



Sportprogramm Saison 2025/26

Abteilung	Sportgruppe/Mannschaft	Wochentag	Uhrzeit ab	Uhrzeit bis	Ort
Badminton	Erwachsene	Montag	20:00 -	22:00	HGH
Badminton	Erwachsene	Donnerstag	20:00 -	22:00	HGH
Abteilung	Sportgruppe/Mannschaft	Wochentag	Uhrzeit ab	Uhrzeit bis	Ort
Basketball	Herren 1 (Winterbelegung)	Montag	19:00 -	20:00	GS St. Josef
Basketball	Herren 1 (Winterbelegung)	Montag	20:00 -	21:30	GS St. Josef
Basketball	Herren 1	Freitag	19:00 -	21:00	GS St. Josef
Basketball	Freizeit/Hobby	Dienstag	16:30 -	18:00	GS St. Josef
Basketball	U16	Mittwoch	18:00 -	19:30	GS St. Josef
Basketball	U14	Mittwoch	16:00 -	18:00	GS St. Josef
Basketball	U12	Donnerstag	17:30 -	19:00	GS St. Josef
Basketball	Schichtarbeiter	Samstag	13:00 -	15:00	GS St. Josef
Basketball	Schichtarbeiter	Sonntag	13:00 -	15:00	GS St. Josef
Basketball	Herren 1	Mittwoch	19:30 -	21:30	HGH
Basketball	U16	Montag	17:00 -	19:00	HGH
Basketball	U16	Freitag	15:30 -	17:00	HGH
Basketball	Herren 2 - April bis Oktober	Montag	19:00 -	20:00	GS St. Josef
Basketball	Herren 2 - April bis Oktober	Montag	20:00 -	21:30	GS St. Josef
Basketball	Herren 2	Freitag	19:00 -	21:00	HGH
Abteilung	Sportgruppe/Mannschaft	Wochentag	Uhrzeit ab	Uhrzeit bis	Ort
Fasching	Kinder (7-12 Jahre)	Montag	17:30 -	19:00	Förderschule
Fasching	Marsch	Dienstag	19:30 -	22:00	Förderschule
Fasching	Show (ab 17 Jahre)	Mittwoch	19:00 -	22:00	Förderschule
Fasching	Show (ab 17 Jahre)	Donnerstag	19:00 -	22:00	Förderschule
Fasching	Impuls	Sonntag	10:00 -	12:00	Förderschule
Fasching	Show (ab 17 Jahre)	Sonntag	17:00 -	21:30	Förderschule
Fasching	Jugend	Dienstag	18:00 -	20:00	HGH
Fasching	Jugend	Donnerstag	18:00 -	20:30	HGH
Fasching	Impuls	Donnerstag	19:30 -	22:00	Mittelschule 1
Fasching	Show (ab 17 Jahre)	Freitag	19:00 -	22:00	Mittelschule 1
Fasching	Kindertanzen (4-7 Jahre)	Dienstag	17:00	18:00	Mittelschule 2
Abteilung	Sportgruppe/Mannschaft	Wochentag	Uhrzeit ab	Uhrzeit bis	Ort
Fitness	Senioren sport 60+ (Okt - Juni)	Donnerstag	16:00 -	17:00	GS Altstadt
Fitness	Senioren sport 60+ (Juni - Okt)	Mittwoch	17:00 -	18:00	GS Altstadt
Fitness	Gymnastik Damen mit Gisela	Dienstag	18:00 -	19:00	GS St. Josef
Fitness	Gymnastik Damen mit Elfriede	Mittwoch	19:00 -	20:00	GS St. Josef
Fitness	OCR Parcour Erwachsene	Donnerstag	19:30 -	21:00	GS St. Josef
Fitness	Fit&Fun	Montag	19:00 -	20:00	HGH
Fitness	Dance & Step	Donnerstag	18:00 -	19:00	HGH
Fitness	OCR Parcour Erwachsene	Dienstag	19:30 -	21:00	HGH
Fitness	BodyFit	Dienstag	9:00 -	10:00	Höll-Ost
Fitness	Yoga	Montag	18:15 -	19:15	Mittelschule 2
Fitness	Yoga	Montag	19:30 -	21:00	Mittelschule 2
Fitness	Ausdauertraining	Montag	8:00 -	8:45	online
Fitness	BodyFit	Donnerstag	8:30 -	9:30	online
Abteilung	Sportgruppe/Mannschaft	Wochentag	Uhrzeit ab	Uhrzeit bis	Ort
Ju-Jutsu	Jugend (ab 15 Jahre) & Erwachsene	Mittwoch	19:30 -	21:00	GS St. Josef
Ju-Jutsu	Jugend (ab 7 Jahre) & Erwachsene	Samstag	10:30 -	12:00	GS St. Josef
Ju-Jutsu	Anfänger & Fortgeschrittene	Samstag	10:30 -	12:00	GS St. Josef



Sportprogramm Saison 2025/26

Abteilung	Sportgruppe/Mannschaft	Wochentag	Uhrzeit ab	Uhrzeit bis	Ort
Kindersport	OCR Parcour Kids	Donnerstag	16:30 -	17:30	GS St. Josef
Kindersport	OCR Parcour Juniors	Donnerstag	17:45 -	19:15	GS St. Josef
Kindersport	Kindersport mit Steffi (4-5 Jahre)	Montag	16:15 -	17:30	HGH
Kindersport	Mädchensport mit Regina Gruppe A (5-8 Jahre)	Montag	16:15 -	17:15	HGH
Kindersport	Mädchensport mit Regina Gruppe B (5-8 Jahre)	Montag	17:15 -	18:15	HGH
Kindersport	Mädchensport mit Regina (9-12 Jahre)	Montag	18:15 -	19:15	HGH
Kindersport	Eltern & Kind Gr. A (2-3 Jahre)	Donnerstag	15:30 -	16:30	HGH
Kindersport	Eltern & Kind Gr. B (2-3 Jahre)	Donnerstag	16:45 -	17:45	HGH
Kindersport	Jungen (4-8 Jahre)	Donnerstag	16:30 -	18:00	HGH
Kindersport	OCR Parcour Kids (4-8 Jahre)	Dienstag	17:00 -	18:00	HGH
Kindersport	OCR Parcour Kids (4-8 Jahre)	Dienstag	17:00 -	18:00	HGH
Kindersport	OCR Parcour Juniors (9-14 Jahre)	Dienstag	18:15 -	19:30	HGH
Kindersport	Inklusion: Spiele mit dem Ball (5-8 Jahre)	Montag	17:00 -	18:00	Mittelschule 2
Abteilung	Sportgruppe/Mannschaft	Wochentag	Uhrzeit ab	Uhrzeit bis	Ort
Leichtathletik	Kinder & Jugend (7-16 Jahre)	Mittwoch	17:00 -	18:30	HGH
Leichtathletik	Aktive & Senioren	Sonntag	10:30 -	12:00	HGH
Leichtathletik	Erwachsene	Dienstag	18:00 -	19:00	Mittelschule 2
Abteilung	Sportgruppe/Mannschaft	Wochentag	Uhrzeit ab	Uhrzeit bis	Ort
Tischtennis	Herren	Dienstag	19:00 -	22:00	Mittelschule 2
Abteilung	Sportgruppe/Mannschaft	Wochentag	Uhrzeit ab	Uhrzeit bis	Ort
Volleyball	Freizeitgruppe Herren	Sonntag	10:00 -	13:00	GS St. Josef
Volleyball	U16.3	Montag	16:00 -	17:00	GS St. Josef
Volleyball	U16.3	Montag	17:00 -	19:00	GS St. Josef
Volleyball	U14/U15	Donnerstag	18:00 -	20:00	HGH
Volleyball	Damen 5	Freitag	19:00 -	21:00	HGH
Volleyball	Einsteiger	Montag	17:30 -	19:00	HGH
Volleyball	Damen 3	Montag	19:00 -	21:00	HGH
Volleyball	Damen 3	Donnerstag	19:00 -	21:00	HGH
Volleyball	U12/U13/Anfänger w	Freitag	17:00 -	19:00	HGH
Volleyball	Damen 4	Dienstag	18:00 -	20:00	HGH
Volleyball	Freizeitgruppe Senioren	Montag	19:30 -	21:30	HGH
Volleyball	Damen 2	Freitag	19:00 -	21:00	HGH
Volleyball	Damen 4	Montag	17:30 -	19:30	Höll-Ost
Volleyball	Damen 5	Montag	17:30 -	19:30	Höll-Ost
Volleyball	Fördertraining	Montag	17:30 -	19:00	Höll-Ost
Volleyball	U14/U15	Dienstag	17:00 -	19:00	Höll-Ost
Volleyball	Einsteiger	Dienstag	16:00 -	17:00	Höll-Ost
Volleyball	U16.3	Dienstag	17:00 -	19:00	Höll-Ost
Volleyball	Damen 1	Dienstag	19:00 -	21:00	Höll-Ost
Volleyball	Damen 2	Dienstag	19:00 -	21:00	Höll-Ost
Volleyball	U12/U13/Anfänger w	Mittwoch	17:00 -	19:00	Höll-Ost
Volleyball	Damen 2	Mittwoch	19:00 -	21:00	Höll-Ost
Volleyball	Damen 1	Mittwoch	19:00 -	21:00	Höll-Ost
Volleyball	U16.3	Freitag	17:00 -	19:00	Höll-Ost
Volleyball	Damen 1	Freitag	19:00 -	21:00	Höll-Ost
Volleyball	Inklusion	Freitag	16:00 -	17:00	Höll-Ost
Volleyball	U18/U20	Dienstag	17:00 -	19:00	Höll-Ost
Volleyball	Damen 4	Freitag	17:00 -	19:00	Höll-Ost
Volleyball	U18/U20	Freitag	17:00 -	19:00	Höll-Ost
Volleyball - KW15 bis KW45	U16.3	Donnerstag	16:00 -	17:00	Höll-Ost
Volleyball - KW15 bis KW45	U16.3	Donnerstag	17:00 -	19:00	Höll-Ost
Volleyball - KW15 bis KW45	Einsteiger	Donnerstag	17:00 -	19:00	Höll-Ost