Das SportsCard-Angebot für das Wintersemester 2016/2017 nach Wochentag und Uhrzeit sortiert

Bitte beachten:

- Es können beim Badminton keine Schläger geliehen werden, diese müssen bitte selber mitgebracht werden.

Montag

14.30-16.30	Turnen Technikkurs	Turnhalle
15.30-17.00	Fußball outdoor	Kunstrasenplatz TURMWEG
16.00-17.30	Volleyball Stufe 2	Sporthalle Lohmühlengymnasium
16.30-17.30	Bauch-Beine-Rücken-Po	Turnhalle
16.30-17.30	deepWORK ®	kleine Unihalle
16.30-18.00	Ausgleichendes Körpertraining	Gymnastikhalle
16.30-18.00	Badminton Stufe 1	große Unihalle
16.30-18.00	Modern Dance	Sportzentrum TUHH
17.00-18.30	Basketball Stufe 1	Halle Schule Turmweg
17.00-18.30	Fußball für Frauen Stufe 1	Kunstrasenplatz TURMWEG
17.00-18.30	Fußball outdoor	Kunstrasenplatz "alter Postweg" (Harburg)
17.30-18.30	Body-Workout	kleine Unihalle
17.30-18.30	Pilates	HAW Standort Berliner Tor / Stiftstraße 69
17.30-18.30	Rückenfitness	Turnhalle
17.30-19.00	Volleyball Spielkurs	Sporthalle Lohmühlengymnasium
18.00-19.00	Indoor-Cycling	Sportzentrum TUHH
18.00-19.30	Badminton Stufe 3	große Unihalle
18.00-19.30	Hatha Yoga	Kollaustraße 67-69
18.00-19.30	Modern Jazz Stufe 2	Gymnastikhalle
18.00-19.30	Salsa Cubana Stufe 1	Aula Schule Turmweg
18.30-19.15	Power Workout	kleine Unihalle
18.30-20.00	Basketball Wettkampfteam	Halle Schule Turmweg
18.30-20.00	Dynamic Yoga	Turnhalle
18.30-20.00	Fußball outdoor	Kunstrasenplatz "alter Postweg" (Harburg)
18.30-20.00	Gesellschaftstanz Stufe 1b	Aula Stiftstraße 69
18.30-20.00	Hockey outdoor - Stufe 1 + 2	Kunstrasenplatz TURMWEG
19.00-20.00	Hot-Iron I + II	Sportzentrum TUHH
19.00-21.00	Urbanathletics OUTDOOR	Turmweg 2 - Sportpark Rotherbaum
19.15-20.00	Dynamic Yoga intensive	kleine Unihalle
19.30-21.00	Ballett Stufe 3	Gymnastikhalle
19.30-21.00	Salsa Cubana Stufe 2	Aula Schule Turmweg
19.30-21.00	Volleyball Stufe 3	große Unihalle
20.00-20.30	Traditionelles Taekwon-Do Einsteiger	Sportzentrum TUHH
20.00-21.00	Pilates	Turnhalle
20.00-21.30	Gesellschaftstanz Stufe 2	Aula Stiftstraße 69
20.00-21.30	Indoor-Cycling und Kraft	kleine Unihalle
20.00-22.00	Ultimate Frisbee Stufe 2	Kunstrasenplatz TURMWEG
20.30-21.30	Traditionelles Taekwon-Do Einst & Fortg	Sportzentrum TUHH
21.00-22.00	Ballett Stufe 1	Gymnastikhalle
21.00-22.30	Boxen	Turnhalle
21.00-22.30	Hallenfußball	große Unihalle
21.30-22.30	Headis	kleine Unihalle

Dienstag

08.30-09.45	Eishockey Stufe 2	Eisbahn Stellingen - nur bis 07.03.2017
11.00-12.30	Handball Technikkurs	große Unihalle - nur bis 31.01.2017
12.30-14.00	Basketball Technikkurs	große Unihalle
12.30-14.00	Tischtennis Technikkurs	kleine Unihalle - nur bis 31.01.2017
15.00-16.30	Tanzen Technikkurs	Gymnastikhalle
15.30-17.00	Fußball outdoor	Kunstrasenplatz TURMWEG
16.30-18.00	Dynamic Yoga	Gymnastikhalle
16.30-18.00	Hatha Yoga	Sportzentrum TUHH
17.00-18.00	Cross Training Indoor	Turnhalle
17.00-18.30	Power Workout	HAW Standort Berliner Tor / Stiftstraße 69
17.00-18.45	Kung Fu	Halle Schule Turmweg
17.30-19.00	Argentinischer Tango Stufe 1	Café SternChance
17.45-19.15	Capoeira Stufe 1	Schwarzenbergstr. 72 Harburg
17.45-19.15	Gesellschaftstanz Stufe 1 (inkl. Salsa N.Y.S.)	Aula Stiftstraße 69
18.00-19.00	Rückenfitness	Sportzentrum TUHH
18.00-19.15	Fatburner	Gymnastikhalle
18.00-19.30	Breakdance	Turnhalle
18.00-19.30	Handball Stufe 1	große Unihalle
18.00-19.30	Indoor-Cycling	kleine Unihalle
18.00-19.30	Laufen - Lauftreff Stufe 1 - Lauftreff für Einsteiger	Turmweg 2 - Sportpark Rotherbaum
18.00-19.30	Urbanathletics OUTDOOR	Sportzentrum TUHH
18.30-20.00	Gesellschaftstanz Stufe 1	Cafeteria HCU
18.45-20.15	Basketball Stufe 3	Halle Schule Turmweg
19.00-20.00	Hot-Iron II	Sportzentrum TUHH
19.00-21.00	Triathlon Lauftraining	Jahnkampfbahn
19.15-20.15	Rückenfitness	Gymnastikhalle
19.15-21.15	Gesellschaftstanz Stufe 2 (inkl. Salsa N.Y.S.)	Aula Stiftstraße 69
19.30-20.30	Hot-Iron I + II	kleine Unihalle
19.30-20.30	Pilates	Turnhalle
19.30-21.00	Badminton Stufe 2	große Unihalle
19.30-21.30	Leichtathletik	Leichtathletikhalle Alsterdorf
20.00-21.00	Indoor-Cycling	Sportzentrum TUHH
20.00-21.30	Gesellschaftstanz Stufe 2	Cafeteria HCU
20.15-21.15	Bauch-Beine-Rücken-Po	Gymnastikhalle
20.15-21.45	Basketball Stufe 2	Halle Schule Turmweg
20.30-21.30	Funktionelles Krafttraining	kleine Unihalle
20.30-22.00	Fitness-Kickboxen	Turnhalle
21.00-22.30	Badminton Stufe 3	große Unihalle

Mittwoch

08.30-09.45	Eishockey Stufe 1	Eisbahn Stellingen - nur bis 08.03.2017
10.00-18.00	Beachvolleyball indoor - SportsCard Spieltreff	BeachCenter Hamburg
10.15-11.45	Volleyball Technikkurs	große Unihalle - nur bis 01.02.2017
16.00-18.00	Fußball outdoor	Kunstrasenplatz TURMWEG
16.15-17.15	Body-Workout intensive	HAW Standort Berliner Tor / Stiftstraße 69
16.30-17.30	Bauch-Beine-Rücken-Po	Sportzentrum TUHH
16.30-17.30	Pilates	kleine Unihalle
16.30-18.00	Basketball für Frauen	große Unihalle
16.30-18.00	Basketball Streetstyle	große Unihalle
16.30-18.00	Sivananda Yoga	Gymnastikhalle
17.00-18.30	Basketball Stufe 1	Kerschensteinerstr. 10
17.00-18.30	Unihockey / Floorball Stufe 1	Halle Schule Turmweg
17.15-18.15	Kundalini Yoga	HAW Standort Berliner Tor / Stiftstraße 69
17.30-18.30	Cross Training Indoor	kleine Unihalle
17.30-18.30	Hot-Iron I + II	Sportzentrum TUHH
17.30-18.30	Salsa Stufe 1	Aula Stiftstraße 69
17.30-19.00	Argentinischer Tango Stufe 2	Café SternChance
17.30-19.00	Salsa Cubana Basis	Mollerstr. 10 - Lesesaal 016
18.00-19.00	Bauch-Beine-Rücken-Po	Gymnastikhalle
18.00-19.00	Traditionelles Taekwon-Do Einst & Fortg	Kang-Center Hamburg
18.00-19.30	Dynamic Yoga intensive	Turnhalle
18.00-19.30	Lauftechnik und Lauftraining-Kurs Stufe 2	Turmweg 2 - Sportpark Rotherbaum
18.00-19.30	Speedminton Stufe 1 / Stufe 2	große Unihalle
18.00-20.00	Flagfootball Stufe 1 / Stufe 2	Kunstrasenplatz TURMWEG
18.00-20.00	Hurling - Gälische Sportarten	Kunstrasenplatz TURMWEG
18.30-19.00	Bauch spezial	Sportzentrum TUHH
18.30-19.30	Bachata Stufe 1	Aula Stiftstraße 69
18.30-20.00	Badminton Stufe 2	Neuenfelder Str. 106
18.30-20.00	Basketball Stufe 3	Halle Schule Turmweg
18.30-20.00	Gesellschaftstanz Stufe 1b	Schwarzenbergstr. 72 Harburg
18.30-20.00	Volleyball Stufe 2	Kerschensteinerstr. 10
19.00-20.00	Zumba®	Sportzentrum TUHH
19.00-20.30	Hallenfußball	Baererstraße / Mareststraße - Dreifeldhalle
19.00-20.30	Hip Hop / Streetstyle	Gymnastikhalle
19.00-20.30	Salsa Cubana Stufe 3	Mollerstr. 10 - Lesesaal 016
19.30-20.15	HIIT - High Intensity Interval Training	kleine Unihalle
19.30-20.30	Salsa Stufe 2	Aula Stiftstraße 69
19.30-21.00	Futsal Stufe 1	große Unihalle
19.30-21.00	Ju-Jutsu	Turnhalle
20.00-21.00	Body-Workout	Sportzentrum TUHH
20.00-21.30	Badminton Stufe 3	Neuenfelder Str. 106
20.00-21.30	Fußball für Frauen Stufe 1 / 2	Halle Schule Turmweg
20.00-21.30	Gesellschaftstanz Stufe 2	Schwarzenbergstr. 72 Harburg
20.00-21.30	Volleyball Stufe 3	Kerschensteinerstr. 10
20.00-22.00	Fußball outdoor	Kunstrasenplatz TURMWEG
20.15-21.15	Hot-Iron I + II	kleine Unihalle
20.30-21.30	Bachata Stufe 2	Aula Stiftstraße 69
20.30-21.30	Hallenfußball	Baererstraße / Mareststraße - Dreifeldhalle
20.30-22.30	Capoeira Stufe 1	Gymnastikhalle
21.00-22.30	Fitness-Kickboxen Sparring und fr. Training	Turnhalle
21.00-22.30	Volleyball Stufe 1 + 2	große Unihalle
21.15-22.30	Headis	kleine Unihalle

Donnerstag

07.00-08.30	Dynamic Yoga	kleine Unihalle
08.30-09.45	Eishockey Stufe 3	Eisbahn Stellingen - nur bis 09.03.2017
08.30-10.00	Hallenfußball Technikkurs	große Unihalle - nur bis 26.01.2017
10.15-11.45	Badminton Technikkurs	große Unihalle
12.00-13.00	Yoga Relax	Sportzentrum TUHH
16.00-17.30	Capoeira Stufe 1	Sportzentrum TUHH
16.30-17.30	Pilates Special	Sportzentrum TUHH - nur am 19.01.2017
16.30-17.30	Power Workout	kleine Unihalle
16.30-17.30	Yogalates	Gymnastikhalle
16.30-18.00	Badminton Spielkurs	große Unihalle
16.30-18.00	Rücken & Relax	HAW Standort Berliner Tor / Stiftstraße 69
16.30-18.00	Tischtennis Spielkurs	große Unihalle
17.00-19.00	Parkour Stufe 1	Turnhalle
17.30-18.30	Indoor-Cycling	Sportzentrum TUHH
17.30-18.30	Zumba®	Gymnastikhalle
17.30-19.00	Argentinischer Tango Stufe 3	Aula Stiftstraße 69
18.00-19.00	Funktionelles Krafttraining	HAW Standort Berliner Tor / Stiftstraße 69
18.00-19.30	Bachata Bachata / Salsa - Stufe 1	Schwarzenbergstr. 72 Harburg
18.00-19.30	Gesellschaftstanz Stufe 1b	Aula Schule Turmweg - nur bis 02.03.2017
18.00-19.30	Salsa Salsa / Bachata - Stufe 1	Schwarzenbergstr. 72 Harburg
18.30-19.30	Bauch-Beine-Rücken-Po	kleine Unihalle
18.30-19.30	Hot-Iron Cross	Sportzentrum TUHH
18.30-20.00	Dynamic Yoga	Gymnastikhalle
18.30-20.00	Tanzen - Standard Latein Stufe 1	Cafeteria HCU
19.00-20.30	Argentinischer Tango Stufe 1	Aula Stiftstraße 69
19.00-20.45	Volleyball Stufe 2	Halle Schule Turmweg
19.00-21.00	Kung Fu	Turnhalle
19.00-21.00	Urbanathletics OUTDOOR	Turmweg 2 - Sportpark Rotherbaum
19.30-20.00	HIIT - High Intensity Interval Training	Sportzentrum TUHH
19.30-20.30	Indoor-Cycling	kleine Unihalle
19.30-20.30	Traditionelles Taekwon-Do für alle	Schwarzenbergstr. 72 Harburg
19.30-21.00	Gesellschaftstanz Stufe 2b	Aula Schule Turmweg - nur bis 02.03.2017
19.30-21.00	Handball Stufe 3	große Unihalle
19.30-21.30	Leichtathletik	Leichtathletikhalle Alsterdorf
20.00-20.30	Bauch spezial	Sportzentrum TUHH
20.00-21.30	Hip Hop / Dancehall	Gymnastikhalle
20.00-21.30	Tanzen - Standard Latein Stufe 3	Cafeteria HCU
20.30-21.00	Traditionelles Taekwon-Do Fortgeschrittene	Schwarzenbergstr. 72 Harburg
20.30-21.30	Cross Training Indoor	Sportzentrum TUHH
20.30-22.30	Triathlon Radtraining	kleine Unihalle
21.00-22.00	BollyDance	Mollerstr. 10 - Lesesaal 016
21.00-22.30	Akrobatik	Turnhalle
21.00-22.30	Handball Stufe 2	große Unihalle

Freitag

10.00-11.30	Unihockey / Floorball Technikkurs	kleine Unihalle - nur bis 03.02.2017
12.30-14.00	Kämpfen / Judo Technikkurs	Turnhalle - nur bis 03.02.2017
12.30-14.00	Tischtennis Technikkurs	kleine Unihalle - nur bis 03.02.2017
12:15-13:45	Skateboard, Snakeboard, Waveboard Technikkurs	große Unihalle - nur bis 03.02.2017
16.30-17.30	Body-Workout intensive	kleine Unihalle
16.30-18.00	Badminton Stufe 1	große Unihalle
16.30-18.00	Ballett Stufe 2	Gymnastikhalle
16.30-18.00	Boxen	Turnhalle
17.00-18.00	Indoor-Cycling	Sportzentrum TUHH
17.00-18.30	Unihockey / Floorball Stufe 2	Halle Schule Turmweg
17.00-19.00	Fußball outdoor	Kunstrasenplatz TURMWEG
17.30-18.00	HIIT - High Intensity Interval Training	kleine Unihalle
18.00-18.30	Faszien Workout	kleine Unihalle
18.00-19.00	Rückenfitness	Sportzentrum TUHH
18.00-19.30	Badminton Stufe 2	große Unihalle
18.00-19.30	Ballett Stufe 1	Gymnastikhalle
18.00-19.30	Ju-Jutsu	Turnhalle
18.00-19.30	Tanzen - Standard Latein Stufe 1	Aula Schule Turmweg
18.30-20.00	Basketball Stufe 2	Halle Schule Turmweg
18.30-20.00	Indoor-Cycling	kleine Unihalle
19.00-20.00	Funktionelles Krafttraining	Sportzentrum TUHH
19.00-20.30	Fußball outdoor	Kunstrasenplatz TURMWEG
19.00-20.30	Ultimate Frisbee Stufe 1	Kunstrasenplatz TURMWEG
19.30-21.00	Ballett Stufe 4	Gymnastikhalle
19.30-21.00	Fitness-Kickboxen	Turnhalle
19.30-21.00	Hallenfußball Stufe 1	große Unihalle
19.30-21.00	Tanzen - Standard Latein Stufe 2	Aula Schule Turmweg
20.00-21.30	Basketball Spielkurs	Kerschensteinerstr. 10
20.00-21.30	Basketball Stufe 3	Halle Schule Turmweg
20.00-21.30	Triathlon Radtraining	kleine Unihalle
20.30-22.00	Fußball outdoor	Kunstrasenplatz TURMWEG
21.00-22.30	Hallenfußball Stufe 2	große Unihalle
21.00-22.30	Tanz Contact	Gymnastikhalle

Samstag

13.00-14.00	Avi Mea!	Gymnastikhalle - nur am 18.02. und 25.02.
13.00-14.00	Fatburner mit Step	kleine Unihalle
13.00-14.00	GINGA by Fernanda Brandao	Gymnastikhalle - nur am 04.02. und 11.02.
13.00-14.30	Fußball outdoor	Kunstrasenplatz TURMWEG
13.00-15.00	Volleyball Stufe 2	große Unihalle
13.00-16.00	Kung Fu	Turnhalle
13.30-14.30	Traditionelles Taekwon-Do Einst & Fortg	Kang-Center Hamburg
14.00-15.00	Body-Workout	kleine Unihalle
14.00-16.00	Salsa Cubana Workshop - Rueda Anfänger	Gymnastikhalle - nur am 14.01.2017
14.00-16.00	Salsa Cubana Workshop - Rueda Anfänger	Gymnastikhalle - nur am 28.01.2017
14.30-17.00	Hurling - Gälische Sportarten	Kunstrasenplatz TURMWEG
15.00-16.00	Bauch- & Rückentraining	kleine Unihalle
15.00-17.00	Badminton Stufe 1 + Spielkurs	große Unihalle
16.00-18.00	Salsa Cubana Workshop - Rueda Fortgt	Gymnastikhalle - nur am 14.01.2017
16.00-18.00	Salsa Cubana Workshop - Rueda Fortgt	Gymnastikhalle - nur am 28.01.2017
16.00-19.00	Parkour Stufe 2	Turnhalle
17.00-18.30	Hip Hop / Urban Styles Workshop	Gymnastikhalle - nur am 21.01.2017
17.00-18.30	Hip Hop / Urban Styles Workshop	Gymnastikhalle - nur am 04.02.2017
17.00-18.30	Hip Hop / Urban Styles Workshop	Gymnastikhalle - nur am 11.02.2017
17.00-18.30	Hip Hop / Urban Styles Workshop	Gymnastikhalle - nur am 18.02.2017
17.00-18.30	Hip Hop / Urban Styles Workshop	Gymnastikhalle - nur am 25.02.2017
17.00-19.00	Basketball Spielkurs	große Unihalle
17.00-19.00	Ultimate Football (Jokeiba)	Kunstrasenplatz TURMWEG

Sonntag

10.00-12.00	Marathontraining 2017	Treffpunkt siehe Internet
13.00-14.30	Ballett Stufe 2 / Stufe 3	Gymnastikhalle
13.00-14.30	Dynamic Yoga	kleine Unihalle
13.15-14.30	Surf-Wintertraining	große Unihalle - erst ab 22.01.2017
13.30-15.00	Ju-Jutsu	Turnhalle
14.30-16.00	Zeitgenössischer Tanz	Gymnastikhalle
14.45-16.15	Tanzen - Standard Latein Stufe 1	Mollerstr. 10 - Lesesaal 016
14.50-15.50	Hot-Iron I + II	kleine Unihalle
15.00-16.30	Fitness-Kickboxen	Turnhalle
15.00-17.00	Interkultureller Kurs "Deutschland trifft Korea"	große Unihalle
16.00-17.00	Body-Workout	Gymnastikhalle
16.00-17.00	HIIT - High Intensity Interval Training	kleine Unihalle
16.00-17.00	Hot-Iron I + II	Sportzentrum TUHH
16.15-17.45	Tanzen - Standard Latein Stufe 2	Mollerstr. 10 - Lesesaal 016
17.00-17.30	Bauch spezial	kleine Unihalle
17.00-18.00	Pilates	Gymnastikhalle
17.00-19.00	Volleyball Stufe 2 + 3	große Unihalle
17.10-18.10	deepWORK ®	Sportzentrum TUHH
17.30-19.00	Indoor-Cycling	kleine Unihalle
18.00-19.00	Tanzen: Konditions- und Bewegungstraining	Gymnastikhalle

Stand 06.01.2017
Das angegebene Kursprogramm ist gültig bis Freitag, den 31. März 2017.
Wir behalten uns vor, Kurse, die über einen Zeitraum von vier Woche von durchschnittlich weniger als 10 Personen besucht wurden, auch vor Ende der ausgeschriebenen Laufzeit abzusagen.
Druckfehler vorbehalten!