



Wettkampfsport im Hochschulsport Paderborn (S. 2)

Der Tanzball – diesmal unter dem Motto „Feuer und Flamme“ (S. 2)

Tag des Hochschulsports (S. 3)
Portrait „Uli Kussin“ (S. 3)

Was passiert im Semester? (S. 4)

Die Fertigstellung der neuen Sporthalle in SP 2 als Sprungbrett zu mehr Bewegung und Gesundheit!?



Als weithin sichtbares Zeichen prangt der Schriftzug über dem Haupteingang.

Der Bau der neuen Dreifachsporthalle 2 wird wie geplant zum Anfang des Wintersemesters 2012/2013 abgeschlossen. Damit eröffnen sich viele neue Möglichkeiten hinsichtlich aktiver Gesundheitsförderung und Bewegung, Spiel und Sport für die bewegungsbegeisterten Mitarbeitenden und Studierenden der Universität Paderborn.

Der „alte Praktiker“ wurde innerhalb von 2 ½ Jahren zu einem vielseitig nutzbaren Lehr- und Lernort umgewandelt. Auf 4.800 m² erschließen sich Räume für studentisches Arbeiten, mehrere Seminarräume und eine neue Sporthalle. Insbesondere sind drei der Seminarräume multifunktional, u. a. mit Schwingboden und besonderer Akustik, ausgestattet, die zum Unterrichten von Seminaren als auch zur praxisorientierten Ausbildung kompatibel umgestaltet werden können. Zur Freude aller tanz- und bewegungsbegeisterten Hochschulsportteilnehmerinnen und -teilnehmer ist zusätzlich ein Tanz- und Spiegelsaal entstanden. Außerdem bietet die neue Halle eine Indoor-Kletterwand für Newcomer und fortgeschrittene Kletterfreunde.

Dies sind nur einige der gut durchdachten Neuerungen, die das neue Gebäude auszeichnen. Der „neue Praktiker“ eröffnet somit viele Chancen zur quantitativen sowie qualitativen Verbesserung eines gesundheitsfördernden und aktiven Lebensstils. Auch das Programm des



Hoch hinaus: Die Kletterwand bietet verschiedene Schwierigkeitsgrade.

Hochschulsports profitiert durch die räumlichen Erneuerungen.

Eine erweiterte und vielfältigere Aufstellung des neuen Programms verspricht mehr Plätze und Möglichkeiten sich aktiv in Universitätsnähe zu bewegen. Viele Sportangebote, die aus Platzmangel oder nicht vorhandenen Räumlichkeiten über das gesamte Stadtgebiet verteilt ausgelagert werden mussten, können jetzt im Universitätsumfeld angeboten werden. Dies spart nicht nur Geld, sondern auch unbequeme Wege für die Teilnehmenden, sodass der Hochschulsport auch weiter kostengünstig angeboten werden kann.

Durch die Unterstützung seitens der Hochschule können die Bestrebungen des Hochschulsports und des Arbeitskreises Gesunde Hochschule, das Profil Gesundheit am Standort Paderborn im Hochschulsport gemeinsam auszubauen und zu etablieren, vorangetrieben werden. Durch den Bau der neuen Sporthalle verspricht sich der neue Leiter des Hochschulsports, Uli Kussin, weiter „flexibel und nachfrageorientiert die ganze Bandbreite an Sport- und Fitnesskursen für die jährlich

über 6.500 bewegungsbegeisterten und gesundheitsorientierten Mitarbeitenden und Studierenden anbieten zu können. Durch die vielfältigeren Angebote erhoffen wir uns (noch) mehr Mitarbeitende und Studierende zu einem aktiveren und gesünderen Lebensstil und somit zu mehr Leistungsfähigkeit und Ausgeglichenheit zu verhelfen.“ (lp)

Danke, Dieter!



Dieter Thiele

Einige Stationen:

1970-1977: Studium Lehramt (Sport u. Englisch) an der PH Westfalen-Lippe
1972-1977: AStA-Sportreferent der Universität Paderborn

Start des Bereichs Hochschulsport als Teil der Sportlehrerausbildung mit Unterstützung von Prof. Dr. Hermann Josef Kramer und Prof. Dr. Wolf-Dietrich Brettschneider.

1977-1981: Wissenschaftliche Hilfskraft bei Prof. Dr. Hermann Josef Kramer
1981-2012: Hauptamtlicher Mitarbeiter in der zentralen Hochschulverwaltung
1981-1986: Lehraufträge in der Sportwissenschaft der Universität Paderborn in Handball und Segeln

Auf Wiedersehen Dieter Thiele: Impressionen ...



Wettkampfsport im Hochschulsport Paderborn



Foto: privat

Beim American Football ist oftmals voller Körpereinsatz gefragt.

Der Hochschulsport Paderborn ist Mitglied im Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband e. V. (adh), dem bundesweiten Dachverband der deutschen Hochschulsportvereinigungen in Deutschland. Pro Jahr veranstaltet der adh über 50 nationale Wettkampfveranstaltungen in über 30 Sportarten.

Studierende und Mitarbeitende der Mitgliedshochschulen können im Team und als Einzelstarter/-innen bei den jeweiligen Deutschen Hochschulmeisterschaften (DHMs), den Deutschen Hochschulpokal-Veranstaltungen sowie den adh-Open teilnehmen. Es werden Wettkämpfe in den klassischen Disziplinen wie Schwimmen oder Leichtathletik, in beliebten Ballsportarten (z.B. Basketball) und in Trendsportarten (z.B. Snowboard) angeboten. Neben den offiziellen Wettkämpfen werden darüber hinaus auch nationale Fun-Turniere ausgerichtet. Neben den nationalen Wettkämpfen werden auch internationale Wettkämpfe ausgerichtet.

Die Deutsche Hochschulmeisterschaft (DHM) ist das wichtigste Nationalturnier im deutschen Hochschulsport. In 35 Sportarten auf knapp 40 Deutschen Hochschulmeisterschaften kämpfen die Athletinnen und Athleten um die besten Plätze. Bei den DHMs nehmen Hobby- und Breitensportler gemeinsam mit Kaderathleten an den Wettkämpfen teil. Neben dem Leistungsvergleich stehen aber auch Begegnung, Kommunikation und Austausch im Vordergrund dieser Veranstaltungen. Die DHMs werden von unterschiedlichen adh-

Mitgliedshochschulstandorten in ganz Deutschland ausgerichtet. Eine Meldung zu den Wettkämpfen erfolgt immer über die jeweilige Hochschulsportvereinrichtung an den Hochschulen. Termine und Informationen zu den Wettkämpfen werden im adh-Kalender online veröffentlicht.

Neben den DHMs richtet der adh auch nationale Wettbewerbe, so genannte adh-Open, für Sportarten aus, die sich nicht im Sportartenkanon des adh befinden. In diesen Sportarten werden keine DHMs veranstaltet. Ein weiterer adh-Wettbewerb ist die adh-Trophy, die zu den jüngsten im adh-Wettkampfprogramm zählt. Hier können sich Hochschulsportvereinigungen in Trend- und Funsportarten messen. In diesem Jahr nahm eine Vielzahl an Sportlerinnen und Sportlern der Universität Paderborn erfolgreich an den verschiedenen adh-Meisterschaften teil. Im Folgenden werden einige davon stellvertretend für die Wettkampfteilnahmen genannt:

Harun Özdemir konnte am 10.6.2012 bei der DHM Taekwondo in Tübingen den ersten Platz in der Herrengewichtsklasse 58kg erlangen.

Erstmalig nahm das **Ultimate Frisbee-Team „Sieben Todsünden“** des Hochschulsports Paderborn unter der Leitung von Kai Szewczyk, Michael Mascher und Sarah-Denise Nowak an der DHM Ultimate Frisbee in Kassel teil. Am 23.06.2012 traten die insgesamt 14 Spielerinnen und Spieler gegen namhafte Gegner aus dem gesamten Bundesgebiet an. Am Ende

des Turniers erreichten die „Sieben Todsünden“ den 14. Platz und konnten sich somit direkt für die DHM 2013 qualifizieren. „Bei der ersten Teilnahme an der DHM fiel die kämpferische Einstellung der Paderborner Spieler positiv auf. Jetzt müssen die Spiele gemeinsam analysiert und es muss an den Schwächen gearbeitet werden, damit die nächstjährige Teilnahme noch erfolgreicher gestaltet werden kann. Hervorzuheben ist die Leistung der Damen, die in dem gemischt gespielten Sport, aufgrund des Openmodus der DHM, oftmals gegen männliche Spieler antreten mussten und dieses mit Bravour meisterten“, lobte Trainer Kai Szewczyk sein Team. Neben der Teilnahme an der DHM, waren die „Sieben Todsünden“ auch auf der Deutschen Mixed Meisterschaft Anfang Juni in München vertreten. Letztlich konnte das Team den 22. Platz von insgesamt 32 Mannschaften erreichen.

Am 30.06. und 01.07.2012 fand die DHM Volleyball der Männer in Chemnitz statt. Das Paderborner **Volleyball-Team** erkämpfte sich nach zwei erfolgreichen Vorrunden in Bielefeld und Köln den 5. Platz und ist leider knapp an einer Medaille gescheitert.

In diesem Jahr hat das **American Football-Team** des Hochschulsports Paderborn erfolgreich am Hochschulbowl 2012 in Hamburg teilgenommen. Die Paderborn Unicorns erzielten den 1. Platz am 14.07. und 15.07.2012 in Hamburg.

Darüber hinaus nahmen Mitglieder des **Unterwasserrugby-Teams** des Hochschulsports am 07.07. und 08.07.2012 in Bielefeld an der adh-Trophy Unterwasserrugby teil. Paderborn bildete eine Spielgemeinschaft mit Köln und Bonn und errang am Ende den 6. Platz.

Die Paderborner Hochschulsportteams sind nicht nur auf den adh-Wettkämpfen aktiv. Seit Oktober 2011 nimmt das Floorballteam USF Paderwans am aktiven Ligabetrieb der Verbandsliga-West (Herren Kleinfeld) teil. Dies war durch eine Vereinsgründung durch die Spieler des Floorballteams möglich. Unter der Leitung von Trainer Krzysztof Müller wurden neun der insgesamt zehn Spiele gewonnen und die USF Paderwans gingen als Sieger der Liga hervor. „Getoppt wurde das Ergebnis nur noch durch die Auszeichnung des besten Torhüters (Daniel Scholz) und des besten Spielers (Torsten Hennig), die ebenfalls aus den eigenen Reihen stammen. Der anschließende Kampf um den Aufstieg („Playoffs“) in die Regionalliga West wurde zwar verloren, ist aber angesichts der erst jungen Geschichte unseres Vereins durchaus zu verkraften“, berichtet Imke von Bargen, Mitglied im Floorballteam.

Wir bedanken uns bei allen Sportlerinnen und Sportlern und beglückwünschen euch zu einer tollen Wettkampfsaison 2012! (ls)



Großer Jubel herrschte beim American Footballteam des Hochschulsports Paderborn.

Der Tanzball – diesmal unter dem Motto „Feuer und Flamme“

Die verschiedenen Angebote im Programm des Hochschulsports ermöglichen die vielfältige Welt des Tanzens zu entdecken.

Von Ballett über Bauchtanz, Breakdance, Disco Fox, Musical Dance bis zu Salsa und Swing ist für Jeden etwas dabei – ob Anfänger, Fortgeschrittene oder Tanzbegeisterte, die nicht genug bekommen können. Beim Tanzen steht neben dem Erlernen einfachster Tanzschritte und ganz verschiedener Tanzarten vor allem die ästhetische Dimension im Vordergrund. Jeder hat in Form von Bewegung die Chance, sich auszuleben, zu zeigen und zu verwirklichen.

Der ganze Körper wird unter den Prämissen Individualität und Kreativität beansprucht.

Jedes Jahr findet als Highlight zum Ende des Wintersemesters der Tanzball von

allen Hochschulsporttanzkursen der Universität Paderborn statt. Willkommen sind aber nicht nur alle Tänzerinnen und Tänzer der aktuellen Kurse, sondern auch Schnupperfreudige, Anfänger, Fortgeschrittene und Ehemalige.

Dieses Jahr geht der Tanzball unter dem Motto „Feuer und Flamme“ in die 28. Runde. Er wird ehrenamtlich von Tanztrainerinnen und -trainern des Hochschulsports organisiert und findet **am 12.01.2013 ab 19.30 Uhr im Ferrarisaal des Schützenhofes in Paderborn** statt. Die gute Stimmung, das Zusammentreffen von allen Kursen und Leistungsstufen, die angenehme Atmosphäre und zwei Showacts machen den Tanzball zu einem Muss für Jedermann. (lp)

Ablauf

Einlass
Begrüßung
Erste Tanzrunde
Eröffnung des Buffets
Zweite Tanzrunde
Showact I
Dritte Tanzrunde
Showact II
Tanzen (Open end)



Tag des Hochschulsports 2012

Zum vierten Mal fand am Mittwoch, 20.06.2012, der „Tag des Hochschulsports“ an der Universität Paderborn statt. Zusätzlich war die Stressless-Academy der Techniker Krankenkasse (Gesundheitspartner des Hochschulsports) zu Gast.

„Der Tag soll Studierenden und Mitarbeitenden der Universität unser Kursangebot näher bringen. Wer Interesse hat, kann die Sportarten einfach mal ausprobieren um zu sehen, ob es Spaß macht“, so Uli Kussin, Leiter des Hochschulsports.

Morgens um 11:00 Uhr startete der Tag mit dem „Sportmarkt der Möglichkeiten“. Im Bibliotheksfoyer der Universität gaben die Trainer und Trainerinnen Auskunft über ihre vielfältigen Kursangebote.

Der Hochschulsport präsentierte sich gemeinsam mit der Gesunden Hochschule an einem Stand rund um das Thema Bewegung und Gesundheit. Dort konnten Studierende Ideen für studierendenspezifische Gesundheitsangebote aufschreiben.

Darüber hinaus war die Techniker Krankenkasse mit einem Stand der „Stressless-



Foto: Patrick Kleibold

Während der Zumba-Night dominierten heiße Rhythmen.

Academy“ vertreten, an dem Studierende Informationen rund um das Thema Stress und Stressprävention erhalten konnten. Zusätzlich wurden so genannte Cardio-

scans angeboten, bei denen die Studierenden mittels Herzfrequenzmessung ihren Stresspegel erfahren konnten. „Über 250 Studierende besuchten unseren Stand

und informierten sich über unser Angebot. Viele der jungen Menschen haben sich bedankt, dass wir uns um das Thema Stress kümmern“, berichtete Andrea Kleinbreuer, Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit der Techniker Krankenkasse.

Am Nachmittag fanden kostenlose Schnupperkurse des Hochschulsports unter dem Motto „Pack den Turnbeutel ein“ statt: Von Autogenem Training über Salsa, Flamenco und Lacrosse bis hin zu Golf und Floorball.

Zum Abschluss des Tages veranstaltete der Hochschulsport ab 20:00 Uhr eine Zumba-Night in der Sporthalle der Universität. An der Zumba-Night nahmen 150 Teilnehmer und Teilnehmerinnen teil. Die Zumba-Trainerinnen Natalie Reynolds und Aleksandra Miljkovic heizten den anwesenden Zumba-Begeisterten mit viel guter Laune und heißen Rhythmen ein. „Die Zumba-Night war ein voller Erfolg!“, konnte Lena Schalski, Mitarbeiterin des Hochschulsports, verzeichnen. **(ls)**

Uli Kussin ist neuer Leiter des Hochschulsports

Welche Ziele verfolgst du als Leiter des Hochschulsports?

Generell wünsche ich mir erst einmal eine stetige Weiterentwicklung in quantitativer sowie in qualitativer Hinsicht. Mit der „Gesunden Hochschule“ soll die Kooperation weiterhin gut verlaufen, damit ein gesundheitsfördernder und aktiver Lebensstil gesichert wird. Projekte und Maßnahmen wie der Pausenexpress, das GTZ, die Mobile Massage usw. sollen auch in Zukunft wichtiger Bestandteil der Unternehmenskultur der Universität sein und gewinnbringend im Sinne der Gesundheitsförderung und des Wohlbefindens umgesetzt werden. Das Team des Hochschulsports ist und soll ein Team sein, welches auf „bewegliche Bedürfnisse“ reagiert und die Identifikation mit der Universität durch sein Angebot stärkt.

Wie sieht ein aktueller Arbeitstag von dir aus?

Ich muss jeden Tag viel lernen und entdecke Geheimnisse, die ich bisher aus dem Wissenschaftsbereich und der Lehre nicht kannte. Mein Alltag lässt sich mit wenigen Worten als vielfältig und abwechslungsreich beschreiben. Inhaltlich erwartet mich viel Büro- und Strukturarbeit.

Dominiert wird mein Bürotag auch von vielen Treffen, Gesprächen und Projekten mit den verschiedensten Angehörigen der Hochschule. Eine aktuell wichtige Aufgabe stellt die Fertigstellung und Inbetriebnahme der neuen Halle in SP 2 dar.

Bei all dem Neuen ist das zentrale, alltägliche Geschäft, wie die Verwaltungsarbeit zu erledigen oder das Kursprogramm zu organisieren, um allen Teilnehmenden

gerecht zu werden, nicht zu vernachlässigen.

Was zeichnet den Beruf „Leiter des Hochschulsports“ aus? Was zeichnet dich als Leiter des Hochschulsports aus?

Geduld, Kreativität, Pragmatismus und Flexibilität. Ich bin im Bereich der Sportwissenschaft groß geworden. Als Leiter des Hochschulsports empfinde ich die praxisnahe, organisatorische Arbeit als sehr angenehm. Das Profil verlangt, eine Vielfalt an Aufgaben abzudecken, die den Beruf sicher nicht langweilig erscheinen lassen.

An welchen aktuellen Projekten arbeitest du gerade?

Momentan arbeitet das Team des Hochschulsports an Projekten zur Gestaltung eines aktiveren Lebensstils der Studierenden und Mitarbeitenden. Diese Projekte stehen unter den Prämissen Bewegung, Sport und Gesundheit. Eine weitere Aufgabe stellen die neuen Sportflächen dar, die einer Komplimentierung in das HSP-Programm bedürfen. Nicht zu vergessen sind der Aufbau und die Entwicklung eines neuen Teams durch die Pensionierung von Dieter Thiele und dem Standortwechsel von Lena Schalski.

Was gefällt dir an deinem Beruf besonders?

Die tägliche Arbeit und der Umgang im und mit Sport und Bewegung im Bereich Freizeit, Gesundheit und Leistung. Die verschiedenen Aufgaben, wie die Organisation und Verwaltung all dessen, die Events und Sonderveranstaltungen, aber auch die

Projekte und Initiativen uns stetig zu entwickeln und zu verbessern, lassen „die Zeit wie im Flug vergehen“.

Worauf können sich die Teilnehmenden in naher Zukunft freuen?

Ohne zu viele Versprechungen zu machen ist es unser Bestreben, den Anforderungen und Bedürfnissen aller Teilnehmenden auf Dauer gerecht zu werden. Wir verstehen uns als ein wichtiger integraler Bestandteil der Universität und wissen um die Herausforderungen an Bewegung und Sport im Sinne der Freizeitgestaltung und Gesundheitsförderung zur Identifikation mit und Wohlbefinden an der Universität.

Diesbezüglich gilt unser Dank auch allen Unterstützern, Partnern und vor allem den vielen Teilnehmenden, die uns stetig ermutigen, noch mehr zu tun und eine wichtige Funktion im Leben an der Universität einzunehmen und unseren Beitrag zu leisten.

Was würdest du gerne ändern?

Grundsätzlich nichts, lediglich einige kleine strukturelle Änderungen in den Abläufen habe ich bisher vorgenommen.

Der Hochschulsport war und ist äußerst gut aufgestellt und die bisherigen Abläufe haben sich alles in allem bewährt. Nichts desto trotz freuen wir uns über die kommenden Neuerungen durch die neue Sporthalle und den Tanzsaal, sodass wir sicher noch attraktiver werden können. Außerdem sind wir immer auf die Mithilfe und Rückmeldung

Name:	Uli Kussin
Geburtsdatum:	29.12.70er
Sportarten:	Spielsport & Gesundheitssport
1995 – 2000	Studium Sportwissenschaft
2000 – 2012	Dozent an der Uni Paderborn
ab 01.08.2012	Leiter des Hochschulsports

gen der vielen Teilnehmenden angewiesen und wünschen uns durchaus (noch) mehr Kritik und Vorschläge

Welche personellen Erneuerungen gibt es im Hochschulsport?

Seit dem 01.08. sind Dieter Thiele und Lena Schalski aus unserem Team ausgeschieden, daher sind wir im Moment bestrebt, ein neues Team aufzubauen, um die ganze Arbeit wieder auf mehrere Schultern zu verteilen. Durch die neue Sporthalle und die beginnenden bzw. geplanten Projekte und Maßnahmen zur Gesundheitsförderung für Studierende und Mitarbeitende werden wir auch personell ab dem WS wieder wachsen.

Zudem freue ich mich ganz besonders, dass seit dem 01.09. unser Team durch Miriam Struk verstärkt worden ist, die eine Ausbildung zur Sport- und Fitnesskauffrau angefangen hat. **(lp)**

Kursleiterportraits



Ich heiße...

Franziska Tornier.

Ich bin Trainerin für...

Powerfitness, BBP, Powerbauch, Fit for fun und Body Pump.

Ich bin...

Dipl. Sportwissenschaftlerin.

Meine Hobbys sind....

Triathlon, Artistik (Jonglage, Einrad), Mountainbiken, Wandern, Surfen, Reisen, Kochen und guter Wein.

Ich arbeite gerne als Kursleiterin beim Hochschulsport, weil....

es super ist zu sehen, wie die Kursteilnehmer erschöpft aber glücklich den Kursraum verlassen und am Ende des Kurses individuelle Fortschritte für sich verbuchen können. Und NATÜRLICH, weil das Kollegium des Paderborner Hochschulsports einsame Spitze ist ;-).



Ich heiße...

Markus Klose.

Ich bin Trainer...

im Bereich Sportklettern.

Ich studiere...

die Fächer Sport und Geschichte auf Lehramt.

Meine Hobbys sind....

Bouldern & Klettern. Ich reise gerne in andere Länder um dort die Landschaft, die Felsen, das Essen und die anderen Nationen kennen zu lernen. Als Teamsport spiele ich Beachvolleyball oder auch Basketball. Neben dem Sport ist kochen meine Passion.

Ich arbeite gerne als Kursleiter beim Hochschulsport, weil....

der HSP mir den Raum und die Möglichkeit bietet meinen Sport zu präsentieren, mit sportbegeisterten Menschen zu arbeiten und ihnen bei ihrer persönlichen Entwicklung zu helfen.

Herzlich Willkommen im Hochschulsportteam...

Oliver Fuchsberger, Lena Grae, Holger Helling, Daniela Hülsebusch, Tanja Hülsebusch, Tatjana Janas, Christof Kleine, Alexander Kuhn, Moritz Laukamp, Cederic Lenz, Michael Mascher, Stefan Mohr, Boujama Nemili, Sarah-Denise Nowak, Carolin Peter, Henrik Strohe, Kai André Szewczyk, Franziska Tornier, Alina Windhausen, Handan Eroglu, Susanne Kimmich

Natürlich bedankt sich das gesamte Hochschulsportteam bei allen aktiven Kursleiterinnen und Kursleitern für die tolle Arbeit und euer Engagement in der Sommersaison 2012! Wir freuen uns auf ein neues sportives Wintersemester 2012/13 mit euch ... denn ihr bewegt die klugen Köpfe an der Uni Paderborn!

Macht's gut, und vielen Dank für die tolle Zusammenarbeit!

Alexander Brüne, Kirsten Budde, Martin Busch, Tobias Dornieden, Carolin Feinbier, Daniel Fromme, Marcel Katz, Karin Mühlendiek, Tina Niedziella, Katharina Petereit, Corinna Schäfersbirken, Matthias Strotmeier, Tanja Werth, Constantin Werth, Alexander Pütsch

Termine im WS 2012/13

Auch im Wintersemester 2012/13 bietet der Hochschulsport allen Studierenden und Mitarbeitenden der Universität Paderborn ein vielfältiges und facettenreiches Sportprogramm. Wer mit dabei sein möchte, sollte ein paar Termine beachten:

01.10.2012 Start der Onlineanmeldung um 8.00 Uhr

08.10.2012 Start der Hochschulsportkurse

10.10.2012 Der Hochschulsport beim „Markt der Möglichkeiten“ im BiBo-Foyer

04.12.2012 Das HSP-Volleyballturnier in der Uni-Sporthalle

27.01.2013 Ende des Hochschulsportprogramms

Neu im Programm Vielfalt, die begeistert

Mit dem Wintersemester kommen neue Angebote: Fabio Poracos bietet den Kurs „Schnüffelspiele“ an, Magdalena Kamczyk möchte euch für das „Bodylicious Workout“ begeistern und Alina Windhausen stellt dieses Semester „Hot Iron“ vor. Und es wird noch vielfältiger: Melissa Naase leitet den neuen Kurs „Speed-Badminton“ (Foto unten), Handan Eroglu zeigt euch „türkische Folklore“, Udo Koch möchte euch für „Yiguan“ begeistern und Aleksandra MilijkoVIC bietet mit dem Kurs „Zumba Toning“ eine neue Variante des Zumbas an. Auch „Touch Rugby“ ist neu im Programm des Hochschulsports.



Besser arbeiten, besser studieren, besser leben!



WIR GEBEN IMPULSE FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG AN DER UNI PADERBORN

KONTAKT:
DIPL. SPORTWISS.
SANDRA BISCHOF
TEL: 05251-60-4305
E-MAIL: BISCHOF@ZV.UPB.DE

BILD: ALGELAL/PIXOLIO.DE

Impressum

Herausgeber:
Hochschulsport der Universität Paderborn

Redaktionelle Leitung:
Leonie Pagnotta (lp)

Redaktion:
Uli Kussin (uk)
Lena Schalski (ls)

Fotos und Abbildungen:
American Football
Archiv des Hochschulsports
Patrick Kleibold

Layout und Satz:
Heiko Appelbaum

Anschrift der Redaktion:
Universität Paderborn
- Hochschulsport-
Warburger Str. 100
33098 Paderborn
Tel.: 05251/60-5287
E-Mail: shk-sport@zv.upb.de

Ab dem 1. Oktober sind wir in unseren neuen Räumen für Sie da. Nutzen Sie unsere umfassende Beratung und Betreuung vor Ort – wir freuen uns auf Ihren Besuch:

Techniker Krankenkasse CampusTeam
Raum: ME 0 228
Warburger Straße 100
33098 Paderborn
Tel. 05251-68 1437

www.tk.de/vt/hans-norbert.blome

Die neue Adresse für Ihre Gesundheit.

TK
Techniker Krankenkasse
Gesund in die Zukunft.