

Nutzerinformationen Kraft- und Cardioraum

- Die Buchung des Kraftsport- und Kardio-Raums beinhaltet die Nutzungsmöglichkeit **beider** Trainingsräume.
- Die Buchung des Kraftsport- und Kardio-Raums beinhaltet die semesterweise, terminlich ungebundene, bei Bedarf wöchentlich mehrmalige Nutzung der Trainingsräume während der regulären Öffnungszeiten.
- Die Nutzung ist erst nach persönlicher Abholung der Zutrittskarte im Büro des Unisportzentrums möglich.
- Aufgrund der begrenzten Raumgrößen können maximal acht Sportler gleichzeitig in einem Raum trainieren.
- **Alleine Trainieren ist untersagt!** Sorge immer dafür das mindestens ein weiterer Sportler anwesend ist.
- Während der Öffnungszeiten gilt "freies Training".
- Betreutes Training wird täglich von 20.30 - 21:50Uhr angeboten; freitags 17.00 - 18.00Uhr (vfZ: 20.00 bis 21.00Uhr)

Usage information strength and cardio room

- Booking the GYM and cardio room includes the use of **both** training rooms.
- The booking of the GYM and cardio room includes the use of the training rooms during regular opening hours on a semester basis, with no time restrictions and several times a week if required.
- You may use the facility only after picking up your access card in person at the Unisport Center office.
- Due to the limited room sizes, a maximum of eight athletes can train in one room at the same time.
- **Training alone is prohibited!** Always ensure that at least one other athlete is present.
- Free training applies during opening hours.
- Supervised training is offered daily from 8:30 p.m. to 9:50 p.m.; on Fridays from 5:00 p.m. to 6:00 p.m. (vfZ: 8:00 p.m. to 9:00 p.m.)

Öffnungszeiten des Kraft- und Cardio-Raums | Opening hours of the strength and cardio room in the

Öffnungszeiten	Montag / Monday	Dienstag / Tuesday	Mittwoch / Wednesday	Donnerstag / Thursday	Freitag / Friday
Semester	09.00 - 21.50 Uhr	09.00 - 21.50 Uhr	09.00 – 17.00Uhr 18.00 – 21.50 Uhr	09.00 – 18.30Uhr 20.15 – 21.50Uhr	09.00 - 18.00 Uhr
vorlesungsfreie Zeit vfZ	09.00 - 21.00 Uhr	09.00 - 21.00 Uhr	09.00 - 21.00 Uhr	09.00 – 21.00Uhr	09.00 - 18.00 Uhr