

UNIVERSITÄT MANNHEIM



INSTITUT FÜR SPORT

partnerhochschule
des spitzensports



allgemeiner deutscher
hochschulsportverband



Sportprogramm

Herbstsemester 2011

05.09.2011 - 21.12.2011

Vorlesungsfreie Zeit

09.01.2012 - 11.02.2012

Inhaltsverzeichnis

1. Anmeldung & Öffnungszeiten	3
2. Sauna im Gesundheitszentrum E7	3
3. Institut für Sport	4
4. Informationen	5
5. Sportprogramm	
Herbstsemester 2011	6
Body-Fitness	6
Brettspiele - Kartenspiele	8
Mediation & Körpererfahrung	8
Tao-Zentrum	8
Radsport	9
Selbstverteidigung & Budo-sport	9
Spiele	10
Tanz	12
Wassersport	12
Wintersport	13
Einzelsportarten A-Z	14
Verwaltungssport	14
Wohnheimsport	15
Vorlesungsfreie Zeit nach HS 2011	16
Body-Fitness	16
Tao-Zentrum	17
Mediation & Körpererfahrung	18
Radsport	18
Selbstverteidigung & Budo-sport	18
Spiele	19
Tanz	20
Wassersport	20
Wintersport	20
Einzelsportarten A-Z	21
Verwaltungssport	21
6. Wettkampfsport	21
7. Sportstipendium	22
8. Sportstätten	23

Anmeldung & Öffnungszeiten

TREFFPUNKT HOCHSCHULSPORT

Universität Mannheim

L 13, 15

Für evtl. Änderungen nach Druck & sonst. Informationen:
<http://www.uni-mannheim.de/sport>

Anmeldung: nur bei kostenpflichtigen Kursen (mit Ausweis)
Am ersten Anmeldetag eines Kurses nur eine Anmeldung pro Person!

Die Bezahlung erfolgt durch elektronischen Zahlungsverkehr (Bankkarte - EC) im Institut für Sport.

Bei den restlichen Angeboten ist keine Anmeldung notwendig, es genügt der Studentenausweis in den Sportstätten.

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 09.00 – 12.30 Uhr

Montag 16.00 – 18.00 Uhr

Vorlesungsfreie Zeit:

Montag – Freitag 09.00 – 12.30 Uhr

Liebe Sportteilnehmerinnen, liebe Sportteilnehmer,

wir möchten sie darauf hinweisen, dass die Anfangszeiten der Sportstunden beachtet werden. Die Übungsleiterinnen und Übungsleiter sind berechtigt, aus fachlichen und gesundheitlichen Gründen, bei größeren Verspätungen die Teilnahme an diesem Tag zu verweigern. Saubere Sportschuhe (keine Straßenschuhe!) und Ausweise sind obligatorisch.

Sauna im Gesundheitsportzentrum E7

Öffnungszeiten:

Mo	18.00 – 21.30 Uhr	Damen
Di-Do	18.00 – 21.30 Uhr	gemischt

Preise:

Einzelbesuch	€ 2,50
10er-Karte	€ 20,-

Institut für Sport

Postanschrift:	Institut für Sport L 13, 15 - 17 68131 Mannheim
Telefon:	0621 / 181 - 34 19
Telefax:	0621 / 181 - 34 15
E-Mail:	ifsport@uni-mannheim.de
WWW:	http://www.uni-mannheim.de/sport
Institutsleiter:	Friedrich Henninger, StD
E-Mail:	friedrich.henninger@sport.uni-mannheim.de
Sprechzeiten:	Di, Mi und Do: nach Vereinbarung
Sekretariat:	Elvira Hanusch
E-Mail:	elvira.hanusch@sport.uni-mannheim.de
Telefon:	0621 / 181 - 34 16
Gesundheitssport:	Paul Mörsch, StR
Sprechzeiten:	Di und Do 11.00 - 12.30 Uhr
Telefon:	0621 / 181 - 34 13
E-Mail:	paul.moersch@sport.uni-mannheim.de
Wettkampfsport:	Stefan Henninger, StR
Sprechzeiten:	Di und Do 11.00 - 12.30 Uhr
Telefon:	0621 / 181 - 34 18
E-Mail:	stefan.henninger@sport.uni-mannheim.de
Betreuung von Leistungssportlern	Sarah Seidl
Sprechzeiten:	nach Vereinbarung
Telefon:	0621 / 181 - 32 17
E-Mail:	s.seidl@sport.uni-mannheim.de
Presse:	N.N.
Sprechzeiten:	nach Vereinbarung
Telefon:	0621 / 181 - 34 14
E-Mail:	ifspress@rumms.uni-mannheim.de
Wohnheimsport:	Anna Wessel
Sprechzeiten:	nach Vereinbarung
E-Mail:	awessel@rumms.uni-mannheim.de
Hausmeister:	
Gymnastikhalle E7:	Johann Deutsch
Telefon:	0621 / 1285559
Kraftraum D2:	Johann Deutsch
Telefon:	0621 / 12807011
Unisportplatz:	Elmar Ehrenfried, Bernhard Knittel
Telefon:	06 21 / 41 53 22
Unisporthalle:	Elmar Ehrenfried, Bernhard Knittel
Telefon:	06 21 / 41 61 27

Informationen

Zeichen

IfS = Institut für Sport

A = Anfänger

FA = Fortgeschritt. Anfänger

F = Fortgeschrittene

Wk = Wettkämpfer

Tr = Training

F. A/B/C = Feld A, B oder C der Sporthalle

FÜ = Freie Übungszeit

n.V. = nach Vereinbarung

N.N. = Nicht bekannt

A.e. = Anmeldung im IfS erforderlich

Allgemeiner Hinweis: Dort, wo A/F/Wk-Zeichen fehlen, kann jede(r) Interessierte teilnehmen.

Sportstätten werden mit (Nr.) am Ende des Sportkurses gekennzeichnet und sind in der Legende auf Seite 23 erläutert,

z.B.: (2) steht für die Unisporthalle an der Theodor-Heuss-Anlage

Teilnahmeberechtigung

Alle Studierenden der Universität Mannheim, der angeschlossenen Fachhochschulen, Hochschulen und Akademien der Gesamthochschulregion Mannheim. Die Teilnehmer müssen ihre Berechtigung durch einen gültigen Studenten- oder Dienstausweis jederzeit nachweisen können. Keine Schüler!

Anmeldung ab 05.09.2011 9.00 Uhr

Eine persönliche Anmeldung im Institut für Sport ist nur für die Kurse mit Gebühr notwendig.

Bezahlung

Die Bezahlung erfolgt durch elektronischen Zahlungsverkehr (Bankkarte - EC) im Institut für Sport.

Versicherung

Studierende sind bei allen Veranstaltungen des Hochschulsports gesetzlich unfallversichert, jedoch nicht bei sogenannten freien Übungszeiten (FÜ).

Teilnehmer des ABSOLVENTUM, FdH und sonstige Teilnehmer sind verpflichtet für ihre Versicherung selbst zu sorgen.

Sportzeiten

Herbstsemester: 05.09.2011 - 21.12.2011

Vorlesungsfreie Zeit: 09.01.2012 - 11.02.2012

Kein Sportbetrieb an den gesetzlichen Feiertagen, in den Schulturnhallen während der Schulferien (Fasching, Ostern, Pfingsten & Weihnachten)

Herbstferien: 31.10.2011 - 04.11.2011

Body-Fitness

Boxen (olympisch) für Sie + Ihn

F Mo 19.00-20.30 Artur Rishyn (3)

Boxen (konditionell) für Sie + Ihn

Einsteiger Mo 20.30-22.00 Dirk Berger (3)

A/F Mi 20.30-22.00 Dirk Berger (3)

A/F Fr 19.00-20.30 Dirk Berger (3)

Fit and Fun für Sie - Isomatten mitbringen!

Mi 17.00-18.30 Cornelia Mattern (3)

Fit and Fun für Sie + Ihn - Isomatten mitbringen!

Di 18.00-19.00 Maja Hornig F. B/C (2)

Mi 19.00-20.30 Heike Schönmann F. B/C (2)

Fr 19.00-20.30 Ali El Madani F. A/B (2)

Sa 16.00-17.30 Ali El Madani (3)

Fitness für Sie - Isomatten mitbringen!

Mo 20.30-22.00 Anna Wessel (6)

Mi 19.00-20.00 Anna Wessel (6)

BBP Mi 20.00-21.00 Anna Wessel (6)

Neu Zumba für Sie + Ihn Isomatten mitbringen !

A/F Do 17.30-18.30 Manuela Brandl (3)

Krafttraining für Einsteigerinnen

Mo 16.00-17.30 Paul Mörsch (12)

Krafttraining für Einsteiger

Mo 17.30-19.00 Paul Mörsch (12)

Krafttraining für Sie + Ihn (nicht für Unerfahrene)

Mo 10.00-13.00 FÜ (12)

Mo 13.00-14.30 FÜ / Stefan Henninger (12)

Mo 19.00-21.30 FÜ (12)

Di 16.00-17.30 Aufsicht: Artur Rishyn (12)

Di 17.30-19.00 Paul Mörsch (12)

Di 19.00-21.30 Aufsicht: Artur Rishyn (12)

Mi 10.00-13.00 FÜ (12)

Mi 16.00-19.00 Paul Mörsch (12)

Mi 19.00-21.30 FÜ (12)

Do 16.00-17.30 Aufsicht: Artur Rishyn (12)

Do 17.30-19.00 Paul Mörsch (12)

Do 19.00-21.30 Aufsicht: Artur Rishyn (12)

Fr 10.00-13.00 FÜ (12)

Fr 16.00-21.30 FÜ (12)

Sa 14.00-18.00 Dietmar Kolb/Maurus Roller (12)

Öffnungszeiten nach Weihnachten:

02.-05.01.12 Mo/Mi/Fr 18.00-21.00 (12)

Body-Fitness

Lauftreff für Sie + Ihn

Mi 19.30-21.00 Stefan Holland-Letz (35)

Weitere Informationen unter: <http://www.lauftreff.uni-mannheim.de>

Power Bo für Sie + Ihn

Technik/Workout Fr 20.30-22.00 Martin Popov (3)

Power Move für Sie + Ihn

Mo 20.30-22.00 Ali El Madani F. B/C (2)

Di 20.30-22.00 Evelyn Jäger (3)

Bauchtraining Do 17.30-18.30 Evelyn Jäger (3)

Do 20.30-22.00 Harald Schäfer (3)

Fr 17.30-19.00 Anna Wessel (3)

Spinning für Sie + Ihn (Kostenbeteiligung: € 11,00)

Di 19.00-20.30 Paul Mörsch (3)

Mi 18.30-19.30 Evelyn Jäger (3)

Mi 19.30-20.30 Evelyn Jäger (3)

Do 19.00-20.30 Paul Mörsch (3)

Die Teilnahme ist auf 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt.

Anmeldung ab Dienstag, 06.09.2011, 9.00 Uhr im IFS

Kursbeginn: Ab Dienstag, 13.09.2011

Bitte großes Handtuch mitbringen!

Wandern in der Metropolregion

1. Termin (Tour Nr. 34): Sonntag, 11.09.11, 09.15 Uhr

Von Bad Bergzabern nach Wissembourg, ca. 18 km

2. Termin (Tour Nr. 35): Sonntag, 09.10.11, 10.25 Uhr

Von Zwingenberg ins Schwarzbachtal nach Aglasterhausen,
ca. 15 km

3. Termin (Tour Nr. 36): Sonntag, 06.11.11, 09.45 Uhr

Von Weidenthal über den Drachenfels nach Lambrecht, ca. 18 km

4. Termin (Tour Nr. 37): Sonntag, 04.12.11, 12.25 Uhr

Zum Weihnachtsmarkt auf Kloster Stift Neuburg bei Heidelberg,
ca. 7 km

Treffpunkt: Hauptbahnhof Mannheim, am Servicepoint in der
Bahnhofshalle

Nähere Informationen und Fotos auf

http://www.uni-mannheim.de/sport/2_1.htm#W

oder direkt bei markus.latka@web.de

Body-Fitness

Stepaerobic für Sie + Ihn

Fr 16.30-17.30 Anna Wessel (3)

Wirbelsäulengymnastik für Sie + Ihn

Mo 19.00-20.00 Markus Latka (3)

Do 20.30-22.00 Raquel Rodriguez-Moreno (3)

Brettspiele - Kartenspiele

Brettspiele aller Art

Mo 20.00-22.00 Elke Weber (14)

Bridge

Mo 19.00-21.00 Elke Weber (14)

Schach

Di 19.00-22.45 Stefan Fröbing (14)

Meditation & Körpererfahrung

Yoga für Sie + Ihn

Mo 17.00-18.30 Victoria Vogl (6)

Do 17.00-18.15 Victoria Vogl (6)

Do 18.15-19.30 Victoria Vogl (6)

Tao-Zentrum

Taiji, Qigong, Yoga, Meditation im Tao-Zentrum

Stressabbau, Innere Ruhe bei Unsicherheit und Prüfungsangst.

(Das Institut für Sport tritt als Vermittler auf.)



Regelmäßiges Kursprogramm ganzjährig; Einstieg jederzeit!

Flatrate: Volles Wochenprogramm (ca. 15 Wochenkurse) für 30,-- € monatlich bei 6 Monaten Mindestlaufzeit. Privatunterricht und Lehrerausbildung auf Anfrage.

www.tao-zentrum.de info@tao-zentrum.de 0621-36931

Wing Chun (Kung Fu) im Tao-Zentrum

Effektive Selbstverteidigung, Kraft und Beweglichkeit, sicheres Auftreten

Regelmäßiges Kursprogramm ganzjährig; Einstieg jederzeit!

Trainingszeiten Mo.-Sa. für 40,-- € monatlich. Privatunterricht auf Anfrage.

www.wingchun-mannheim.de info@wehrdich-mannheim.de

0157-71459565

Tao-Zentrum Mannheim, Käfertaler Str. 162

68167 Mannheim, 0621-36931

Radsport

Mountainbike-Touren am Wochenende

Am Institut für Sport werden Mountainbike-Touren angeboten. Bitte bei Paul Mörsch im Institut für Sport nachfragen.

Oder Infos unter:

<https://mailman.uni-mannheim.de/mailman/listinfo/mtb>

Radsportwoche auf Sizilien

Vom 14.04.-21.04.2012 Infos bei Paul Mörsch im IFS

Rennradfahren für Sie + Ihn

Fr 17.00 (22)

Die Organisation wird von der Gruppe in eigener Regie vorgenommen. Rennradtreff für alle begeisterten Rennradfahrerinnen und Rennradfahrer.

Selbstverteidigung & Budosport

Aikido für Sie + Ihn

A/F	Di	18.00-20.00	Peter Dillinger	F. A	(2)
A/F	Do	20.00-21.00	Matthias Schütz	F. A	(2)
A/F	Do	21.00-22.00	Jürgen Stanowsky	F. A	(2)

Bujinkan Budo Taijutsu (Ninjutsu)

Ab 26.09.11 A/F Mo 18.30-20.30 Holger Schulze (6)

Capoeira Regional für Sie + Ihn

Mo 19.00-21.00 Annette Laur (46)

Capoeira Regional ist ein afrobrasilianischer Kampfsport, der Konditions- und Selbstverteidigungstraining mit Musik verbindet. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Verein Topazio Mannheim e.V. statt. Die Kostenbeteiligung von € 60,- muss vor Kursbeginn beim Verein bezahlt werden.

Judo für Sie + Ihn

A/F/Wk	Di	20.00-22.00	Markus Upmann	F. A	(2)
A	Do	18.00-19.00	Pierre Bruckmann	F. A	(2)
F/Wk	Do	19.00-20.00	Pierre Bruckmann	F. A	(2)

Karate für Sie + Ihn

Kumite FA/Wk Do 20.00-21.30 Bernada Bilic F. B (2)

Fan-Club des Hochschulsports e. V.

Homepage:

www.fanclubdeshochschulsports.de

Spiele

American Football für Ihn

bis 19.10.	Mi	19.30-21.00	Thomas Wagner / Gerald Keßling	(4)
ab. 26.10.	Mi	17.30-19.00	Thomas Wagner / Gerald Keßling	F. B/C (2)

weitere Informationen unter: www.mannheim-knights.de

Cheerleading: siehe Einzelsportarten

Badminton für Sie + Ihn (Schläger sind mitzubringen)

A/F	Mo	18.30-20.30	Martin Boschert	F. B/C (2)
A/F/WK	Di	20.30-22.00	FÜ	F. B/C (2)
A/F/Wk	Do	18.00-19.30	FÜ	F. B/C (2)
A/F	Fr	16.30-18.00	FÜ	F. A/B/C (2)
F/Wk	Fr	18.00-19.00	Elmar Ehrenfried	F. A/B/C (2)

Basketball für Sie

A/FA	Di	19.00-21.00	Sedat Bilgic	(6)
------	----	-------------	--------------	-----

Basketball für Ihn

Wk	Fr	19.00-20.30	Sedat Bilgic	F. C (2)
----	----	-------------	--------------	----------

Basketball für Sie + Ihn

F/Wk	Mi	20.30-22.00	Sedat Bilgic	F. A/B/C (2)
A/F	Fr	20.30-22.00	Sedat Bilgic	F. B/C (2)

Fußball für Sie + Ihn (findet bis 21.10. im Freien statt)

Mo	17.30-19.00	Dany Mamodaly	(4)
Di	17.30-19.00	FÜ	(4)
Mi	16.00-17.30	FÜ	(4)
Do	17.30-19.00	FÜ	(4)
Fr	17.30-19.00	Dany Mamodaly	(4)

Nur mit glatten oder Noppensohlen

Fußball für Sie + Ihn (findet ab 26.10. in der Halle statt)

Mi	15.30-17.30	FÜ	F. A/B/C (2)
Do	16.30-18.00	Dany Mamodaly	F. A/B/C (2)
Fr	14.30-16.30	FÜ	F. A/B/C (2)

Handball für Sie + Ihn

A/FA	Mi	18.30-20.00	Matthias Carius	F. A/B/C (5)
F/Wk	Mi	20.00-22.00	Matthias Carius	F. A/B/C (5)

Squash

Die Squashkurse finden im Squash-Center Käfertal, Bad Kreuznacher Str. 34 statt, wo man sich auch anmelden kann. Das Institut für Sport tritt nur als Vermittler auf. Tel.: 0621-736700

Spiele

Tennis 1. Kursreihe: Uni-Platz (Kostenbeteiligung € 14,00)

Kurs 1 A	Mo	15.00-16.30	Stefan Henninger	(7)
Kurs 2 F	Mo	16.30-18.00	Stefan Henninger	(7)
Kurs 3 A	Di	14.00-15.30	Stefan Henninger	(7)
Kurs 4 F	Di	15.30-17.00	Stefan Henninger	(7)
Kurs 5 FA	Mi	14.00-15.30	Stefan Henninger	(7)
Kurs 6 F	Mi	15.30-17.00	Stefan Henninger	(7)
Kurs 7 Wk	Mi	17.00-19.30	Stefan Henninger	(7)
Kurs 8 Tr	Do	14.00-16.00	Stefan Henninger	(7)

Die Teilnahme ist auf 6 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt.
Anmeldung ab Montag, 05.09.2011, 9.00 Uhr im IFS

Training des gesamten Schlagrepertoires, Match- und Taktiktraining
Modernste Tennisschläger können getestet werden.

1. Kursreihe: 12.09. - 20.10.2011

Tennis 2. Kursreihe: Uni-Halle (Kostenbeteiligung € 21,00)

Kurs 1 A	Mo	15.00-16.30	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 2 A	Di	15.00-16.30	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 3 F	Di	16.30-18.00	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 4 FA	Mi	11.00-12.30	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 5 FA	Mi	12.30-14.00	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 6 F	Mi	14.00-15.30	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 7 FA	Do	13.30-15.00	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 8 Tr	Do	15.00-16.30	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)

Die Teilnahme ist auf 6 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt.
Anmeldung ab Dienstag, 11.10.2011, 9.00 Uhr im IFS

Training des gesamten Schlagrepertoires, Match- und Taktiktraining
Modernste Tennisschläger können getestet werden.

2. Kursreihe: 24.10. - 21.12.2011

Tischtennis für Sie + Ihn

A/FA	Mo	19.00-20.30	Benjamin Oehlschläger	F. A	(2)
F/Wk	Mo	20.30-22.00	Benjamin Oehlschläger	F. A	(2)
A/F/Wk	Mi	19.00-20.30	Benjamin Oehlschläger	F. A	(2)

Unihockey für Sie + Ihn

	Mo	17.00-18.30	Jurek Rosenhagen	F. A/B/C	(5)
--	----	-------------	------------------	----------	-----

Volleyball für Sie + Ihn

A/FA	Mo	18.30-20.00	Henning Blank	F. A/B/C	(5)
F/Wk	Mo	20.00-22.00	Henning Blank	F. A/B/C	(5)
F/Wk	Di	19.00-20.30	Dany Mamodaly	F. B/C	(2)
A/FA/F/Wk	Mi	17.00-18.30	Sebastian Peschko	F. A/B/C	(5)
F/Wk	Fr	20.30-22.00	FÜ	F. A	(2)

Tanz

Jazztanz für Sie + Ihn

A/F Mo 17.30-19.00 Natalie Krauß (3)

Da die Trainingsstunden aufeinander aufbauen, ist es von Vorteil zum Semesteranfang mit dem Kurs zu beginnen.

Rock 'n Roll für Sie + Ihn

A Do 18.30-19.30 Andreas Holloschi (3)

F Do 19.30-20.30 Andreas Holloschi (3)

Standard / Latein für Sie + Ihn

Freies Tanzen Di 18.00-19.30 Christina Hopfgarten (3)

FA Mi 19.00-20.30 Kathrin Bauer/Tobias Köppen (3)

F Mi 20.30-22.00 Martin Sander/Anne Krieger (3)

Tango Argentino für Sie + Ihn (Kostenbeteiligung € 15,00)

A/F Mo 20.30-22.00 Isabella Bayer / Jaro Cesnik (3)

Die Teilnahme ist auf 30 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt.
Anmeldung ab Freitag, 09.09.2011, 9.00 Uhr im IfS

Kursbeginn: Ab Montag, 19.09.2011

Bitte saubere Turnschuhe oder falls vorhanden Tanzschuhe mitbringen. Straßenschuhe sind im Raum nicht erlaubt.

Wenn möglich paarweise anmelden.

Wassersport

Ausbildung zum Sportküstenschifferschein

(Kostenbeteiligung € 62,00)

Mo 19.00-21.00 Jochen Bernsee/Dieter Weiß (15)

Anmeldung ab Donnerstag, 08.09.2011, 9.00 Uhr im IfS

Vorbesprechung am Montag, 05.09.2011, 19.00 Uhr in EO 150

Kursbeginn: Ab Montag, 12.09.2011

Kanu (Kostenbeteiligung € 25,00)

Die Teilnahme ist auf 15 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt.
Alle Touren sind für Anfänger geeignet.

Nähere Informationen zu allen Touren im Institut für Sport oder direkt bei Oliver Brück (Tel: 0721/476 88 48)

Rudern für Sie + Ihn (Kostenbeteiligung € 21,00)

A/F Do 10.30-12.45 Peter Klein (11)

Die Teilnahme ist auf 10 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt.

Anmeldung ab Mittwoch, 07.09.2011, 9.00 Uhr im IfS

Kursbeginn: Ab Donnerstag, 15.09.2011

Rudern Wettkampfsport

Termin: nach Vereinbarung

Teilnahme: bei Regattaerfahrung und nach Probetraining

Kontakt: connylinnebach@gmx.de oder simon-linder@web.de

Wassersport

Schwimmen für Sie + Ihn (keine Anfänger)

F/Wk Mo 20.00-22.00 N.N. (9)

F/Wk Do 21.00-22.30 Matthias Pogadl (9)

Kursbeginn: Ab Montag, 12.09.2011

Die Teilnehmer sollen sich 15 Min. vor Stundenbeginn beim Übungsleiter melden!

Tauchen für Sie + Ihn (Kostenbeteiligung € 31,00)

Anmeldung ab Freitag, 14.10.2011, 9.00 Uhr im IfS

Wir bringen euch unter Wasser: Walter Beck / Edgar Sehl. Schnupperkurs für Tauchanfänger. Schnorcheltauchen und Gerätetauchen für Urlaub und Exkursion. Für Ambitionierte bieten wir im Anschluss eine Erweiterung für einen internationalen Brevet an.

Einführungsabend am Do, 13.10.2011, 19.00 Uhr, in O 150

Theorie:

Kompaktkurs 7 Abende 19.00 Uhr, Beginn Do, 27.10. in O 150

Praxis:

Hallenbad Vogelstang, nach Kompaktkurs 6 Abende 21.00 - 23.00 Uhr

Wintersport

Curling für Sie + Ihn

In Verbindung mit dem Curling-Club Mannheim

www.curling-club-mannheim.de

E-Mail: info@curling-club-mannheim.de

Das Institut für Sport tritt als Vermittler auf!

Eishockey für Sie + Ihn (Kostenbeteiligung € 80,00)

Wk Mo 21.30-23.00 Michael Keil Halle Nord (13)

Wk Fr 12.15-13.45 Sascha Onisor Halle Nord (13)

Die Teilnahme ist auf 25 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt.

Anmeldung ab Montag, 12.09.2011, 9.00 Uhr im IfS

Kursbeginn: Ab Montag, 05.09.2011

Anmeldung nur nach Probetraining möglich!

Webseite: www.mannu.de

Kursdauer: Während der ges. Eiszeit (ca. bis Ende März)

Eislauf für Sie + Ihn (Kostenbeteiligung € 30,00)

Mo 21.45-23.00 Teresa Simon Halle Süd (13)

Anmeldung ab Montag, 05.09.2011, 9.00 Uhr im IfS

Kursbeginn: Ab Montag, 05.09.2011 bis Saisonende

Achtung: Keine Ausleihe von Schlittschuhen mehr möglich!

Skikurs in St. Anton

Termin und Kosten: bitte Aushänge sowie Aktualisierungen auf der Homepage beachten. Nähere Auskünfte bei Stefan Henninger im Institut für Sport.

Einzel sportarten A-Z

Akrobatik für Sie + Ihn

A	Do	19.30-20.30	Christine Jochum/ Stefan Bundfuss	F. C	(2)
F	Do	20.30-22.00	Christine Jochum/ Stefan Bundfuss	F. C	(2)

Cheerleading für Sie + Ihn

	Mi	17.30-19.00	N. N.	F. A	(2)
--	----	-------------	-------	------	-----

Weitere Informationen unter www.mannheim-knights.de

Fechten für Sie + Ihn (Kostenbeteiligung € 21,00)

A/F	Mo	19.00-21.00	Friedbert Mündörfer / Fleur Klingelberger		(17)
-----	----	-------------	--	--	------

Anmeldung ab Mittwoch, 07.09.2011, 9.00 Uhr im IfS

Kursbeginn: Ab Montag, 12.09.2010

Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Mannheimer Fechtclub statt.

Jonglieren / Einrad für Sie + Ihn

	Do	20.30-22.00	Christian Rimpau / Karsten Feist	F. C	(2)
--	----	-------------	-------------------------------------	------	-----

Klettern für Sie + Ihn

Die Kletterkurse finden im Kletterzentrum Extrem in Ludwigshafen, Saarburger Str. 25 statt, wo man sich auch anmelden kann. Das Institut für Sport tritt nur als Vermittler auf.

Tel.: 0621/51128 Nähere Informationen zu den Kursen:

http://www.uni-mannheim.de/sport/2_1.htm#K

Reiten

Studentenreitstunde: € 12,-

Sonstige Reitstunden: Mo - Fr nach Vereinbarung

Wk: Mindestvoraussetzung zur Teilnahme an Turnieren ist das Reitabzeichen Klasse III

Kontakt: www.studentenreitgruppe-mannheim.de

Obfrau: Isabell Kiss, Tel: 0621/431 76 33, mobil: 0178/725 60 09

Stammtisch: aktueller Ort und Termin siehe Homepage

Verwaltungssport

Verwaltungssport für Ihn

	Mo	16.45-18.15	Friedrich Henninger	F. A/B/C	(2)
--	----	-------------	---------------------	----------	-----

Team IfS

Sportlich interessierte Studierende, die gerne im Team des IfS mitarbeiten möchten, sollten sich mit uns in Verbindung setzen.

Wohnheimsport

Die Termine und Zeiten können von den nachfolgenden Angaben abweichen. Bitte die Aushänge an den schwarzen Brettern der Wohnheime oder die Angaben auf deren Internetpräsenz beachten.

In einigen Wohnheimen findet zusätzlich ein internes Programm statt. Jedes Semester werden Mannschaftsturniere, vornehmlich in den Sportarten Volleyball und Fußball, zwischen den Wohnheimen ausgetragen.

Ansprechpartner sind die Sporttutoren der Wohnheime sowie:

Anna Wessel, Institut für Sport

Sprechzeiten: nach Vereinbarung

Telefon: 0621 / 181 - 34 19

E-Mail: awessel@rumms.uni-mannheim.de

Herzogenried (Halle IGMH) (27)

Volleyball/	Mo	20:00-21:30	Tutorium:
Basketball	Mi	20:00-21:30	Am Steingarten,
Basketball	Fr	18:00-20:00	Carl-Zuckmayer-Straße
Fußball	Fr	20:00-21:30	

Quadrate (Halle M 6) (6)

Volleyball/			Tutorium:
Basketball	Fr	17:30-21:00	N 6

Niederfeld (Halle Freie Waldorfschule) (28)

Fußball	Fr	20:00-22:00	Tutorium: Hans-Sachs-Ring
---------	----	-------------	---------------------------

Käthe-Kollwitz-Schule (25)

Fußball	Mi	20:00-21:30	Tutorium: Ulmenweg
---------	----	-------------	--------------------

Wettkampfsport

Das Institut für Sport sucht für deutsche Hochschulmeisterschaften (siehe www.adh.de) in Einzel- und Mannschaftsdisziplinen ständig engagierte Wettkämpferinnen und Wettkämpfer. Bitte meldet euch beim Wettkampfleiter Stefan Henninger.

Siehe Seite 21 für einige wichtige Termine.

allgemeiner deutscher
hochschulsportverband



Alles über nationale und internationale Hochschul-Wettkämpfe unter:
www.adh.de

Sportprogramm für die vorlesungsfreie Zeit nach dem Herbstsemester 2011 09.01.2012 - 11.02.2012

Body- Fitness

Boxen (olympisch) für Sie + Ihn

F Mo 19.00-20.30 Artur Rishyn (3)

Boxen (konditionell) für Sie + Ihn

Mo 20.30-22.00 Dirk Berger (3)

Fr 19.00-20.30 Dirk Berger (3)

Fit and Fun für Sie - Isomatten mitbringen!

Mi 17.00-18.30 Cornelia Mattern (3)

Fit and Fun für Sie + Ihn - Isomatten mitbringen!

Di 18.00-19.00 Maja Hornig F. B/C (2)

Mi 19.00-20.30 Heike Schönmann F. B/C (2)

Fr 19.00-20.30 Ali El Madani F. A/B (2)

Sa 16.00-17.30 Ali El Madani (3)

Fitness für Sie - Isomatten mitbringen!

Mo 20.30-22.00 Anna Wessel (6)

Mi 19.00-20.00 Anna Wessel (6)

BBP

Mi 20.00-21.00 Anna Wessel (6)

Krafttraining für Sie + Ihn (nicht für Unerfahrene)

Mo 10.00-13.00 FÜ (12)

Mo 17.00-19.30 Paul Mörsch (12)

Mo 19.30-21.30 FÜ (12)

Di 18.00-21.30 Aufsicht: Artur Rishyn (12)

Mi 10.00-13.00 FÜ (12)

Mi 16.00-17.00 FÜ (12)

Mi 17.00-19.00 Paul Mörsch (12)

Mi 19.00-21.30 FÜ (12)

Do 16.00-21.30 Aufsicht: Artur Rishyn (12)

Fr 10.00-13.00 FÜ (12)

Fr 16.30-21.30 FÜ (12)

Sa 14.00-18.00 Dietmar Kolb/Maurus Roller (12)

Öffnungszeiten nach Weihnachten:

02.-05.01.12 Mo/Mi/Fr 18.00-21.00 (12)

Body-Fitness

Power Bo für Sie + Ihn

Technik/Workout Fr 20.30-22.00 Martin Popov (3)

Power Move für Sie + Ihn

Mo 20.30-22.00 Ali El Madani F. B/C (2)

Di 20.30-22.00 Evelyn Jäger (3)

Do 20.30-22.00 Harald Schäfer (3)

Fr 17.30-19.00 Anna Wessel (3)

Spinning für Sie + Ihn (Kostenbeteiligung € 5,00)

Di 19.00-20.30 Paul Mörsch (3)

Mi 18.30-19.30 Evelyn Jäger (3)

Do 19.00-20.30 Paul Mörsch (3)

Die Teilnahme ist auf 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt.

Anmeldung ab Montag, 09.01.2012, 9.00 Uhr im IFS

Kursbeginn: Ab Dienstag, 10.01.2012

Stepaerobic für Sie + Ihn

Fr 16.30-17.30 Anna Wessel (3)

Wirbelsäulengymnastik für Sie + Ihn

Mo 19.00-20.00 Markus Latka (3)

Do 20.30-22.00 Raquel Rodriguez-Moreno (3)

Tao-Zentrum

Taiji, Qigong, Yoga, Meditation im Tao-Zentrum

Stressabbau, Innere Ruhe bei Unsicherheit und Prüfungsangst.

(Das Institut für Sport tritt als Vermittler auf.)



Regelmäßiges Kursprogramm ganzjährig; Einstieg jederzeit!

Flatrate: Volles Wochenprogramm (ca. 15 Wochenkurse) für 30,-- € monatlich bei 6 Monaten Mindestlaufzeit. Privatunterricht und Lehrerausbildung auf Anfrage.

www.tao-zentrum.de info@tao-zentrum.de 0621-36931

Wing Chun (Kung Fu) im Tao-Zentrum

Effektive Selbstverteidigung, Kraft und Beweglichkeit, sicheres Auftreten

Regelmäßiges Kursprogramm ganzjährig; Einstieg jederzeit!

Trainingszeiten Mo.-Sa. für 40,-- € monatlich. Privatunterricht auf Anfrage.

www.wingchun-mannheim.de info@wehrdich-mannheim.de

0157-71459565

Tao-Zentrum Mannheim, Käfertaler Str. 162

68167 Mannheim, 0621-36931

Meditation und Körpererfahrung

Yoga für Sie + Ihn

Mo	17.00-18.30	Victoria Vogl	(6)
Do	17.00-18.15	Victoria Vogl	(6)
Do	18.15-19.30	Victoria Vogl	(6)

Radsport

Mountainbike-Touren am Wochenende

Am IfS werden Mountainbike-Touren angeboten.

Bitte bei Paul Mörsch im IfS nachfragen.

Oder Infos unter:

<https://mailman.uni-mannheim.de/mailman/listinfo/mtb>

Radsportwoche auf Sizilien

Vom 14.04.-21.04.2012 Infos bei Paul Mörsch im IfS

Selbstverteidigung & Budosport

Aikido für Sie + Ihn

A/F	Di	19.00-20.30	Peter Dillinger	F. A	(2)
A/F	Do	20.30-22.00	Jürgen Stanowsky	F. A	(2)

Bujinkan Budo Taijutsu (Ninjutsu)

A/F	Mo	18.30-20.30	Holger Schulze	(6)
-----	----	-------------	----------------	-----

Capoeira Regional für Sie + Ihn

Mo	19.00-21.00	Annette Laur	(46)
----	-------------	--------------	------

Capoeira Regional ist ein afrobrasilianischer Kampfsport, der Konditions- und Selbstverteidigungstraining mit Musik verbindet. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Verein Topazio Mannheim e.V. statt. Die Kostenbeteiligung von € 60,- muss vor Kursbeginn beim Verein bezahlt werden.

Judo für Sie + Ihn

A/F/Wk	Do	18.30-20.30	Pierre Bruckmann	F. A	(2)
--------	----	-------------	------------------	------	-----

Karate für Sie + Ihn

Kumite FA/Wk	Do	20.00-21.30	Bernada Bilic	F. B	(2)
--------------	----	-------------	---------------	------	-----

Spiele

Badminton für Sie + Ihn (Schläger sind mitzubringen)

A/F/Wk	Mo	19.00-20.30	Martin Boschert	F. B/C	(2)
A/F/WK	Di	20.30-22.00	FÜ	F. B/C	(2)
A/F/Wk	Fr	17.00-19.00	FÜ	F. B/C	(2)

Spiele

Basketball für Sie

A/FA	Di	19.00-21.00	Sedat Bilgic		(6)
------	----	-------------	--------------	--	-----

Basketball für Sie + Ihn

FA/F/Wk	Mi	20.30-22.00	Sedat Bilgic	F. A/B/C	(2)
Wk	Fr	19.00-20.30	Sedat Bilgic	F. C	(2)
A/F	Fr	20.30-22.00	Sedat Bilgic	F. A/B/C	(2)

Fußball für Sie + Ihn

	Mi	17.00-19.00	Dany Mamodaly	F. A/B/C	(2)
	Do	15.30-17.00	FÜ	F. A/B/C	(2)
	Fr	15.00-17.00	FÜ	F. A/B/C	(2)

Handball für Sie + Ihn

	Mi	20.00-22.00	Matthias Carius	F. A/B/C	(5)
--	----	-------------	-----------------	----------	-----

Tennis (Uni Halle) (Kostenbeteiligung € 10,00)

Kurs 1 A	Mo	15.00-16.30	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 2 FA	Di	15.00-16.30	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 3 F	Di	16.30-18.00	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 4 A	Mi	14.00-15.30	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 5 F	Mi	15.30-17.00	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)
Kurs 6 Wk	Do	14.00-15.30	Stefan Henninger	F. A/B/C	(2)

Die Teilnahme ist auf 6 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt. Anmeldung ab Montag, 09.01.2012, 9.00 Uhr im IfS

Kursbeginn: Ab Montag, 09.01.2012

Training des gesamten Schlagrepertoires, Match- und Taktiktraining. Modernste Schläger können getestet werden.

Tischtennis für Sie + Ihn

A/F/Wk	Mo	19.00-20.30	Benjamin Oehlschläger	F. A	(2)
A/F/Wk	Mo	20.30-22.00	Benjamin Oehlschläger	F. A	(2)

Unihockey für Sie + Ihn

	Mo	17.00-18.30	Sebastian Hohenberg		(5)
--	----	-------------	---------------------	--	-----

Volleyball für Sie + Ihn

A/FA	Mo	18.30-20.00	Henning Blank	F. A/B/C	(5)
F/Wk	Mo	20.00-22.00	Henning Blank	F. A/B/C	(5)
F/Wk	Di	19.00-20.30	Dany Mamodaly	F. B/C	(2)
A/F/Wk	Mi	18.30-20.00	Sebastian Peschko	F. A/B/C	(5)

Tanz

Jazztanz für Sie + Ihn

F/Wk Mo 17.30-19.00 Natalie Krauß (3)

Rock 'n Roll

A Do 18.30-19.30 Andreas Holloschi (3)

F Do 19.30-20.30 Andreas Holloschi (3)

Standard/ Latein für Sie + Ihn

FA Mi 19.00-20.30 Kathrin Bauer /
Tobias Köppen (3)

F Mi 20.30-22.00 Anne Krieger /
Martin Sander (3)

Wassersport

Schwimmen für Sie + Ihn (keine Anfänger)

bis Saisonende F/Wk Mo 20.00-22.00 N. N. (9)

bis Saisonende F/Wk Do 21.00-22.30 Matthias Pogadl (9)

Die Teilnehmer sollen sich 15 Min. vor Stundenbeginn beim Übungsleiter melden!

Wintersport

Curling für Sie + Ihn

In Verbindung mit dem Curling-Club Mannheim

www.curling-club-mannheim.de

E-Mail: info@curling-club-mannheim.de

Das Institut für Sport tritt als Vermittler auf!

Eishockey:

Siehe Herbstsemester

Eislauf:

Siehe Herbstsemester

Einzelportarten A-Z

Akrobatik für Sie + Ihn

A	Do	19.30-20.30	Christine Hochum/ F. C Stefan Bundfuss	(2)
F	Do	20.30-22.00	Christine Hochum/ F. C Stefan Bundfuss	(2)

Fechten für Sie + Ihn (Kostenbeteiligung € 10,00)

A/F	Mo	19.00-21.00	Friedbert Mündörfer / Fleur Klingelberger	(17)
-----	----	-------------	--	------

Anmeldung ab Montag, 09.01.2012, 9.00 Uhr im IFS

Kursbeginn: Ab Montag, 09.01.2012

Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Mannheimer Fechtclub statt.

Jonglieren/ Einrad für Sie + Ihn

	Do	20.30-22.00	Karsten Feist / F. C Christian Rimpau	(2)
--	----	-------------	--	-----

Reiten

Studentenreitstunde: € 12,-

Sonstige Reitstunden: Mo - Fr nach Vereinbarung

Wk: Mindestvoraussetzung zur Teilnahme an Turnieren ist das Reitabzeichen Klasse III

Kontakt: www.studentenreitgruppe-mannheim.de

Obfrau: Isabell Kiss, Tel: 0621/431 76 33, mobil: 0178/725 60 09

Stammtisch: aktueller Ort und Termin siehe Homepage

Verwaltungssport

Verwaltungssport für Ihn

	Mo	16.45-18.15	Friedrich Henninger F. A/B/C	(2)
--	----	-------------	------------------------------	-----

allgemeiner deutscher
hochschulsportverband



www.adh.de

Sportstipendium

Mannheimer Sportstipendium:

Idee:

Hochleistungssportler haben es durch ihren Aufwand für Training und Wettkämpfe besonders schwer, ein Studium zu absolvieren. Dabei sind sie oft, gerade durch ihre Erfahrungen aus dem Sport, zu Spitzenleistungen in akademischen Berufen fähig. Das Mannheimer Sportstipendium soll deshalb die Nachteile mildern, die begabten jungen Menschen aus der Doppelbelastung von Studium und Spitzensport entstehen. Angeregt wurde dieses Programm durch den ehemaligen Hockey-Olympioniken Klaus Greinert, der das Mannheimer Sportstipendium mit 100.000 Euro fördert.

Inhalt des Programms:

Das Stipendium beinhaltet sowohl eine materielle als auch eine ideelle Förderung. Die Stipendiaten werden zunächst für drei Semester von den Studiengebühren befreit, eine Verlängerung dieses Zeitraums bis zum Ende des Studiums ist bei positiven Studienleistungen vorgesehen. Das Programm umfasst darüber hinaus vor allem eine Unterstützung durch Mentoren und studentische Tutoren, die den geförderten Sportlerinnen und Sportlern bei Fragen zum Studium und organisatorischen Problemen zur Seite stehen. Das Stipendium ist nicht an eine bestimmte Studienfachrichtung gebunden.

Voraussetzungen für die Teilnahme am Programm

- Aktiver Spitzensport, d.h. der Bewerber befindet sich mindestens im Nachwuchskader oder C-Kader einer deutschen Nationalmannschaft
- Positive Prognose des Studienerfolgs durch ein Auswahlgremium

Kontakt und weitere Informationen:

Sarah Seidl, Institut für Sport

Sprechzeiten: nach Vereinbarung

Telefon: 0621 / 181 - 32 17

E-Mail: sseidl@mail.uni-mannheim.de

oder unter www.uni-mannheim.de/stipendium

Sportstätten

VORSICHT: Nicht durchgehend nummeriert.

- (1) Institut für Sport, L 13, 17
- (2) Unisporthalle an der Theodor-Heuss-Anlage
- (3) Gymnastikhalle, E 7, 29
- (4) Uni-Sportplatz beim Carl-Benz-Stadion
- (5) Sporthalle Schwetzingen Stadt, Keplerstraße
- (6) Mozartschule, M 6
- (7) Tennisplätze im Schloßgarten
- (9) Hallenbad Vogelstang
- (10) SMV, Diffenebrücke, auf dem Schiff
- (11) Ruderverein Amicitia, Hans-Reschke-Ufer 3
- (12) D2 5-8, 2.OG
- (13) SAP-Arena, I Bösfeld
- (14) EO 289, Schloß
- (15) EO 150, Schloß
- (17) Mannheimer Fechtclub, D 7 (gegenüber C 7)
- (20) Reiterverein Mannheim e.V., Gartenschauweg 8
- (22) Fernmeldeturm Hans-Reschke-Ufer
- (24) Jugendherberge, Rheinpromenade
- (25) Käthe-Kollwitz-Schule, Zum Herrenried
- (27) Sporthalle der Integrierten Gesamtschule, Herzogenriedstraße
- (28) Sporthalle der Walldorfschule, Neckarau
- (30) Golfanlage Deutsche Weinstraße, 67273 Dackenheim
- (31) Sporthalle Johannes-Kepler-Schule, K 6
- (32) EO 242, Schloß
- (33) EO 256, Schloß
- (34) O 151, Schloß
- (35) Ehrenhof, Schloß
- (36) Squashcenter Käfertal, Bad Kreuznacher Straße
- (37) Herzogenriedbad, Hohwiesenstraße 132c
- (38) Kletterzentrum Extrem, Saarbürgstraße 25, 67071 Ludwigshafen
- (40) EW 169, Schloß
- (42) AbsolventUM, Tattersallstr. 2, neben der Post am Hauptbahnhof
- (43) EW 167, Schloß
- (44) Beachvolleyball am Unisportplatz
- (45) MA-Käfertal, Am Ulrichsberg, Straba 4, Im Rott
- (46) Sporthalle Diesterwegschule Torwiesenst. Mannheim-Lindenhof



AIKIDO

DOJO MANNHEIM



ERKENNE DICH SELBST!

Anfängerlehrgänge 2011
17.09. | 01.10. | 05.11. | 03.12.

WWW.AIKIDOMANNHEIM.DE