UNIVERSITÄT GREIFSWALD
Wissen lockt. Seit 1456

Medieninformation

Gemeinsam fit bleiben mit den digitalen Kursen des Hochschulsports

Universität Greifswald, 27.03.2020

Die Corona-Krise befördert kreative Lösungen. Auch der Hochschulsport hat sich etwas einfallen lassen und bietet ab nächster Woche, 30. März 2020, ein vierwöchiges Kursprogramm per Livestream an. Auf diese Weise können sowohl Universitätsangehörige als auch externe Personen von zuhause aus an den Kursen teilnehmen. Darunter Zumba, Yoga oder das Full Body Workout. Für alle Kurse gibt es noch freie Plätze. Die Einschreibung erfolgt online. Vor jedem Kurs bekommen die Teilnehmenden einen Link von den Trainer*innen für die jeweilige Kurseinheit zugesandt.

Sport stärkt das Immunsystem und hilft positiv zu bleiben. Anspannung und gezielte Entspannung sorgen für Balance. Und: Gemeinschaft stärkt.

"Aus diesem Ansatz heraus haben wir kurzfristig Kontakt mit einigen Übungsleitern aufgenommen. Durch den engagierten Einsatz aller und trotz Homeoffice haben wir nun innerhalb einer Woche gemeinsam ein Programm auf die Beine gestellt, an welchem man ohne weitere Hilfsmittel und Vorkenntnisse teilnehmen kann. Insgesamt stehen 23 Kurszeiten aus sechs Sportarten zur Auswahl. Eine schnelle Umsetzung und geringe Hürden standen dabei im Vordergrund. Darüber hinaus können wir so zumindest in einigen Fällen die Einnahmeausfälle bei unseren Übungsleitern etwas kompensieren", so der Leiter des Hochschulsports Michael Bödow.

Weitere Informationen

Website Hochschulsport

Als Plattform nutzen die Trainer*innen die Software "ZOOM". Eine Registrierung ist nicht notwendig.

• Zugang PC oder Laptop: Link und Passwort direkt auf der Internetseite von Zoom einfügen und den "virtuellen" Raum betreten.
• Zugang Tablet oder Smartphone: Kostenlose Zoom Cloud Meeting App in GooglePlay oder im AppStore herunterladen. Link und Passwort eingeben und beitreten.

Zu den Medienfotos

Ansprechpartner an der Universität Greifswald
Michael Bödow
Leiter Hochschulsport
Telefon +49 3834 420 3625
michael.boedow obscureAddMid() uni-greifswald obscureAddEnd() de
hochschulsport obscureAddMid() uni-greifswald obscureAddEnd() de