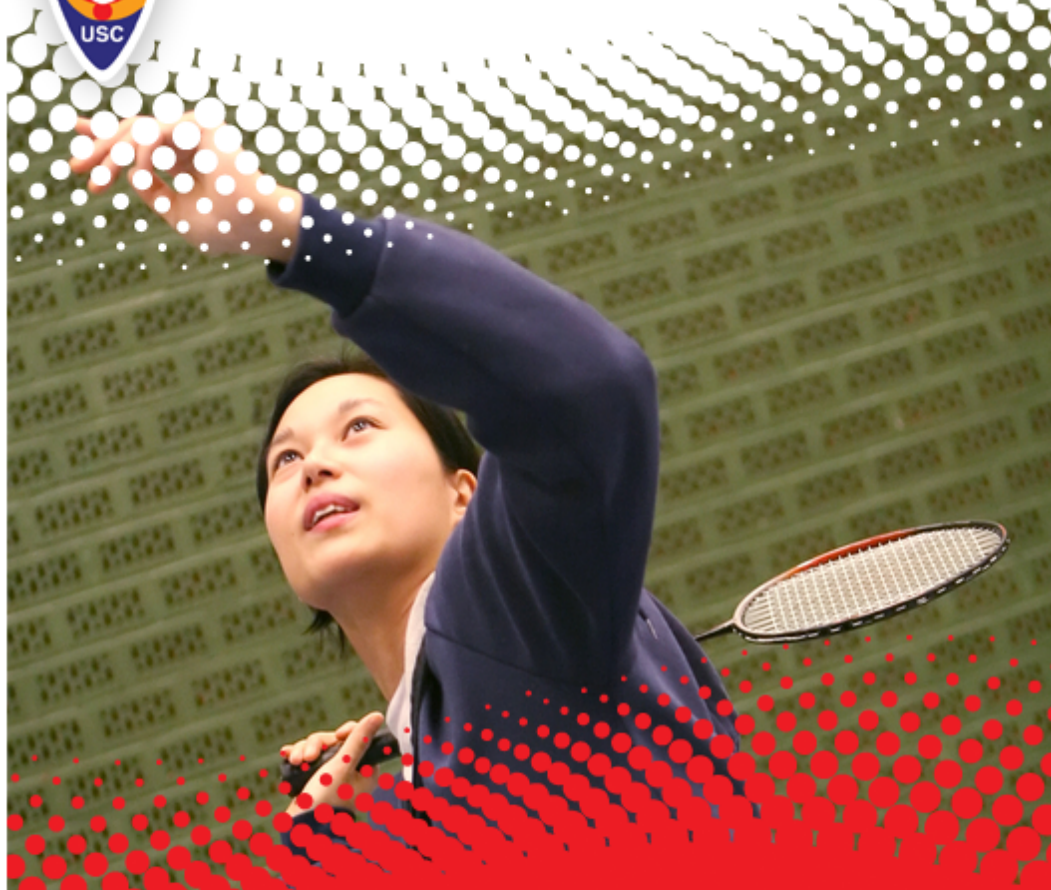




Sport



Badminton

www.usc.uva.nl

Seizoen 2011-2012

BADMINTON

Bij het USC wordt op maandag en woensdag badminton gespeeld, waarbij trainingen worden gegeven en er vrij gespeeld kan worden als de capaciteit dat toelaat.

Lesinhoud

Bij badminton zijn de basisslagen relatief snel aan te leren en is het vooral een spel van tactiek en conditie. De trainingen zijn opgebouwd rond de aspecten loop- en speltechnieken en het oefenen van spelsituaties.

Op maandag worden de trainingen onderverdeeld in beginners en gevorderden. Bij de beginners wordt aandacht besteed aan de basisslagen. Bij de gevorderden en vergevorderden staan vastheid, tactiek en tempo in het spel centraal.

Op woensdag kan er vrij gespeeld worden en geeft de trainer individuele aanwijzingen of specifieke (wedstrijd)training in kleine groepjes.

USC-competitie

In de maanden september t/m februari wordt tijdens de trainingen het accent gelegd op de in maart te spelen Interne Competitie en in april het grote 'USC Vriendschapstoernooi'. De maanden mei en juni worden gebruikt voor het bezoeken of ontvangen van andere badmintonclubs, waarbij er niet tegen, maar met elkaar gespeeld wordt.

Studenten Badminton Vereniging

BV USC is de studentenbadmintonvereniging. Zie onder 'verenigingen' voor meer informatie.

USC-trainer

De USC-trainer voor badminton is Kenneth van Leeuwaarde.

Rooster/tarief info

Dag/tijd

Maandag 18.00 – 19.00 uur
beginners

Maandag 19.00 – 20.00 uur
BV USC

Maandag 20.00 – 21.00 uur
gevorderden

Woensdag 18.00 – 20.00 uur
beginners & gevorderden

Periode

September 2011 t/m juni 2012

Locatie

Sportcentrum Universum
Science Park 306
1098 XH Amsterdam

Tarieven

Sept - jun

Cat. I € 80,-

Cat. II € 136,50

Cat. III € 161,-

Jan - jun

Cat. I € 55,-

Cat. II € 96,-

Cat. III € 105,50

Apr - jun

Cat. I € 31,-

Cat. II € 54,50

Cat. III € 69,50

Categorieindeling

Cat. I studenten UvA en HvA

Cat. II medewerkers UvA en HvA

Cat. III overigen

Inschrijfgeld Cat. I € 10,-, Cat. II & III € 25,-



Sportaanbod USC 2011-2012

Aikido
Afrikaanse dans **NIEUW**
American Football
Argentijnse tango
Atletiek
Badminton
Basketbal
Beachvolleybal
Boksen
Braziliaans jiu jitsu
Brandingkanoën
Dans
Fitness
Frisbee
Gewichtheffen
Go
Golf
Groepsfitness
Handbal
Honkbal
IJshockey
Intro vechtsporten
Jazzdance

Jiu jitsu
Judo
Kanoën
Karate
Kickboksen
Kitesurfen
Klassieke dans
Korfbal
Krav maga
Lacrosse
Moderne dans
Paardrijden
Parachute springen
Pencak silat
Pilates
Poolbiljart
Rock & roll
Roeien
Rugby
Running
Salsadansen
Schaatsen
Schaken
Schermen

Skiën/Snowboarden
Spinning
Sportduiken
Sportklimmen
Squash
Stijldansen
Taekwondo
Taido **NIEUW**
Tennis
Turnen
Veldhockey
Veldvoetbal
Volleybal
Waterpolo
Wielrennen
Windsurfen
Wushu
Yoga
Zaalhockey
Zaalvoetbal
Zeilen
Zelfverdediging voor vrouwen
Zwemmen

Sport Adviescentrum

Fysiotherapie
Mentale training
Personal training
Sportadvies
Sportarts

USC-locaties

Universum
ASC
USC Tennis
USC Fitness
PCH Fitness
ClubWest

Overige locaties

A.K.C. Blauw-Wit
Amsterdamse Zeilschool
Basisschool de Mozaïek
Club 8
Cygnusgymnasium
Golfbaan De Hoge Dijk
Het Marnix
Hollandsche Manege
HV Myra, Amstelveen
Instituut Schreuder
Jaap Edenbaan, -hal
Kanovereniging Frisia
Olympisch stadion
Polanentheater
Riekerhaven

Rosa Boekdrukkerschool
Ski-inn
Sportfondsenbad-Oost
Sporthal Wibaut
Sportpark De Eendracht
Sportpark Drie Burg
Sportpark Het Loopveld
Sportpark Middenmeer
Sportpark Sloten
The Sand
Tempo Teamzaal
Wellant College, Osdorp

USC / SPORTCENTRUM UNIVERSUM

Science Park 306 / 1098 XH Amsterdam

T 020 525 89 55

E usc@usc.uva.nl / W www.usc.uva.nl