

Stand:
25. Juli

SPORT



HOCHSCHUL FERIENPROGRAMM 2011

Gültig vom 29.08.2011 bis 7.10.2011 (nicht am 16.09.)

Fitness (nicht anmeldepflichtig)

BauchBeinePo (Shuai)	Mo	18:00-19:30	Rasen INF 700/Sporthalle *
Bodyshape (Shuai)	Mi	18:00-19:30	Rasen INF 700/Sporthalle *
FitForFun (Martin)	Di	18:00-19:30	Dreifachhalle
Konditionstraining	Mo	19:30-21:00	Rasen INF 700/Sporthalle *
Roland/Harald/Fari/Teo/	Mi	19:30-21:00	Rasen INF 700/Sporthalle *
	Do	19:15-20:45	Dreifachhalle
	Fr	16:30-18:00	Rasen INF 700/Sporthalle *

* vom 29.08. bis 16.09. finden die Kurse auf der Rasenfläche INF 700 statt. Bei schlechtem Wetter Kursausfall!

Pump/BodyWorkout	Mi	19:15-20:45	Dreifachhalle
TaeBo (Martin)	Di	19:30-21:00	Dreifachhalle

Gesundheit (nicht anmeldepflichtig)

Hatha-Yoga (Markus)	Mo	19:00-20:30	Gymnastikhalle	
Hatha-Yoga-Flow (Costas)	Di	17:00-18:30	Spezialhalle	
	Do	16:00-17:30	Gymnastikhalle	
Kundalini-Yoga (Markus)	Mi	16:15-17:45	Gymnastikhalle	
Pilates (Carla)	nicht am 6. & 13.09	Di	16:00-17:30	Turnhalle
Taiji For Two (Otmar)	Fr	16:00-18:00	Turnhalle	

Kostenpflichtige Kursangebote (online/HSP-Sekretariat)

Krafttraining €		Mo-Fr	17:30-21:00	Kraftraum INF 700
SPINNING® €		Mo-Do	19:00-20:00	Spinningraum
Kanupolo €	Anfänger	Mo	18:00-19:30	Bootshaus a.N.
	Fortgeschrittene	Di	18:00-19:30	
		Do	17:00-18:30	
Klettern €	Fortgeschrittene	03.09.	8:30 INF 720	Battert (Schwarzwald) Steinbruch Schriesheim
	Schnupperkurs	20.09.	s. Homepage	
	Schnupperkurs	21.09.	s. Homepage	
Rudern € (ab 02.August)	Fortgeschrittene	Di	17:00-18:30	Bootshaus a.N.

Kunterbuntes (nicht anmeldepflichtig)

Afrikanischer Tanz		Fr	16:00-18:00	Gymnastikhalle
Aikido		Mo und Fr	19:30-21:00	Spezialhalle/Turnhalle
Akrobatik/Jonglieren		Mo	19:30-21:00	Dreifachhalle 1b
Art of Moving	ab 13. September	Di	19:00-20:30	Friedrich-Ebert-Schule
Badminton	freies Spiel	Mo Mi Fr	16:00-18:00 16:00-19:00 16:00-18:00	Dreifachhalle Dreifachhalle 1a,b Dreifachhalle
Ballett	Mittelstufe	Mo	16:00-17:30	Gymnastikhalle
Basketball	freies Spiel	Mo und Fr	18:00-19:30	Dreifachhalle
Capoeira		Mi	19:30-21:00	Spezialhalle
Fechten		Di	18:15-21:00	Gymnastikhalle
Feldhockey		Fr	19:30-21:30	HCH- Platz
Gesellschaftstanz	Standard	Do	19:30-21:00	Gymnastikhalle
Judo		Mo und Fr	18:00-19:30	Turnhalle
	Wettkampf	Mi	19:00-21:00	Turnhalle
JuJutsu		Fr	16:00-18:00	Spezialhalle
Karate	Unterstufe	Mo	18:00-19:30	Spezialhalle
		Do	17:00-18:30	Spezialhalle
	Oberstufe	Di	19:00-20:45	Spezialhalle
		Do	18:30-20:00	Spezialhalle
	Mittelstufe	Mi	18:00-19:30	Spezialhalle
Kickboxen		Mi	17:00-19:00	Turnhalle
Lauftreff		Mo und Mi	18:30-...	vor INF 700
Salsa		Fr	18:00-20:00	Gymnastikhalle
Salsa-Merengue-Cumbia	ab 07. September	Mi	18:00-19:30	Gymnastikhalle
Schwimmen	ab 15. September	Do und Fr	12:00-14:00	OSP- Bad
Sepaktakraw		Do	18:00-19:00	Doppelhalle/Neckarwiese
Softball		Mo	19:30-21:00	Dreifachhalle 1c
TaeKwonDo		Mo/Mi/Fr	19:30-21:00	DfH/GyH/DfH
Tischtennis	freies Spiel	Mi	16:00-19:00	Dreifachhalle 1c
Trampolin		Mo und Do	19:00-21:00	Doppelhalle/Doppelhalle 2a
Turnen		Do	19:00-21:00	Doppelhalle 2b
Unihoc/Floorball	ab 19. September	Do	16:00-18:00	Sporthalle
VietVoDao		Fr	18:00-20:00	Spezialhalle
Volleyball	freies Spiel	Di	16:00-18:00	Dreifachhalle
		Do	16:00-19:00	Dreifachhalle

