

Kraftkammersemesterkarte (**Wintersemester 2019/20**): Zur Benützung der USI-Kraftkammer außerhalb der Kurszeiten. Gültig bis **01.03.2020**.

**USI-Kraftkammer Öffnungszeiten (30.09.2019 bis 31.01.2020)**

Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag: 07.00 – 21.45 Uhr

Samstag: Geschlossen

Sonntag: 15.00 - 20.45 Uhr

Gesetzliche Feiertage geschlossen (<https://www.aau.at/usi/kursanmeldung-info/termine/>)!

LV-freie Tage laut Aushang!

**Kurszeiten (Stundenplan 30.09.2019 bis 31.01.2020):**

| USI-KK        | Montag                                                                                 | Dienstag                                                                                       | Mittwoch | Donnerstag                                                                   | Freitag                                                                            |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 16.30 - 16.45 | <b>1119</b><br>Einführung in die<br>USI-Kraftkammer<br>Johannes Isopp<br>16.30 - 18.00 | <b>1127</b><br>Krafttraining für<br>Menschen mit<br>Behinderung<br>Nina Gaugg<br>16.30 - 18.00 |          | <b>1108</b><br>Bodystyling für<br>Damen<br>Sandra Waczaunek<br>16.30 - 18.00 |                                                                                    |
| 16.45 - 17.00 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 17.00 - 17.15 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 17.15 - 17.30 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 17.30 - 17.45 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 17.45 - 18.00 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 18.00 - 18.15 | <b>1123</b><br>Individuelles<br>Krafttraining<br>Christoph Sagmeister<br>18.00 - 19.30 | <b>1148</b><br>Circletraining for<br>Ladies<br>Nina Gaugg<br>18.00 - 19.30                     |          | <b>1128</b><br>Power Circle<br>Mathias Hausberger<br>18.00 - 19.30           | <b>1121</b><br>Funktionelles<br>Krafttraining<br>Toni Lindsberger<br>18.00 - 19.30 |
| 18.15 - 18.30 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 18.30 - 18.45 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 18.45 - 19.00 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 19.00 - 19.15 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 19.15 - 19.30 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |

**USI-Kraftkammer Öffnungszeiten in den Weihnachtsferien (23.12.2019 bis 06.01.2020)**

23.12.2019: 07.00 – 14.45 Uhr

24.12.2019 bis 01.01.2020: Geschlossen

02.01.2020: 15.00 – 20.45 Uhr

03.01.2020: 07.00 – 12.45 Uhr

05.01.2020: 15.00 – 20.45 Uhr

06.01.2020: Geschlossen

**USI-Kraftkammer Öffnungszeiten in den Semesterferien (01.02. bis 01.03.2020)**

Montag bis Freitag: 07.00 – 19.45 Uhr

Samstag: 09.00 – 16.45 Uhr

Sonntag: 15.00 – 20.45 Uhr

\*25.02.2020 (Faschingsdienstag): 07.00 – 14.45 Uhr

Fitness center semester card ([winter semester 2019/20](#)): for using the USI-fitness center out of course lesson hours. Valid until **01.03.2020**.

**USI-fitness center opening hours (30.09.2019 bis 31.01.2020)**

Monday, Tuesday, Wednesday, Thursday, Friday: 07.00 – 21.45 hours

Saturday: closed

Sunday: 15.00 - 20.45 hours

Legal holidays closed (<https://www.aau.at/en/usi/schedule/>)!

Event-free days notices the USI notice board (2nd floor) and notices our homepage.

**Course timetable (30.09.2019 bis 31.01.2020):**

| USI-KK        | Montag                                                                                 | Dienstag                                                                                       | Mittwoch | Donnerstag                                                                   | Freitag                                                                            |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 16.30 - 16.45 | <b>1119</b><br>Einführung in die<br>USI-Kraftkammer<br>Johannes Isopp<br>16.30 - 18.00 | <b>1127</b><br>Krafttraining für<br>Menschen mit<br>Behinderung<br>Nina Gaugg<br>16.30 - 18.00 |          | <b>1108</b><br>Bodystyling für<br>Damen<br>Sandra Waczaunek<br>16.30 - 18.00 |                                                                                    |
| 16.45 - 17.00 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 17.00 - 17.15 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 17.15 - 17.30 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 17.30 - 17.45 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 17.45 - 18.00 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 18.00 - 18.15 | <b>1123</b><br>Individuelles<br>Krafttraining<br>Christoph Sagmeister<br>18.00 - 19.30 | <b>1148</b><br>Circletraining for<br>Ladies<br>Nina Gaugg<br>18.00 - 19.30                     |          | <b>1128</b><br>Power Circle<br>Mathias Hausberger<br>18.00 - 19.30           | <b>1121</b><br>Funktionelles<br>Krafttraining<br>Toni Lindsberger<br>18.00 - 19.30 |
| 18.15 - 18.30 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 18.30 - 18.45 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 18.45 - 19.00 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 19.00 - 19.15 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |
| 19.15 - 19.30 |                                                                                        |                                                                                                |          |                                                                              |                                                                                    |

**USI-fitness center opening hours during Christmas break (23.12.2019 bis 06.01.2020)**

23.12.2019: 07.00 – 14.45 Uhr

24.12.2019 bis 01.01.2020: closed

02.01.2020: 15.00 – 20.45 Uhr

03.01.2020: 07.00 – 12.45 Uhr

05.01.2020: 15.00 – 20.45 Uhr

06.01.2020: closed

**USI-fitness center opening hours during Semester break (01.02. bis 01.03.2020)**

Mo, Tu, W, Th, F: 07.00 – 19.45 Uhr

Sa: 09.00 – 16.45 Uhr

Su: 15.00 – 20.45 Uhr

\*25.02.2020: 07.00 – 14.45 Uhr