

Hochschulsport vorlesungsfreie Zeit SoSe 2024
09.09. – 30.09.2024



Montag

Zeit	Gymnastik- halle	Mehrzweck- halle	Turnhalle	Spielhalle 3	Spielhalle 2	Spielhalle 1	Schwimmhalle/ Sauna	Weiteres
14-15		Freies Krafttraining 08:00-19:45	Turnen Freies Training	Badminton Freies Spiel		Freies Klettern	Sauna gemischt am 9.9. 16:00-19:45 ab 16.9. 14:00-19:45	
15-16								
16-17								
17-18	Yoga mit Stefan <i>Aigner</i>		Tischtennis + Inklusionssport	Volleyball Freies Spiel	Basketball Freies Spiel		Freies Schwimmen ab 16.9. 09:00-12:00, 13:00-17:30	Bogenschießen A + F 17:00-19:00 Außenanlage <i>Trümpelmann</i>
18-19			Karate 18:00-19:30 <i>Beiel u. A.</i>	Kondi-Workout <i>Krammer</i>				Flag Football 17:00-20:00
19-20				HIIT <i>Siebert</i>				Rasenplätze <i>Reller</i>

Hochschulsport vorlesungsfreie Zeit SoSe 2024
09.09. – 30.09.2024



Dienstag

Zeit	Gymnastik- halle	Mehrzweck- halle	Turnhalle	Spielhalle 3	Spielhalle 2	Spielhalle 1	Schwimmhalle/ Sauna
14-15		Freies Krafttraining 08:00-12:00 13:00-19:45	Turnen Freies Training	Volleyball Freies Spiel	Basketball Freies Spiel	Freies Klettern	Sauna gemischt ab 17.9. 14:00-17:15
15-16				Badminton Freies Spiel	Freies Schwimmen ab 17.9. 09:00-12:00, 13:00-17:30		
16-17							Akrobatik angeleitetes Training <i>Dambeck/Loos</i>
17-18			Kickboxaerobic <i>Siebert</i>				
18-19	Bauch-Beine-Po <i>Dietz</i>						
19-20	Streetdance/ Hip Hop F <i>Faßler</i>						

Hochschulsport vorlesungsfreie Zeit SoSe 2024
09.09. – 30.09.2024



am Mittwoch, 18.09.2024 entfällt der Hochschulsport

Mittwoch

Zeit	Gymnastik-halle	Mehrzweck-halle	Turnhalle	Spielhalle 3	Spielhalle 2	Spielhalle 1	Schwimmhalle/ Sauna	Weiteres
14-15		Freies Krafttraining 08:00-19:45	Akrobatik Freies Training	Volleyball	Basketball	Freies Klettern	Sauna gemischt ab 25.9. 14:00-17:15	
15-16				Freies Spiel	Freies Spiel			
16-17				Futsal Freies Spiel				
17-18					Freies Schwimmen ab 25.9. 09:00-11:00, 13:00-17:30			
18-19	Dance Moves <i>Feigl</i>			Turnen Freies Training	Unihockey/Floorball Freies Spiel	Trampolin 18:00-20:00 <i>Mallau/Dwertmann</i>		Athletiktraining Stadion <i>Steinbeißer</i>
19-20	Jürgen Yoga <i>Feigl</i>		Vertikaltuch Freies Training 18:00-20:00 <i>Sippel/Kagerer/ Lang</i>				Murph-Challenge (Calisthenics-Park vor Kraftraum) <i>Glander/Seidel</i>	

Hochschulsport vorlesungsfreie Zeit SoSe 2024
09.09. – 30.09.2024



Donnerstag

Zeit	Gymnastik- halle	Mehrzweck- halle	Turnhalle	Spielhalle 3	Spielhalle 2	Spielhalle 1	Schwimmhalle/ Sauna
14-15		Freies Krafttraining 08:00-12:00 13:00-19:45	Turnen Freies Training	Volleyball Freies Spiel		Freies Klettern	Sauna gemischt am 12.9. 16:00-19:45 ab 19.9. 14:00-19:45
15-16				Futsal Freies Spiel		Freies Klettern	Freies Schwimmen ab 19.9. 10:00-12:00, 13:00-17:30
16-17							
17-18			Akrobatik Freies Training	Basketball Freies Spiel		Karate 18:00-19.30 <i>Beiel u. A.</i> + Freies Klettern	
18-19	Zumba <i>Mönch</i>						
19-20	Step Aerobic <i>Will</i>						

Hochschulsport vorlesungsfreie Zeit SoSe 2024
09.09. – 30.09.2024



Freitag

Zeit	Gymnastik- halle	Mehrzweck- halle	Turnhalle	Spielhalle 3	Spielhalle 2	Spielhalle 1	Schwimmhalle/ Sauna
14-15		Freies Krafttraining 08:00-19:45	Akrobatik Freies Training	Badminton Freies Spiel		Freies Klettern	Sauna gemischt ab 20.9. 14:00-17:15
15-16				Turnen Freies Training	Unihockey/Floorball Freies Spiel		
16-17			Völkerball <i>Deiningner</i>		Freies Klettern		
17-18							Freies Schwimmen ab 20.9. 09:00-12:00, 13:00-17:30
18-19							
19-20							