

Vom 15. März 2004 bis
16. Juli 2004 (ausgenommen
Frühlingsferien
9.4.04 bis 25.4.04)

ZHW Sportprogramm Sommersemester 2004

Trainingscenter ZHW Sport

Laufftreff	Mo	18.00	Vitaparcours Eschenberg	Treffpunkt Turnhalle Heiligberg
Lauftraining	Mo–Fr	08.00–21.30	Vitaparcours 2,2 km Vitaparcours 2,4 km, Finnenbahn Laufftreff 1,6 km, 5,1 km, 6,4 km Vitaparcours 2,5 km	Breite, Eschenberg Lindberg Lindberg Hegiberg
Schwimmen*	Mi	17.45–18.30		Hallenbad Geiselweid
Biketreff	Do	18.00		Treffpunkt Sportplatz Deutweg
Krafttraining	Mo–Do	12.00–13.30	Kraftraum	Tribüne Sportplatz Schützenwiese

Gut zu wissen: Im Gebäude W stehen ebenfalls zwei Duschen zur Verfügung.

Trainingslektionen ZHW Sport

Montag	12.00–12.45	Kondi	G	Turnhalle Geiselweid
	12.00–12.45	Unihockey Spiel	G	Turnhalle Geiselweid
	18.15–19.45	Volleyball Training	G	Turnhalle Heiligberg
Dienstag	12.00–12.45	Kondi	G	Turnhalle Geiselweid
	12.00–12.45	Fussball Spiel	G	Turnhalle Lind Nord
	17.30–19.00	Unihockey Spiel	G	Turnhalle Lind Nord
Mittwoch	12.00–12.45	Kondi	G	Turnhalle Geiselweid
	17.45–18.30	Schwimmen*	I / B	Hallenbad Geiselweid
	18.30–20.00	Badminton «Training»	G	Turnhalle Berufsfachschule (BFS)
	20.00–21.30	Badminton «Plausch»	G	Turnhalle Berufsfachschule (BFS)
Donnerstag	12.00–12.45	Kondi	G	Turnhalle Heiligberg
	18.00–19.30	Klettern*	G	Block

G = Geleitetes Training, I / B = Individuelles Training mit Betreuung

* = Eintritt mit Legi bzw. Sportausweis für Mitarbeitende der ZHW

Turniere und Events ZHW Sport

ZHW BasketNight	Freitag auf Samstag	2. April 2004
ZHW Fussballturnier	Semesterturnier, Spiele jeweils am Donnerstag von 17.45–19.00 Uhr	Mai bis Juli 2004 Sportplatz Talgut
Kantonales FH-Turnier	Beach Volleyball Tagesturnier, ca. 10.00–16.00 Uhr	5. Juni 2004 Sportplatz Deutweg
Curlingschnuppertag	Gratis in der Eishalle Wetzikon, Interessenten melden sich bei marco.feldmann@zhwin.ch	ca. Oktober 2004

Die Ausschreibung für die BasketNight und die Turniere wird anfangs Semester verteilt.

Specials ZHW Sport

Golf Kurs, Winterberg Golf & Academy	Kurs I	Anfänger	28.4.–5.5., jeweils Mi, 19.00–20.30 Uhr
	Kurs II	Anfänger	12.5.–9.6., jeweils Mi, 19.30–21.00 Uhr
	Kurs III	Fortgeschrittene	17.5.–5.7., jeweils Mo, 19.30–21.00 Uhr
	Kosten	Fr. 260.– pro Person / Kurs	25.5.–6.7., jeweils Di, 19.30–21.00 Uhr
Inline-Happening	17.45–19.15	Bremskurs	Donnerstag, 27. Mai 2004
	19.15–20.15	Tour	
	20.15	Inline Party	
Tai Chi Schule Wartstr. 12 beim HB W'thur	Anfängerkurs		1.4.–8.7., jeweils Do, 12.45–13.45 Uhr
	Kosten	Fr. 225.– pro Person / Kurs	
Massage an der ZHW	Preis je nach Dauer. Rabatt für Studierende.		Termin nach Absprache mit Michaela Reutemann, Tel. 052 267 75 30

Die Ausschreibung für die Kurse und das Inline-Skating wird anfangs Semester verteilt.