



Hochschulsport

Der Hochschulsport ist ein Angebot an alle Studierenden und Beschäftigten, gemeinsam Sport zu treiben, sich fit zu halten und Alltagsstress abzubauen. Organisiert wird der Hochschulsport vom [Zentrum für Hochschulsport](#)(ZfH), das auf dem SportCampus, Am Moritzwinkel 6, seinen Sitz hat.

Der Hochschulsport ist vorrangig Breitensportlich orientiert. Das bedeutet, dass alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer - egal, ob sie schon einmal Sport getrieben haben oder nicht - etwas Interessantes finden können. Eine regelmäßige Teilnahme an den Angeboten ist dabei sinnvoll.

Fitness Basic Kurs

Ab Dienstag, 17. April 2018, findet in der Zeit von 18 bis 19 Uhr wieder ein [Fitness Basic Kurs](#) in der RSV Halle, Am Südbahnhof 7, 30171 Hannover, in der Nähe des Bischofsholer Damms statt (Leitung: Kristin Elfers). Dabei erwartet Sie und euch ein vielseitiges Fitnessprogramm mit einem Konditionsteil, Punch- und Kickelementen, Kräftigungsübungen und anschließendem Dehnprogramm, alles unterstützt von motivierender Musik. Der Kurs ist für Anfänger wie Fortgeschrittene geeignet.

Für die Teilnahme sind das Buchen der FitCard BRONZE (siehe unten) erforderlich. Wer hat, kann gern eine eigene Fitnessmatte mitbringen!

Anmeldung zum Hochschulsport Hannover auf www.hochschulsport-hannover.de

Online in zwei Schritten:

1. **Digitale Semesterkarte** buchen: Die digitale Semesterkarte ist der Zugang zum Hochschulsport. Sie ist grundsätzlich die Voraussetzung, um sich für Kurse des Hochschulsports Hannover anzumelden.

[Hier](#) geht's zur Semesterkarte

2. **FitCard BRONZE** buchen

[Hier](#) geht's zu den FitCards.



Sie sind hier: [Studium & Lehre](#) > [Informationen und Angebote für...](#) > [Hochschulsport](#)

Dieses PDF-Dokument wurde dynamisch auf www.tiho-hannover.de erstellt.

Letzte Aktualisierung dieses Dokumentes: 17. April 2018

© Stiftung Tierärztliche Hochschule Hannover, Bünteweg 2, 30559 Hannover, Tel.: +49 511 953-60