

# 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 Fortgeschritten ③ (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	Rennrad Anfänger ① (Parkplatz)
	19.30 - 21.00	Basketball ①	Line Dance/ ② Country Dance	Schwimmen ③ Fortgeschritten	Tennis ② Anfänger
	21.00 - 22.30	Volleyball ③ Fortgeschritten II			Fußball ①
					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
	19.30 - 21.00	Gerätturnen ②	Standardtanz ③ Fortgeschritten		Fortgeschritten
	21.00 - 22.30	Volleyball ④ Expert			Leichtathletik ②

### 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