

UM SPORT extra's Gym/Klimmen/Squash/Zwemmen/Cursussen

geldig vanaf 4 februari 2019

Fitness / Gym

Openingstijden

7:00	23:00	Maandag t/m vrijdag
10:00	20:00	Zaterdag en zondag

In-Gym programma

OMNIA (30 minuten)

Maandag	07:30 12:00 18:00 19:30
Dinsdag	07:30 09:30 12:00 18:00 19:30
Woensdag	07:30 12:00 18:00 19:30
Donderdag	07:30 09:30 12:00 18:00 19:30
Vrijdag	07:30 12:00 18:00
Zaterdag	10:30 18:00
Zondag	10:30 18:00

CORE (20 minuten)

Maandag	18:30	Senior Gym Workout (35 minuten)	Maandag	9:30
Dinsdag	18:30	Woensdag	9:30	
Woensdag	18:30	Vrijdag	9:30	
Donderdag	18:30			
Vrijdag	18:30			
Zaterdag	18:30			
Zondag	18:30			

Squash

Baanuur per 45 minuten

Maandag t/m vrijdag	07:15	23:00
Zaterdag en zondag	10:15	20:00

Je kunt een baan boeken via de webshop of bij de balie van UM SPORT.

De tarieven zijn als volgt (per baan per 45 minuten):

€ 4,40	categorie 1
€ 6,60	categorie 2
€ 8,80	categorie 3

Bij de balie heb je mogelijkheid om rackets te huren (voor € 2,50 per racket) en balletjes te kopen (voor € 3,50 per balletje).

Cursussen

Er bestaat de mogelijkheid om deel te nemen aan een cursus (beginners, basis en gevorderd). Voor het actuele cursusaanbod, zie website UM SPORT.

Squash it Up UM *

Maandag	21.30 - 23.00
Woensdag	20.45 - 23.00
Vrijdag	18.30 - 20.45

Cursussen

Cursus

	start inschrijving	startweek cursus
blok 1	27-08-18	17-09-18
blok 2	05-11-18	19-11-18
blok 3	28-01-19	11-02-19
blok 4	15-04-19	29-04-19

Let op: iedere cursus heeft een verschillende duur en een verschillende uiterlijke inschrijfdatum
check de website voor meer informatie over jouw cursus.

Je kunt je inschrijven voor cursussen-bij de balie van UM SPORT.

Categorieën

categorie 1	UM studenten
categorie 2	UM medewerkers, medewerkers MUMC, PhD studenten, UM alumni, SenUM Zuyd studenten en studenten overig hoger onderwijs
categorie 3	UM relatie en Brightlands

Klimmen en boulderen

Klimmen

Zelfstandig klimmen ◊

Maandag	07:00 - 18:00
Dinsdag	07:00 - 23:00
Woensdag	07:00 - 23:00
Donderdag	07:00 - 23:00
Vrijdag	07:00 - 23:00
Zaterdag	10:00 - 20:00
Zondag	10:00 - 20:00

Materiaal verhuur

Woensdag	18:30 - 21:30
Donderdag	18:30 - 21:30

Cursussen

Start Climbing ■ duur: 7 weken

Dinsdag	19:00 - 21:00	Voor data en tijden zie website of klimwand poster
Woensdag	19:00 - 21:00	
Donderdag	19:00 - 21:00	

Indoor Toprope Examen (min. 2 deelnemers) ■

Voor data en tijden zie website of klimwand poster

Entree les klimmen ■

Voor data en tijden zie website of klimwand poster

Boulderen

Boulderuren ◊

Maandag	07:00 - 18:00
Dinsdag	07:00 - 23:00
Woensdag	07:00 - 23:00
Donderdag	07:00 - 23:00
Vrijdag	07:00 - 23:00
Zaterdag	10:00 - 20:00
Zondag	10:00 - 20:00

Introles boulderen ■

Dinsdag	17:30 - 18:30	Voor data en tijden zie website of klimwand poster
---------	---------------	--

MaasSAC *

Monday	18:00 - 22:30
--------	---------------

Voor meer informatie, zie klimwand poster of op de website.

Zwemmen

Geusseltbad

Voor het rooster van het banenzwemmen en openingstijden zie www.geusseltbad.nl

Zwemritten kopen ◊

Het is mogelijk om bij de balie van UM SPORT zwemritten te kopen. Je kunt 10 of 30 zwemritten kopen.

De tarieven zijn als volgt:

	categorie 1	categorie 2	categorie 3
10 zwemritten	€ 22,50	€ 30,00	€ 35,00
30 zwemritten	€ 67,50	€ 90,00	€ 105,00

Zie ook de zwemflyer voor meer informatie.

Let op: De zwemritten zijn alleen geldig gedurende het huidige academisch jaar.

Niet gebruikte zwemritten vervallen per 31 augustus 2019.

Fysiotherapie - Fysio Stofberg

Blessure? Advies? Maak dan een afspraak bij de balie voor een gratis intake consult.

De fysiotherapeut heeft op de volgende dagen en tijden inlooppreekuur:

Maandag	18:00 - 20:00
Donderdag	18:00 - 19:00

Scan de QR code voor het meest recente rooster:

