

»Goethe-Play«, HYROX, Stand Up Paddling und vieles mehr

Martin Miecke, Leiter des Zentrums für Hochschulsport (ZfH), über das Sportprogramm im Sommersemester

Herr Miecke, auf welche sportlichen Neuheiten darf man sich freuen?

In diesem Semester werden wir unser Programm erweitern und das Bootshaus der Goethe-Universität mit weiteren Sportangeboten ausstatten. Neben unseren Ruderkursen wird sowohl die Möglichkeit bestehen, Stand-up-Paddling-Kurse (SUP-Kurse) zu buchen oder Boards zu leihen als auch Fitness- und Gesundheitskurse, die im Außenbereich des Bootshauses stattfinden werden, zu belegen. In diesem Ambiente direkt am Main fällt die Bewegung besonders leicht.

Einige Ihrer Angebote wenden sich direkt an die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Goethe-Universität.

Ja, wir wollen mit „Goethe-Play“ den Angehörigen der Goethe-Universität Möglichkeiten einer alternativen Pausengestaltung auf dem Campus Westend anbieten. So werden wir mit unserem Lastenrad Spiel-, Bewegungs- und Entspannungsmöglichkeiten auf die große Rasenfläche am Westend bringen. Das Zentrum für Hochschulsport wird bei schönem Wetter Sportge-



Der Sportcampus Ginnheim. Foto: Dettmar

räte wie Bälle, Frisbees und Badmintonschläger ebenso kostenlos zu Verfügung stellen wie Picknickdecken. Gegenwärtig sind auch kostenlose Bewegungsangebote zur Mittagspausenzeit geplant. Hierbei wird es auf das Engagement der Mitarbeiter ankommen, welches sich für ihre Gesundheit, Fitness

und ihr Wohlbefinden positiv auswirken wird. Hinzu kommt der Pausenexpress, den die Mitarbeitenden der Goethe-Universität beim Zentrum für Hochschulsport buchen können und der sich weiterhin großer Beliebtheit erfreut, auch hier werden wir unsere Kapazitäten im Sommersemester steigern.

Darüber hinaus wird es auch wieder einen Vorbereitungslauftreff für den J.P. Morgan Lauf geben, an dem alle Beschäftigten der Goethe-Universität teilnehmen können.

Sport hat ja auch oft mit Wettkampf zu tun. Wo können Sportbegeisterte ihre Kräfte messen?

Gerne möchte ich alle Interessierten zur ersten Summer-Challenge nach Ginnheim am 26. Juni einladen. Bei diesem Multisportwettkampf können sich Teams in unterschiedlichen Sportarten miteinander messen und im Anschluss gemeinsam den Abend ausklingen lassen, ganz nach unserem Motto „Bewegen und Begegnen“. Neben den Klassikern Fußball und Beachvolleyball werden wir auch ein Turnier in Spikeball integrieren.

Neben den Dauerbrennern gibt es im Sportprogramm immer wieder auch Neuheiten – können Sie mal ein Beispiel nennen?

Unter anderem werden wir zwei HYROX-Kurse ins Programm aufnehmen; hierbei handelt es sich um eine Kombination aus funktio-

nellen Krafttraining, Intervalltraining und klassischem Ausdauersport. Insgesamt warten ca. 100 verschiedene Sportarten in mehr als 250 Kursen und über 100 Übungsleiter auf die Teilnehmenden. Unser großes Ziel bleibt weiterhin, in den nächsten Semestern ein abwechslungsreiches, innovatives und hochwertiges Hochschulsportprogramm zu bieten, welches Teil der Willkommens- und Integrationskultur der Goethe-Universität ist.

Fragen: Dirk Frank

Das Sportprogramm Sommersemester 2019 wird auf der Website veröffentlicht:
www.uni-frankfurt.de/57229162/Sportprogramm_Sommersemester_2019