

# SPORTANGEBOT der HföD

| Belegungsplan Sporthalle und Outdoorangebote |                        |                                    |   | gültig ab 06. Mai 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      | Kickboxen *                        | Tischtennis *                           |   |   |   |  |                      |
|  | 17:30 - 18:00 Uhr      | Kickboxen *                        | Tischtennis *                           |   |   |   |  |                      |
|  | 18:00 - 18:30 Uhr      | Volleyball - Basic *               | Rückenfit *                             |   |   |   |  |                      |
|  | 18:30 - 19:00 Uhr      |                                    | Rückenfit *                             |   |   |   |  |                      |
|  | 19:00 - 19:30 Uhr      | Volleyball - Basic *               | CFit *                                  |   |   |   |  |                      |
|  | 19:30 - 20:00 Uhr      |                                    | CFit *                                  |   |   |   |  |                      |
|  | 20:00 - 20:30 Uhr      | ACRO Yoga *                        | Basketball *                            |   |   |   |  |                      |
|  | 20:30 - 21:00 Uhr      | ACRO Yoga *                        | Basketball *                            |   |   |   |  |                      |
| 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                    |   |   |   |  |                      |
|  | 16:00 - 16:30 Uhr      | Unihockey *                        | Badminton *                             | Nordic Walking *                        |   |   |  |                      |
|  | 16:30 - 17:00 Uhr      | Unihockey *                        | Badminton *                             | Nordic Walking *                        |   |   |  |                      |
|  | 17:00 - 17:30 Uhr      | Handball HERREN/FRAUEN *           | Badminton *                             |   |   |   |  |                      |
|  | 17:30 - 18:00 Uhr      | Handball HERREN/FRAUEN *           | Badminton *                             |   |   |   |  |                      |
|  | 18:00 - 18:30 Uhr      | Bodyfit * ab 14.05.2019            |   |   |   |   |  |                      |
|  | 18:30 - 19:00 Uhr      | Bodyfit * ab 14.05.2019            |   |   |   |   |  |                      |
|  | 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      | zur freien Verfügung               | zur freien Verfügung                    |   |   |   |  |                      |
|  | 15:30 - 16:00 Uhr      | zur freien Verfügung               | zur freien Verfügung                    |   |   |   |  |                      |
|  | 16:00 - 16:30 Uhr      | Volleyball - DoVer Magics          | Unihockey *                             |   |   |   |  |                      |
|  | 16:30 - 17:00 Uhr      |                                    | Volleyball - DoVer Magics               | Step Aerobic *                          |   |   |  |                      |
|  | 17:00 - 17:30 Uhr      |                                    |   | Volleyball - DoVer Magics               | Step Aerobic *                                |   |  |                      |
|  | 17:30 - 18:00 Uhr      |                                    |   |   | Volleyball - DoVer Magics                     | 1730h - 1815h HIIT *                          |  |                      |
|  | 18:00 - 18:30 Uhr      | Bauch - Beine - Po * ab 15.05.2019 |   |   |   | 1815h - 1900h HIIT *                          |  |                      |
|  | 18:30 - 19:00 Uhr      | Bauch - Beine - Po * ab 15.05.2019 | 1815h - 1900h HIIT *                    |   |   |   |  |                      |
|  | 19:00 - 19:30 Uhr      | Fußball FRAUEN *                   |   |   |   |   |  |                      |
|  | 19:30 - 20:00 Uhr      | Fußball FRAUEN *                   |   |   |   |   |  |                      |
|  | 20:00 - 20:30 Uhr      | Fußball HERREN *                   |   |   |   |   |  |                      |
|  | 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 |
|  |                        |                                    | 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 *                           | Mountainbiken *<br>(eigenes MTB erforderlich) |   |  |                      |
|  | 17:30 - 18:00 Uhr      |                                    | Volleyball - Freizeit *                 | Tischtennis *                           |   | Mountainbiken *<br>(eigenes MTB erforderlich) |  |                      |
|  | 18:00 - 18:30 Uhr      | Volleyball - Freizeit *            |   | CFit *                                  | Mountainbiken *<br>(eigenes MTB erforderlich) |   |  |                      |
|  | 18:30 - 19:00 Uhr      |                                    | Volleyball - Freizeit *                 | CFit *                                  |   | Mountainbiken *<br>(eigenes MTB erforderlich) |  |                      |
|  | 19:00 - 19:30 Uhr      | Zumba *                            |   |   |   |   |  |                      |
|  | 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/>