



vielfältig. leben. bewegen, _____

Возможности занятия спортом в Униспорт Йена для беженцев с Украины

Предложения «Добро пожаловать UNISPORT» с 2.4.

Расписание тренировок: Футбол дети/взрослые, по субботам 17:00-18:30

Занятия физкультурой дети/взрослые, по субботам 17:00-18:30

Место: Поле с искусственным газоном 1, в университетском спортцентре (Oberaue 1)

Примечание: без предварительной записи

Карта UNISPORTCARD

В целях доступности широкого спектра спортивных возможностей, мы предоставляем карту UNISPORTCARD бесплатно всем, кто бежал от войны в Украине.

Таким образом, владелец/-ца карты имеет бесплатный доступ к различным спортивным курсам.

Предложения от самих украинцев / украинок

Вы хотите сами предложить и организовать проведение спортивных занятий?

Обращайтесь к Andrea Altmann welcome.unisport@usvjena.de

Спортивные предложения от секций спортклуба USV Jena e.V.

Художественная гимнастика изящно сочетает в себе гимнастику, танец и балет. При этом важную роль играет владение скакалкой, обручем, мячом, булавами и лентой.

Расписание тренировок в интернете:

<https://www.usvjena.de/rhythmischesportgymnastik/training.html>

Место: Спортзал USV, Seidelstraße 20a

Контакт: Dorothea Kempert rsg@usvjena.de

Подробная информация: <https://www.usvjena.de/rhythmischesportgymnastik.html>

Тхэквондо включает в себя различные возможности. Прежде всего это акцент на изучении техник этого вида спорта. Как уже упоминалось, особое внимание здесь уделяется техникам работы ног, которые в ходе тренировок становятся все более сложными.



vielfältig. leben. bewegen, _____

Место: Dojo- Университетский спортцентр

Контакт: Andreas Herzog andy_herzog@hotmail.com

Подробная информация: <https://www.usvjena.de/taekwondo.html>

Фитнесс: Наш тренировочный центр расположен рядом с футбольным стадионом и, наряду с большим количеством штанг и дисков, предлагает 3 степплатформы, 3 тренажера, 2 силовых скамьи со стойками и 1 стойка POWER Rack.

Расписание тренировок: по понедельникам с 18:00

Место: Am Stadion 1, Jena (Спортфорум)

Контакт: Wolf-Dieter Graf wodigraf@gmail.com

Подробная информация: <https://www.usvjena.de/kraftsport.html>

Флорбол

Секция флорбола предлагает для детей и взрослых вид спорта, который очаровывает большим количеством движения!

Место: USV-Спортзал (площадки 2+3), Seidelstraße 20a

Расписание тренировок: по четвергам 16:00-17:00

Присмотр за детьми: дети от 4-х лет

Контакт: Max Starke max.starke@usvjena.de

Подробная информация: <https://www.usvjena.de/floorball.html>

Баскетбол (для девочек и женщин с 11 лет)

Расписание тренировок: по вторникам 15:00 - 16:30

Место: USV Спортзал, площадка 1

Контакт: Denise Alkewitz denise.alkewitz@usvjena.de