



vielfältig. leben. bewegen»

---

## Спортивні пропозиції для біженців з України в UNISPORT Jena

### Запрошуємо на UNISPORT- Пропозиції від 2.4.

**Розклад тренувань:** футбольний клуб для дітей/дорослих: субота 17.00-18.30  
відкритий фізкультурний клуб для дітей/дорослих: субота 17.00-18.30

**Розташування:** поле зі штучним покриттям 1, університетський спортивний центр (Oberaue 1)

**Примітка:** реєстрація не потрібна

### **Картка UNISPORT**

Щоб кожен міг обрати з широкого спектру видів спорту, ми надаємо карту [UNISPORTCard](#), яка є доступною для всіх біженців безкоштовно. Це означає, що власники карток мають широкий вибір різних варіантів спортивних курсів, що доступні безкоштовно.

### Пропозиції від українців для українців

Чи хотіли б Ви особисто організувати спортивні пропозиції ?

**Контактна особа:** Andrea Altmann (Андреа Альтманн) [welcome.unisport@usvjena.de](mailto:welcome.unisport@usvjena.de)  
Спортивні пропозиції від кафедри Університету Jena e.V.

**Художня гімнастика** витончено поєднує гімнастику, танець і балет. Тут важливу роль відіграє поводження з п'ятьма ручними інструментами - мотузкою, обручем, м'ячем, булавами і оркестр - а також музичний супровід відіграє вирішальну роль.

Усі пропозиції за часом навчання можна знайти за адресою:  
<https://www.usvjena.de/rhythmischesportgymnastik/training.html>



vielfältig. leben. bewegen»

**Місце проведення тренування:** спортивний зал USV, Seidelstraße 20a  
**Контактна особа:** Dorothea Kempert (Доротея Кемперт) [rsg@usvjena.de](mailto:rsg@usvjena.de)  
**Дізнайтеся більше:** <https://www.usvjena.de/rhythmischesportgymnastik.html>

**Тхеквондо** включає в себе різні можливості. На передньому плані, спершу, необхідно опанувати техніку цього виду спорту. Як уже згадувалося, тут особливий акцент був зроблений на техніку стопи, яка буде розвиватися в подальшому курсі навчання і ставатиме все більш складною і вимогливою. **Розташування:** Спортивний центр університету Доджо  
**Контактна особа:** Andreas Herzog (Андреас Герцог) [andy\\_herzog@hotmail.com](mailto:andy_herzog@hotmail.com)  
**Дізнайтеся більше:** <https://www.usvjena.de/taekwondo.html>

### Силові тренування

Наша тренувальна база знаходиться недалеко від футбольного стадіону і пропонує, окрім іншого, багато брусків та дисків 3 платформи, 3 лавки, 2 стійки для присідань і 1 силовий штатив.

**Розклад занять:** понеділок з 18:00 год

**Розташування:** Стадіон 1, Jena (Sportforum)

**Контактна особа:** Wolf-Dieter Graf (Вольф-Дінер Граф) [wodigraf@gmail.com](mailto:wodigraf@gmail.com)

**Дізнайтеся більше:** <https://www.usvjena.de/kraftsport.html>

### Флорбол

Відділ флорболу пропонує різноманітні види спорту для молодих і літніх людей, що надзвичайно жваво та багато рухаються!

**Розташування:** спортивний зал USV (поля 2+3), Seidelstraße 20a

**Час занять:** четвер 16-17 год

**Догляд за дітьми:** діти від 4 років

**Контактна особа:** Max Strake (Макс Штарке) [max.starke@usvjena.de](mailto:max.starke@usvjena.de)

**Дізнайтеся більше:** <https://www.usvjena.de/floorball.html>

### Баскетбол (вік від 11 років, жінки)

**Час занять:** вівторок, 15:00 - 16:30

**Розташування:** спортивний зал UPS, поле 1

**Контактна особа:** Denise Alkewitz (Деніз Алькевіц) [denise.alkewitz@usvjena.de](mailto:denise.alkewitz@usvjena.de)