

Ferienprogramm CampusSport

Kurszeitraum 20.07.2026 bis 02.10.2026



Mehr Infos zu den Kosten und der Anmeldung:
www.frankfurt-university.de/campusport

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Kursangebote zwischen 10:00 und 20:15 Uhr	13:45 - 14:00 Schulter-Nacken-Reset (Quickies für Geist & Körper)	13:30 - 13:45 Pausenexpress (Quickies für Geist & Körper)	12:00 - 13:00 Yoga (Mitarbeitende & Lehrende)	12:00 - 13:00 Rückenfit (Mitarbeitende & Lehrende)		10:00 - 12:00 Calisthenics *³ (Alle Level)
	17:15 - 18:30 Step & Style (Alle Level)	13:15 - 14:00 Faszientraining (ZPP-Kurs)	13:30 - 14:30 Yoga - ZPP (Alle Level)	13:15 - 13:30 Rücken lockern (Quickies für Geist & Körper)	18:00 - 19:30 Kickboxen (Fortgeschrittene)	10:00 - 12:00 Rudern auf dem Main *² (Anfänger*innen)
	19:00 - 21:00 Capoeira (Alle Level)	18:15 - 19:15 Pilates - ZPP (Fortgeschrittene)	17:00 - 18:00 Gesunder Rücken - Kräftigung - ZPP (Alle Level)	17:00 - 18:30 FIT 4 FUN (Alle Level)		
		17:45 - 19:15 Parkour (Alle Level)	18:45 - 20:15 Calisthenics *¹ (Alle Level)	18:00 - 19:30 Rudern auf dem Main *² (Fortgeschrittene)		

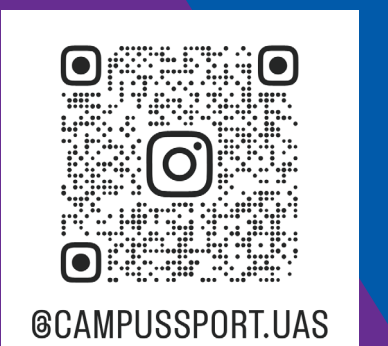
(ZPP) Zentrale Prüfstelle Prävention = von Krankenkassen bezuschusste Präventionskurse

*1 = Sportpark, auf dem Campus zwischen Gebäude 3 und 4

*2 = Ruderverbindung Rheno Franconia e.V., Mainfeldstraße 33, 60528 Frankfurt am Main

*3 = Freie Sportanlage am Hafenpark, neben der Europäischen zentralbank (EZB)

Folge uns auf
Instagram



@CAMPUSSPORT.UAS

Multifunktions-
raum

Erdgeschoss
Gebäude 10

Online

digitale Angebote via
MS Teams

Outdoor

Auf und abseits des
Campus

Sportbüro
Geb.10, EG, Raum E05
campussport@fra-uas.de
Tel.: +49 69 1533-2695



CampusSport