



Belegungsplan Externe Sportstätten 22. Juli 2024 - 30. September 2024

Zeit	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00
Montag										Ninjutsu (Christian Hofmann-Fuchs) <u>USZ-Außengelände</u> 16:30-18:00 Uhr	Tauchen / Apnoetauchen (Praxis) (Jens Jebramcik) <u>Schwimmhalle / Freibad Ilmenau</u> 18:00-19:00				Fechten (Leon Böhmer) <u>Karl-Zink-Schule</u> 20:30-22:30 Uhr	
										Bodystyling (Katja Dießner) <u>USZ-Außengelände</u> 15:30-17:00 Uhr (bis 22.07.)	Cheerleading (Grundlagen) (Emma Stolpe / Arthur Aretz) <u>USZ-Außengelände</u> 17:00-19:00 Uhr		Gerätturnen (Uwe Michaelis) <u>Ilmsporthalle</u> 20:00-22:00 Uhr			
										Zouk (Grundkurs) (Stefan Seidel) <u>Mensa 1+2</u> 17:00-18:00		Zouk (Fortgeschritten) (Stefan Seidel) <u>Mensa 1+2</u> 18:30-19:30				
										Parkour (Fortg.) (Matthias Kleinstück / Falk Matthes) <u>USZ-Außengelände</u> 18:00-19:30 Uhr						
Dienstag										Mountainbiking (Alexander Barth / Guido Straube) <u>Treffpunkt Foyer CSH</u> 17:00-21:00 Uhr						
										Tricking & Tumbling (Florian Reiher) <u>USZ-Außengelände</u> 16:30-18:00 Uhr	Bogenschießen (Lydia Augustin / Tobias Güth) <u>USZ-Bogenschießanlage</u> 18:00-19:30	Cheerleading (Fortgeschritten) (Carl v. Dalnok / Tanja Groß) <u>USZ-Außengelände</u> 19:30-21:00 Uhr				
										Paartanz Lateinamerikanische - u. Standardtänze (Fortg.) (Kilian Birth / Jolin Krabsch) <u>Mensa 1+2</u> 18:00-19:30 Uhr		Kickboxen (Stefan Kister) <u>Karl-Zink-Sporthalle</u> 18:00-20:00				
Mittwoch	Rückenfit (Katja Dießner) <u>USZ-Außengelände</u> 08:00-09:30 Uhr (bis 24.07.)							Pilates (Katja Dießner) <u>USZ-Außengelände</u> 14:00-15:00 Uhr (bis 24.07.)	Nordic Walking (Jeanette Brendel) <u>Treffpunkt vor UniRZ</u> 16:30-18:00 Uhr			Fußball (Frauen) (SV Herschdorf) <u>Sportplatz Herschdorf</u> 18:30-20:00				
										Darts (Philipp Richter) <u>Außengeräteraum CSH</u> 17:30-21:00 Uhr						
										Slacklining (Max Preihs) <u>Baumgruppe neben CSH</u> 17:00-20:00 Uhr			Rock`n`Roll (Anett Langner) <u>Ilmsporthalle</u> 19:30-21:00 Uhr			
										Reiten (Ann-Kathrin Krug) <u>Reiterhof Oberpörlitz</u> 18:00-21:00			Boxen (Frank Polloczek) <u>Turnhalle Manebach</u> 18:00-20:00			

Donnerstag	Stretch & Relax (Katja Dießner) <u>USZ-Außengelände</u> 08:00-09:00 Uhr (bis 25.07.)	Funktionelles Training (Katja Dießner) <u>USZ-Außengelände</u> 14:00-15:30 Uhr (bis 25.07.)	Kickboxen (Stefan Kister) <u>Karl-Zink-Sporthalle</u> 18:00-20:00		Karate (Michael Rink) <u>Karl-Zink-Str. 13 (Haus Mignon)</u> 20:00-21:30 Uhr
				Freies Tanzen für Paartänze (Martin Backhaus / Stefan Seidel) <u>Mensa 1+2</u> 17:00-19:00 Uhr	Freies Training der Bewegungskünste (Andreas Fischer) <u>USZ-Außengelände</u> 21:00-22:30 Uhr
				Cheerleading (Fun Stunten) (Yvonne Skottke) <u>USZ-Außengelände</u> 18:00-19:30 Uhr	
				Bogenschießen (Lydia Augustin / Tobias Güth) <u>USZ-Bogenschießanlage</u> 18:00-19:30	
Freitag			AcroYoga (Tom Starost) <u>USZ-Außengelände</u> 17:00-18:30 Uhr	Fußball (Frauen) (SV Herschdorf) <u>Sportplatz Herschdorf</u> 18:30-20:00	
	Arnis (Paul Fritzsche) <u>USZ-Außengelände</u> 15:00-16:30 Uhr	Trailrunning (Florian Kranz / Steve Lenk) <u>Treffpunkt Foyer CSH</u> 16:30-18:30 Uhr		Historisches Schwertfechten (Tobias Lein) <u>Turnhalle Hammerecke (Arnstadt)</u> 19:00-21:00	
Sa.					
So.				Ultimate Frisbee (Daniel Stanko / SV TU Ilmenau) <u>Stadion Hammergrund</u> 18:00-20:00	
				Historisches Schwertfechten (Tobias Lein) <u>Turnhalle Hammerecke (Arnstadt)</u> 19:00-21:00	

Sportstättenkürzel: CSH= Campussporthalle UniRZ= Universitätsrechenzentrum USZ= Universitätssportzentrum SHU= Seminarraum Humboldtbau SFZ= Schülerfreizeitzentrum Ilmenau

gez. T. Busse (USZ) Stand: 22.07.2024

Anmerkung Saunakurs: Die Sauna im Fitnessstudio Top in Form kann zu den ausgeschriebenen Öffnungszeiten (siehe Homepage FS Top in Form) genutzt werden