

Fit und Gesund

Aerobic ^{<i>†</i>} ab 12.09.18		
Do 19:30-20:45	Gymnastikraum	Sabrina Korthaus

Bauch Beine Po ^{<i>† €</i>}		
Fr 17:00-18:15	Gymnastikraum	Anna Richter

Betriebliche Gesundheitsförderung ^{<i>†</i>}			
Mo 12:00-12:30	Raum der Bewegung 2 (alte Druckerei)	Sonja Fuhrmann	<i>B</i>
Di 12:15-13:00	Henschelstr. 2/K 10, Raum 0143	Ursula Mastmeyer	<i>B</i>
Di 12:00-12:30	Raum der Bewegung 2 (alte Druckerei)	Sonja Fuhrmann	<i>B</i>
Do 12:15-13:00	Henschelstr. 2/K 10, Raum 0143	Ursula Mastmeyer	<i>B</i>
Do 12:00-12:45	Raum der Bewegung 2 (alte Druckerei)	Sonja Fuhrmann	

Bodytoning ^{<i>† €</i>} ab 07.08.18 - nicht am 25.09.18		
Di 18:15-19:30	Gymnastikraum	Natalie Trillitsch

Drill and Fitness ^{<i>† €</i>}		
Di 20:45-22:00	Gymnastikraum	Laura Spohr

Fit for Study by ARBs ^{<i>† € €</i>} ab 31.07.18 bis 23.08.18		
Mo 19:00-20:00	Phys.t.praxis Haelth-Motion	K.Thomschweski

Fitness- und Funktionsgymnastik		
Mo 18:15-19:30	A-Platz ab 10.09.18	Sabrina Korthaus

Ganzkörpergymnastik ^{<i>†</i>}		
Fr 18:15-19:30	Gymnastikraum	Anna Richter

Kraft-Ausdauer-Zirkel ^{<i>†</i>} ab 06.09.18		
Do 17:00-18:15	Auestadion	Tim Reitz u.a.

Outdoorfitness		
Mo 18:00-19:15	Auestadion ab 03.09.18	Timo Dittmar

Pilates ^{<i>† €</i>} ab 25.07.18			
Do 17:00-18:15	Gymnastikraum	Anjelika Spöth	
Do 18:15-19:30	Gymnastikraum	Anjelika Spöth	<i>F</i>

Rücken & Bauch ^{<i>† €</i>}		
Mo 18:15-19:30	Gymnastikraum	Stefanie Solar

Tai Bo ^{<i>† €</i>}		
Mo 17:00-18:15	Gymnastikraum	Stefanie Solar

Yoga ^{<i>† €</i>}			
Di 19:30-21:00	Yoga-Vidya-Zentrum Kassel ab 04.09.18	Corinna Hanke	<i>M</i>
Mi 18:15-19:30	Gymnastikraum	Klaus Weiß	
Mi 19:30-20:45	Gymnastikraum	Klaus Weiß	
Do 18:30-19:45	Seminarraum Bootshaus Uni	Klaus Weiß	
Do 19:45-21:00	Seminarraum Bootshaus Uni	Klaus Weiß	

Zen Meditation ^{<i>†</i>} ab 05.09.18		
Mi 17:30-19:00	Haus Chasalla, Sickingstr. 10	Inga Kappeller

Zumba® Fitness ^{<i>† €</i>} ab 08.08.18		
Sa 10:30-11:45	Gymnastikraum	Johanna Grimm

06:30 Uhr - Frühsport mit der HNA		
Di 06:30-07:00	Foyer	Christian Schnabel

Kämpfen und Budosport

Boxen ^{<i>†</i>} ab 06.09.18		
Do 17:30-19:30	Boxraum / Aueparkhalle	Reinhard Schmidt

Iaido ^{<i>†</i>} ab 05.09.18		
Mi 20:45-22:00	Gymnastikraum	Patrick Fehr

Judo AG ^{<i>† €</i>}			
Di 16:30-18:00	Sporthalle HFPV ab 03.09.18	Mario Weps	<i>P</i>

Ju-Jutsu ^{<i>† €</i>}		
Mi 19:45-21:15	Bepo, Frankfurter Str. 365	Timo Kunert

Kendo ^{<i>†</i>}		
Mi 18:00-19:15	Heinrich-SteuI-Schule	Wulf Nebelsiek

Selbstverteidigungs AG ^{<i>† €</i>}			
Mi 17:30-19:00	Sporthalle HFPV ab 19.09.18	Elias Schäfer	<i>P</i>

Taekwon-Do ^{<i>† €</i>}			
Mo 19:30-20:45	Gynmastikraum	Klaus Saurwein	<i>F</i>
Mi 17:00-18:15	Gymnastikraum	Klaus Saurwein	<i>A</i>
Di 19:30-20:45	Gymnastikraum	Nima Fard-Khojasteh	

Taiji, Yangstil und Qigong ^{<i>†</i>} ab 07.09.18			
Fr 15:45-17:00	Gymnastikraum	Ulrike Schneider	<i>F</i>

Ving Tsun Kung Fu ^{<i>†</i>} ab 04.09.18			
Di 20:00-21:30	Eugen-Richter-Str. 111	Andreas Luiten	A / F
Do 20:00-21:30	Eugen-Richter-Str. 111	Andreas Luiten	A / F

Laufen und Ausdauersport

Laufkurs ^{<i>†</i>}		
Di 17:30-19:00	Foyer	Rolf Hinke

Lauftreff			
Mo 18:30-19:45	Foyer	Anna Richter	<i>A</i>
Mo 18:00-19:15	Foyer	Marcel Krug	<i>F</i>
Mi 18:00-19:15	Foyer	Christian Schnabel	

Ballsport und Spiele

Badminton ^{<i>†</i>}		
Do 19:30-20:45	Grundschule Waldau ab 9.8.18	Rest / Stahl

Baseball ^{<i>†</i>} ab 19.07. - 13.09.18		
Do 18:00-20:00	Waldauer Wiesen	Michael Kotzot

Basketball ^{<i>†</i>} ab 07.08.19		
Di 18:15-19:30	Heinrich-Schütz-Schule	FB 01

Beachvolleyball ^{<i>†</i>}			
Mo 18:00-19:30	Beachanlage	Kevin Günther	
Di 18:00-19:30	Beachanlage	Lea Theis	
Do 18:00-19:30	Beachanlage	Evis Hofverberg	<i>F</i>

Flag-Football ^{<i>†</i>}		
Fr 17:30-19:00	Kunstrasenplatz Auepark	Mark Möbus

Fußball ^{<i>†</i>}		
Do 16:30-18:00	C-Platz	Alexander Bayer
Mo 20:30-22:00	Kunstrasenplatz Auepark	Christian Samba

Handball ^{<i>†</i>} ab 16.08.18		
Do 16:45-18:00	Beachplatz	Johanna Scharff

Lacrosse ^{<i>†</i>}			
Di 20:00-22:00	Kunstrasenanlage Giesewiesen	Liebscher/Santagati	
Do 20:00-22:00	Kunstrasenanlage Giesewiesen	Liebscher/Santagati	

Quidditch ^{<i>†</i>}		
Mo 19:00-21:00	hinter der Beachanlage	Jens Wetekam

Rugby ^{<i>†</i>} ab 13.08.18		
Mo 19:00-21:00	Fasanhof, Mörikestr. 36	Lucas Damrow
Do 19:00-21:00	Fasanhof, Mörikestr. 36	Lucas Damrow

Spikeball ^{<i>†</i>}		
Mo 18:15-19:30	hinter der Beachanlage	Theresa Knauf

Squash ^{<i>† €</i>}		
Mi 16:00-18:00	citySquash, Königstor 30-32	Sebastian Heitmann

Tischfußball ^{<i>†</i>}		
Mi 16:00-18:00	TFC-Vereinsheim	Jan Majewski

Ultimate Frisbee ^{<i>†</i>}			
Di 18:15-19:45	Karlsruhe	Linda Volmerg	<i>A</i>
Di 19:45-21:15	Karlsruhe	David Bohla	<i>F</i>

Volleyball ^{<i>†</i>}		
Mo 20:00-21:15	Beachplatz	Sebastian Koch

Tanzen und Rhythmus

Ballett ^{<i>†</i>} ab 05.09.18			
Mi 15:45-17:00	Gymnastikraum	Annika Bramsiepe	<i>A</i>

Swing/ Lindy Hop ^{<i>†</i>} ab 13.08.18		
Mo 18:00-19:30	Seminarrau Bootshaus Uni	freie Übungsgruppe

Turnen und Bewegungskünste

Crosslike ^{<i>† €</i>}			
Mo 16:30-18:00	Sporthalle HfPV ab 03.09.18	Mario Weps	<i>P</i>

Jonglage und Einrad		
Mi 18:15-19:30	Karlsruhe	Sandra Kluge

Parcours ^{<i>† €</i>}			
Mi 16:00-17:30	Sporthalle HfPV ab 05.09.18	Markus Janzow.	<i>P</i>

Kajakfahren ^{<i>† €</i>} - über Wassersportkarte	
--	--

Mi 18:00-20:00	Bootshaus Uni	Michel Thielemann
----------------	---------------	-------------------

Kanupolo ^{<i>†</i>}			
Mo 18:00-20:00	Kanusport Kassel e. V.	Sebastian Pfaffel	<i>A</i>
Mi 18:00-20:00	Kanusport Kassel e. V.	Sebastian Pfaffel	<i>F</i>

Rudern ^{<i>† €</i>} - über Wassersportkarte			
Mo 16:00-18:00	Bootshaus Uni Kurs 1	René Flaschmann	<i>F</i>
Di 18:00-20:00	Bootshaus Uni Kurs 2	Simon Nowak	<i>F</i>
Mi 16:00-18:00	Bootshaus Uni Kurs 3	René Flaschmann	<i>F</i>
Do 18:00-20:00	Bootshaus Uni Kurs 4	Simon Nowak	<i>F</i>
Mo 18:00-20:00	Bootshaus Uni Kurs 1	Foss/Goebel	<i>A</i>
Di 16:00-18:00	Bootshaus Uni Kurs 2	Foss	<i>A</i>
Mi 18:00-20:00	Bootshaus Uni Kurs 3	Goebel	<i>A</i>
Do 16:00-18:00	Bootshaus Uni Kurs 4	Tobias Goebel	<i>A</i>
Fr 18:00-20:00	Bootshaus Uni Kurs 5	Foss/Goebel	<i>A</i>
Sa 13:00-15:00	Bootshaus Uni Kurs 6	Alicia de la Porte	<i>A</i>

Rudern Row Fit ^{<i>†</i>} - über Wassersportkarte		
Mi 18:30-20:00	Seminarraum Bootshaus Uni	Jessica Bauer

Rudern - Wettkampf ^{<i>†</i>} - über Wassersportkarte		
Di n. V.	Bootshaus Uni Kurs 1	René Flaschmann
Do n. V.	Bootshaus Uni Kurs 2	René Flaschmann
Sa. n. V.	Bootshaus Uni Kurs 3	René Flaschmann

Rudern - freie Übungszeit ^{<i>†</i>} - über Wassersportkarte		
Sa 15:00-17:00	Bootshaus Uni	ohne Kursleitung
So 15:00-17:00	Bootshaus Uni	ohne Kursleitung

Rudern - RowRunner ^{<i>†</i>} - über Wassersportkarte		
Fr 16:00-18:00	Bootshaus Uni	Foss/Goebel

Schwimmen ^{<i>† €</i>}		
Mo 16:00-17:30	Bepo, Frankfurter Str. 365	Marcel Krug
Do 19:45-21:00	Bepo, Frankfurter Str. 365	Bentz / Reuter

Segeln - USC	
Mehr Infos unter http://www.usc-kassel.de	

Wasserball ^{<i>† €</i>} ab 03.09.18		
Mo 17:00-19:00	Auebad Auedamm	Karol Patas
Mi 19:30-21:30	Auebad Auedamm	Karol Patas

Und...

Rennradtreff bis 13.08.18		
Mo 17:55-19:30	Foyer Aueparkhalle	Christoph Bentz

Inlineskaten (KISS)	
Mehr Infos unter http://www.kiss-skate.de	

Mountainbike ab31.07.18		
Di 18:00-20:00	Schloss Wilhelmshöhe	Malte Schötteldreier

Studentenreiter Kassel	
Mehr Infos unter http://www.studentenreiter-kassel.de	

Badminton ^{<i>†</i>} ab 06.08.18		
Mo 20:00-21:30	Grundschule, Gartenstr.	Michael Zeuner

Basketball ab 09.08.18		
Do 20:00-21:30	Am Johannesberg, Sporthalle	ohne Übungsleiter

Contact Impro Jam ^{<i>†</i>} ab 07.09.18		
Fr 19:00-22:00	Zeichensaal, Steinstr. 19	Mangold / Gerke

Hatha Yoga ^{<i>†</i>} ab 06.09.18		
Di 18:00-19:30	Zeichensaal, Steinstr. 19	Fred Melko

Movements Energy Dance Fitnessstraining ^{<i>†</i>}		
Di 19:30-21:00	Turnhalle, Südbahnhofstr. 24 ab 04.09.18	Marion Bieker

Volleyball ab 06.08.18			
Mo 20:30-22:30	Sporthalle Unterrieden	Stephan Behrendt	<i>A</i>
Do 20:00-21:30	Am Johannisberg, Sporthalle	Christof Niehaus	<i>F</i>

Zumba® Plus ^{<i>†</i>} ab 06.09.18		
Do 19:30-21:00	Johannisbergschule	Alexandra Csik

Kompaktkurse			
Swing / Lindy Hop ^{<i>† €</i>}			
Sa/ So 29.09 und 30.09.18	Sa. 12:00 - 16:00 Uhr So. 10:00 - 14:00 Uhr Gymnastikraum	Gießmann/Wilson	<i>A</i>

Wichtiger Hinweis

Es können nur Kurse im Gymnastikraum und draußen stattfinden, da im Zeitraum von 16.07. bis 13.10.18 die Hallenteile der Aueparkhalle gesperrt sind.

Legende

<i>A</i>	Anfänger	<i>M</i>	Mittelstufe
<i>F</i>	Fortgeschrittene	<i>B</i>	für Bedienstete
<i>K</i>	Könnner	<i>D</i>	für Damen
<i>t</i>	teilnehmerbegrenzt	<i>H</i>	für Herren
<i>S</i>	für Studierende	€	kostenpflichtig
<i>p</i>	Kooperation mit HfPV		

Hochschulsport Witzenhausen