

AB 14.10.-02.02.25  
AM STANDORT MHH

# Kursprogramm Hochschulsport

## Montag

## Dienstag

## Mittwoch

## Donnerstag

	07:00 - 07:40	Schwimmen	K8-S			07:00 - 07:40	Schwimmen	K8-S	
	07:40 - 08:20	Schwimmen	K8-S			07:40 - 08:20	Schwimmen	K8-S	
	08:20 - 09:00	Schwimmen	K8-S			08:20 - 09:00	Schwimmen	K8-S	
	17:00 - 18:00	Aquafitness	K8-S			16:00 - 17:00	Aquafitness	K8-S	
	17:30 - 19:00	PowerFitness*	TuMH			17:00 - 18:00	Aquafitness	K8-S	
	18:00 - 19:00	Aquafitness	K8-S	17:00 - 18:00	LES MILLS BODYCOMAT®*	TuMH	17:30 - 19:00	Fitness Basic*	TuMH
19:00 - 20:30		Pratzentraining	TuMH	18:00 - 19:00	ZUMBA®*	TuMH	18:00 - 19:00	Aquafitness	K8-S
	19:00 - 20:10	Schwimmen	K8-S	19:00 - 20:30	Yoga	TuMH	17:00 - 18:00	Laufen 6:30-7:00 min/km	K8-S0
	19:00 - 20:30	Ninjutsu	TuMH				17:00 - 18:00	Laufen 5:30-6:00 min/km	K25
	20:10 - 21:20	Schwimmen	K8-S				19:00 - 20:10	Schwimmen	K8-S
	20:30 - 22:00	Ninjutsu	TuMH				20:10 - 21:20	Schwimmen	K8-S
	21:20 - 22:30	Schwimmen	K8-S				21:20 - 22:30	Schwimmen	K8-S

\* FitCard Kurse

## ANMELDUNG

Mach mit beim Hochschulsport! Um an den Angeboten des Hochschulsports teilnehmen zu können, benötigst du für die Kurse im Zusatzangebot eine Semesterkarte oder FitCard + Kursbuchung im Zusatzangebot. Für die Teilnahme an den Groupfintesskursen benötigst du die FitCard. Das vollständige Angebot des Hochschulsports findest du unter [www.hochschulsport-hannover.de](http://www.hochschulsport-hannover.de)

## SPORTSTÄTTEN

TuMH Turnhalle MHH  
K8-S Schwimmhalle MHH  
K8-S0 Eingang Gebäude K8  
K25 Schranke Gebäude K25

Stadtfelddamm 66  
K8 Klinik für Rehabilitationsmedizin  
Stadtfelddamm 65