

SPORTANGEBOT der HföD

Belegungsplan Sporthalle und Outdoorangebote

gültig ab 14. Januar 2019

| Tag | Zeit | Halle 1 (links) | Halle 2 (rechts) | Outdoorangebote |
|-------------------|------------------------|---------------------------|---|---------------------------|
| Montag | 14:00 - 14:30 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 14:30 - 15:00 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 15:00 - 15:30 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 15:30 - 16:00 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 16:00 - 16:30 Uhr | Fußball * | | |
| | 16:30 - 17:00 Uhr | Fußball * | | |
| | 17:00 - 17:30 Uhr | Basketball * | Tischtennis * | |
| | 17:30 - 18:00 Uhr | Volleyball - Basic * | | |
| | 18:00 - 18:30 Uhr | Volleyball - Basic * | | Rückenfit * |
| | 18:30 - 19:00 Uhr | Volleyball - Basic * | | |
| | 19:00 - 19:30 Uhr | Volleyball - Basic * | | CFit * |
| | 19:30 - 20:00 Uhr | Volleyball - Basic * | | |
| | 20:00 - 20:30 Uhr | WingTsun * | ACRO Yoga * | Tanzen (Salsa) * |
| | 20:30 - 21:00 Uhr | WingTsun * | ACRO Yoga * | Tanzen (Salsa) * |
| 21:00 - 21:30 Uhr | Unihockey * | | Tanzen (Standard) * | |
| 21:30 - 22:00 Uhr | Unihockey * | | Tanzen (Standard) * | |
| Dienstag | 14:00 - 14:30 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 14:30 - 15:00 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 15:00 - 15:30 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 15:30 - 16:00 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | Nordic Walking * |
| | 16:00 - 16:30 Uhr | Unihockey * | Badminton * | |
| | 16:30 - 17:00 Uhr | Unihockey * | Badminton * | |
| | 17:00 - 17:30 Uhr | Handball HERREN/FRAUEN * | Badminton * | |
| | 17:30 - 18:00 Uhr | Handball HERREN/FRAUEN * | Badminton * | |
| | 18:00 - 18:30 Uhr | Bauch - Beine - Po * | | |
| | 18:30 - 19:00 Uhr | Bauch - Beine - Po * | | |
| | 19:00 - 19:30 Uhr | Basketball * | | |
| | 19:30 - 20:00 Uhr | Basketball * | | |
| | 20:00 - 20:30 Uhr | Basketball * | | |
| | 20:30 - 21:00 Uhr | Basketball * | | |
| 21:00 - 21:30 Uhr | zur freien Verfügung | Tischtennis * | | |
| 21:30 - 22:00 Uhr | zur freien Verfügung | Tischtennis * | | |
| Mittwoch | 14:00 - 14:30 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 14:30 - 15:00 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 15:00 - 15:30 Uhr | Unihockey * | zur freien Verfügung | |
| | 15:30 - 16:00 Uhr | Unihockey * | Kickboxen * | |
| | 16:00 - 16:30 Uhr | Volleyball - DoVer Magics | | Step Aerobic * |
| | 16:30 - 17:00 Uhr | Volleyball - DoVer Magics | | Step Aerobic * |
| | 17:00 - 17:30 Uhr | Volleyball - DoVer Magics | | |
| | 17:30 - 18:00 Uhr | Volleyball - DoVer Magics | | 1730h - 1815h HIIT * |
| | 18:00 - 18:30 Uhr | Badminton * | 1815h - 1900h HIIT * | |
| | 18:30 - 19:00 Uhr | Badminton * | 1815h - 1900h HIIT * | |
| | 19:00 - 19:30 Uhr | Fußball FRAUEN * | | |
| | 19:30 - 20:00 Uhr | Fußball FRAUEN * | | |
| | 20:00 - 20:30 Uhr | Fußball FRAUEN * | | |
| | 20:30 - 21:00 Uhr | Fußball HERREN * | | |
| 21:00 - 21:30 Uhr | Fußball HERREN * | | | |
| 21:30 - 22:00 Uhr | Fußball HERREN * | | | |
| Donnerstag | 14:00 - 14:30 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 14:30 - 15:00 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 15:00 - 15:30 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 15:30 - 16:00 Uhr | zur freien Verfügung | zur freien Verfügung | |
| | 16:00 - 16:30 Uhr | ACRO Yoga * | BGM - Fit für den Alltag (Verwaltung) * | Lauftreff 16:15h - 17:15h |
| | 16:30 - 17:00 Uhr | ACRO Yoga * | BGM - Fit für den Alltag (Verwaltung) * | Lauftreff 16:15h - 17:15h |
| | 17:00 - 17:30 Uhr | Volleyball - Freizeit * | | Tischtennis * |
| | 17:30 - 18:00 Uhr | Volleyball - Freizeit * | | Tischtennis * |
| | 18:00 - 18:30 Uhr | Volleyball - Freizeit * | | |
| | 18:30 - 19:00 Uhr | Volleyball - Freizeit * | | CFit * |
| | 19:00 - 19:30 Uhr | Volleyball - Freizeit * | | CFit * |
| | 19:30 - 20:00 Uhr | Zumba * | | |
| | 20:00 - 20:30 Uhr | Zumba * | | |
| | 20:30 - 21:00 Uhr | Zumba * | | |
| 21:00 - 21:30 Uhr | Historisches Fechten * | Badminton * | | |
| 21:30 - 22:00 Uhr | Historisches Fechten * | Badminton * | | |

* Anmeldung über elektronisches Meldesystem unter <https://sport.aiv.hfoed.de/>