

PH / RWU Hochschulsport

Belegungsplan für das WiSe 2024/25

M O N T A G	Zeit	Turnhalle	Gymnastikraum	Schwimmbad
	18.00 - 19.30	Basketball (Ruben Ziegler) ①	Yoga (Luisa Moll) ②	
19.30 - 21.00	Gerätturnen (Timm Nixdorf, Hannah Boss) ②	Line Dance (Hanna Seywert) ②		
21.00 - 22.30	Fußball (Nam Dinhquang) ①			
D I E N S T A G	Zeit	Turnhalle	Gymnastikraum	Schwimmbad
	18.00 - 19.30	Volleyball Anfänger (Finnja Göttlicher) ①	BGF Pilates	Schwimmen Anfänger (Mareike Münz) ⑤
	19.30 - 21.00	Volleyball fortgeschritten 1 (Finnja Göttlicher) ①③	Kickboxen Anfänger (Martin Weideler) ②	Schwimmtraining (Mareike Münz) ⑥
	21.00 - 22.30	Basketball (Ruben Ziegler) ①	Kickboxen fortgeschritten (Martin Weideler) ②③	
M I T T W O C H	Zeit	Turnhalle	Gymnastikraum	Schwimmbad
	18.00 - 19.30	Handball (Niklas Euchner) ①	Tanztutorium (Celine Allwelt) ②	
	19.30 - 21.00	Fußball (Nam Dinhquang) ①	Zirkeltraining (Franka Beck) ②	
	21.00 - 22.30	Badminton (Jothish Satheesh) ①		
D O N N E R S T A G	Zeit	Turnhalle	Gymnastikraum	Schwimmbad
	18.00 - 19.30	Handball (Niklas Euchner) ①	Yoga (Nathalie Gierer) ②	Freies Schwimmen (Mareike Münz) ⑥
	19.30 - 21.00	Gerätturnen (Timm Nixdorf, Hannah Boss) ②	HipHop (Lena Reiff) ②	Schwimmtraining (Mareike Münz) ⑥
	21.00 - 22.30	Volleyball Experten (Sarah Deak) ④		

Niveaustufen:

- ① ≙ Nicht angeleiteter Sport → Keine Grundkenntnisse/Fähigkeiten erforderlich
- ② ≙ Angeleiteter Sport → Keine Grundkenntnisse/Fähigkeiten erforderlich
- ③ ≙ Fortgeschrittenen Kurs → Grundlagen der Sportart werden vorausgesetzt
- ④ ≙ „Expertenniveau“ nur für Sportler mit Erfahrung
- ⑤ ≙ Schwimmen kann hier gelernt werden
- ⑥ ≙ Für sichere Schwimmer