

Vorlesungsfreie Zeit WS 24-25, gültig bis 17.04.25

**Montag**

Zeit	Gymnastikhalle	Kraftraum	Turnhalle	Spielhalle 3	Spielhalle 2	Spielhalle 1	Schwimmhalle	Sonstige
16-17		<b>Kraftraum Freies Training 8:00-19:45</b>	<b>Turnen Freies Training</b>	<b>Basketball Freies Spiel</b>		<b>Freies Klettern</b>	<b>Schwimmen Freies Training 09:00-13:00 14:00-17:15</b>	<b>Sauna gemischt 14:00-19:45</b>
17-18								
18-19	<b>Yoga mit Stefan <i>Aigner</i></b>		<b>Karate <i>Beiel/Stigler Richter/Aigner</i></b>	<b>Kondi-Workout <i>Krammer</i></b>		<b>Freies Klettern</b>	<b>Unterwasserrugby Freies Training</b>	
19-20	<b>Salsa All Levels <i>Lohvina/ Schlesmann</i></b>			<b>HIIT <i>Siebert</i></b>		<b>Freies Klettern</b>		

Vorlesungsfreie Zeit WS 24-25, gültig bis 17.04.25

Dienstag								
Zeit	Gymnastikhalle	Kraftraum	Turnhalle	Spielhalle 3	Spielhalle 2	Spielhalle 1	Schwimmhalle	Sonstige
16-17		<b>Kraftraum</b> Freies Training 08:00-12:00 13:00-19:45	<b>Turnen</b> Freies Training	<b>Badminton</b> Freies Training			<b>Schwimmen</b> Freies Training 09:00-13:00 14:00-17:15	<b>Sauna gemischt</b> 14:00-17:15
17-18	<b>Bauch-Beine-Po</b> <i>Dietz</i>		<b>Calisthenics</b> <i>Reyersbach</i>					
18-19	<b>Pilates</b> <i>Lohvina</i>		<b>Akrobatik</b> <i>Loos /Dambeck</i>	<b>Full Bodyweight Exercise</b> <i>Koch</i>	<b>Freies Klettern</b>			
19-20				<b>Kickboxaerobic</b> <i>Siebert</i>				

Vorlesungsfreie Zeit WS 24-25, gültig bis 17.04.25

Mittwoch								
Zeit	Gymnastikhalle	Kraftraum	Turnhalle	Spielhalle 3	Spielhalle 2	Spielhalle 1	Schwimmhalle	Sonstige
16-17		<b>Kraftraum Freies Training 8:00-19:45</b>	<b>Akrobatik Freies Training</b>	<b>Handball Spiel-und Techniktraining</b> <i>Rothfischer/Löw</i>				<b>Sauna gemischt 14:00-17:15</b>
17-18				<b>Handball Freies Training</b>	<b>Vertikaltuch Freies Training</b> <i>Bombik/Sippl/ Kagerer/Lang</i>		<b>Aquafit</b> <i>Dietz</i>	
18-19	<b>Dance Moves</b> <i>Feigl</i>		<b>Turnen Freies Training</b>	<b>Flag Football</b> <i>Reller</i>	<b>Klettern Freies Training</b>		<b>Schwimmen Freies Training 09:00-13:00 14:00-16:30</b>	
19-20	<b>Hip Hop F</b> <i>Fassler</i>			<b>Jürgen Yoga</b> <i>Feigl</i>				<b>18:30-20:00 Snooker CSC Rgbg 08 Kraus</b>

Vorlesungsfreie Zeit WS 24-25, gültig bis 17.04.25

Donnerstag								
Zeit	Gymnastikhalle	Kraftraum	Turnhalle	Spielhalle 3	Spielhalle 2	Spielhalle 1	Schwimmhalle	Sonstige
16-17		<b>Kraftraum Freies Training 08:00-12:00 13:00-19:45</b>	<b>Tischtennis + Inklusionssport</b>	<b>Futsal Freies Training</b>			<b>Schwimmen Freies Training 09:00-13:00 14:00-17:15</b>	<b>Sauna gemischt 14:00-19:45</b>
17-18	<b>Capofit Kokolo</b>		<b>Calisthenics Reyersbach</b>			<b>Freies Klettern</b>		
18-19	<b>Zumba Mönch</b>		<b>Akrobatik Freies Training</b>	<b>Volleyball Freies Training</b>		<b>Karate Freies Training + Freies Klettern</b>		<b>Lauftraining/ Runletics Koppe/Czyz</b>
19-20	<b>Step Choreo Will</b>					<b>Freies Klettern</b>		

Vorlesungsfreie Zeit WS 24-25, gültig bis 17.04.25

**Freitag**

Zeit	Gymnastikhalle	Kraftraum	Turnhalle	Spielhalle 3	Spielhalle 2	Spielhalle 1	Schwimmhalle	Sonstige
16-17	<b>Barre Workout</b> <i>Ernst</i>	<b>Kraftraum</b> <b>Freies Training</b> 8:00-19:45	<b>Cyr Wheel</b> <b>Freies Training</b>	<b>Unihockey/Floorball</b> <b>Freies Spiel</b>		<b>Freies Klettern</b>	<b>Schwimmen</b> <b>Freies Training</b> 09:00-13:00 14:00-17:15	14:00-15:30 <b>Snooker</b> CSC Rgbg 08 <i>Kraus</i>
17-18						<b>Torso Complete</b> <i>Koch</i>		<b>Sauna gemischt</b> 14:00-17:15
18-19	<b>Bachata</b> <b>All Levels</b> <i>Lohvina/ Schlesmann</i>		<b>Akrobatik</b> <b>Freies Training</b>	<b>Völkerball</b> <i>Deininger/Metz</i>	<b>Volleyball</b> <b>Freies Training</b>	<b>Freies Klettern</b>		
19-20		<b>Turnen</b> <b>freies Training</b>	<b>Völkerball</b> <b>Freies Training</b>					