

Sportplan ERFURTER HOCHSCHULSPORT im USV Erfurt e.V. (FH Erfurt und Uni Erfurt) Sommersemester 2024 vom 22.04.2024 bis 21.07.2024

Montag

Hochschulsport Abteilungstraining ~~USV~~

	Universität Erfurt			Fachhochschule Altonaer Str. 25, Haus 11a					
	UGM-Raum (Audimax)	Beachplatz 1	Beachplatz 2	Calisthenicsanlage	gr. Kursraum 11a.E.11	kl. Kursraum 11a.E.9	Multifunktionsraum 11a.E.7	StuRa, Raum 11.E.20	FH-Fitnessr. 11a.E.12
07:30									
07:45									
08:00									Early Bird - Mitarbeitertraining 00105 07:00 - 09:00 Uhr
08:15									
08:30									
08:45									
09:00	Buchung laut E.-system 00211	Buchung laut E.-system 00211							
09:15									
09:30									
09:45									
10:00									
10:15									
10:30									
10:45	Buchung laut E.-system 00212	Buchung laut E.-system 00212							
11:00									
11:15									
11:30									
11:45									
12:00									
12:15									
12:30									
12:45	Buchung laut E.-system 00213	Buchung laut E.-system 00213							
13:00									
13:15									
13:30									
13:45									
14:00									
14:15									
14:30									
14:45	Uni Erfurt Sportwissenschaft Jörg Eisenacher 00214 (komplettes Semester)	Uni Erfurt Sportwissenschaft Jörg Eisenacher 00214 (komplettes Semester)							
15:00									
15:15									
15:30									
15:45									
16:00									
16:15									
16:30									
16:45	Buchung laut E.-system 00215	Buchung laut E.-system 00215							
17:00									
17:15									
17:30									
17:45									
18:00									
18:15									
18:30									
18:45	Buchung laut E.-system 00216	Buchung laut E.-system 00216							
19:00									
19:15									
19:30									
19:45									
20:00									
20:15									
20:30									
20:45	Buchung laut E.-system 00217	Buchung laut E.-system 00217							
21:00									
21:15									
21:30									
21:45									

Dienstag

	Universität Erfurt				Fachhochschule Altonaer Str. 25, Haus 11a				
	UGM-Raum (Audimax)	Beachplatz 1	Beachplatz 2	Calisthenicsanlage	gr. Kursraum 11a.E.11	kl. Kursraum 11a.E.9	Multifunktionsraum 11a.E.7	StuRa, Raum 11.E.20	FH-Fitnessr.
07:30									Early Bird - Mitarbeitertraining 00105 07:30 - 09:00 Uhr
07:45									
08:00									
08:15									
08:30									
08:45		Buchung laut E.-system 00221	Buchung laut E.-system 00221						
09:00									
09:15									
09:30									
09:45									
10:00									
10:15									
10:30		Buchung laut E.-system 00222	Buchung laut E.-system 00222						
10:45									
11:00									
11:15									
11:30									
11:45									
12:00									
12:15									
12:30	Yoga USV Gudrun Hoch 12:00 - 13:00 Uhr	Buchung laut E.-system 00223	Buchung laut E.-system 00223	Calisthenics-parkkarte (CPK) 00301 09:00 - 21:00 Uhr					
12:45									
13:00									
13:15									
13:30									
13:45									
14:00									
14:15									
14:30									
14:45		Buchung laut E.-system 00224	Buchung laut E.-system 00224						Fitnesskarte FHE 00102 Freies Training nach absolviertem Einführungskurs
15:00					Zirkeltraining 20141 Marie B. 14:30 - 15:30 Uhr				
15:15						Yoga 30704 Stefanie S. 15:00 - 16:15 Uhr			
15:30									
15:45									
16:00									
16:15	Strohensport (KI-STR-005) Madeleine 16:00 - 17:00 Uhr					Pilates 30401 Marie B. 15:45 - 16:40 Uhr			
16:30		Beachvolleyball 50813 Annalisa L. 16:00 - 18:00 Uhr Vorlesungszeit 00225	Beachvolleyball 50813 Annalisa L. 16:00 - 18:00 Uhr Vorlesungszeit 00225	Abl.-Training Calisthenics USV Christian N. 17:00 - 21:00 Uhr					
16:45						Jumping Fitness 20401 Lars P. 16:45 - 17:45 Uhr			
17:00	Pilifikussport (KI-PF-012) Madeleine 16:00 - 17:00 Uhr								
17:15									
17:30									
17:45									
18:00									
18:15									
18:30		Beachvolleyball USV Herren Alexander H. 18:00 - 20:00 Uhr komplett 00226	Beachvolleyball USV Herren Alexander H. 18:00 - 20:00 Uhr komplett 00226		Iron Body 20702 Lars P. 18:00 - 19:00 Uhr	Yoga 30708 Reinhard M. 17:45 - 19:00 Uhr			
18:45									
19:00									
19:15									
19:30									
19:45					Burlesque / Showtanz 60551 Michèle F. 19:15 - 20:15 Uhr	Spinning 20302 Christopher H. 19:15 - 20:15 Uhr			
20:00									
20:15									
20:30									
20:45		Buchung laut E.-system 00227	Buchung laut E.-system 00227		Bodyfitness 20109 Alexander H. 20:15 - 21:15 Uhr	Spinning 20301 Stephanie F. 20:15 - 21:15 Uhr			Functional Fitness 20114 Christopher H. 20:15 - 21:15
21:00									
21:15									
21:30									
21:45									

Mittwoch

	Universität Erfurt				Fachhochschule Altonaer Str. 25, Haus 11a						
	UGM-Raum (Audimax)	Beachplatz 1	Beachplatz 2	Calisthenicsanlage	gr. Kursraum 11a.E.11	kl. Kursraum 11a.E.9	Multifunktionsraum 11a.E.7	StuRa, Raum 11.E.20	FH-Fitnessr.		
07:30									Early Bird - Mitarbeitertraining 00105 07:30 - 09:00 Uhr		
07:45											
08:00											
08:15											
08:30											
08:45											
09:00		Buchung laut E.-system 00231	Buchung laut E.-system 00231								
09:15											
09:30											
09:45											
10:00											
10:15											
10:30											
10:45		Buchung laut E.-system 00232	Buchung laut E.-system 00232								
11:00											
11:15											
11:30											
11:45											
12:00											
12:15											
12:30											
12:45		Buchung laut E.-system 00233	Buchung laut E.-system 00233								
13:00											
13:15											
13:30											
13:45											
14:00											
14:15											
14:30											
14:45											
15:00		Uni Erfurt Sportwissenschaft Jörg Eisenacher 00234 (komplettes Semester)	Uni Erfurt Sportwissenschaft Jörg Eisenacher 00234 (komplettes Semester)	Calisthenics-parkkarte (CPK) 00301 09:00 - 21:00 Uhr					Fitnesskarte FHE 00102 Freies Training nach absolviertem Einführungskurs		
15:15											
15:30											
15:45											
16:00	Zwergensport (KI-ZW-002) Alicia 16:00 - 16:45 Uhr										
16:15											
16:30		Beachvolleyball 50811 Paulin J. 18:00 - 20:00 Uhr Sommersemester 00235	Beachvolleyball 50811 Paulin J. 18:00 - 20:00 Uhr Sommersemester 00235								
16:45											
17:00	Zwergensport (KI-ZW-004) Alicia 17:00 - 17:45 Uhr										
17:15											
17:30											
17:45											
18:00											
18:15											
18:30		Beachvolleyball (Fortgeschritten) 50812 Niclas B. 20:00 - 22:00 Uhr Sommersemester 00236	Beachvolleyball (Fortgeschritten) 50812 Niclas B. 20:00 - 22:00 Uhr Sommersemester 00236								
18:45											
19:00	Modern + Contemporary Dance 60205 Paulina M. & Fides M. 18:30 - 20:00 Uhr										
19:15											
19:30											
19:45											
20:00											
20:15											
20:30											
20:45		Buchung laut E.-system 00237	Buchung laut E.-system 00237								
21:00											
21:15											
21:30											
21:45											

Donnerstag

	Universität Erfurt				Fachhochschule Altonaer Str. 25, Haus 11a				
	UGM-Raum (Audimax)	Beachplatz 1	Beachplatz 2	Calisthenicsanlage	gr. Kursraum 11a.E.11	kl. Kursraum 11a.E.9	Multifunktionsraum 11a.E.7	StuRa, Raum 11.E.20	FH-Fitnessr.
07:30									Early Bird - Mitarbeitertraining 00105 07:30 - 09:00 Uhr
07:45									
08:00									
08:15									
08:30									
08:45		Buchung laut E.-system 00241	Buchung laut E.-system 00241						
09:00									
09:15									
09:30									
09:45									
10:00									
10:15									
10:30									
10:45		Buchung laut E.-system 00242	Buchung laut E.-system 00242		Body Intensive - in the morning 20604 Dennis P. & Katja P. 10:00 - 11:00 Uhr				
11:00					Jumping Fitness 20602 Lars P. 11:00 - 12:00 Uhr				
11:15									
11:30									
11:45									
12:00									
12:15									
12:30									
12:45		Buchung laut E.-system 00243	Buchung laut E.-system 00243	Calisthenics-parkkarte (CPK) 00301 09:00 - 21:00 Uhr	Tanzmix/ Choreografie 01001 Fiona D. 12:00 - 13:00 Uhr	Aktive Pause 90101 Lars P.			
13:00						Musical Jazz 61051 Fiona D. 13:00 - 14:00			
13:15									
13:30									
13:45									
14:00									
14:15									
14:30									
14:45		Buchung laut E.-system 00244	Buchung laut E.-system 00244		Hip Hop 60701 Lily B. 14:00 - 15:00 Uhr	Stretching 30802 Fiona D. 14:00 - 15:00 Uhr			
15:00									
15:15					HulaHoop x Functional Fitness 20802 Ilka J. 15:00 - 16:00 Uhr	Yoga 30704 Maryam S. 15:00 - 16:00 Uhr			Fitnesskarte FHE 00102 Freies Training nach absolviertem Einführungskurs
15:30									
15:45									
16:00									
16:15									
16:30	Strohensport (KI-STR-008) Luca 16:30 - 17:30 Uhr	Pefeca 51001 Jan B. 16:00 - 18:00 Uhr Sommersemester 00245	Pefeca 51001 Jan B. 16:00 - 18:00 Uhr Sommersemester 00245	Abt.-Training Calisthenics USV Christian N. 17:00 - 21:00 Uhr	Abenteuersport (KI-STR-009) Sarah 16:30 - 17:30 Uhr	Body Intensive 20704 Denise P. 16:30 - 17:30 Uhr	Workshop Lockpicking 91009 Christoph T. 25.04.24 & 06.06.24 16:00 - 19:30		
16:45									
17:00									
17:15									
17:30									
17:45									
18:00									
18:15									
18:30									
18:45									
19:00		Beachvolleyball Fachschaft Sport Jörg Eisenacher 18:00 - 20:00 Uhr komplett 00246	Beachvolleyball Abt. Volleyball Herren Alfred Teubert 18:00 - 20:00 Uhr komplett 00246		Burlesque / Showtanz 60552 Michele F. 18:00 - 19:00 Uhr			Steeldarts 40701 Benny L. 17:30 - 19:00 Uhr	
19:15									
19:30	Jonglage / Akrobatik 40151 Lukas J. 19:00 - 21:00 Uhr				Bauch- & Rücken-Fit 20122 Alexander H. 19:00 - 20:00 Uhr	Spinning 20303 Christopher H. 19:00 - 20:00 Uhr			
19:45									
20:00									
20:15									
20:30									
20:45		Buchung laut E.-system 00247	Buchung laut E.-system 00247		Functional x Spinning 20118 Christopher H. 20:00 - 21:00 Uhr	Bauch Beine Po Workout 20108 Alexander H. 20:00 - 21:00 Uhr			
21:00									
21:15									
21:30									
21:45									

Freitag

	Universität Erfurt				Fachhochschule Altonaer Str. 25, Haus 11a				
	UGM-Raum (Audimax)	Beachplatz 1	Beachplatz 2	Calisthenicsanlage	gr. Kursraum 11a.E.11	kl. Kursraum 11a.E.9	Multifunktionsraum 11a.E.7	StuRa, Raum 11.E.20	FH-Fitnessr.
07:30									Early Bird - Mitarbeitertraining 00105 07:30 - 09:00 Uhr
07:45									
08:00									
08:15									
08:30									
08:45									
09:00	Buchung laut E.-system 00251	Buchung laut E.-system 00251							
09:15									
09:30									
09:45									
10:00									
10:15									
10:30									
10:45	Buchung laut E.-system 00252	Buchung laut E.-system 00252							
11:00									
11:15									
11:30									
11:45									
12:00									
12:15									
12:30									
12:45	Buchung laut E.-system 00253	Buchung laut E.-system 00253							
13:00									
13:15									
13:30									
13:45									
14:00									
14:15									
14:30									
14:45	Buchung laut E.-system 00254	Buchung laut E.-system 00254							
15:00									
15:15									
15:30									
15:45									
16:00									
16:15									
16:30	Spikeball / Roundnet 50751 Benny L. 16:00 - 18:00 Uhr Vorlesungszeit 00255	Spikeball / Roundnet 50751 Benny L. 16:00 - 18:00 Uhr Vorlesungszeit 00255							
16:45									
17:00									
17:15									
17:30									
17:45									
18:00									
18:15									
18:30	Beach-FunSPORT 51051 Michael H. 18:00 - 19:30 Uhr Vorlesungszeit 00256	Beach-FunSPORT 51051 Michael H. 18:00 - 19:30 Uhr Vorlesungszeit 00256							
18:45									
19:00									
19:15									
19:30									
19:45									
20:00									
20:15									
20:30									
20:45	Buchung laut E.-system 00257	Buchung laut E.-system 00257							
21:00									
21:15									
21:30									
21:45									

