

Sportangebot der HföD

Belegungsplan Sporthalle und Outdoorangebote				gültig ab 16. März 2020
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 HERREN *		
	16:30 - 17:00 Uhr	Fußball HERREN *		
	17:00 - 17:30 Uhr	Volleyball - Basic *	Tischtennis *	
	17:30 - 18:00 Uhr	Volleyball - Basic *	Rückenfit *	
	18:00 - 18:30 Uhr	Volleyball - Basic *	Rückenfit *	
	18:30 - 19:00 Uhr	Volleyball - Basic *	CFit *	
	19:00 - 19:30 Uhr	Volleyball - Basic *	CFit *	
	19:30 - 20:00 Uhr	Volleyball - Basic *	CFit *	
	20:00 - 20:30 Uhr	Unihockey *	ACRO Yoga	
	20:30 - 21:00 Uhr	Unihockey *	ACRO Yoga	
21:00 - 21:30 Uhr	Badminton *	ACRO Yoga		
21:30 - 22:00 Uhr	Badminton *	ACRO Yoga		
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	Badminton *	Badminton *	Nordic Walking *
	16:30 - 17:00 Uhr	Badminton *	Badminton *	Nordic Walking *
	17:00 - 17:30 Uhr	Handball HERREN/FRAUEN *	"jumping fitness"	
	17:30 - 18:00 Uhr	Handball HERREN/FRAUEN *	"jumping fitness"	
	18:00 - 18:30 Uhr	Bodyfit *		
	18:30 - 19:00 Uhr	Bodyfit *		
	19:00 - 19:30 Uhr	Selbstverteidigung und Waffenkampf *	Tanzen (Standard/Latein)	
	19:30 - 20:00 Uhr	Selbstverteidigung und Waffenkampf *	Tanzen (Standard/Latein)	
	20:00 - 20:30 Uhr	Selbstverteidigung und Waffenkampf *	Basketball *	
	20:30 - 21:00 Uhr	Selbstverteidigung und Waffenkampf *	Basketball *	
21:00 - 21:30 Uhr	Unihockey *	Basketball *		
21:30 - 22:00 Uhr	Unihockey *	Basketball *		
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	"jumping fitness"	Tanzgruppe	
	16:30 - 17:00 Uhr	"jumping fitness"	Step Aerobic *	
	17:00 - 17:30 Uhr	"jumping fitness" für Dozenten und Verwaltung	Step Aerobic *	
	17:30 - 18:00 Uhr	"jumping fitness" für Dozenten und Verwaltung	1730h - 1810h Belly Pump *	
	18:00 - 18:30 Uhr	Kickboxen *	1730h - 1810h Belly Pump *	
	18:30 - 19:00 Uhr	Kickboxen *	1810h - 1920h Skip the leg day *	
	19:00 - 19:30 Uhr	Kickboxen *	1810h - 1920h Skip the leg day *	
	19:30 - 20:00 Uhr	Fußball FRAUEN *		
	20:00 - 20:30 Uhr	Fußball FRAUEN *		
	20:30 - 21:00 Uhr	Basketball *		
21:00 - 21:30 Uhr	Basketball *			
21:30 - 22:00 Uhr	Basketball *			
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	ACRO Yoga	Tischtennis *	
	17:30 - 18:00 Uhr	Volleyball - Freizeit *	Tischtennis *	
	18:00 - 18:30 Uhr	Volleyball - Freizeit *	CFit *	
	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	Fußball HERREN *		
21:00 - 21:30 Uhr	Fußball HERREN *			
21:30 - 22:00 Uhr	Fußball HERREN *			

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