

Pressemitteilung

Der Sommer kann kommen – mit dem neuen Semesterprogramm des Hochschulsports!

Ob Ballsportfan, Yoga-Freund oder auf der Suche nach Surf- und Segeltouren – das Sommersemesterprogramm des Hochschulsportzentrums der RWTH Aachen (HSZ) überzeugt durch große Vielfalt: So finden selbst Sportmuffel ein passendes Angebot und dem Start in einen fitten Sommer steht nichts mehr im Weg!

Es ist schon ein bekanntes Phänomen: Beim Anmeldestart der neuen Kurse ist auf der Internetseite des Hochschulsportzentrums einiges los – denn die Studierenden wollen sich möglichst schnell einen Platz in ihrer Lieblingsveranstaltung sichern. Dabei ist das Angebot auch zum Sommersemester 2017 gewohnt vielfältig: Ganze 2.000 angeleitete Kurse in über 90 Sportarten und zudem noch freie Angebote hat das HSZ im Programm. Warum eine so große Palette an Sportkursen wichtig ist? Damit jeder etwas finden kann, das ihm wirklich Spaß macht, denn Sport „bringt alle zusammen“, wie Peter Lynen, der Leiter des Hochschulsportzentrums, betont. Auch jene, die in der Schule noch keinen Spaß an Sportarten wie Leichtathletik oder Turnen entwickeln konnten, finden im Programm des HSZ etwas, um „ihre persönliche „sportliche Karriere zu starten“. Zudem bringt der Sport soziale Kontakte, die maßgeblich zum Gelingen des Studiums beitragen können.

Neben verschiedenen Kampfkünsten, Tanzkursen und unterschiedlichen Spiel- und Ballsportarten, liegt dem HSZ auch der gesundheitsfördernde Sportbereich sehr am Herzen. Daher gibt es im Sommersemester wieder einige Yoga- und Pilateskurse, sowie Entspannungs- und Aufmerksamkeitstrainings. Zudem soll ein „aktiverer Alltag zur Gewohnheit werden“, erklärt Uwe Bollmann, wissenschaftlicher Mitarbeiter am HSZ und Experte im Gesundheitsbereich. Mit dem Studierenden Pausenexpress soll Bewegung in Vorlesungen und Seminare kommen und auch mit verschiedenen Stationen entlang der Wege, beispielsweise zwischen Mensa und Universität, sollen Bewegung und Sport zum Alltagshandeln der Studierenden werden. Denn gerade

diese sitzen besonders viel, was sich negativ auf die allgemeine Gesundheit auswirkt. Um dem auch bei Bediensteten der RWTH entgegenzuwirken, organisiert die Hochschule am 10. Mai den „RWTH Gesundheitstag“, an dem unter anderem ein Sitz-Check vorgenommen wird und man Tipps für einen bewegten Arbeitsalltag bekommen kann.

Sportbegeisterte können selbstverständlich noch weitere Events im Sommersemester erwarten: Am 2. Juni findet der 1. RWTH Aachen Campuslauf auf dem Campus Melaten statt, der dieses Areal beleben soll und mit drei verschiedenen Läufen eine breite Zielgruppe anspricht. Neben diesem Neuling bietet das HSZ auch zwei Kultevents, die schon seit Jahrzehnten Bestand haben: Der RWTH FH SPORTS DAY am 21. Juni bietet einen bunten Einblick in sämtliche Sportarten und der Lousberglauf am 5. Juli kann als DAS Laufevent Aachens angesehen werden, dessen Anmeldung am 8. Mai beginnt – und erfahrungsgemäß nach wenigen Minuten ausgebucht sein wird.

Noch nicht ganz ausgebucht, aber in der warmen Sommerzeit auch sehr beliebt sind zudem die vom HSZ angebotenen Wassersportkurse. In der Veranstaltungsstätte Wildenhof am Rursee haben Wasserratten die Gelegenheit, sich bei den verschiedenen Wassersportangeboten auszutoben. So stehen beispielsweise Segel- und SUP-Kurse auf dem Programm. Reiselustige haben zudem die Möglichkeit, eine der Extratouren in den Niederlanden, Spanien oder Südfrankreich mitzuerleben.

Das Sommersemester 2017 hat sportlich einiges zu bieten – also schnell für die Restplätze oder eine Tour anmelden! Weitere Infos gibt es im aktuellen Programmheft oder unter hochschulsport.rwth-aachen.de

Aachen, 26.04.2017

i. A. Silvia Möller, Presseassistentin