



Herzlich willkommen im ASVZ!

Liebe:r Erstsemestrige:r

Mit dem Start in dein Studium beginnt für dich ein neuer und spannender Lebensabschnitt. Als Ausgleich zu den kopflastigen Herausforderungen bieten wir dir einen Ausgleich in Form von **SPORT**. Mit dem [ASVZ Sport Center Winterthur](#), [Wädenswil](#) oder den [ASVZ Sport Centern in Zürich](#) steht dir ein vielfältiges und umfangreiches Sportangebot zur Verfügung. Komm und powere dich im ASVZ aus, lerne Gleichgesinnte kennen oder probiere Sportarten aus, die dir noch unbekannt sind.

Und so geht's:
(for english please click [here](#))

Das wichtigste in Kürze

Membership

Als Studierende bzw. Studierender einer Zürcher Hochschule bist du berechtigt, die ASVZ Sport Center sowie die ASVZ-Sportangebote zu besuchen. In allen ASVZ Sport Centern wird am Check-In-Terminal mittels QR-Code in der ASVZ-App eingechekkt. Bereite dich wie folgt vor:

1. Lade die kostenlose mobile ASVZ-App (Android, iOS) herunter.
2. Aktualisiere die ASVZ-App, sofern du sie bereits benutzt.
3. Logge dich mit deinem Profil in den Einstellungen ein.
4. Lade ein aktuelles Porträtfoto von dir hoch.

Mit deinem **QR-Code in der ASVZ-App** erhältst du **Zutritt zum ASVZ**.

Sportarten und Sportanlagen

Von A wie Aikido bis Z wie Zumba bieten wir dir **über 120 Sportarten** an. Daneben stehen dir in unseren **sieben ASVZ Sport Centern** Polyterrasse, Irchel, Höggerberg, Fluntern, Gloriarank, Winterthur sowie Wädenswil Geräte und funktionelle Zonen für dein Fitness-Training zur Verfügung.

[asvz.ch/sportarten](#) | [asvz.ch/sportanlagen](#)

Sportangebot

Das ASVZ-Angebot umfasst 600 **Lektionen** wöchentlich, 1'200 **Kurse** und **Lager** jährlich, **Events** wie die SOLA-Stafette, die Vortragsreihe «Sport & ...», die Volleynight, die Manege Outdoor, das Völkerballturnier sowie viele kleinere Turniere und Veranstaltungen innerhalb der Sportarten. Die Angebotsarten unterscheiden wir in

- Fitness (Kraft-/Cardio) > kostenlos. Vorgängig keine Einschreibung notwendig, vor Zutritt am Check-In-Terminal einzuchecken wird vorausgesetzt
- Lektionen > kostenlos, Einstieg jederzeit möglich. Vorgängige Einschreibung notwendig.
- Kurse/Camps/Events/Turniere > zeitlich begrenzt und kostenpflichtig, vorgängige Anmeldung online oder am ASVZ-Info-Desk Polyterrasse notwendig.

[asvz.ch/sportfahrplan](#)

Kommunikation

- Auf der **ASVZ-Website** findest du tiefen Informationsgehalt zum ASVZ, seinen Sportarten und Sport Centern sowie den Sportfahrplan mit der Übersicht über das Sportprogramm. Auch das Einschreiben und Anmelden für entsprechende Angebote ist dort möglich.
- In der **ASVZ-App** kannst du dir mittels Eingabe von Favoriten deinen personalisierten Sportfahrplan zusammenstellen und dich einfach, bequem und schnell für Lektionen einschreiben.
- Du möchtest Up-to-Date bleiben? Melde dich für das **ASVZ-Infomail** an und erhalte ca. 4 Mal jährlich Neues, Wissenswertes und Inspirierendes direkt in deine Mailbox.
- Auf **Instagram @asvz.official** findest du Einblick in die ASVZ-Welt sowie Inspiration für kommende sportliche Abenteuer.

[asvz.ch](#) | ASVZ-App [iOS](#) und [Android](#) | [asvz.ch/infomail](#) | [Instagram @asvz.official](#)

Fairplay

- Bitte nimm **bei jedem Besuch ein Tuch** zum Auffangen deines Schweißes mit.
- Während deinem ASVZ-Besuch benötigst du auch ein **Schlossli** zum Verschliessen des Garderobekästlis.
- **Respektvolles und tolerantes Verhalten** gegenüber dem ASVZ-Staff, dem Zutrittskontrolle-/Betriebsdienstpersonal sowie Mitsportler:innen wird vorausgesetzt. Daneben gilt unsere Hausordnung sowie unser Verständnis von Fairplay im gesamten ASVZ-Sportbetrieb und für alle Member gleichermaßen – damit wir alle mit Freude von einem funktionierenden Sportbetrieb profitieren können.

[asvz.ch/fairplay](#)

Und, Sporttasche schon gepackt, Schuhe geschnürt?

Auf bald im ASVZ, wir freuen uns auf dich!

Sportliche Grüsse
Dein ASVZ-Team

Dank an unsere Sponsoren



ASVZ-Sponsoren

Craft | Zürcher Kantonalbank
Der ASVZ und damit der Zürcher Hochschulsport wird unterstützt von Craft Sportswear und der Zürcher Kantonalbank. Für dieses Engagement bedanken wir uns herzlich.
[asvz.ch/sponsoren](#)

[asvz.ch](#)



Verantwortlich für dieses Mailing:
Simone Eder
Projektleiterin Kommunikation

ASVZ
Sport Center Polyterrasse | ETH Zürich | 8092 Zürich
+41 44 632 42 11 | simone.eder@asvz.ch | [asvz.ch](#)

Du erhältst dieses E-Mail einmalig, es wurde von der ZHAW freigegeben. Möchtest du weiterhin ca. 4 Mal jährlich vom ASVZ informiert werden, musst du dich aktiv [für das ASVZ-Infomail anmelden](#).

Copyright © ASVZ 2023. Alle Rechte vorbehalten.

