

Sportprogramm Wintersemesterferien 2018

Start: 12.02. <<<< >>>> Ende: 08.04.2018



Fit und Gesund

Aerobic †

Do	19:30-20:45	Gymnastikraum	Sabrina Korthaus
----	-------------	---------------	------------------

Bauch Beine Po †

Fr	17:00-18:15	Gymnastikraum	Anna Richter
----	-------------	---------------	--------------

Betriebliche Gesundheitsförderung †

Mo	12:00-12:30	HPS, R. 451	Sonja Fuhrmann B
Di	12:15-13:00	Henschelstr. 2/K 10, Raum 0143	Ursula Mastmeyer B
Di	12:00-12:30	HPS, R. 451	Sonja Fuhrmann B
Do	12:15-13:00	Henschelstr. 2/K 10, Raum 0143	Ursula Mastmeyer B

Bodytoning †

Di	18:15-19:30	Gymnastikraum	Natalie Trillitsch
----	-------------	---------------	--------------------

Fitness- und Funktionsgymnastik

Mo	18:15-19:30	Halle 5-6	Sabrina Korthaus
Di	20:45-22:00	Halle 4-6	Stefanie Solar
Mi	19:30-20:45	Halle 4-6	Leonie Müller
Do	18:15-19:30	Halle 4-6	Laura Spohr
Fr	18:15-19:30	Halle 4-5	Laura Spohr

Ganzkörperfitness †

Mo	19:30-20:45	Halle 4	Stefanie Solar
----	-------------	---------	----------------

Ganzkörpergymnastik †

Fr	18:15-19:30	Gymnastikraum	Anna Richter
----	-------------	---------------	--------------

Kraft-Ausdauer-Zirkel †

Di	17:00-18:15	Halle 6	Tim Reitz u.a.
Do	17:00-18:15	Auestadion	Tim Reitz u.a.

Move & Box

Di	19:30-20:45	Halle 4	Philipp Reher
----	-------------	---------	---------------

Outdoorfitness

Mo	17:30-18:45	Foyer	Timo Dittmar
----	-------------	-------	--------------

Pilates †

Do	17:00-18:15	Gymnastikraum	Anjelika Spöth
Do	18:15-19:30	Gymnastikraum	Anjelika Spöth F

Rücken & Bauch † €

Mo	18:15-19:30	Gymnastikraum	Stefanie Solar
----	-------------	---------------	----------------

Tai Bo †

Mo	19:30-20:45	Halle 4	Stefanie Solar
----	-------------	---------	----------------

Yoga † €

Di	19:30-21:00	Yoga-Vidya-Zentrum Kassel	Corinna Hanke F
Mi	19:30-21:00	Yoga-Vidya-Zentrum Kassel	Corinna Hanke M
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 †

Mi	17:30-19:00	Haus Chasalla, Sickingstr. 10	Inga Kappeller
----	-------------	-------------------------------	----------------

Zumba® Fitness †

Mi	15:45-17:00	Gymnastikraum	Johanna Grimm
Sa	10:30-11:45	Gymnastikraum	Johanna Grimm

06:30 Uhr - Frühsport mit der HNA

Di	06:30-07:00	Halle 1-3 Eingang a.d. Rückseite	Christian Schnabel
----	-------------	----------------------------------	--------------------

Kämpfen und Budosport

Boxen †

Do	17:30-19:30	Boxraum / Aueparkhalle	Reinhard Schmidt
----	-------------	------------------------	------------------

Fechten †

Do	19:00-21:00	Sporthalle am Königstor	L. Dermichev
----	-------------	-------------------------	--------------

Iaido †

Mi	20:45-22:00	Halle 6	Patrick Fehr
----	-------------	---------	--------------

Ju-Jutsu †

Mi	19:45-21:15	Bepo, Frankfurter Str. 365	Kunert/Silbersack
----	-------------	----------------------------	-------------------

Karate †

Mo	18:15-19:30	Halle 4	Lamos / Jänicke
----	-------------	---------	-----------------

Kendo †

Fr	18:15-19:30	Halle 6	Wulf Nebelsiek
----	-------------	---------	----------------

Taekwon-Do †

Mo	19:30-20:45	Gymnastikraum	Klaus Saurwein F
Di	19:30-20:45	Gymnastikraum	Nima Fard-Khojasteh
Mi	18:15-19:30	Halle 6	Klaus Saurwein A

Tai Chi Chuan †

Fr	15:45-17:00	Gymnastikraum	Ulrike Schneider A
----	-------------	---------------	---------------------------

Ving Tsun Kung Fu †

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 †

Di	17:30-19:00	Foyer	Rolf Hinke
----	-------------	-------	------------

Lauftreff

Mo	18:30-19:45	Foyer	Anna Richter A
Mo	18:00-19:30	Foyer	Marcel Krug F
Mi	18:00-19:15	Foyer	Christian Schnabel

Ballspiel und Spiele

Badminton †

Di	18:15-19:30	Halle 4-6	Timo Dittmar
Do	19:30-20:45	Grundschule Waldau	Stahl / Rest
Fr	17:00-18:15	Halle 4-5	Melissa Neurath
Sa	11:45-13:00	Halle 4-6	Marc Stahl

Baseball † - bis zum 25.03.18

Mi	18:00-20:00	Sporthalle Mönchebergschule	Michael Kotzot
----	-------------	-----------------------------	----------------

Basketball †

Di	18:15-19:30	Heinrich-Schütz-Schule	FB 01
Mi	20:45-22:00	Halle 4-5	Kevin Jaster
Do	19:30-20:45	Halle 5-6	Christoph Arneton

Floorball †

Mo	19:30-20:45	Halle 5-6	Dimitri Sendetski
Sa	10:30-11:45	Halle 4-6	freises Training

Fußball †

Mo	17:00-18:15	Halle 4-6	Alexander Bayer
Fr	20:45-22:00	Halle 4-6	Christian Samba

Handball †

Do	17:00-18:15	Halle 4-6	Johanna Scharff
----	-------------	-----------	-----------------

Headis †

Di	19:30-20:45	Halle 6	Lennart Heinke
----	-------------	---------	----------------

Lacrosse †

Di	20:00-22:00	Kunstrasenanlage Giesewiesen	Liebscher/Santagati
----	-------------	------------------------------	---------------------

Rugby †

Mo	19:00-21:00	Fasanenhof, Mörikestr. 36	Lucas Damrow
Do	19:00-21:00	Fasanenhof, Mörikestr. 36	Lucas Damrow

Squash † €

Mi	16:00-18:00	citySquash, Königstor 30-32	Sebastian Heitmann
----	-------------	-----------------------------	--------------------

Spikeball †

Mi	18:15-19:30	Halle 5	Theresa Knaufl
----	-------------	---------	----------------

Tischfußball †

Mi	16:00-18:00	TFC-Vereinsheim	Florian Draude
----	-------------	-----------------	----------------

Tischtennis †

Di	17:00-18:15	Halle 4	Dorian Krisch
Mi	17:00-18:15	Halle 4	Lucas Harbich

Ultimate Frisbee †

Do	20:45-22:00	Grundschule Waldau	Bohla/Schumacher
----	-------------	--------------------	------------------

Volleyball †

Mo	20:45-22:00	Halle 4-6	Sebastian Koch A
Di	16:00-18:15	Halle 5	Gerhard Kupfer B
Di	19:30-20:45	Halle 5	ATB
Do	20:45-22:00	Halle 5-6	Annika Rastig A
Fr	19:30-20:45	Halle 4-5	Michael Demme F

Tanzen und Rhythmus

Ballett †

Fr	19:00-20:30	Akademie des Tanzes	Barbara Figurski A
Di	19:00-20:30	Akademie des Tanzes	Barbara Figurski F

Contemporary Dance †

Di	15:45-17:00	Gymnastikraum	Annika Bramsiepe
----	-------------	---------------	------------------

Experimental †

Mi	20:45-22:00	Gymnastikraum	Daria Filippova
----	-------------	---------------	-----------------

Folkdance international †

Mo	20:00-21:30	Ing.Schule, Aula	Andreas Tunger
----	-------------	------------------	----------------

Paartanztreff

Mo	18:30-20:00	Ing.Schule, Aula	Andreas Tunger
----	-------------	------------------	----------------

Swing/ Lindy Hop †

Mi	18:00-19:30	Seminarraum Bootshaus Uni	freie Übungsgruppe
----	-------------	---------------------------	--------------------

Turnen und Bewegungskünste

Eltern-Kind-Turnen †

Mi	15:45-17:00	Halle 6	Charlene Ebner u.a.
Mi	17:00-18:15	Halle 6	Christine Schön u.a.
Fr	15:45-17:00	Halle 6	Annika Rastig u.a.
Fr	17:00-18:15	Halle 6	Madlen Geipel u.a.

Jonglage und Einrad

Mi	18:15-19:30	Halle 4	Sandra Kluge
----	-------------	---------	--------------

Trampolin †

Do	19:30-22:00	Halle 4	Hornung /Luttmann
----	-------------	---------	-------------------

Im, am und auf dem Wasser

Rudern † € - über Wassersportkarte

Mi	15:00-17:00	Bootshaus	Tobias Goebel A
Fr	15:00-17:00	Bootshaus	Keyvan Foss A
Di	18:00-20:00	Bootshaus - Laternenrudern	Simon Nowak F
Mi	17:00-19:00	Bootshaus - Laternenrudern	René Flaschmann F
Do	18:00-20:00	Bootshaus - Laternenrudern	Simon Nowak F

Rudern - Wettkampf † über Wassersportkarte

Di	18:00-20:00	Bootshaus	René Flaschmann F
Do	18:00-20:00	Bootshaus	René Flaschmann F
Fr	18:00-20:00	Bootshaus	René Flaschmann F

Rudern - Zusatztraining † - über Wassersportkarte

Mo	17:00-18:15	Gymnastikraum - Row Fit	Jessica Bauer
Mi	17:30-19:00	Bootshaus - Row Running	Tobias Goebel
Do	17:00-18:15	Bootshaus - Row Fit	Jessica Bauer
Sa	14:00-16:00	Bootshaus - u. a. Krafttraining	div. Kursleiter
So	14:00-17:00	Bootshaus - u. a. Ergometer	div. Kursleiter

Segeln - USC

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

Wasserball †

Mo	17:00-19:00	Auebad Auedamm	Wolfgang Röllner
Mi	19:30-21:30	Auebad Auedamm	Wolfgang Röllner

Und...

Mountainbike

Di	16:00-18:00	Schloss Wilhelmshöhe	Malte Schötteldreier
----	-------------	----------------------	----------------------

Studentenreiter Kassel

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

Tipp Kick - Herkules Kicker

Di	19:00-21:00	Seminarraum 0.33	Christian Radkte
----	-------------	------------------	------------------

Hochschulsport Witzenhausen

Badminton †

Mo	20:00-21:30	Grundschule, Gartenstr.	Michael Zeuner
----	-------------	-------------------------	----------------

Basketball

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

Contact Impro Jam

Fr	19:00-22:00	Zeichensaal, Steinstr. 19	Gerke / Mangold.
----	-------------	---------------------------	------------------

Hatha Yoga †

Di	18:00-19:30	Zeichensaal, Steinstr. 19	Fred Melko F
Do	18:30-20:00	Zeichensaal, Steinstr. 19	Fred Melko A

Movements Energy Dance Fitnessstraining †

Di	19
----	----