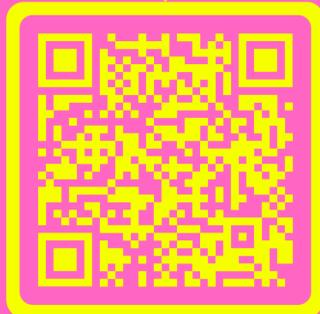


ZUR BUCHUNG



# SPORT & GESUNDHEIT

## Kursprogramm vorlesungsfreie Zeit (VfZ) Sommersemester 2025 14. Juli - 19. September

		
<b>Aikido</b>	Freitag, 19:00-20:30	Jahnsporthalle
<b>Badminton</b>	Mittwoch, 18:40-20:10 Donnerstag, 18:40-20:10 Freitag, 16:30-18:00	große GA-Halle große GA-Halle kleine GA-Halle
<b>Basketball</b>	Dienstag, 20:20-21:50	große GA-Halle
<b>Beach-Volleyball</b>	Montag, 18:30-20:00 Freitag, 17:00-18:30	Beachanlage im GA-Stadion
<b>Boxen</b>	Dienstag, 19:20-20:50	Halle Lessingstraße
<b>Cricket</b>	Mittwoch, 17:00-18:30	GA-Stadion
<b>Dart</b>	Donnerstag, 19:00-20:30 & jeder 1. Donnerstag im Monat immer 20:00-22:00	Clubraum GA-Halle EAC
<b>Fechten</b>	Mittwoch, 17:00-18:30 Donnerstag, 18:40-20:10	kleine GA-Halle
<b>Fit &amp; Beweglich</b>	Mittwoch, 17:00-18:30	große GA-Halle
<b>Fit for Challenges</b>	Freitag, 18:00-19:30	Kraftraum GAH
<b>Fußball</b>	Dienstag, 18:00-19:30 Donnerstag, 18:00-19:30	GA-Stadion
<b>Geräteturnen</b>	Dienstag, 17:00-18:30 Donnerstag, 20:20-21:50	kleine GA-Halle
<b>Gesellschaftstanz</b>	Montag, 18:20-19:50 (F) Donnerstag, 18:10-19:40 (A)	Halle Lessingstraße
<b>Beachhandball</b>	Mittwoch, 19:00-20:30 Freitag, 19:00-20:30	Beachanlage im GA-Stadion
<b>International Sports Group</b>	Freitag, 15:30-18:00	große GA-Halle
<b>Judo</b>	Montag, 19:00-20:30 Donnerstag, 19:00-20:30	Jahnsporthalle
<b>Ju-Jutsu</b>	Montag, 17:30-19:00 Dienstag, 18:30-20:00	Jahnsporthalle
<b>Klettern</b>	Montag, 18:40-20:10 (A/F) Mittwoch, 18:40-20:10 (A/F)	Kletterwand in großer GA-Halle
<b>Kraft- und Cardioraum</b>	Montag - Freitag Nutzung während Öffnungszeiten	Kraft- und Cardioraum GA-Halle
<b>Kraftsport Ladies Only</b>	Donnerstag, 18:40-20:10	Kraftraum GA-Halle
<b>Lauf-Treff</b>	Mittwoch, 18:00-20:00	Treff GA-Stadion

		
<b>Modern Arnis</b>	Dienstag, 18:40-20:10	große GA-Halle
<b>Pilates</b> ab 22. Juli	Dienstag, 12:15-13:15	Halle Lessingstraße
<b>Renntag-Treff</b>	Donnerstag, 17:00-20:00	Schlossplatz
<b>Rücken-Bauch-Fit</b>	Dienstag, 18:40-20:10	kleine GA-Halle
<b>Schach-Treff</b> ab 30. Juli	Mittwoch, 17:30-20:00	SIZ-Konferenzraum
<b>Scottish Dance</b>	Donnerstag, 16:30-18:00	Halle Lessingstraße
<b>Spikeball</b>	Donnerstag, 17:00-18:30	GA-Stadion
<b>Stabi &amp; Muskelaufbau</b>	Montag, 18:40-20:10	kleine GA-Halle
<b>Tennis</b> bis 15. August	Montag, 16:30-18:00 (L1) Dienstag, 18:00-19:30 (L1)	GA-Stadion
<b>Tischtennis</b>	Montag, 20:20-21:50	kleine GA-Halle
<b>Ü-50 Sportgruppe Damen</b>	Dienstag, 09:30-11:00	kleine GA-Halle
<b>Ultimate Frisbee</b>	Montag, 18:40-20:10	GA-Stadion
<b>Unihockey</b>	Montag, 20:20-21:50 Mittwoch, 20:20-21:50	große GA-Halle kleine GA-Halle
<b>Volleyball</b>	Mittwoch, 20:20-21:50	große GA-Halle
<b>Wandern</b>	am Wochenende   siehe Ausschreibung Website	
<b>Yoga</b> ab 22. Juli	Dienstag, 16:30-18:00	Halle Lessingstraße
<b>Zumba</b> bis Ende August	Dienstag, 20:30-22:00	kleine GA-Halle

A = Anfänger, F = Fortgeschritten, L1 = Level Anfänger

Kurse des Gesundheitsmanagements



= TK-geförderte Kurse

### Wichtiger Hinweis



Ab dem 14. Juli werden die Sanitär- und Umkleieräume der Glück-Auf Sporthalle saniert und sind dementsprechend nicht mehr nutzbar. Daher werden **2 Sanitärcontainer** vor der Halle positioniert, welche alternativ genutzt werden können!

**VfZ-Ticket: Einmal Basisbeitrag zahlen, (fast) alle Sportkurse besuchen!**



Alle Infos auf unserer Website [tubaf.plus](https://tubaf.plus)