	
SS	Mi 18.00 - 19.30 ALLROUND	Tennisschule Allround
428	Tennis (Anf.)	
SS	Mi 19.30 - 21.00 ALLROUND	Tennisschule Allround
429	Tennis (mäßig Fortg.)	
SS	Do 18.00 - 19.30 ALLROUND	Tennisschule Allround
430	Tennis (Anf.)	
SS	Do 19.30 - 21.00 ALLROUND	Tennisschule Allround
431	Tennis (Anf.)	
SS	Fr 18.00 - 19.30 ALLROUND	Tennisschule Allround
432	Tennis (mäßig Fortg.)	
SS	Fr 19.30 - 21.00 ALLROUND	Tennisschule Allround

Freie Übungskarte Tennis siehe Seite 65

TISCHTENNIS

441	Tischtennis (Anf. u. Fortg.)	
	Di 15.30 - 17.00 USZ Halle 5	Peter Trutnovsky
	a) € 26 b) € 39 c) € 52	
442	Tischtennis (Anf. u. Fortg.)	
	Di 17.00 - 18.30 USZ Halle 5	Peter Trutnovsky
	a) € 26 b) € 39 c) € 52	
443	Tischtennis (Anf. u. Fortg.)	
	Do 14.00 - 15.30 USZ Halle 5	Werner Voves
	a) € 26 b) € 39 c) € 52	
444	Tischtennis (Anf. u. Fortg.)	
	Do 15.30 - 17.00 USZ Halle 5	Werner Voves
	a) € 26 b) € 39 c) € 52	

SCHWIMMEN und WASSERSPORT

AQUA AEROBICS

- 451 Aqua Aerobics (Power)**
Di 18.00 - 18.45 BAD HIB
a) € 20 b) € 30 c) € 40
Constanze Recke
- 452 Aqua Aerobics (Power)**
Di 18.45 - 19.30 BAD HIB
a) € 20 b) € 30 c) € 40
Constanze Recke

AQUAJOGGING

- 454 Aquajogging**
Do 18.00 - 18.45 BAD HIB
a) € 20 b) € 30 c) € 40
Elke Müller
- 455 Aquajogging**
Mo 18.45 - 19.30 BAD HIB
a) € 20 b) € 30 c) € 40
Elke Müller

KAJAK

- 463 Kajak Eskimotieren**
Do 20.00 - 21.00 BAD UN 1 + 2
Sonderpreise:
a) € 38 b) € 51 c) € 64 mit Leihboot
Manuel Köhler
- 464**
a) € 26 b) € 39 c) € 52 mit eigenem Boot
- 465 Kajak auf der Mur (Anf. u. Fortg.)**
SS Mo 17.00 - 20.00 MUR
TeilnehmerInnen: 12 + 8 (eigenes Material)
Manuel Köhler
N.N.
- Einführung - Pflicht am Mo 16. April 2012, 17.00 Uhr in Weinzödl
(Laufkraftwerk, 8047 Graz; Containerparkplatz Weinzödl 36).
a) € 76 b) € 89 c) € 102 mit Leihboot und Ausrüstung
- 466**
a) € 26 b) € 39 c) € 52 mit eigenem Boot und Ausrüstung
- 468 Kajak auf der Salza (Wildalpen) (Fortg.)**
Do, 07. Juni bis So, 10. Juni 2012
TeilnehmerInnen: max. 12 mit eigenem Material (mind. 10 Teiln.)
Christoph Hesse
- Vorbesprechung - Pflicht am Di, 22. Mai 2012, 18.30 Uhr im Seminarraum USZ.
Inskriptionsbeginn ab Mo 19. März 2012
a) € 26 b) € 39 c) € 52

SCHWIMMEN

- 471 Schwimmen (Nichtschwimmer u. Anf.)**
Mi 21.00 - 22.00 BAD UN 2
Sonderpreise:
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Klaus Weiss
- 472 Schwimmen (mäßig Fortg. u. Fortg.)**
Mo 13.00 - 14.30 BAD UN 1
Sonderpreise:
a) € 40 b) € 60 c) € 80
Josef Innerwinkler
Johann Polland
- 473 Schwimmen (Fortg.)**
Di 06.30 - 08.00 BAD UN 1
Sonderpreise:
a) € 40 b) € 60 c) € 80
Sabine Linzatti
Klaus Weiss
- 475 Schwimmen (mäßig Fortg. u. Fortg.)**
Do 06.30 - 08.00 BAD UN 1
Sonderpreise:
a) € 40 b) € 60 c) € 80
Josef Innerwinkler
Johann Polland
- 476 Schwimmen (Fortg.)**
Fr 12.00 - 13.30 BAD UN 1
Sonderpreise:
a) € 40 b) € 60 c) € 80
Sabine Linzatti
Elisabeth Strigl
- 477 Schwimmen (mäßig Fortg. u. Fortg.)**
Möglichkeit zum Erwerb eines Retterscheines!
Fr 13.00 - 14.30 BAD ATG
Sonderpreise:
a) € 40 b) € 60 c) € 80
Johann Polland
Josef Innerwinkler
- 478 Schwimmen (mäßig Fortg.)**
Mo 18.00 - 19.00 BAD ATG
Sonderpreise:
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Alexander Prettnner
Elisabeth Strigl
- 479 Schwimmen (mäßig Fortg.)**
Mo 19.00 - 20.00 BAD ATG
Sonderpreise:
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Alexander Prettnner
Elisabeth Strigl
- 480 Schwimmen (Fortg.) Techniktraining alle Lagen**
Do 16.00 - 17.00 BAD ATG
Sonderpreise:
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Sabine Linzatti
Gert Bernat

- 481 Schwimmen (Fortg.) Techniktraining alle Lagen**
Do 17.00 - 18.00 BAD ATG Sabine Linzatti
Sonderpreise: Gert Bernat
a) € 26 b) € 39 c) € 52

SEGELN

- 484 Segeln-BFA-Binnen Praxis**
SS Praktische Ausbildung zur eigenverantwortlichen Führung von Segelbooten im Fahrtenbereich BFA-Binnen. Praktische Prüfung durch ÖSV-Kommission möglich.
Freitag, 25. bis Mittwoch, 30. Mai 2012, Neusiedlersee
Kursbeschreibung siehe unter www.usigraz.at Martin Mongold
Inskriptionsbeginn ab Mo 19. März 2012 Christian Gobec
Sonderpreise
a) € 160 b) € 200 c) € 240
Zusatzkosten: eigene Anreise, Quartier, Verpflegung

WINDSURFEN und KITESURFEN

- 486 Windsurfkurs für AnfängerInnen**
SS Samstag, 02. Juni und Sonntag, 03. Juni 2012 jeweils von 9 bis 17 Uhr.
SCHWARZL-SEE (SFZ)
Inskriptionsbeginn: Mo, 19. März 2012 Jochen Buchmaier
Kursbeschreibung siehe unter www.usigraz.at
Sonderpreise:
a) € 40 b) € 60 c) € 80

- 487 Kitesurfen**
SS Sonntag, 22. bis Donnerstag 26. April 2012 in Grado / ITALIEN
Inskriptionsbeginn: Mo, 19. März 2012 Bernd Pazolt
Kursbeschreibung siehe unter www.usigraz.at Johannes Plech
Vorbesprechung - Pflicht am Mo 26. März 2012, 18.30 Uhr im Seminarraum
des USZ Rosenhain.
Sonderpreise:
a) € 70 b) € 105 c) € 140
Zusatzkosten: eigene Anreise, Quartier, Verpflegung

WAKEBOARDEN-Einführung

- 489 Wakeboarden-Einführung**
SS Sonntag, 03. Juni 2012 von 17.30 – 19.00 Uhr, SCHWARZL-SEE (SFZ)
Inskriptionsbeginn : Mo, 19. März 2012 Jochen Buchmaier
Kursbeschreibung siehe unter www.usigraz.at
Sonderpreis:
€ 12

TANZ

AFRO JAZZ DANCE

- 501 Afro Jazz Dance** (mit Live-Percussion)
Mi 20.00 - 21.30 SEE kl. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Ursula Gigler-Gausterer
Thomas Pfob

BALLETT

- 505 Ballett (Anf.)**
Mi 15.30 - 17.00 ATG Gymnastiksaal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Maria Spielhofer
- 506 Ballett (Fortg.)**
Mi 14.00 - 15.30 ATG Gymnastiksaal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Maria Spielhofer
- 507 Ballett (Anf.)**
Fr 20.00 - 21.30 IRMI
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Maria Spielhofer
- 508 Ballett (Fortg.)**
Mo 20.00 - 21.30 IRMI
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Maria Spielhofer

BEWEGE UND TANZE DICH FREI

- 511 Bewege und tanze dich frei**
Mo 20.00 - 21.30 KÖR 2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Iris List

BEWEGUNGSIMPROVISATION

- 512 Bewegungsimprovisation (Experimenteller Tanz)**
Mi 18.30 - 20.00 CAR kl. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Eva Brunner

BREAK DANCE (freestyle)

- 513 Break Dance (freestyle)**
Di 20.00 - 21.30 DREIER 2
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Jure Perko

FLAMENCO

- 521 Flamenco (Anf.)**
Do 16.30 – 18.00 ACAD 1
Eingang West Selina Stekl
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Als Tanzschuhe sind Schuhe mit einer Ledersohle und leichtem Absatz (kein dünner Absatz) notwendig.
- 522 Flamenco (Fortg.)**
Do 16.30 – 18.00 ACAD 2
Eingang West Tanja Stekl
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Als Tanzschuhe sind Schuhe mit einer Ledersohle und leichtem Absatz (kein dünner Absatz) notwendig.

BALLROOM TANZEN

- 523 Swing / Boogie / Lindy Hop**
Do 16.30 - 18.00 TANZ Conny&Dado
Inskription nur für Paare möglich.
Sonderpreis pro Paar
- NEU** a) € 40 b) € 60 c) € 80
6 Einheiten von 08. März – 26. April 2012
- 524 Swing / Boogie / Lindy Hop**
Do 16.30 - 18.00 TANZ Conny&Dado
Inskription nur für Paare möglich.
Sonderpreis pro Paar
- NEU** a) € 40 b) € 60 c) € 80
6 Einheiten von 03. Mai – 21. Juni 2012

TANGO ARGENTINO

- 525 Tango Argentino**
Di 16.30 - 17.30 TANZ Conny&Dado
Inskription nur für Paare möglich.
Sonderpreis pro Paar
- NEU** a) € 30 b) € 45 c) € 60
6 Einheiten von 06. März – 24. April 2012
- 526 Tango Argentino**
Di 16.30 - 17.30 TANZ Conny&Dado
Inskription nur für Paare möglich.
Sonderpreis pro Paar
- NEU** a) € 30 b) € 45 c) € 60
6 Einheiten von 08. Mai – 19. Juni 2012

GRIECHISCHE TÄNZE

- 528 Griechische Tänze**
Do 18.30 - 20.00 SEE gr. Saal Olga Behounek
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Bitte nur saubere Hallensportschuhe oder spezielle Tanzschuhe verwenden;
Straßenschuhe sind jedenfalls verboten!

HIP HOP

- 531 Hip Hop (Anf.)**
Mi 18.00 - 19.00 HAK 1 Christine Pavicic
a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 532 Hip Hop Advanced**
Mi 19.00 - 20.00 HAK 1 Amrita Schäffler
a) € 17 b) € 26 c) € 34
- 533 Urban Dance / Hip Hop Advanced**
Mi 20.00 - 21.00 HAK 1 Amrita Schäffler
a) € 17 b) € 26 c) € 34

JAZZ DANCE

- 541 Jazz Dance (Anf.)**
Mo 18.30 - 20.00 DREIHA 1 Claudia Fürnholzer
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 542 Jazz Dance (Fortg.)**
Mo 20.00 - 21.30 DREIHA 1 Claudia Fürnholzer
a) € 26 b) € 39 c) € 52

LATIN DANCE

- 551 Latin Dance (Anf. u. Fortg.)**
Gruppentanz
Do 18.30 - 20.00 DREIHA 1 Wilhelm Gabalier
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 552 Latin Dance (Anf. u. Fortg.)**
Gruppentanz
Do 20.00 - 21.30 DREIHA 1 Wilhelm Gabalier
a) € 26 b) € 39 c) € 52

MODERN AFRICAN DANCE

- 561 Modern African Dance mit Live-Percussion**
Do 19.00 - 20.00 KÖR 2 Claudia Fürnholzer
a) € 17 b) € 26 c) € 34 Thomas Pfob

- 562 Modern African Dance** mit Live-Percussion
Do 20.00 - 21.00 KÖR 2
a) € 17 b) € 26 c) € 34
Claudia Fürnholzer
Thomas Pfob

MODERN DANCE

- 565 Modern Dance**
Fr 18.30 - 20.00 SEE gr. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Karin Ordonez Moreno
- 566 Modern Dance (Body Sensing)**
Do 17.00 - 18.30 USZ Halle 4
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Monika Schabus-Steffen

MUSICAL DANCE

- 571 Musical Dance**
Mi 20.15 - 21.45 CAR gr. Saal
a) € 26 b) € 39 c) € 52
Eli Ho

ORIENTALISCHER TANZ für Damen

- 575 Orientalischer Tanz (Anf. u. mäßig Fortg.)**
Mi 18.00 - 19.15 KEP Gymnastiksaal
a) € 22 b) € 33 c) € 44
Sabina Carlozzo
- 576 Orientalischer Tanz (mäßig Fortg. u. Fortg.)**
Mi 19.15 - 20.30 KEP Gymnastiksaal
a) € 22 b) € 33 c) € 44
Sabina Carlozzo

ÖSTERREICHISCHE und INTERNATIONALE VOLKSTÄNZE

- 578 Österreichische und internationale Volkstänze**
Inskription nur für Paare möglich!
Mi 20.00 - 21.30 LSZ Halle G
Sonderpreis pro Paar
a) € 52 b) € 78 c) € 104
Michaela Sand
Robert Hafner

ROCK 'N' ROLL

- 581 Rock 'n' Roll (Anf.)**
Inskription nur für Paare möglich!
Mi 18.00 - 19.30 URS
Sonderpreis pro Paar
a) € 52 b) € 78 c) € 104
Martin Ratschek
Eva Ratschek

STREET JAZZ

- 590 Street Jazz / Videocliphdance** Bettina Felgitscher
Di 18.30-20.00 SEE 1
a) € 26 b) € 39 c) € 52

AUSDRUCKSTANZ

- 591 Body Exploration** Ursula Gigler-Gausterer
Mi 13.00-14.30 IRMI
a) € 26 b) € 39 c) € 52

WEITERE SPORTANGEBOTE

BILLARD

- 603 Pool-Billard (Anf.)** Franz-Rene Mautner
Mo 17.00 - 18.30 BILLARD
Sonderpreise:
a) € 40 b) € 60 c) € 80

- 604 Pool-Billard (Fortg.)** Franz-Rene Mautner
Mo 18.30 - 20.00 BILLARD
Sonderpreise:
a) € 40 b) € 60 c) € 80

DARTS

- 608 Darts** Jürgen Judmayer
Di 20.15 - 21.45 FIT
a) € 26 b) € 39 c) € 52

FLIEGENFISCHEN

- 610 Fliegenfischen (Technik und Praxis)** Matthias Eberberger
SS
Sa 05. und So 06. Mai 2012 Opponitz (Nähe Weidhofen) an der Ybbs
(Sportplatz) bzw. Ybbs-Fluss bei Opponitz (Praxis).
Vorbesprechung am Do 26. April 2012 am USZ Rosenhain.
Kursbeschreibung siehe unter www.usigraz.at
Inskriptionsbeginn: Mo 19. März 2012
Sonderpreise:
a) € 40 b) € 60 c) € 80
Zusatzkosten: eigene Anreise, Quartier, Verpflegung, Fischereilizenz und
Geräte Leihgebühr (siehe Ausschreibung)

GERÄTTURNEN

- 611 Gerätturnen (Anf.) für Damen**
Di 20.00 - 21.30 LSZ Halle A3+A4 Irene Berger
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 612 Gerätturnen (Anf. u. Fortg.)**
Übungsmöglichkeit für SportstudentInnen
Di 17.00 - 18.30 USZ Halle 4 Christoph Hesse
a) € 26 b) € 39 c) € 52 Stefan Spirk
- 613 Gerätturnen (Fortg.) für Herren u. Damen**
Di 18.30 - 20.00 LSZ Halle A3+A4 Thomas Hayn
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 614 Gerätturnen (Fortg.) für Damen u. Herren**
Do 20.00 - 21.30 LSZ Halle A3+A4 Jörg Christandl
a) € 26 b) € 39 c) € 52 Sabrina Strutz

TRAMPOLINSPRINGEN (Federtuchspringen)

- 617 Trampolinspringen (Anf.)**
Di 20.00 - 21.30 USZ Halle 3 Gudrun Hayn
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 618 Trampolinspringen (Anf. u. Fortg.)**
Fr 20.00 - 21.30 USZ Halle 3 Dieter Hayn
a) € 26 b) € 39 c) € 52

GOLF

- 621 Golf mit Platzreifezertifikat (Anf.)**
Mo 14.00 – 17.00 GOLF Gerhard Nemezc
- 8 Einheiten ab Mo, 16. April 2012**
(bei jeder Witterung); Golfclub St. Gotthard, 8045 Graz-Andritz
Inskriptionsgebühr inkludiert den prakt. Unterricht, Leihschläger und Übungsplatzbenützung (driving range).
Die Übungsbälle müssen von den TeilnehmerInnen am Golfplatz ausgeliehen werden (ca. € 12 für 150 Übungsbälle pro Nachmittag).
Der Anfängerkurs schließt mit der Platzreife-Prüfung ab. Die Kosten für die Prüfung belaufen sich auf € 30 inklusive einer 9-Loch Platzrunde, Leihschläger und einem Platzreifezertifikat.
Sonderpreise:
a) € 26 b) € 39 c) € 52



GOLFCLUB LIEBENAU
Der flexible Golfclub für die ganze Familie

FÜR STUDENTEN:
Platzreife Kurse ab sofort buchbar
unter www.golfclub-liebenau.at
oder T: 0316/ 40 55 20

+ **KURSDAUER:**
12 Stunden mit Trainer
Maximal 8 Teilnehmer pro Kurs

+ **ALL INCLUSIVE:**
Übungsbälle, Ausrüstung während der Kurszeiten
und Prüfungsgebühr



um nur

€ 69,-

(Gültig für Studenten bis 27 Jahre)

GOLFCLUB LIEBENAU, Golfstraße 10, A-8041 Graz, T: +43 (0)316/ 40 55 20, F: +43 (0)316/ 40 55 20 4
E: info@golfclub-liebenau.at, I: www.golfclub-liebenau.at

622 Golf mit Turnierreifezertifikat (Fortg.)

Voraussetzung: Das Platzreifezertifikat ist bei der Inskription vorzuweisen.

Mi 14.00 – 17.00 GOLF

Gerhard Nemezc

8 Einheiten ab Mi 18. April 2012

(bei jeder Witterung). Golfclub St. Gotthard, 8045 Graz-Andritz

Die Inskriptionsgebühr inkludiert den prakt. Unterricht, Leihschläger und Übungsplatzbenützung (driving range).

Die Übungsbälle müssen von den TeilnehmerInnen am Golfplatz ausgeliehen werden (ca. € 12 für 150 Übungsbälle pro Nachmittag).

Der Fortgeschrittenenkurs schließt mit der Turnierreife-Prüfung ab. Die Kosten für die Prüfung belaufen sich auf € 30 inklusive einer 9-Loch Platzrunde, Leihschläger und einem Turnierreifezertifikat.

Sonderpreise:

a) € 26

b) € 39

c) € 52

JONGLIEREN und EQUILIBRISTIK

627 Jonglieren und Equilibristik (Anf. u. Fortg.)

mit Bällen, Ringen, Keulen ...

Do 15.30 - 17.00 USZ Halle 4

Franz Hofer

a) € 26

b) € 39

c) € 52

SLACKLINE

631 Slackline (Anf.)

Fr 15.30 - 17.00 USZ Halle 4

Peter Trattner

a) € 26

b) € 39

c) € 52

632 Slackline (Fortg.)

Fr 17.00 – 18.30 USZ Halle 4

Peter Trattner

a) € 26

b) € 39

c) € 52

SPORTKLETTERN-Bouldern

635 Sportklettern-Bouldern (Anf.)

Mo 18.30 – 20.00 USZ Bouldertunnel

Philip Pointner

a) € 26

b) € 39

c) € 52

636 Sportklettern-Bouldern (mäßig Fortg.)

Mo 20.00 – 21.30 USZ Bouldertunnel

Philipp Muntean

a) € 26

b) € 39

c) € 52

637 Sportklettern-Bouldern (Anf.)

Di 18.30 – 20.00 USZ Bouldertunnel

Philip Pointner

a) € 26

b) € 39

c) € 52

- 638 Sportklettern-Bouldern (mäßig Fortg.)**
 Di 20.00 – 21.30 USZ Bouldertunnel Philip Pointner
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 639 Sportklettern-Bouldern (Anf.)**
 Mi 18.30 – 20.00 USZ Bouldertunnel Philipp Muntean
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 640 Sportklettern-Bouldern (Fortg.)**
 Mi 20.00 – 21.30 USZ Bouldertunnel Andreas Matuska
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 641 Sportklettern-Bouldern (Anf.)**
 Do 18.30 – 20.00 USZ Bouldertunnel Alexander Guster
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 642 Sportklettern-Bouldern (mäßig Fortg.)**
 Do 20.00 – 21.30 USZ Bouldertunnel Alexander Guster
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 643 Sportklettern-Bouldern (Anf.)**
 Fr 18.30 – 20.00 USZ Bouldertunnel Peter Trattner
 a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 644 Sportklettern-Bouldern (mäßig Fortg.)**
 Fr 20.00 – 21.30 USZ Bouldertunnel Peter Trattner
 a) € 26 b) € 39 c) € 52

LEICHTATHLETIK

- 651 Leichtathletik (Anf. u. Fortg.)**
 Mi 17.00 - 18.30 USZ Halle 5, Laufbahn Eleonore Seidl
 a) € 26 b) € 39 c) € 52

LAUF-TRAINING

- 652 Lauftraining für EinsteigerInnen (Anf. u. mäßig Fortg.)**
 Do 18.00 – 19.30 USZ Michaela Bunderla
 Sonderpreise: Daniela Künstner
 a) € 20 b) € 30 c) € 40
- 653 Marathon-Training (mäßig Fortg. u. Fortg.)**
 Mi 18.00 - 20.15 USZ Michaela Bunderla
 Sonderpreise: Andreas Künstler
 Heinz-Georg Flesch
 a) € 26 b) € 39 c) € 52

NORDIC-WALKING

- 655 Nordic Walking**
Do 15.00 - 16.30 USZ Freianlagen Harald Wolf
Die speziellen Stöcke werden vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 26 b) € 39 c) € 52

NORDIC BLADING (INLINESKATING–SCHIROLLERTRAINING)

- 657 Nordic Blading** (Inline Skating–Schirollertraining)
Bitte eigene Inlineskates mitbringen, Stöcke sind vorhanden.
Mo 17.00 - 18.30 USZ Halle 4 u. Laufbahn Stefan Spirk
a) € 26 b) € 39 c) € 52

ORIENTEERING

- 659 Orienteering (Anf. u. Fortg.)**
Do 17.15 - 19.30 USZ
SS 8 Einheiten ab Do 19. April 2012 Hannes Pacher
a) € 24 b) € 36 c) € 48 Armin Mariacher

OL-spezifisches Grundtraining in einfachen OL-Kartengebieten und Anwendung der OL-Techniken in dislozierten OL-Gebieten in und außerhalb von Graz.

PARAGLEITEN-GRUNDKURS

- 661 Paragleiten-Grundkurs**
Mi 10.00 – mind. 17.00 (bzw. witterungsbedingt länger) Willibald Friedrich
KOMMISSIONIERTES SCHULUNGSGELÄNDE: Tober bei Fladnitz an der
Teichalm der Flugschule „STEIERMARK“ (ca. 50 km von Graz).
Im SS 2012 an folgenden Tagen:
8 (Mittwoch-) Einheiten ab 18. April 2012 (Terminverschiebungen sind
witterungsbedingt ebenfalls möglich).

Vorbesprechung (Pflicht): Di 17.04.2012, 18.00 Uhr s.t.,

8020 Graz, Karl Morre Straße 59, TEL: 57-38-44

Aus ökonomischen und ökologischen Gründen wird bei der Vorbesprechung die Bildung von Fahrtgemeinschaften angeregt. AutobesitzerInnen werden ersucht, verfügbare freie Plätze für MitfahrerInnen bekannt zu geben. Der/Die MitfahrerInnen kommen selbstverständlich für die anteilmäßigen Kosten auf.

Sonderpreise:

a) € 90 b) € 135 c) € 180

für den praktischen Unterricht und die Ausrüstung (Fluggerät, Gurtzeug, Helm).

Strapazfähige Sportbekleidung und stabiles Schuhwerk (knöchelhohe Schuhe) sind von den TeilnehmerInnen selbst mitzubringen.

UNFALLVERSICHERUNG für PARAGLEIT-FLUGSCHÜLERINNEN:

Jedem/r TeilnehmerIn wird eine private Unfallversicherung empfohlen.

Kursinhalte: Handhabung des Fluggerätes im flachen Gelände, anschließend Steigerung in steilerem Gelände mit ersten Flugphasen. (Sicherer Start, Flugphasen mit entsprechender Sicherheit, Landeeinteilung und sichere Landung auf vorgesehene Landefeld). Theorie in den Fächern Flugpraxis, Gerätekunde, Aerodynamik, Meteorologie, Luftfahrtgesetz.

Kursziel: Es besteht die Möglichkeit (wetterabhängig) eine Schulungsbestätigung zu erhalten; diese berechtigt zu Flügen in zugelassenen Fluggeländen von Flugschulen unter Aufsicht oder mit Flugauftrag. Die Gültigkeit der Schulungsbestätigung beträgt 3 Jahre.

PERCUSSION (mit afrikanischen Djemben)

- 663 Percussion mit afrikanischen Djemben** Thomas Pfob
Mi 18.00 - 19.30 SEE Klasse 2A, Eingang Seebacherg.
Sollten den TeilnehmerInnen keine Djemben zur Verfügung stehen, besteht die Möglichkeit, eine Djembe über das aufgelassene Geschäft „Akua'ba“ Vorzugspreis (Liste -30%) zu erwerben). Anfragen diesbezüglich sind bitte an Thomas Pfob zu richten (Tel.: 0699/174 11 212 E-Mail: thomas.pfob@akuaba.at).
a) € 26 b) € 39 c) € 52

MOUNTAINBIKE

- 671 Mountainbike Camp – Sextener Dolomiten**
Mittwoch, 19. bis Sonntag 23. September 2012 Udo Beyer
Anforderungen: ca. 1.500 Hm pro Tag und gute MTB-Technik.
Inskription nur nach Rücksprache mit Udo Beyer möglich!
Kursbeschreibung siehe unter www.usigraz.at
a) € 26 b) € 39 c) € 52

Zusatzkosten: Quartier, eigene Anreise, Verpflegung

- 672 Mountainbike Fahrtechnik**
Samstag, 28. April 2012; 09.00 – 17.00 Uhr Johannes Holas
Treffpunkt USZ Rosenhain Bernd Tauderer
a) € 13 b) € 20 c) € 26

RADFAHREN mit STRASSENRENNRAD

- 675 Radfahren mit Straßenrennrad** (Ausrüstung, Technik, Training)
Mi 14.30 - 17.30 USZ Michael Becker
Ab 7. März 2012 Walzentraining, danach 8 Einheiten April-Juni
Eigenes Sportrad und eigener Sturzhelm (Helmpflicht) erforderlich.
Sonderpreis
a) € 26 b) € 39 c) € 52

SCHACH

- 679 Schach**
Do 20.00 - 21.30 USZ SEM Gregor Szith
a) € 26 b) € 39 c) € 52

BOGENSCHIESSEN (Outdoor ab 17. April 2012)

- 681 Bogenschießen**
Di 14.00 - 15.30 HILM Gangolf Haydu
8 Einheiten ab 17. April 2012
Die Ausrüstung (Bogen, Armschutz, Pfeile) wird vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 13 b) € 20 c) € 26

- 682 Bogenschießen**
Di 15.30 - 17.00 HILM Gangolf Haydu
8 Einheiten ab 17. April 2012
Die Ausrüstung (Bogen, Armschutz, Pfeile) wird vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 13 b) € 20 c) € 26

- 683 Bogenschießen**
Di 17.00 - 18.30 HILM Gangolf Haydu
8 Einheiten ab 17. April 2012
Die Ausrüstung (Bogen, Armschutz, Pfeile) wird vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 13 b) € 20 c) € 26

- 684 NEU Bogenschießen**
Do 16.00 - 17.30 HILM Gangolf Haydu
8 Einheiten ab 19. April 2012
Die Ausrüstung (Bogen, Armschutz, Pfeile) wird vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 13 b) € 20 c) € 26

- 685 NEU Bogenschießen**
Do 17.30 - 19.00 HILM Gangolf Haydu
8 Einheiten ab 19. April 2012
Die Ausrüstung (Bogen, Armschutz, Pfeile) wird vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 13 b) € 20 c) € 26

SPORTSCHIESSEN

- 686 Sportschießen (Anf. u. Fortg.)** Luftgewehr, Luftpistole, 10 m
Mo 18.30 - 20.00 LHS Erich Jäkel
Die Waffen und Munition werden vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 26 b) € 39 c) € 52

- 687 Sportschießen (Anf. u. Fortg.)** Luftgewehr, Luftpistole, 10 m
Mo 20.00 - 21.30 LHS Erich Jäkel
Die Waffen und Munition werden vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 688 Sportschießen (Anf. u. Fortg.)** Luftgewehr, Luftpistole, Indoor-Biathlon, 10 m
Mi 18.30 - 20.00 LHS Bertrand Strohmayer
Die Waffen und Munition werden vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 26 b) € 39 c) € 52
- 689 Sportschießen (Anf. u. Fortg.)** Luftgewehr, Luftpistole, Indoor-Biathlon, 10 m
Mi 20.00 - 21.30 LHS Bertrand Strohmayer
Die Waffen und Munition werden vom USI zur Verfügung gestellt.
a) € 26 b) € 39 c) € 52

SPORTMASSAGE

- 695 Sportmassage**
Do 17.30 - 19.00 ABZ Thomas Verhounik
Leintuch, Badetuch, Pantoffel, Badehose/Bikini und Sportkleidung sind von den TeilnehmerInnen selbst mitzubringen. Das Massageöl muss von den TeilnehmerInnen in der Einheit gekauft werden (Preis pro Person ca. € 12).
a) € 26 b) € 39 c) € 52



FREIE ÜBUNGS-GRUPPEN (FÜ-Gruppen)

Falls vom USI Übungsstätten für eigene Kurse nicht benötigt werden, können FÜ-GRUPPEN diese Sportstätte anmieten:

Folgende Bedingungen sind dabei zu erfüllen:

- Jede freie Übungsgruppe muss aus Studierenden, Bediensteten oder AbsolventInnen bestehen.
- Alle Mieten sind bei der Anmeldung einzuzahlen, da in keinem Fall Reservierungen vorgenommen werden.
- Eine FÜ-Gruppe kann die gebuchte Sportstätte 1 x pro Woche für 90 Minuten nutzen. Die Einheit entfällt an vorlesungsfreien Tagen und Feiertagen!

FÜ-Gruppen für das Sommersemester 2012

Anmeldung der FREIEN ÜBUNGSGRUPPEN für das SS 2012
ab **Dienstag, 17. Jänner 2012, 9 Uhr** im **USI**.

DIVERSE TURNSÄLE IN SCHULEN	05.03.-30.06.2012	€ 250,--
FIT-CENTER GYMNASTIKSAAL	05.03.-30.06.2012	€ 100,--
USZ ROSENHAIN TURNHALLEN	05.03.-30.06.2012	€ 250,--
BEACH-VB PLATZ-USZ ROSENHAIN	16.04.-30.06.2012	€ 80,--
HILMTEICH (FUSSBALLFELD)	16.04.-30.06.2012	€ 120,--

FÜ-Gruppen für den Sommer 2012

Anmeldung der FREIEN ÜBUNGSGRUPPEN für den Sommer 2012
beginnt ab **Montag, 14. Mai 2012, 9 Uhr** im **USI**.

FIT-CENTER GYMNASTIKSAAL	09.07.-09.09.2012	€ 80,--
USZ ROSENHAIN FREIFELD / HALLEN	09.07.-09.09.2012	€ 150,--
USZ HARTPLATZ	09.07.-09.09.2012	€ 120,--
BEACH-VB PLATZ-USZ ROSENHAIN	09.07.-09.09.2012	€ 80,--

FÜ-Gruppen für das Wintersemester 2012/13

Anmeldung der FREIEN ÜBUNGSGRUPPEN für das Winter-Semester 2012/13
beginnt ab **Montag, 25. Juni 2012, 9 Uhr** im **USI**.

DIVERSE TURNSÄLE IN SCHULEN	01.10.12-26.01.2013	€ 250,--
FIT-CENTER GYMNASTIKSAAL	01.10.12-26.01.2013	€ 100,--
USZ ROSENHAIN TURNHALLEN	01.10.12-26.01.2013	€ 250,--

Alle FÜ-Gruppen haben sich für das jeweils folgende Semester immer wieder neu anzumelden.

FREIE ÜBUNGS-KARTEN (FÜ-Karten)

Falls vom USI eigene Übungsstätten für Kurse nicht benötigt werden, können diese Sportanlagen mit einer Freien Übungskarte zu den Öffnungszeiten benutzt werden.

Inskriptionstermin für die FÜ Karten Tennis, Leichtathletik, und Sportklettern für Studierende, Bedienstete und AbsolventInnen einer UNI, FH oder PH:

Online über MY USI DATA : ab 22. Februar 2012 (nur bei eingetragenen Daten mit Foto)

Im USI Büro: ab 05. März 2012 (digitales Foto erforderlich!)

WICHTIG: Für die Inskription aller freien Übungskarten wird ein aktuelles Foto (DIGITAL) benötigt, dieses ist mind. 2 Werktage vor der Inskription an usigraz@uni-graz.at zu mailen (max. Dateigröße 300 kb, Hochformat, Jpg) oder kann von der UGO Visitenkarte in MY USI DATA direkt übertragen werden (nur für Studierende möglich - Einspielung über Nacht).

BEACH-VOLLEYBALL – FÜ-KARTEN

BENÜTZUNG der Beachvolleyball Plätze am USZ ROSENHAIN

- | | |
|-----|--|
| 731 | FÜ Beach-Vb – SOMMERSEMESTER (16. April bis 30. Juni 2012)
Sonderpreis: € 20 |
| 732 | FÜ Beach-Vb – SOMMERFERIEN (01. Juli bis 30. September 2012)
Inskription ab 28. Juni 2012
Sonderpreis: € 20 |
| 735 | FÜ Beach-Vb – SAISON (16. April bis 30. September 2012)
Sonderpreis: € 35 |

LEICHTATHLETIK – FÜ-KARTEN

BENÜTZUNG der LAUFBAHN im USZ ROSENHAIN

- | | |
|-----|---|
| 742 | FÜ Leichtathletik – SOMMER-SEMESTER
5. März bis 30. Juni 2012
Sonderpreis: € 15 |
| 743 | FÜ Leichtathletik – SOMMERFERIEN
01. Juli - 30. September 2012
Inskription ab 20. Juni 2012
Sonderpreis: € 15 |

Mit der FÜ-KARTE ist allerdings nicht die Berechtigung zu Ball- und Wurfspielen und Diskus- bzw. Speerwerfen auf den Freianlagen verbunden.

SQUASH – FÜ-KARTEN

Benutzung der Squash-Boxen im LSZ (LANDESSPORTZENTRUM)

- 748 FÜ Squash**
1 Semester-Wochenstunde (45 min.) ohne Bereitstellung von Schlägern.
05. März 2012 – 30. Juni 2012 (15 Wochen)
Sonderpreis: € 100,- für 2 Personen (50,- € pro Person)

Montag zw. 16.00 – 22.00 Uhr **LSZ**
Dienstag zw. 15.00 – 18.00 Uhr **LSZ**
INSKRPTION Freitag, 24. Februar 2012 zwischen 8 und 12 Uhr

Am **Fr, 24. Februar 2012** um **07.30 Uhr** werden unmittelbar vor dem Sekretariat des USI gegen Vorlage der Studienausweise die speziellen Squash-Anmeldekarten ausgegeben. Eine Squash-Anmeldekarte gilt für 2 Personen bzw. eine 45 Min. Einheit. Pro Paar kann nur eine 45 Min. Einheit inskribiert werden. Zur Inskription sind alle Daten und ein digitales Passfoto von beiden Personen erforderlich (siehe oben).

SPORTKLETTERN – FÜ-KARTEN

für den BOULDER-KLETTERTUNNEL im USZ ROSENHAIN

- 752 FÜ SPORTKLETTERN – SOMMER-SEMESTER**
05. März - 30. Juni 2012
Sonderpreis: € 20

- 753 FÜ SPORTKLETTERN – SOMMERFERIEN**
01. Juli - 30. September 2012
Inskription ab 28. Juni 2012
Sonderpreis: € 15

Die Benützung der Kletterwand/des Bouldertunnels erfolgt auf eigene Gefahr! Durch die Inskription ist weder eine Unfall- noch eine Haftpflichtversicherung abgeschlossen! Zur Inskription ist ein digitales Passfoto erforderlich (siehe oben).

TENNIS – FÜ-KARTEN

BENÜTZUNG der Tennisplätze im USZ ROSENHAIN

- 761 FÜ Tennis – SOMMER-SEMESTER**
Berechtigt zur Benützung der Tennisplätze im Sommer-Semester von
02. April bis 30. Juni 2012.
a) € 50 b) € 60 c) € 70

762 FÜ Tennis - SOMMERFERIEN

Berechtigt zur Benützung der Tennisplätze vom 01. Juli bis 31. Oktober 2012.
Inskription ab 28. Juni 2012

a) € 60 b) € 70 c) € 80

763 FÜ Tennis - SAISON

Berechtigt zur Benützung der Tennisplätze vom 02. April bis 31. Oktober 2012.

a) € 100 b) € 120 c) € 140

765 FÜ Tennis - MONAT

Berechtigt zur Benützung der Tennisplätze für 30 Tage.

Inskription ab 02. April 2012 möglich. Siehe spezielle Merkblätter!

a) € 20 b) € 25 c) € 30

Organisatorische Hinweise für die Benützung der Tennisanlagen und
Tennisplatzordnung siehe Merkblätter!

Diese liegen am USI auf und finden sie auf www.usigraz.at

ÖFFNUNGSZEITEN USZ ROSENHAIN

In den Vorlesungszeiten

05. März-15. April 2012

Montag bis Freitag von 07.00 bis 21.30 Uhr und

Samstag von 09 bis 19 Uhr

Sonntag, Feiertag geschlossen;

Ab 16. April 2012

Montag bis Freitag von 07.00 bis 21.30 Uhr und

Samstag, Sonntag, Feiertag

von 09.00 bis 19.00 Uhr

LAUFBAHN

05. MÄRZ bis Ende SEPTEMBER 2012

KLETTER-BOULDERWAND

05. MÄRZ bis Ende SEPTEMBER 2012

TENNIS

02. APRIL bis Ende OKTOBER 2012

BEACH-VOLLEYBALL

16. APRIL bis Ende SEPTEMBER 2012

AKTUELLE ÄNDERUNGEN (zB Ferienzeiten) siehe www.usigraz.at

UNIVERSITÄTS-SPORTHEIM PLANNERALM SOMMERPROGRAMM 2012

Das Universitäts-Sportheim Planneralm hat von Mitte Juni bis Ende September 2012 geöffnet. Familien, Einzelpersonen und auch Gruppen können in diesem Zeitraum einen Aufenthalt buchen und unser vielfältiges Sportprogramm in Anspruch nehmen. Das Haus bietet Platz für 70 Gäste, die in Ein- bis Vierbettzimmern untergebracht werden. Für die Kurs- und Seminargestaltung stehen ein Lehrsaal und verschiedene Arbeitsräume zur Verfügung. Durch die großzügig gestalteten Aufenthaltsbereiche und die vorhandenen Sportanlagen (Tennisplatz, Paddle-Tennisanlage, Swimmingpool, Kleinfeldsportplätze, Turnhalle, Anlage für Luftgewehrschießen, Bogenschießanlage, Fitnessparcours, Sauna), sowie unsere umfangreiche Geräteausstattung kann jederzeit und wetterunabhängig ein vielfältiges und abwechslungsreiches Programm durchgeführt werden.

Es werden Wochenkurse mit verschiedenen Sportarten angeboten. Sie können aber auch einen Erholungsurlaub bzw. Sport- und Wanderferien ganz nach Ihren individuellen Vorstellungen gestalten.

Die Teilnahme am Sportprogramm erfolgt kostenlos und freiwillig.

Preisgestaltung:

6 Tage Vollpension einschließlich Sportprogramm und Gerätebeitrag

Erwachsene:	€ 270,-
Jugendliche und Studierende (1.1.1984 und jünger):	€ 216,-
Kinder 6 - 14 Jahre (1.1.1998 und jünger):	€ 192,-
Kinder unter 6 Jahren (1.1.2006 und jünger):	€ 174,-
Kinder unter 3 Jahren (1.1.2009 und jünger) im eigenen Bett:	frei

Inskription für alle Kurse: ab 13. März 2012

**Anmeldung für Gruppen, die das Haus geschlossen
anmieten möchten: ab 17. Jänner 2012**

Infoblätter liegen im USI auf und sind unter www.usigraz.at zu finden.



Planneralm



UNI Sportheim Planneralm

• **ABENTEUERWOCHEN FÜR JUGENDLICHE**

19. August bis 25. August 2012

Für 12- bis 16-jährige Jugendliche wird ein interessantes und „aufregendes“ Programm gestaltet, welches neben den vorhandenen Sportanlagen vor allem die vielfältige Naturlandschaft des Plannergebietes als Spiel- und Erlebnisraum nützen wird (Abenteurerwanderung, Geländespiele, Rätselrallye Trekkingtour, Geschicklichkeitsmehrkampf, Lagerfeuer, Klettern und Abseilen).

• **BERGWANDERN**

30. Juni bis 07. Juli 2012

26. August bis 01. September 2012

Der hohe Erlebnis- und Erholungswert des Wanderns hat viele Menschen diese Freizeitbeschäftigung entdecken und schätzen gelehrt. Die erschreckend hohe Zahl von Unfällen zeigt jedoch, dass gerade für das Bergwandern eine fundierte Ausbildung unerlässlich ist. Das Programm umfasst u.a. Tourenplanung, Gehen im weglosen Gelände, Begehen von Schneefeldern, Ausrüstungskunde, Orientierung und Kartenkunde, richtige Ernährung u.a.m.

• **FAMILIENSSPORTWOCHEN - Sportferien für die aktive Familie**

08. Juli bis 14. Juli 2012

22. Juli bis 28. Juli 2012

19. August bis 25. August 2012

26. August bis 01. September 2012

In diesen Wochen können Eltern (Erwachsene) Sport, Spiel und Spaß gemeinsam mit ihren Kindern erleben. Unsere flexible Programmgestaltung erlaubt es jedoch jederzeit, dass die Kinder auch einmal „Urlaub von den Eltern“ machen können. Für Erwachsene gibt es ein breitgefächertes Sportangebot, wie verschiedene Gymnastikformen, diverse Sportspiele und selbstverständlich auch Wandern. Für die Kinder planen wir u.a. eine Bergolympiade, eine Rätselrallye, einen Kinderkletterkurs, verschiedene Geschicklichkeitsspiele u.v.a.m.

• **SHIATSU - INTENSIVKURS FÜR ANFÄNGERINNEN**

22. Juli bis 28. Juli 2012

Kursleitung: Jörg BAHR-VOLLRATH

SHIATSU hat eine über 5000 Jahre alte Tradition: zuerst als Familienmassage im alten China und in Japan bekannt, seit nunmehr 70 Jahren auch bei uns im Westen als „professionelle Heilkunst“ etabliert.

Im Gegensatz zu klassischen Techniken wird SHIATSU (=Daumen- oder Fingerdruck) meist als „medizinische Massage“ bezeichnet, bzw. die stimulierende Richtung hervorgehoben. Es werden neben definierten Energiepunkten eine Vielzahl von Klopf-, Dehn-, Roll- und Knettechniken verwendet, die in Summe die Vitalität erhalten sollen und das

Gefühl der tiefen Entspannung, Schmerzfreiheit und des Energiegeladenseins geben möchten.

Dieser Intensivkurs ist so konzipiert, dass wir uns in kleinen und aufmerksamen Schritten eine einfache + effektive Ganzkörperbehandlung erarbeiten; einen Einblick in die Philosophie und Medizin der chinesischen/ japanischen Kultur bekommen und anhand von Beispielen einfache Diagnosemöglichkeiten kennenlernen werden. Meditationen, Übungen für das persönliche Wohlbefinden und viel Spaß werden das Programm abrunden.

- **BEST OF SHIATSU – Shiatsuwoche für Fortgeschrittene**

19. August bis 25. August 2012 Kursleitung: Jörg BAHR-VOLLRATH

Wie schon der Titel dieser Woche verraten soll, werden wir uns hier den Schmankerln und Feinheiten des Shiatsu - Gedankens annehmen und diese zur „Explosion“ bringen: fortgeschrittene Techniken zur Vertiefung eines effektiven Behandelns, Diagnoseverfahren zum besseren Verständnis von Mensch und Umwelt, geführte Meditationen und energetische Übungen zum persönlichen Wachstum, viel Raum und Zeit für Gesundheit und „Langlebigkeit“ – um nur einige Punkte zu nennen. Darüber hinaus wird diese Woche letztendlich von den Erfahrungen, dem Engagement und der Teilnahme der Interessent/Innen getragen werden.

Für diesen Kurs müssen zumindest ein Anfänger- oder Basiskurs im Shiatsu vorausgesetzt werden, aber auch ein wahres Interesse (mit viel Neugier!) an dieser Körpermethode.

- **SPORT – Aktivwoche für StudentInnen**

30. Juni bis 07. Juli 2012

Das Universitäts-Sportheim bietet nun auch im Sommer speziell für sport- und naturbegeisterte StudentInnen eine abwechslungsreiche und von höchstqualifizierten BetreuerInnen gestaltete Ferienwoche an. Der Abenteuerspielplatz Natur einerseits und die Sportanlagen und die Geräteausstattung des Heimes andererseits (für über 20 verschiedene Sportarten!) gewährleisten eine erlebnisreiche Zeit mit jeder Menge Sport, Spiel, Spaß und Erholung gemeinsam mit Gleichgesinnten.

- **WELLNESS - AKTIV**

12. August bis 18. August 2012

Nicht der sportliche Leistungsgedanke, sondern persönliches Wohlbefinden durch eine ausgewogene Mischung aus Bewegung und regenerativen Maßnahmen steht im Vordergrund der Wellness-Aktiv Woche. Das alpine und naturbelassene Umfeld der Planeralm ermöglicht die Gestaltung eines Programmes, das sich am ursprünglichen Wellnessgedanken orientiert. Die gezielte Nutzung der in der Natur vorhandenen Ressourcen zur sportlichen Betätigung, ebenso wie zur Entspannung und Erholung stehen im Mittelpunkt.

Schwerpunkte: verschiedene Formen des Ausdauertrainings, spezielle Wirbelsäulengymnastik und Haltungsschulung, regenerative Sauna und persönliche Sport- und Trainingsberatung.

• YOGA UND WANDERN

26. August bis 01. September 2012 Kursleitung: Hinteregger / Fuchs

Diese Woche soll dazu dienen, einmal – mitten im Sommer – ganz für sich SELBST da zu sein, vom Alltag Abstand nehmen, nach innen zu gehen, still zu werden, zu lauschen. Das was in den YOGA-Kurseinheiten während des Studienjahres begonnen wurde, wollen wir in diesem Intensivkurs ausbauen und vertiefen. Je nach Wetter üben wir entweder in den Räumlichkeiten des UNI-Heimes oder auf unseren Wanderungen an schönen ebenen Rastplätzen wie z.B. Planersee oder Goldbachscharte.

Das YOGA-Übungsprogramm wird so gestaltet sein, dass einerseits auf „AnfängerInnen“ Rücksicht genommen wird, andererseits „Fortgeschrittene“ anspruchsvolle Übungen vorfinden.



Ihr kompetenter Partner wenn es um Druck geht!

prospekte
bücher
kataloge
folder
flugblätter
briefpapier
visitenkarten
homepage
magazine
mappen
fahrzeugbeschriftungen
klebeschriften
plakate
mailings
verpackungen
kuverts
kalender
imagebroschüren
zeitschriften
blöcke
flyers
postkarten



klampferdruck
universitätsdruckerei



Universitätsdruckerei Klampfer GmbH
A-8181 St. Ruprecht/Raab, Barbara-Klampfer-Straße 347
Tel. +43 (0) 31 78 - 28 555 - 0, Fax +43 (0) 31 78 - 28 555 - 8
office@klampfer-druck.at, www.klampfer-druck.at

HOCHALPINKURSE

Ziele wählen, Berge besteigen, eintauchen in eine neue Dimension,
selbstbestimmte Freiheit, intensiv leben, oben sein:
„FASZINATION BERGSTEIGEN!“

- **706 HOCHALPINE SCHITOUREN**

Stubai Alpen – Franz Senn-Hütte, So, 25. März – Sa, 31. März 2012

SCHIBERGSTEIGEN „IM ZAUBERREICH DER EISRIESEN“

Dieser Kurs vermittelt die Ausbildung zum selbständigen Durchführen von Schitouren im vergletscherten Hochgebirge.

Mit modernsten Methoden wird das notwendige praktische Können und theoretische Wissen lustvoll und individuell erworben.

Sie erlernen die Grundlagen des Schibergsteigens in Schnee, Eis und Fels, das sichere Bewegen in jedem Gelände, das Einschätzen von alpinen Gefahren, situationsangepasstes Handeln und wie man mit Schiern lustvoll auf den Gipfel und ebenso wieder herunter kommt.

Sicherheit und Selbständigkeit bestimmen unser Handeln.

Programm: Tourenführung mit detaillierten Führungsaufgaben, Spuranlage und Geländebeurteilung, Spaltenbergung, Bergrettung und Abseilmethoden, Analyse und Beurteilung des Schneedeckenaufbaues, Seiltechnik in Fels, Eis und Schnee, Biwakbau im Gelände, wirklichkeitsnahe Lawinenübung und realistische Transport- und Bergemethoden, Orientierung im Gebirge (Karte, Bussole und Höhenmesser), ganzheitliche Tourenplanung, traumhafte Gipfeltouren!

Jedem 8er-Team steht ein/e staatl. geprüfte/r Berg- und SchiführerIn zur Verfügung.

Voraussetzung für die Kursteilnahme ist die erfolgreiche Absolvierung eines Ausbildungskurses für Tourenschilaufer auf der Planneralp oder der Nachweis einer gleichwertigen Ausbildung.

Ausbildungskosten:

a) € 180 b) € 260 c) € 310

Zusatzkosten: eigene Anreise, Quartier, Verpflegung

Vorbesprechung: Mo, 27. Februar 2012, 17.00 Uhr Seminarraum USZ

Inskription ab Freitag, 13.01.2012 im USI Büro

Für Bedienstete, Studierende und AbsolventInnen aller Universitäten, Fachhochschulen und Pädagogischen Hochschulen. Bei der Inskription ist eine entsprechende Bestätigung vorzuweisen.

• **711 DAS KLETTER 1 x 1 (ALPIN- und SPORTKLETTERN)**

GRAZER BERGLAND / HOCHSCHWAB, So, 06. Mai – Sa, 12. Mai 2012

PROBLEMLOS UND STRESSFREI ZUR SPITZE

Schritt für Schritt die Faszination Klettern erleben! Durch modernste Ausbildungsmethoden erlernen Sie die notwendigen technischen Kenntnisse und Fertigkeiten individuell und sicher.

Programm: Individuelles Klettertraining, Seiltechnik, Standplatzbau, Klemmkeile und Friends legen, Toprope, Vorstiegstraining, Gipfeltouren, Taktik und Psyche. Jedem 6er-Team steht ein/e staatl. geprüfte/r BergführerIn zur Verfügung.

Ausbildungskosten:

a) € 180 b) € 260 c) € 310

Zusatzkosten: eigene Anreise, Quartier, Verpflegung

Vorbesprechung: Termin folgt

Inskription ab Montag, 12.03.2012 im USI Büro

Für Bedienstete, Studierende und AbsolventInnen aller Universitäten, Fachhochschulen und Pädagogischen Hochschulen. Bei der Inskription ist eine entsprechende Bestätigung vorzuweisen.

• **712 KLETTERSTEIG-KURS**

KARNISCHE ALPEN/DOLOMITEN, Fr, 15. Juni – So, 17. Juni 2012

Ein Hauch von Abenteuer am sicheren Drahtseil

Die Faszination Klettersteig ist vielschichtig und das Gesamterlebnis durchaus mit dem des Freikletterns vergleichbar. Die Vorteile des Kletterns an versicherten Steigen liegen darin, dass es relativ leicht zu erlernen, der Ausrüstungsaufwand vergleichsweise gering und das Risiko deutlich kleiner als beim alpinen Felsklettern ist. Der Abenteuerfaktor am Klettersteig ist trotzdem enorm und auch für gestandene Alpinisten eine spannende Sache!

Programm:

- Erlernen der Grundtechnik
- Begehung eines leichteren Klettersteiges
- Begehung eines mittelschweren Klettersteiges

Ausbildungskosten:

a) € 70 b) € 100 c) € 120

Zusatzkosten: eigene Anreise, Quartier, Verpflegung, Leihmaterial

Vorbesprechung: Termin folgt!

Inskription ab Montag, 12.03.2012 im USI Büro

Für Bedienstete, Studierende und AbsolventInnen aller Universitäten, Fachhochschulen und Pädagogischen Hochschulen. Bei der Inskription ist eine entsprechende Bestätigung vorzuweisen.

• 701 CANYONING

KÖTSCHACH-MAUTERN / KÄRNTEN, Fr, 15. Juni – So, 17. Juni 2012

Begehung zweier Canyons im mittelschweren Bereich. Erlernen des Abseilens, einfache Seiltechniken und das richtige Verhalten in der Schlucht.

Programm:

- Seiltechnik
- Zeichensprache
- Wasserströmungen
- Canyoning-Ausrüstung wird vom Veranstalter zur Verfügung gestellt.

Ausbildungskosten:

a) € 70 b) € 100 c) € 120

Zusatzkosten: eigene Anreise, Quartier, Verpflegung, Leihmaterial

Inskription ab Montag, 12.03.2012 im USI Büro

Für Bediensteten, Studierende und AbsolventInnen aller Universitäten, Fachhochschulen und Pädagogischen Hochschulen. Bei der Inskription ist eine entsprechende Bestätigung vorzuweisen.

• 705 HOCHALPINES BERGSTEIGEN in Fels und Eis

DACHSTEIN, ADAMEKHÜTTE, So, 16. September – Sa, 22. September 2012

DIE FASZINIERENDE WELT DES HOCHGEBIRGES

Vermittelt werden die Grundlagen des Bergsteigens in Fels und Eis, das sichere Bewegen in jedem Gelände und die selbständige Durchführung von Hochalpinetouren. Sicherheit und individuelle Betreuung sind das Maß der Dinge!

Programm: Felsklettern und Eisgehen, Klettersteige, Spaltenbergung und Bergrettung, Seiltechnik in Fels, Eis und Schnee, Gipfeltouren!

Jedem 6er-Team steht ein/e staatl. geprüfte/r BergführerIn zur Verfügung.

Ausbildungskosten:

a) € 180 b) € 260 c) € 310

Zusatzkosten: eigene Anreise, Quartier, Verpflegung

Vorbesprechung: Mi 27. Juni 2012, 17.00 Uhr Seminarraum USZ

Inskription ab Montag, 12.03.2012 im USI Büro

Für Bediensteten, Studierende und AbsolventInnen aller Universitäten, Fachhochschulen und Pädagogischen Hochschulen. Bei der Inskription ist eine entsprechende Bestätigung vorzuweisen.

Beachten sie unsere aktuellen AGB und STORNOBEDINGUNGEN für Alpinkurse

NORTHLAND

PROFESSIONAL

Expedition Climbing Outdoor

Elisabethnergasse 22
A-8020 Graz
Tel.: 0316-714177
Fax: 0316-719010

www.northland-pro.com

Auerspergstraße 3
A-1080 Wien
Tel.: 01-4027710
Fax: 01-4027710-9



Universitätsmeisterschaften 2012

SOMMER-SEMESTER 2012

Die akademischen Meisterschaften 2011/12 stehen unter dem Ehrenschutz

des Herrn Landeshauptmann Mag. Franz VOVES;
des Herrn Bürgermeisters Mag. Siegfried NAGL;
des Herrn Stadtrates für Sport Detlev EISEL-EISELSBERG;
der Frau Univ.-Prof. Dr. Christa NEUPER,
Rektorin der Karl-Franzens-Universität Graz;
des Herrn Univ.-Prof. Dipl.-Ing. Dr.techn., Dr. h.c. Harald KAINZ,
Rektor der Technischen Universität Graz;
des Herrn O. Univ. Prof. Dr. Med. Josef SMOLLE,
Rektor der Medizinischen Universität Graz;
des Herrn O. Univ.-Prof. Mag.art. DI Dr. techn. Robert HÖLDRICH und
des Herrn Univ.-Prof. Mag.art. Eike STRAUB,
Vizerektoren der Universität für Musik und darstellende Kunst in Graz sowie
des Herrn Univ.-Prof. Dipl.-Ing. Dr.techn. Wilfried EICHLSEDER,
Rektor der Montanuniversität Leoben.

Grazer Siegerehrung für das Studienjahr 2011/12

Die Verleihung der Medaillen an die Grazer Erstplatzierten erfolgt durch die Rektorin, anlässlich der offiziellen Siegerehrung.

Für das Studienjahr 2011/12 findet diese Siegerehrung am **Mi, 20. Juni 2012 um 19 Uhr** statt. Zur Teilnahme an der Siegerehrung ergeht eine persönliche Einladung. Die Siegerehrung findet **in der AULA der Karl-Franzens-Universität, Universitätsplatz 3, 8010 Graz** statt.

Haftung bei Unfällen

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Unfällen oder Verletzungen jeglicher Art. Es muss auf die im Rahmen des ÖH-Beitrages abgeschlossene Unfallversicherung bzw. die private Krankenversicherung verwiesen werden.

Wettkämpfe im Sommer-Semester 2012

EINZELMEISTERSCHAFTEN:

Badminton, Berglauf, Gerätturnen, Kendo, Leichtathletik (USI-5-Kampf), Marathon, 5000 m Lauf, MTB Cross-Country, MTB Bergrennen, Rennrad-Fahren, Schwimmen, Segeln, Sportschießen, Tischtennis, Trampolin

MANNSCHAFTSMEISTERSCHAFTEN:

Basketball, Fußball-Kleinfeld, Volleyball, Volleyball-Beach

TEILNAHME AN STEIRISCHEN AKADEMISCHEN MEISTERSCHAFTEN:

Für Studierende, Bedienstete und AbsolventInnen der Steirischen Universitäten, Fachhochschulen und Pädagogischen Hochschulen.

WERTUNG UND DURCHFÜHRUNG:

Die Wertung erfolgt nach den ausgeschriebenen Bewerbungen und Altersklassen. Die Durchführung der Wettkämpfe richtet sich nach der Wettkampfordnung der jeweiligen Fachverbände, soweit die Universitäten nicht begründete notwendige Änderungen vorsehen.

Allgemeine Klasse

Altersklassenwertung (je nach Spartenausschreibung): Jahrg. 1982 und älter.

NENNUNGEN:

Nennungen für Einzel- und Mannschaftsmeisterschaften sind bis zum **ausgeschriebenen Nennungsschluss im USI Büro (Parterre), Online über MY USI DATA** oder per **E-Mail** (usigraz@uni-graz.at) möglich.

Falls bis zum offiziellen Nennungsschluss nicht die für die jeweilige Meisterschaft vom USI festgesetzten Mindestnennungen vorliegen, wird dieser Bewerb abgesagt.

Das **Nenngeld** für die **Einzelmeisterschaften** per E-Mail muss mindestens **30 Minuten** vor dem **jeweiligen Bewerb** vor Ort bzw. für **Mannschaftsmeisterschaften** bis **spätestens** vor der **jeweiligen Vorbereitungsbesprechung** (siehe spezielle Spartenausschreibungen) entrichtet werden.

Nennungen erfolgen **ausschließlich** unter Angabe der Bewerbe; Matrikel- bzw. Sozialversicherungsnummer; des Vor- und Zunamens; des Geburtsdatums; der Wohnadresse; der Telefonnummer und der E-Mail-Adresse.

NENNGELD:

Einzelbewerbe:

Anmeldung am USI: € 6 per E-Mail: € 8 Nachnennung: € 10

Mannschaftsbewerbe:

Basketball (He / Da / Mixed); Fußball (Halle/Kleinfeld)	€ 50
Floorball; Volleyball (He / Da / Mixed)	€ 30
Segeln	€ 20
Beach-Volleyball	€ 15

Wettkampfkalender für das SS 2012

Steirische akademische Meisterschaften				
SPARTE	WETTKAMPF-LEITER	NENN-SCHLUSS	WETTKAMPF-TERMIN	WETTKAMPF-ORT
Marathon Halbmarathon	Beyer	Sa 17.03.12	So 15.04.12	WIEN
Tischtennis	Balaz	Mo 23.04.12	Mi 25.04.12	USZ
MTB Cross-Country	Pail	Mo 30.04.12	Sa 05.05.12	Stattegg / Graz
Badminton	Marek / Almer	Mi 02.05.12	Sa 05.05.12	USZ
5000 m Lauf	Beyer	Mo 07.05.12	Mi 09.05.12	USZ
Volleyball	Hölzl	Fr 11.05.12	Mi 16.05.12 Mi 23.05.12	USZ
Schwimmen	Linzatti	Mo 21.05.12	Mi 23.05.12	UNION-BAD
Fußball-Kleinfeld	Beyer	Mi 23.05.12	Mi 30.05.12	USZ
Basketball	Loibner	Fr 25.05.12	Mi 30.05.12	USZ
Leichtathletik	Grasser	Fr 25.05.12	Mi 30.05.12	USZ
Segeln	Mongold / Meusburger	Mi 30.05.12	Sa 02.06.12 So 03.06.12	Waldschacher See
Beach-Volleyball	Dichtl	Mi 30.05.12	Sa 02.06.12 So 03.06.12	USZ
Sportschießen	Strohmayr	Fr 01.06.12	Mo 04.06.12	LHS
Kendo	Fresl	Mo 04.06.12	Di 05.06.12	KLU
Trampolin	Hayn	Mo 04.06.12	Di 05.06.12	USZ
MTB Bergrennen	Kure	lt. Ausschrei- bung	Do 07.06.12	Niklasdorf / Mugel
Berglauf	Kure	lt. Ausschrei- bung	Do 07.06.12	Niklasdorf / Mugel
Gerätturnen Turn10	Hayn	Fr 08.06.12	Di 12.06.12	LSZ
Rennrad-Fahren	Strauß	lt. Ausschrei- bung	So 17.06.12	Hilmteich/ St. Radegund

Aktuelle Infos finden sie unter: www.usigraz.at

Österreichische akademische Meisterschaften				
SPARTE	TEAMLEITER	NENN- SCHLUSS	WETTKAMPF- TERMIN	WETTKAMPF- ORT
Marathon	Beyer	Sa 17.03.12	So 15.04.12	WIEN
Marathon (Halb)	Beyer	Sa 17.03.12	So 15.04.12	WIEN
Marathon (Staffel)	Beyer	Sa 17.03.12	So 15.04.12	WIEN
Segeln	Beyer	lt. Ausschreibung	04.-06.05.12	Mattsee/Sbg.
Orientierungslauf	Pacher	lt. Ausschreibung	Sa 02.06.12 So 03.06.12	GRAZ
Beach-Volleyball	Dichtl	lt. Ausschreibung	Mi 06.06.12 Do 07.06.12	KLAGENFURT
Triathlon	Beyer	lt. Ausschreibung	So 17.06.12	INNSBRUCK

Aktuelle Infos finden sie unter: www.usigraz.at





alumni UNI graz. Das Netzwerk mit Mehrwert

1 Jahr Gratis-Mitgliedschaft für JungabsolventInnen

Karriereveranstaltungen und -angebote für den Berufseinstieg

Leonardo-da-Vinci Auslandsstipendium

Lebenslange Uni-E-Mail-Adresse

Fachspezifische Veranstaltungen

Kultur- und Sportangebote

Ermäßigungen bei Weiterbildung, Kultur und Sport

UNIZEIT-Abo

u.v.m.



KLEEBLATTLAUF 2012

Staffel-Lauf für ALLE

Studierenden, UniversitätslehrerInnen, Bediensteten und AbsolventInnen einer UNI, FH oder PH sowie deren Freunde u. Freundinnen. Bei Erreichen des Limits erhalten alle Staffelmmitglieder das KLEEBLATTLEIBCHEN 2012!

Freitag, 22. Juni 2012, 17.00 Uhr - bei jedem Wetter.

Kleeblattlauf-Strecke am Rosenhain

Streckenlängen:

- 2.600 m** für männliche Teilnehmer (Jahrgang 1977 -1995),
 - 2.200 m** für männliche Teilnehmer (Jahrgang 1976 und älter) und für weibliche Teilnehmerinnen (Jahrgang 1977 -1995),
 - 1.800 m** für weibliche Teilnehmerinnen (Jahrgang 1976 und älter).
- Jede/r TeilnehmerIn ist berechtigt, eine längere Distanz zu wählen.

Zeitlimit: Die Gesamtzeit von **60 Minuten** sollte von der Staffel (4 LäuferInnen) nicht überschritten werden.

NEU: Jede Staffel erhält ein Staffelholz mit Chip, welches die Gesamtzeit und die Zwischenzeiten jeder Staffel / LäuferInnen stoppt. Sofort nach dem Lauf im Internet unter www.zeitnehmung.at abrufbar.

Training: Di, 19. Juni und Mi, 20. Juni 2012, jeweils 17.00 - 18.30 Uhr, Treffpunkt im USZ Rosenhain.

Teilnehmerzahl: Die Zahl der TeilnehmerInnen ist mit 3.200 (800 Staffeln) limitiert! Bitte rechtzeitig anmelden!

Anmeldung: **ab Mi, 02. Mai 2012** im USI Büro, Universitätsplatz 3 oder Online unter www.sportpayment.com
Anmeldeschluss: Mi, 20. Juni 2012, 12 Uhr

Kleeblatt-Staffel: 1 Staffel besteht aus 4 Personen. Der „Running Captain“, der die Staffel anmeldet, muss StudentIn, Bedienstete/r oder AbsolventIn sein und kann bis zu 3 Gäste (ab 17 Jahre) in seiner/ihrer Staffel melden.

EinzelläuferIn: Die **Anmeldung** dazu erfolgt am **Fr, 22. Juni 2012** von 14 – 15 Uhr am USZ im Rahmen der Staffelförse. EinzelläuferInnen werden einer Staffel „zugeteilt“.

Nenngeld: Je TeilnehmerIn **€ 12,50** (€ 50 pro Staffel). Alle TeilnehmerInnen dürfen die Startnummern als Andenken behalten! Die Teilnehmerkarte bzw. Onlineanmeldung ist der „Gutschein“ für die Leibchenausgabe nach dem Kleeblattlauf am Fr, 22. Juni 2012 (18.30 - 19.30 Uhr im USZ bei den Tennisplätzen).

In der Teilnehmergebühr ist auch eine **Eintrittskarte für das anschließende Fest** (organisiert von der UNI-EVENTS GmbH) enthalten. Diese Eintrittskarte wird bei der Startnummernabholung ausgegeben.

VERLOSUNG von SACHPREISEN unter allen TeilnehmerInnen



Neue Kurse im Programm:

BALLETT Fortg.	(siehe Seite 50)
BEACH VOLLEYBALL	(siehe Seite 39)
BOGENSCHIESSEN	(siehe Seite 61)
FOOTVOLLEY	(siehe Seite 36)
LACROSSE Fortg.	(siehe Seite 33)
MTB Fahrtechnik	(siehe Seite 60)
RUGBY	(siehe Seite 34)
SWING / BOOGIE	(siehe Seite 51)
TANGO ARGENTINO	(siehe Seite 51)
TENNIS-UNTERRICHT in der ALLROUND Halle.....	(siehe Seite 45)
PILATES & BodyART	(siehe Seite 26)
ZUMBA.....	(siehe Seite 21)