

## FERIEN-PROGRAMM

**Montag, 12.02. - Freitag, 06.04.2018**

Teilnahmeberechtigt sind die Inhaber der Kurstickets für das Sportprogramm im Wintersemester 2017/18. (Hinweis: Ausgenommen sind die Tickets vom gesondert ausgewiesenen Angebot für Kinder, Familien und Mitarbeitende).

Die Kurse enden in den Semesterferien spätestens um 21.00 Uhr (in den Schulturnhallen wie angegeben). In der vorlesungsfreien Zeit können nicht alle Kurse des Sportprogramms aus dem Wintersemester 2017/18 weitergeführt werden. Insbesondere durch weitere Baumaßnahmen steht die Halle 2 nicht zur Verfügung.

Ab Montag, dem 12.02.18 können **gedruckte Teilnahmetickets** ausfallender Kurse am Abend von den Einlasskontrolleuren auf einen anderen Kurs nach Wahl umgeschrieben werden. **Mobile Tickets auf dem Handy** können per E-Mail im Geschäftszimmer bei Frau Jasmin Marscheck -Zimmer (marscheck@hochschulsport.uni-frankfurt.de) auf einen anderen Kurs nach Wahl umgeschrieben werden.

Hinweis Kursausfall:

Am **Do. 15.02.18** findet die Gymnastik-Tanz-Show „Wintertanztraum 2018“ des Instituts für Sportwissenschaften statt. Alle Veranstaltungen des Hochschulsports in den **Hallen 1, 2, 3 und 4** fallen an diesem Tag aus.

Im Verlauf des Ferienprogramms (der genaue Termin steht noch nicht fest) werden ca. 2-3 Tage lang in Halle 3 und ca. 1 Woche lang in Halle 4 Bauarbeiten stattfinden. Die Teilnahmetickets für Kurse in Halle 3 und Halle 4 sind in dieser Zeit auch für Kurse am gleichen Tag in den übrigen Hallen gültig.

Wir bitten für die notwendigen Kursausfälle um Verständnis.

### **Aerobic und Body-Conditioning**

Mo	18:00 – 19:00 Uhr	Halle 4BBP	(Afflerbach)
----	-------------------	------------	--------------

### **Akrobatik & Jonglieren**

Fr.	17:00 – 19:00 Uhr	Halle 3	(Becker)
-----	-------------------	---------	----------

### **Aquafit**

Do	18:00 – 19:00 Uhr	Schwimmhalle	(Volk)
----	-------------------	--------------	--------

### **Badminton**

Do.	19.30 - 21.00 Uhr	Halle 1	(Koch)
-----	-------------------	---------	--------

### **Ballett**

Mo.	17:30 – 19:00 Uhr	Halle 3 Anfänger	(Denisova)
Di.	18:30 – 20:00 Uhr	Halle 4 Fortgeschrittene	(Denisova)
Fr.	17:00 – 18:30 Uhr	Halle 4 Anfänger	(Bamesberger)

### **Basketball**

Mi.	18:30 – 19:45 Uhr	Halle 1/a	BB I	(Ahmad)
Mi.	18:30 – 19:45 Uhr	Halle 1/b	BB für Frauen	(Ahmad)
Mi.	19.45 - 21.00 Uhr	Halle 1/a	BB II	(Ahmad)
Mi.	19.45 - 21.00 Uhr	Halle 1/b		Freies Spielen
Fr.	19.30 - 21.00 Uhr	Halle 1/b		Freies Spielen

*Basketball Betriebssport*

Do.	17:00 – 18:30 Uhr	Halle 1/b	Betriebssport (Gunkelmann)
-----	-------------------	-----------	----------------------------

**Betriebssportgruppen**

Mo.	20:30 - 22:00 Uhr	Wirtschaftswissenschaften	Goethe-Schule
Do.	19:30 - 21:00 Uhr	Medizin/Innere Medizin	Goethe-Schule

**Body-Fit**

Di.	18:00 – 19:00 Uhr	Halle 6	(Trambabova)
-----	-------------------	---------	--------------

**Bootcamp/ Fitness-Circuit**

Mo.	19.00 - 20.30 Uhr	Halle 6	(Gey)
Mi.	18:00 – 19:30 Uhr	Halle 6	(Santa Cruz)
Fr.	18:30 – 20:00 Uhr	Halle 6	(Tataru)

**Boxen**

Mo.	17:00 – 19:00 Uhr	Halle 6	(Ciszewski)
-----	-------------------	---------	-------------

**Capoera**

Mi.	20:00 – 22:00 Uhr	Max-Beckmann Schule	(Abreu)
-----	-------------------	---------------------	---------

**Cheerleading**

Fr.	17:00 – 19:00 Uhr	Halle 3	(D´Alterio)
-----	-------------------	---------	-------------

**Fechten**

Do.	16:30 – 18:00 Uhr	Halle 6	Anf./Fortg. (Polack)
-----	-------------------	---------	----------------------

**Fitnessstraining an Kraftgeräten**

Mo.	17.00 - 19.00 Uhr	Halle 5	(Lohse)
Mo.	19.00 - 21.00 Uhr	Halle 5	(Lohse)
Di.	17.00 - 19.00 Uhr	Halle 5	(Lohse)
Di.	19.00 - 21.00 Uhr	Halle 5	(Lohse)
Mi.	17.00 - 19.00 Uhr	Halle 5	(Lohse)
Mi.	19.00 - 21.00 Uhr	Halle 5	(Hedayat)
Do.	17.00 - 19.00 Uhr	Halle 5	(Knaf)
Do.	19.00 - 21.00 Uhr	Halle 5	(Knaf)
Fr.	17.00 - 20.00 Uhr	Halle 5	(Hedayat)

**Fußball***Frauen-Fußball*

Mo.	17.00 - 18.30 Uhr	Halle 1/b	Anf. + Fortg. (Welzenbach)
-----	-------------------	-----------	----------------------------

*Freies Spielen*

Mo.	17.00 - 18.30 Uhr	Halle 1/a	(Ü 40) (Jamshidian)
Di.	17.00 – 18.30 Uhr	Halle 1/a	
Di.	17.00 – 18.30 Uhr	Halle 1/b	(Ü 40) (Jamshidian)
Di.	19:30 – 21:00 Uhr	Halle 3	
Mi.	17.00 – 18.30 Uhr	Halle 1/b	(Medoff)
Mi.	17.00 – 18.30 Uhr	Halle 1/a	(Medoff)
Fr.	19:30 – 21:00 Uhr	Halle 1/a	(Medoff)

*Fußball Betriebssport*

Do	17:00 – 18:30 Uhr	Halle 1/a	Betriebssport (Krischer)
----	-------------------	-----------	--------------------------

Fr.	17:00 – 18:30 Uhr	Halle 1/a	Betriebssport	(Kadelbach)
<b>Gerätturnen</b>				
Mo.	19.00 - 21.00 Uhr	Halle 3	Fortg. und Wettkampf(Poppe/ Liebich)	
Do.	17:00 – 19:00 Uhr	Halle 3	Turnen für alle	(Klas)
<b>Gesellschaftstanz</b>				
Fr.	19:00 – 21:00 Uhr	Halle 3	Anf. + Fortg.	(Spies, Gottschalk)
<b>Handball</b>				
Mo.	19.30 - 21.00 Uhr	Halle 1		(Bainczyk)
<b>Judo</b>				
Mi.	17.30 – 19.30 Uhr	Ludwig-Börne-Schule	Judo I. (Schönberger)	
Mi.	19.30 – 21:30 Uhr	Ludwig-Börne-Schule	Judo II + III(Schönberger)	
<i>Judo-Selbstverteidigung für Frauen</i>				
Di.	19.30 – 21:30 Uhr	Ludwig-Börne-Schule		(Röser)
<b>Ju Jutsu</b>				
Fr.	17:00 – 19:30 Uhr	Halle 7		(Schweizer/Kastl)
Fr.	19:30 - 21.00 Uhr	Halle 7		(Kastl)
Sa.	10:00 – 12:00 Uhr	Halle 6	Freies Üben	
<b>Kajak-Schwimmbadtraining</b>				
Fr.	19.00 – 21.00 Uhr	Schwimmbad		(Herz/ Schmittner)
<b>Karate</b>				
Di.	19.30 - 21.00 Uhr	Halle 7	Anf./ Mittelst./ Fg.(Karamitsos/ Weyrauch)	
Do.	19.30 - 21.00 Uhr	Halle 6	Anf./ Mittelst./ Fg.	(Schaffner-Bielich)
Sa.	10:00 – 12:00 Uhr	Halle 7	Freies Üben	
<b>Kick-Box-Konditionstraining</b>				
Fr.	20:00 – 21:00 Uhr	Halle 6		(Dreiling)
<b>Kick-Thaiboxen</b>				
Mi.	19:30 – 21:00 Uhr	Halle 6		(Varentsov)
Do.	18.00 - 19.30 Uhr	Halle 6		(Varentsov)
<b>Leichtathletik</b>				
Mi.	18.00 – 19:00 Uhr	Halle 7 /Sportplatz		(Sagerer-Schlockermann)
<b>Power Gym</b>				
Mo.	18:30 - 19:30 Uhr	Halle 1		(Fröbe/ Keiling)
Di.	18:30 - 19:30 Uhr	Halle 3		(Afflerbach)
Mi.	18:30 - 19:30 Uhr	Halle 3		(Tataru)
<b>Power Workout</b>				
Do.	18:30 - 19:30 Uhr	Halle 1		(Trambabova)
<b>Rettungsschwimmen</b>				
Do.	19.00 - 21.00 Uhr	Schwimmbad		(Keyfman/ Schenkel)

**Rückenfit**

Mo.	19:00 – 20:30 Uhr	Halle 4		(Volk)
Do.	18:00-19:30 Uhr	Halle 4		(Afflerbach)

**Stretch & Relax**

Do.	19:30 – 21:00 Uhr	Halle 4		(Klein)
-----	-------------------	---------	--	---------

**Schach**

Di.	18:30 – 20:30	Seminarraum 4		(Solonar)
-----	---------------	---------------	--	-----------

**Schauspiel/ Improvisationstheater**

Di.	19:00 – 21:00 Uhr	IG-Farben, IG 411		(Lother)
-----	-------------------	-------------------	--	----------

**Schwimmen***Individuelles Schwimmtraining*

Mo.	18.30 – 19.30 Uhr	Schwimmhalle		(Friedrich)
Mi.	19:00 – 19:45 Uhr	Schwimmhalle		(Friedrich)
Fr.	18:00 – 19:00 Uhr	Schwimmhalle		(Hielscher)

*Schwimmen für Anfänger*

Mi.	18:00 – 19:00 Uhr	Schwimmhalle		(Sundheimer)
Sa.	10:00 – 11:00 Uhr	Schwimmhalle	Anfänger 1	(Wolf)
Sa.	11:00 – 12:00 Uhr	Schwimmhalle	Anfänger 2	(Wolf)

*Schwimmen für Fortgeschrittene*

Mo.	19:30 - 21.00 Uhr	Schwimmhalle		(Friedrich)
Mi.	19:45 – 21:00 Uhr	Schwimmhalle		(Friedrich)

*Kraul, Rückenkräul*

Di.	17:00 – 18:00 Uhr	Schwimmhalle	<i>Kraul</i>	(Wolf)
Mi.	16:30 – 18:00 Uhr	Schwimmhalle		(Wunderlich)

*Delphin*

Di.	18:00 – 19:00 Uhr	Schwimmhalle		(Wolf)
-----	-------------------	--------------	--	--------

**Tae-Box**

Mo.	17.00 - 18.30 Uhr	Halle 7		(Albrecht/Schaar)
-----	-------------------	---------	--	-------------------

**Tai Chi**

Do.	19:00 – 20:30 Uhr	Seminarhaus SH 5.105		(Ortlinghaus)
-----	-------------------	----------------------	--	---------------

**Swing und Boogie Woogie**

Fr.	19:00 – 21:00 Uhr	Halle 4		(Wess)
-----	-------------------	---------	--	--------

**Tischtennis**

Mo.	19:30 - 22:00 Uhr	Anna-Schmidt-Schule		(Cocchiararo)
Do.	18:00 - 19:30 Uhr	TUS Hausen		(Schmitt)

**Volleyball**

Di.	18:30 - 19:30 Uhr	Halle 1a (Volleyball I)		(Barikhan)
Di.	18:30 - 19:30 Uhr	Halle 1b (Volleyball II + III)		(Kazemi)
Mi.	18:00 - 19:15 Uhr	Goethe Schule	(Volleyball I)	(Lindner)
Mi.	19:15 - 20:30 Uhr	Goethe Schule	(Volleyball II)	(Lindner)

*Freies Spielen*

Di.	19:30 - 21:00 Uhr	Halle 1a/1b	(Wielant)
Fr.	19:30 - 21:00 Uhr	Bonifatius	<i>VB und andere Spiele</i> (Schraidt)
<i>Volleyball Betriebssport</i>			
Di.	17:00 – 18:30 Uhr	Halle 3	(Arens)

**Wasserball / Waterpolo**

Di.	19:00 – 21:00 Uhr	Schwimmhalle	(Groth/ Warzelhan)
-----	-------------------	--------------	--------------------

**Yoga**

Mo.	19:30-21:00 Uhr	Halle 7	(Hammerschick)
Di.	17:00 – 18:30 Uhr	Halle 7	(Aunkelbach)
Mi.	17:00 – 18:30 Uhr	Halle 3	(Süreya Safie,)
Mi.	19:30 – 21:00 Uhr	Halle 4	(Szlamenka,)

**Zumba**

Mi.	17:00 – 18:00 Uhr	Halle 7	(Kouevi)
Fr.	18:30 – 19:30 Uhr	Halle 1	(Hofmann)

Änderungen vorbehalten