

KONTAKT

Friedrich-Schiller-Universität Jena
Bereich Hochschulsport
Oberaue 1
07745 Jena

Telefon: +49 3641 9-45777
Fax: +49 3641 9-45762
E-Mail: holger.ludewig@uni-jena.de



FIT IM TEAM

*TEAMtraining und ZusammenAKTIV
im Unisport.*

www.teamtraining.uni-jena.de

Herausgeber: Hochschulsport der FSU Jena
Fotos: Worsch, Christoph | Layout: Stabsstelle Kommunikation

TEAMTRAINING

Sie möchten mit Ihrem Team eine Auszeit aus dem Uni-
alltag nehmen? Wir bieten Ihnen eine Vielzahl an Erleb-
nissen in der Natur an. Unsere Trainings setzen sich aus
den drei Hauptfaktoren Erlebnis, Gemeinschaft und
Natur zusammen. Neben zahlreichen vorbereiteten
Angeboten gehen wir auch auf Ihre speziellen Wünsche
ein und werden versuchen, gemeinsam mit Ihnen Ideen
zu entwickeln und umzusetzen.

ZIELE DER TRAININGS

- Stärkung der Teamfähigkeit und Entwicklung
von Teamverständnis
- Entwicklung sozialer Kompetenzen
- Intensive Erlebnisse in der Natur
- Auszeit aus dem Alltag

ERLEBNISSE BEI UNS

- Floßbau
- Vertrauensübungen
- Geocaching / Schatzsuchen
- Kanutouren
- Teamspiele
- Mehrtagestouren
- Niedrigseilparcours
- Wald-Challenge
- ... und vieles mehr

Kontaktieren Sie uns, wir finden das richtige Training
für Sie!

ZUSAMMENAKTIV

Sie möchten als Gruppe Sport treiben, wissen aber
nicht wie und wo? Melden Sie sich bei uns und wir
organisieren Ihnen einen Platz und eine/n Trainer*in.
Sie sind ZusammenAKTIV und verbessern Ihr Team-
gefüge und die Stimmung im Team schnell und nach-
haltig.

BEISPIELE

- Beachvolleyball / Volleyball
- Yoga
- Basketball
- Stand Up Paddling
- Laufen
- Fußball
- Beachsoccer
- Zumba
- Selbstverteidigung
- Bubble Soccer
- ... und vieles mehr

Neugierig? Dann kontaktieren Sie uns!

