



Sommersemester 2026
HOCHSCHULSPORT

VORLÄUFIGES KURSPROGRAMM

Start ab 23.03.26

Wochentag	Kurs	Uhrzeit
Montag	Volleyball Anfänger	18:00 Uhr - 20:00 Uhr
	Radsportgruppe	18:00 Uhr - 20:00 Uhr
	Yoga	20:00 Uhr - 21:30 Uhr
Dienstag	Yoga am Morgen	08:00 Uhr - 09:00 Uhr
	Workout mit Langhanteln	17:00 Uhr - 18:00 Uhr
	Cross Fight	18:00 Uhr - 19:00 Uhr
	Total Body Workout	18:00 Uhr - 19:00 Uhr
	Badminton	19:00 Uhr - 21:00 Uhr
Mittwoch	Tanzmix	17:00 Uhr - 18:00 Uhr
	Spikeball	18:00 Uhr - 20:00 Uhr
	Ultimate Frisbee / Discgolf	19:30 Uhr - 21:00 Uhr
	Zirkeltraining	20:00 Uhr - 22:00 Uhr
Donnerstag	Pilates	17:00 Uhr - 18:00 Uhr
	Deep Work & Tabata	18:15 Uhr - 19:15 Uhr
	Fußball	19:15 Uhr - 21:15 Uhr
Freitag	Volleyball Fortgeschrittene	16:00 Uhr - 18:00 Uhr
	Basketball	18:00 Uhr - 20:00 Uhr
Samstag	Radsportgruppe	11:00 Uhr - 13:00 Uhr

Änderungen/Ergänzungen können kurzfristig noch erfolgen!

Die Anmeldung erfolgt **ab 17.03.26** über das Intranet. Die Plätze sind begrenzt. Detaillierte Informationen, Kursbeschreibungen sowie Ansprechpartner finden Sie im Intranet.

<https://intranetportal.hs-esslingen.de/hochschulsport>

Ansprechpersonen Hochschulsport:

Frau Annika Pfiz // E-Mail: annika.pfiz@hs-esslingen.de

Frau Zeynep Sahin // E-Mail: zeynep.sahin@hs-esslingen.de