

**Bediensteten-Sportprogramm: Wintersemester 2014/2015**  
**Mo 20. Oktober 2014 – So 2. Februar 2015**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
11 – 12 h <b>Jobgymnastik</b> Studio 21, Gym 2				8.15 – 9.15 h <b>Rückenfitness</b> Studio 21, Gym 1
	12 – 13 h <b>Indoor Cycling</b> Studio 21, Gym 1	12 – 13 h <b>Pilates</b> Studio 21, Gym 2		12.15 – 13.15 h <b>Fitness für Kopf&amp;Füße</b> Gymraum Rotes Feld
17 – 18.15 h <b>Hatha Yoga Level 1</b> Gymraum Rotes Feld		12.15 – 13.45 h <b>Nordic Walking</b> Treffpkt.: Studio 21	12.15 – 13.45 h <b>danzaMANIA</b> Studio 21, Gym 1	12.45 – 13.45 h <b>Entspannungstraining</b> Studio 21, Gym 2

18.30 – 20 h  
**Hatha Yoga Level 2**  
Gymraum Rotes Feld

15.30 – 17.15 h  
**Badminton**  
Campushalle

16.30 – 17.30 h  
**Tai Chi – Yang Stil**  
Studio 21, Gym 2

**Bewegungspause**

Ca. 20 Min. am Arbeitsplatz, bitte auf der Website nach den Zeiten schauen.

**Buchung**

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

6 – 8 Teilnehmer\_innen  
Laufzeit: 5 Wochen

Raumangabe bitte nicht vergessen!

21 – 23 h  
**Fußball**  
Campushalle

**Öffnungszeiten Geschäftsstelle**

Mo – Mi	8 – 22 Uhr
Do	12 – 22 Uhr
Fr	8 – 22 Uhr
Sa u. So	10 – 20 Uhr

**Kontakt**

Allgemeiner Hochschulsport der  
Leuphana Universität Lüneburg

Geschäftsstelle in Studio 21:  
04131.677-1106

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

Anmeldung ONLINE auf unserer Website  
oder direkt in Studio 21.  
Alle Angebote sind anmeldepflichtig.

