

ASStA AGs Sommersemester 2024

Montag

AG Name	AG Leitung	Von	Bis	Halle	Besonderheiten	Mail
Sporthyponose AG	Marco Rathschlag	13:30	15:00	Ha 06		m.rathschlag@dshs-koeln.de
Handball	Pascal Wolter	16:30	18:30	Ha 08		pawol34@gmail.com
Ultimate Frisbee	Poppy Hartmann	18:00	19:30	Ha 22		hartmannpoppy@gmail.com
Baseball/Softball	Sasha Moritz Therolf	18:00	21:00	Extern	Circlewood Stadium; Aachener Straße 800, 50933 Köln	saschamoritztherolf@gmail.com
Stretching	Annika Limbrock	19:00	20:30	Ha 04	Eigene Yogamatte mitbringen	annika.limbrock@stud.dshs-koeln.de
Calisthenics	Faris Kssouri	19:00	20:30	ha 01		Faris.studium@web.de
HipHop Ag	Elisa Dießelkamp	19:00	20:30	Ha 03		elisa.d_01@web.de
Performance AG	Elisa Dießelkamp & Finn Debus	20:30	22:00	Ha 03		finndebus49@gmail.com
Dance-Fit	Annika Limbrock	20:30	21:30	Ha 04		annika.limbrock@stud.dshs-koeln.de
Entspannung	Annika Limbrock	21:30	22:00	Ha 04	Eigene Yogamatte mitbringen	annika.limbrock@stud.dshs-koeln.de
HipHop AG	Elisa Dießelkamp		20:30	Ha 03		elisa.disselkamp@stud.dshs-koeln.de

Dienstag

AG Name	AG Leitung	Von	Bis	Halle	Besonderheiten	Mail
Roundnet	Sophia Walter	18:00	21:00	Ha 22		Sophia.walt@web.de
Deutsch AG	Mareike Kusch	18:00	19:30	Sr 61		Mareikekusch@aol.com
Skate AG	Luca Althoff, Niklas Haberstroh	18:00	19:30	Ha 05		Luca.althoff@gmail.com
Tennis	Leon Bones	18:30	20:00	Freiplätze 03-04	Schläger, Bälle und Sandplatzschuhe	l.bones02@gmx.de
Afro Fusion	Marie Purschke	19:00	20:30	Halle 02		marie@purschke.berlin
Futsal AG	Nicholas Hahn, Adrian Ax	20:00	22:00	Ha 09		n.h.7@icloud.com

Mittwoch

AG Name	AG Leitung	Von	Bis	Halle	Besonderheiten	Mail
Full Body Workout	Cedrik Wilm	17:00	18:30	Online	Für den Link, Mail an Ceddy	cedrik.wilm@gmail.com
Pilates	Frederike Midderhoff	18:30	20:00	Ha 06		Frederike.midderhoff@gmx.de
BJJ / Luta Livre	Ernesto Hövel, Younes Fkyerat	19:00	20:30	Ha 10		ernesto.hoewel@gmail.com
Breaking	Tobias Hebestreit	19:00	20:30	Ha 03		tobias.hebestreit@hotmail.de
Faszien AG	Luis Mayer	20:00	21:30	Ha 01		Luis.mayer@stud.dshs-koeln.de
Box AG	Annika Jäckel	20:30	22:00	Ha 10		annika.jaekel04@gmail.com

Donnerstag

AG Name	AG Leitung	Von	Bis	Halle	Besonderheiten	Mail
Salsa & Rueda	Srini Vasan	14:30	16:00	Halle 07	Entfall am 16.05	dancingbalu@protonmail.com
Contemporary	Jenny Weber	16:00	17:30	Ha 04		jenny.weber34@web.de
Vertikaltuch	Viola Besemer	17:30	19:00	Ha 01		viola@besemer24.de
Yoga	Carolin Kusmierz	17:30	19:00	Ha 04	Eigene Yogamatte mitbringen	carolinkusmierz@hotmail.com
Buch AG/Lese AG	Marlena Kesper	18:00	19:30	Asta Cafe		marlenakesper@gmx.de
Bodybuilding & Fitness	Tim Bröse	19:00	20:30	Ha 03		Tbroese97@gmail.com
Kickboxen	Jakob Algisch	20:00	21:30	Ha 10		j.algisch@gmail.com

Freitag

AG Name	AG Leitung	Von	Bis	Halle	Besonderheiten	Mail
Athletiktraining - Theor Mustafa Acar		15:00	16:30	LAA Zelt 1		mu.ac@protonmail.com
Freestyle Football	Daria Rebbert	17:30	20:30	Ha 08	am 03.05. erst ab 19:00	daria.rebbert@stud.dshs-koeln.de

Weitere AGs und Angebote an der Spoho

Freie Zeiten Badminton AG	Montag	12:30-14:15;	Halle 24
	Dienstag	19:00-22:00	Halle 24
	Mittwoch	19:00-22:00	Halle 24
	Donnerstag	10:00-14:30;	Halle 24
	Freitag	12:00-22:00	Halle 24
Freie Zeiten Volleyball AG	Dienstag	19:00-22:00	Halle 23
	Mittwoch	11:00-14:00	Halle 24
	Donnerstag	19:00-22:00	Halle 23
	Donnerstag	08:00-10:00;	Halle 24
	Freitag	12:00-22:00	Halle 23
Viele weitere AGs findet ihr zudem auf der Seite des Hochschul https://www.dshs-koeln.de/hochschule/campus-freizeit/sport-gesundheit/hochschulsport/ Schaut gerne einfach mal vorbei!			