

Egyetemi Sport Nemzetközi Napja 2019.Szeptember 24.

1.TOPOLYA Köredzés 1 10:00-12:00 Hézsóné Böröcz Andrea	2.TOPOLYA Célba dobás, célba rúgás, célba lövés 10:00-14:00 Hocza Ágnes Bóka Ferenc	3.Sportközpont, Bitumenes pályák Foci, lábtengő 8:00-12:00 Ocskó Tímea 14:00-15:30 Szász Róbert	4. Sportközpont Asztalitenisz terem Asztaliteniszezés 8:00-9:30 Szabóné Márti	5. Sportközpont Asztalitenisz terem Köredzés 2 14:30-16:00 Nagy Virág, Vári Bea	6. Sportközpont Labdás terem Röplabda 8:00-11:30 Katona János	7. Sportközpont Labdás terem Kosárlabda 14:00-15:30 Ördög Nóra	8. ALAKULÓ TÉR Görkorcsolyázás 10:00-14:00 Szabóné Márti
9.Sportközpont Falmászó terem falmászás 10:00-16:00 Farkas István, Szász Róbert	10. Sportközpont Tenispálya ügyességi feladatok ütővel és labdával 10:00-11:00 Petrovicsné T Edit	11. Sportközpont Kis tornaterem TRX edzés 1 10:00 11:00 12:00 Fintor Csaba	12. Sportközpont Kis tornaterem TRX edzés 2 14:00 15:00 16:00 Boros Gyeviné Andrea	13.Sportközpont Cselgáncs terem Balance 13:00-16:00	14. Sportközpont „A” terem Zenés köredzés 10:00-11:30 Ocskó Tímea	15. Sportközpont „A” terem Jóga 12:00-13:00 15:00-16:00 Ocskó Tímea	16.Sportközpont „B” terem 11:00-11:40 Pilates Hajdúné Zita
17. Sportkp. „B” terem Body art 12:00-13:00 Boros Gyeviné Andrea	18. Sportkp. C/D terem step aerobic 10:20-11:00 11:00-11:40 Meszlényi Emese	19. Sportkp. C/D terem Kötélugrás 11:50-12:30 Ördög Nóra	20. Sportkp. C/D terem Gerinctréning 12:30-13:30 Ördög Nóra	21. Sportkp. C/D terem Köredzés 3 14:00-15:30 Fintor Csaba	22. Sportközpont Kondi terem Fittes-kondicionálás 8:00-9:30 Farkas István	23. Vízi telep Sárkányhajózás 17:00 Szász Róbert	24. 22.Mars tér 7 MK tornaterem Röplabda 12:00-15:30 Petrovicsné Tejes Edit

Az Egyetemi hallgatók 7,45 órától regisztrálhatnak a Sportközpontban vagy a Topolya sori csarnokban. Minden **20 perc teljesítés 1 sportegységet** jelent, amiért pecsétet, aláírást kapnak a résztvevők.

A rendezvényen mindenki olyan sorrendben és azt a mozgásformát próbálja ki, amit szeretne, és ahogy az ideje engedi. A helyszíneken a sportágaktól - és azok időtartamától - függően 1, 2, esetleg 3 pecsétet kaphatnak a résztvevők.

Azoknak a hallgatóknak, akik ebben a félévben általános testnevelés kurzust vettek fel, **3 sportegység után 1 órát elfogadunk (maximum 2 órát lehet így teljesíteni).**

Kísérő rendezvények

- 9:00** Flashmob, Cheerleader bemutató
Helyszín: Dugonics tér (SZTE főépület előtt)
- 10:00** Sportforum meghívott előadókkal
Helyszín: JUGYU KLUB rendezvény sátor
- 12:00** Sporttudományi poszterkiállítás megnyitó
Helyszín: TSTI Hattyas u. 10.
- 12:30** 90 perces gyalogtúra
Helyszín: Topolya sor-Tisza töltés- Topolya sor
- 14:00** Élőkép (90 éves a JUGYU)
Helyszín: Topolya sor
- 22:00** A nap levezetése - BULI DJ Nacsával a JUGYU klubban - „Táncos mozgásforma”