

# PH / RWU Hochschulsport

## Belegungsplan für das WiSe 2024/25

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