

PH / RWU Hochschulsport

Belegungsplan für das SoSe 2026

M O N T A G	Zeit	Turnhalle	Gymnastikraum	Schwimmbad	Außenanlage
	18.00 - 19.30	Basketball ①	Orientalischer Tanz ②	belegt	Rennrad ① (Parkplatz)
	19.30 - 21.00	Gerätturnen ② (19.30 – 21.30 Uhr)	Hip Hop ②		Fußball ①
	21.00 - 22.30		Schwertkampf ② nach LARP		Yoga ② Anfänger
D I E N S T A G	Zeit	Turnhalle	Gymnastikraum	Schwimmbad	Außenanlage
	18.00 - 19.30	Volleyball ① Anfänger	belegt	Freies Schwimmen ②	Leichtathletik ②
	19.30 - 21.00	Volleyball ③ Fortgeschritten	Step-Aerobic ②	Schwimmen ③ Fortgeschritten	Fußball ①
	21.00 - 22.30	Badminton ①	Yoga ② Anfänger		Hyrox ②
M I T T W O C H	Zeit	Turnhalle	Gymnastikraum	Schwimmbad	Außenanlage
	18.00 - 19.30	Handball ①	Präsenz in Bewegung ②	Freies Schwimmen ②	Tennis ② Anfänger
	19.30 - 21.00	Basketball ①	Line Dance/ ② Country Dance	Schwimmen ③ Fortgeschritten	Fußball ①
	21.00 - 22.30	Volleyball ③ Fortgeschritten II			Tennis ③ Fortgeschritten
					Völkerball ①
D O N N E R S T A G	Zeit	Turnhalle	Gymnastikraum	Schwimmbad	Außenanlage
	18.00 - 19.30	Handball ①	Standardtanz ② Anfänger	Aquafitness/-zumba ②	Yoga ③ Fortgeschritten
	19.30 - 21.00	Gerätturnen ②	Standardtanz ③ Fortgeschritten		Leichtathletik ②
	21.00 - 22.30	Volleyball ④ Expert			

Niveaustufen:

- ① ≙ Nicht angeleiteter Sport
- ② ≙ Angeleiteter Sport
- ③ ≙ Fortgeschritten
- ④ ≙ Expert
- ⑤ ≙ Schwimmen
- ⑥ ≙ Für sichere Schwimmer

Keine Grundkenntnisse/Fähigkeiten erforderlich
 Keine Grundkenntnisse/Fähigkeiten erforderlich
 Grundlagen der Sportart werden vorausgesetzt
 Nur für Sportler mit Erfahrung
 Kann hier gelernt werden