

Indoor-Fitness 2020

(Keine Kurse in den Ferien und an Brückentagen)

Auskunft:
service@hannover1896.de
fitundkids@hannover96.de

Tag	Dienstag Ab 08.09.2020	Mittwoch Ab 09.09.2020	Mittwoch Ab 09.09.2020	Donnerstag Ab 10.09.2020	Freitag Ab 11.09.2020
Zeit	06:30 - 07:00	19:30 - 21:00	19:30 - 21:00	19:00 - 20:30	18:15 - 20:15
Kurs	BodyTraining ACHTUNG: NUR FÜR TEILNEHMER*innen, die bereits vor dem 13.03.2020 teilgenommen haben	StepAerobic (Link zur Anmeldung) Achtung: Anmeldung über Link aufgrund begrenzter TN-Zahl 7 Link freigeschaltet ab Freitag, 04.09.2020	Bodytraining RückenFit ACHTUNG: NUR FÜR TEILNEHMER*innen, die bereits vor dem 13.03.2020 teilgenommen haben	BodyTraining ACHTUNG: NUR FÜR TEILNEHMER*innen der Gruppe „Alternative Hit Trim- Wandern“	Kick am Freitag ACHTUNG: NUR FÜR TEILNEHMER*innen der Ehemaligen Gymnastikabteilung
Ort	Henriettenstift Eingang über Rautenstraße	Kämmer International School (KIBS)	GY Käthe-Kollwitz Nebenstelle	Henriettenstift Eingang über Rautenstraße	GY Kaiser-Wilhelm-und Ratsgymnasium II
Treffpunkt	Eingang Sporthalle	Paderborner Straße 1	Gottfried-Keller Straße 11	Eingang Sporthalle	Seelhorststraße 52
ÜL	Dino	Markus	Moustapha	Dino	Thorsten

Alternativ-Kursplan
Fit & Kids

Aktualisierung & Durchführung
 Entsprechend den Richtlinien & Verordnungen
 der [Bundesregierung](#) & [Landesregierung Niedersachsen](#)
 Leitplanken DOSB & Vorgaben Verbände

Angebot ist ausgelastet!
Warteliste!

Outdoor-Fitness 2020

(Keine Kurse in den Ferien und an Brückentagen)

Anmeldung beim Trainer
Auskunft:
gernot.gehrmann@hannover1896.de

Tag	Montag (Alternative Montessorischule)	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Zeit	19:30 - 21:00	17:30 - 18:30 ERW 18:30 - 20:00 ERW	19:00 - 20:30	16:30 - 17:30
Kurs	BodyTraining	UrbanCross	96 X STEP`s	Nordic Walking
Ort	Fitnesswiese Hexenspielplatz	HDI Arena	Rund um den Maschsee & Ricklinger Kiesteiche	Eilenriede
Treffpunkt	Auf der Fitnesswiese (Zugang über Kaulbachstraße)	Eingang Ostkurve Robert Enke Straße	Vorplatz Stadionbad Robert-Enke-Straße 5	Clausewitzstraße 2
ÜL	Larissa	Gernot Sönke	Svenja Bo Tom	Larissa

Alternativ-Kursplan
Fit & Kids

Aktualisierung & Durchführung
 Entsprechend den Richtlinien & Verordnungen
 der [Bundesregierung](#) & [Landesregierung Niedersachsen](#)
 Leitplanken DOSB & Vorgaben Verbände

Angebot ist ausgelastet!
Warteliste!

Rehabilitationssport - Henriettenstift - (§ 64 Satz 3 des SGB IX)

Auskunft:
service@hannover1896.de
fitundkids@hannover96.de

Tag	Montag Ab 14.09.2020	Dienstag Ab 15.09.2020	Dienstag Ab 15.09.2020
Zeit	17:00 - 17:45 1. Gruppe 18:00 - 18:45 2. Gruppe	17:00 - 17:45 1. Gruppe 18:00 - 18:45 2. Gruppe	19:00 - 19:45 1. Gruppe 20:00 - 20:45 2. Gruppe
Kurs Teilnehmer je ÜL & Gruppe	Fit for Change Max. 6 Teilnehmer je Kurs und Uhrzeit	Fit for Change Max. 6 Teilnehmer je Kurs und Uhrzeit	Vitality & Move Max. 6 Teilnehmer je Kurs und Uhrzeit
Diagnose ICD-10-GM-2019	Orthopädische Erkrankungen & Adipositas	Orthopädische Erkrankungen & Adipositas	Brustkrebs
Ort	Henriettenstift Eingang über Rautenstraße	Henriettenstift Eingang über Rautenstraße	Henriettenstift Eingang über Rautenstraße
Treffpunkt	Haupteingang Sporthalle	Haupteingang Sporthalle	Haupteingang Sporthalle
ÜL	Larissa	Jonas	Jonas

Alternativ-REHA_Kursplan
Fit & Kids

Vorrangige Teilnahme:
Teilnehmer*innen Sporthalle Henriettenstift

Angebot ist ausgelastet!
Warteliste!