ELTE DOLGOZÓI SPORTKISOKOS

BEAC

AZ ELTE

SPORTEGYESÜLETE

1898

ÓTA

„Hagyomány, érték és minőség a sportban!"

ELNÖKI KÖSZÖNTŐ

Tisztelt Kollégák!

Az 1898-ban alapított Budapesti Egyetemi Atlétikai Club, a BEAC, az egykori Budapesti Tudományegyetem, az ELTE hivatalos sportegyesületeként száztizenhét éve áll nyitva az aktív és egészséges életmód iránt érdeklődők előtt. Jelenlegi élvonalbeli sportolóinkra, valamint egykori világ- és olimpiai bajnokainkra ugyanolyan büszkék vagyunk, mint a több mint 5000 amatőr sportolónkra, hiszen mindannyian közösen építettük és építjük tovább azt az eszmeiséget, melyet alapítónk, báró Eötvös Loránd egykoron megfogalmazott számunkra.

A Bogdánfy utcai ELTE Sporttelep mellett már a Tüskecsarnokban és több budai és pesti egyetemi épületben szervezett foglalkozásainkra várunk minden sportolni vágyó ELTE polgárt. Az egyetem hallgatói mellett sportolási lehetőségeinkkel várjuk az ELTE oktatóit és dolgozóit is. Húsz szakosztályunkban közel negyven sportágban kínálunk szinttől, kortól és nemtől függetlenül sportolási lehetőséget. Egyaránt várjuk a mozogni és versenyezni vágyókat is.

Dr. Karácsony András
a BEAC elnöke

A 2015/2016-os tanévben megrendezésre kerülő ELTE-s sporteseményekekre várjuk az egyetem minden dolgozóját:

2015. szeptember 14-től **Egyetemi labdarúgó bajnokságok** kezdete

2015. szeptember 29. **XXIX. 5vös5km futóverseny**

2015 december 11. **Éjszakai Sportnap**

2016. március eleje **Egyetemi labdarúgó bajnokságok** kezdete

2016. május 1. **Sárga70 Teljesítménytúra**

2016. május eleje **XXX. 5vös5km futóverseny**

AZ EGYETEMI SPORT MINDENKIÉ!

Jelen kiadványunkban az ELTE-n űzhető sportágak közül kimondottan az oktatók, dolgozók számára ajánlunk egyetemi sportolási lehetőségeket.

A hallgatók és dolgozók közössége fontos pontja az egyetemi életnek, mely az oktatás és a tudomány területén kívül, talán a sporton keresztül tud leginkább megvalósulni. A sportolási lehetőségekkel szeretnénk az egészséges életmódot népszerűsíteni és közösségként megszólítani kollégáinkat.

Úgy gondoljuk, hogy a hallgatók számára is példamutató egy sportos oktatókkal bíró egyetem, mert az egészséges életmód, a sportos élet példája, a közösségi lét a hallgató számára látható mintaként él az egyetemi mindennapokban is.

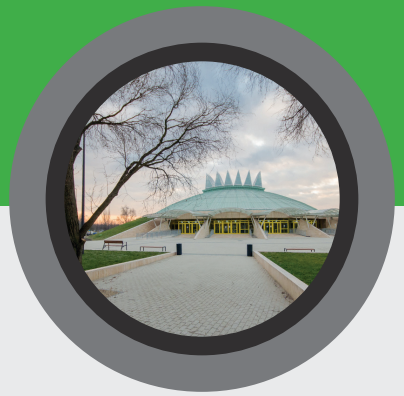
Az ELTE Sportiroda és a Budapesti Egyetemi Atlétikai Club, az egyetem sportegyesületeként ehhez szeretne segítséget nyújtani.

SPORTOLJ A BEAC-BAN!

Az ELTE dolgozói számára kiemelten ajánljuk az alábbi sportágakat:

aerobik: heti több mint húsz edzés közül választhatsz (alakformáló, pilates, dinamikus jóga, has-láb-popsi, gerinctréning, zsírégető stb.)
funkcionális edzések: kettlebell, TRX, saját testsúlyos edzések mindenkinek
futás: kezdő és haladó edzésekkel várunk minden sportolni vágyót, személyre szabott edzéstervvel, szakképzett edzők vezetésével
jóga: alacsony intenzitású mozgás kezdőknek és haladóknak is, testtudat fejlesztés, testtartás javítás, erősítés, nyújtás, helyes légzés, relaxáció
konditerem: a Bogdánfy utcai konditerem Atlas gépekkel várja az erősödni vágyókat. Féléves, éves bérletek kedvezményes áron
küzdősportok: aikido, muay thai, kick-boksz, karate, kung-fu és brazil-jiu-jitsu edzések minden héten
sakk: a szellemi sportok is várnak, játssz és eddz a BEAC nagymestereivel
spinning: mindenkit várunk, aki erősödni, fogyni, mozogni szeretne
természetjárás/tájfutás: hétvégi túrák, igazi egyetemi közösségi program

LEHETŐSÉGEK



Az ELTE dolgozói számára kiemelten ajánljuk az alábbi sportolási lehetőségeket:

Tüskecsarnok: az újonnan átadott sportcentrum változatos fitnesz edzésekkel, konditeremmel, wellnessel és a BEAC tapasztalt edzőivel várja az ELTE dolgozóit is. Sportkártya elfogadóhely. www.tuskecsarnok.hu

Ingyenes sportolási lehetőség ELTE dolgozók gyermekei számára: a BEAC női kosárlabda szakosztályának támogatásával minden ELTE-s dolgozó gyermeke ingyenesen kosarazhat a BEAC női utánpótlás csapataiban.

Pályázat: minden tanév tavaszi szemeszterében pályázati lehetőség közös hallgatói és oktatói szabadidős és sportprogramok szervezésére. A pályázat célja, hogy forrást biztosítson az ELTE kari, intézeti dolgozói, hallgatói számára szabadidős és sportprogramok megszervezésre. A pályázat keretében tudományos diákköri, intézeti, tanszéki sportnapokra, tanár-diák mérkőzésekre és egyéb szabadidős programokra lehet pályázni, melyek az ELTE sporttelepein, az ELTE-BEAC szervezésében valósulnak meg. A teljes pályázati kiírás és űrlap a www.beac.hu „Dokumentumok” oldalán található meg.

ELÉRHETŐSÉG

További információkért látogass el a

www.beac.hu

honlapra vagy keresd fel a megújult ELTE-BEAC Sportirodát a Bogdánfy utca 10/B. I. lépcsőház, 2. emeletén.

info@beac.elte.hu
061-209-06-17