



Outdoor-Sportprogramm Kinder & Jugend



Montag				
KiJu Vereinszentrum			Abteilung Fit & Kids	
	Vereinszentrum Multifunktionsanlage	Vereinszentrum Soccerfeld	Vereinszentrum Beachfeld	Mittelfeld/Bemerode Kämmer Int. School
09:00				
10:00				
11:00				
12:00				
13:00				
14:00				
15:00		<u>Springen, Laufen, Werfen 6-8 J.</u> 15.00-16.00		
16:00	<u>Freestyle auf Rollen 6-8 J.</u> 15.30-16.30			<u>Ballschule 6-8 J.</u> 16.00-16.45
17:00		<u>Hürden-Ball 10-14 J.</u> 16.45-17.45	<u>Beachvolleyball 8-12 J.</u> 16.30-17.30	<u>Freestyle auf Rollen 8-12 J.</u> 17.00-17.45
18:00		<u>Hürden-Ball 10-14 J.</u> 18.00-19.00	<u>Beachvolleyball 10-14 J.</u> 18.00-19.00	
19:00				

Alle Outdoor-Angebote können sowohl von den aktiven Mitgliedern des Kinder- und Jugendbereichs Vereinszentrum als auch von der Abteilung Fit&Kids in der Übergangszeit genutzt werden und sind feste/wiederkehrende Sportgruppen. Alle Sportangebote sind zudem kontaktlos.

Eine einmalige Online-Anmeldung für das entsprechende Angebot ist unbedingt notwendig. **Mit einem KLICK auf den entsprechen ANGEBOTSNAMEN meldet Ihr Euch an!**
Die Fortsetzung/Verlängerung der Sportangebote wird monatlich überprüft und ggf. automatisch angepasst.

Um jedem Kind eine Teilnahme an einem Sportangebot zu ermöglichen, melden Sie sich ausschließlich für ein Angebot an. Schnuppereinheiten sind vorerst nicht möglich.

Bei Fragen melden Sie sich gerne unter 0511.96 900 924 bei uns.



Outdoor-Sportprogramm Kinder & Jugend FIT & KIDS

Dienstag				
KiJu Vereinszentrum		Abteilung Fit & Kids		
	Vereinszentrum Multifunktionsanlage	Vereinszentrum Soccerfeld	Südstadt Hoppenstedtwiese	Linden Fitnesspark Linden-Süd
09:00				
10:00				
11:00				
12:00				
13:00				
14:00				
15:00	<u>Parkour 6-8 J.</u> 15.00-15.45	<u>Ballschule 6-10 J.</u> 15.00-16.00		<u>SportMix 6-8 J.</u> 15.30-16.15
16:00	<u>Parkour 8-12 J.</u> 16.00-16.45	<u>Frisbee-Golf 8-12 J.</u> 16.30-17.30		<u>KiCK Fitness 8-14 J.</u> 16.30-17.30
17:00			<u>Ballschule 6-8 J.</u> 17.00-17.45	
18:00			<u>Ballschule 8-12 J.</u> 18.00-18.45	
19:00				

Alle Outdoor-Angebote können sowohl von den aktiven Mitgliedern des Kinder- und Jugendbereichs Vereinszentrum als auch von der Abteilung Fit&Kids in der Übergangszeit genutzt werden und sind feste/wiederkehrende Sportgruppen. Alle Sportangebote sind zudem kontaktlos.

Eine einmalige Online-Anmeldung für das entsprechende Angebot ist unbedingt notwendig. **Mit einem KLICK auf den entsprechen ANGEBOTSNAMEN meldet Ihr Euch an!**

Die Fortsetzung/Verlängerung der Sportangebote wird monatlich überprüft und ggf. automatisch angepasst.

Um jedem Kind eine Teilnahme an einem Sportangebot zu ermöglichen, melden Sie sich ausschließlich für ein Angebot an. Schnuppereinheiten sind vorerst nicht möglich.



Outdoor-Sportprogramm Kinder & Jugend



Mittwoch			
	KiJu-Vereinszentrum		Abteilung Fit & Kids
	Vereinszentrum Soccerfeld	Vereinszentrum Beachfeld	Mittelfeld/Bemerode Kämmer Int. School
09:00			
10:00			
11:00			
12:00			
13:00			
14:00			
15:00		<u>Beachvolleyball 8-12 J.</u> 15.00-16.00	<u>Parkour 6-8 J.</u> 15.30-16.15
16:00		<u>Beachvolleyball 10-14 J.</u> 16.30-17.30	<u>Parkour 8-12 J.</u> 16.30-17.15
17:00			
18:00	<u>Speedminton 8-12 J.</u> 17.30-18.30		
19:00			

Alle Outdoor-Angebote können sowohl von den aktiven Mitgliedern des Kinder- und Jugendbereichs Vereinszentrum als auch von der Abteilung Fit&Kids in der Übergangszeit genutzt werden und sind feste/wiederkehrende Sportgruppen. Alle Sportangebote sind zudem kontaktlos.

Eine einmalige Online-Anmeldung für das entsprechende Angebot ist unbedingt notwendig. **Mit einem KLICK auf den entsprechen ANGEBOTSNAMEN meldet Ihr Euch an!**

Die Fortsetzung/Verlängerung der Sportangebote wird monatlich überprüft und ggf. automatisch angepasst.

Um jedem Kind eine Teilnahme an einem Sportangebot zu ermöglichen, melden Sie sich ausschließlich für ein Angebot an. Schnuppereinheiten sind vorerst nicht möglich.



Outdoor-Sportprogramm Kinder & Jugend FIT & KIDS

Freitag				
KiJu Vereinszentrum			Abteilung Fit & Kids	
	Vereinszentrum Multifunktionsanlage	Vereinszentrum Soccerfeld	Vereinszentrum Beachfeld	Südstadt Hoppenstedtwiese
09:00				
10:00				
11:00				
12:00				
13:00				
14:00				
15:00		<u>Minis am Ball 4-6 J.</u>	<u>Beachvolleyball 8-12 J.</u>	
	<u>Floorball für alle 8-12 J.</u>	15.00-16.00	15.00-16.00	<u>Ballschule 6-8 J.</u>
16:00	15.30-16.30			15.30-16.15
		<u>Headis ab 8 J.</u>	<u>Beachvolleyball 10-14 J.</u>	<u>Ballschule 6-8 J.</u>
17:00	<u>Floorball für alle 10-14 J.</u>	16.30-17.30	16.30-17.30	16.30-17.15
	17.00-18.00			
18:00				
19:00				

Alle Outdoor-Angebote können sowohl von den aktiven Mitgliedern des Kinder- und Jugendbereichs Vereinszentrum als auch von der Abteilung Fit&Kids in der Übergangszeit genutzt werden und sind feste/wiederkehrende Sportgruppen. Alle Sportangebote sind zudem kontaktlos.

Eine einmalige Online-Anmeldung für das entsprechende Angebot ist unbedingt notwendig. **Mit einem KLICK auf den entsprechen ANGEBOTSNAMEN meldet Ihr Euch an!**
Die Fortsetzung/Verlängerung der Sportangebote wird monatlich überprüft und ggf. automatisch angepasst.

Um jedem Kind eine Teilnahme an einem Sportangebot zu ermöglichen, melden Sie sich ausschließlich für ein Angebot an. Schnuppereinheiten sind vorerst nicht möglich.

Bei Fragen melden Sie sich gerne unter 0511.96 900 924 bei uns.



Angebotsbeschreibungen Outdoor-Sportprogramm



Ballschule (6 - 12 Jahre) In dieser Stunde dreht sich alles um Bälle. Die Kids lernen den sicheren Umgang mit dem Ball und erleben in einfacher Form spielerisch die Regeln verschiedener Ballsportarten.	Beachvolleyball (8 - 14 Jahre) Du spielst gerne Volleyball oder möchtest es gerne lernen? Dann bist Du bei dem Angebot genau richtig. Hier lernst Du die richtige Technik, den Aufschlag, Pritschen und Baggern sowie alles was dazu gehört.	Eltern-Kind im Sand (1 - 5 Jahre) Die ersten Bewegungserfahrungen im Sand mit verschiedenen Spielen, singen und tanzen. Es können Sandburgen gebaut oder auch mit Spielzeug im Sand gespielt werden. Bringt hierfür auch gerne Euer eigenes Sandspielzeug mit!	Fit mit Baby (bis zum Laufalter) Idealer Kurs für das erste Jahr mit Baby. Sanftes heranzuführen an ausgewählte Muskelaufbauübungen. Funktionelle Übungen zur Kräftigung der Bauch-, Bein-, Gesäß- und Rückenmuskulatur bereiten den Körper auf „mehr“ vor.	Floorball für alle (8 - 14 Jahre) Schnell, intensiv, einfach und sehr schweißtreibend - das ist Floorball. Diese junge Sportart ist eine Mischung aus Feld- und Eishockey, gepaart mit der Fairness des Basketballs, bei der Kondition und Geschicklichkeit gleichermaßen trainiert werden, ohne dass der Spaß dabei auf der Strecke bleibt.
Freestyle auf Rollen (6 - 12 Jahre) Bei diesem Angebot heißt es: Gib Gas! Egal ob mit deinem Waveboard, auf Inlinern oder mit deinem Einrad, Hauptsache es hat Rollen und ist nicht batteriebetrieben oder benötigt Strom. Bringe dein Fahrgerät, Schützer und Helm mit und lerne coole Tricks im Freien.	Frisbee -Golf (8 - 12 Jahre) Bloß eine runde Scheibe aus Plastik? Von wegen! Bei dem Angebot lernst Du, wie die Frisbee richtig geworfen und gefangen wird. Bei Frisbee-Golf geht es darum mit wenigen präzisen Würfeln die Frisbee von einem Startpunkt in ein entferntes Fangnetz zu befördern.	Headis (ab 8 Jahren) Headis ist „Kopfballtischtennis“. Alles was Ihr zum Spielen der jungen Funsportart braucht, sind eine Tischtennisplatte, ein speziellen Headis-Gummiball, ein Metallnetz und Euren Kopf. Jede Angabe, jeder „Volley“, jeder Ballwechsel - alles wird mit dem Kopf gespielt. Dabei wird Fairplay bei dem athletischen Kopfballsport groß geschrieben	Hürdenball (10 - 14 Jahre) Im Leben geht es darum, manche Hürden geschickt zu überwinden. So auch beim "Hürden-Ball". Als Team spielt ihr jeweils zu Zweit und dürft die Mittellinie nicht übertreten. Es gibt keinen Kontakt untereinander - nur mit dem Ball am Fuß. Kein Handspiel und keine Zweikämpfe, aber dennoch viele Tore und viel Spaß. Mit Gefühl und Geschick fallen viele Tore und es entsteht eine Dynamik, die viel Freude macht. Eignet sich eher ein schneller Flachschieß oder ein gezielter Ball über die anderen Spieler*innen hinweg? Probiert es aus!	KiCK-Fitness (8 - 14 Jahre) Dieses Angebot ist für übergewichtige Kinder und Jugendliche. Wir begleiten sie mit einem speziellen Bewegungsangebot und können sie so erfolgreich unterstützen, ihr Gewicht zu reduzieren.
Kleine Spiele im Sand (6 - 12 Jahre) Diverse Bewegungsspiele mit viel Spaß und ausreichend Abstand	Laufen, Springen, Werfen (6 - 8 Jahre) Laufen, Springen, Werfen gehören zu den elementaren Grundfertigkeiten, die insbesondere im Kindesalter optimal erlernt und ausgebildet werden können. Mit vielfältigen und spannenden Spiel- und Übungsformen entwickeln die Kinder spielerisch die motorischen Fertigkeiten.	Minis am Ball (4 - 6 Jahre) In dieser Stunde dreht sich alles um Bälle. Die Kids lernen den sicheren Umgang mit dem Ball und erleben in einfacher Form spielerisch die Regeln verschiedener Ballsportarten.	Mini-Athleten (1 - 5 Jahre) Das Angebot Mini-Athleten ist ein Ersatzangebot für die Windel- und Kombi-Athleten in Zeiten von Corona unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsmaßnahmen. Vorwiegend erhalten die Kinder im Alter von 1-5 Jahren Bewegungsanreize. Der Spaß an Bewegung steht natürlich weiterhin im Fokus.	Parkour Outdoor (6 - 12 Jahre) Hierbei kannst Du eine ganz neue Erfahrung machen. Anstatt Parcours in der Halle mit Geräten und Matten, geht es jetzt nach draußen ins Freie. Wer Spaß am Balancieren auf Geländern, Springen über Gräben und Mauern sowie Überwinden von Hindernissen in freier Wildbahn hat, der ist beim Parkour-Sport genau richtig. Im Wald werden zudem verschiedene tolle Spiele gespielt.
Speedminton (8 - 12 Jahre) Speedminton ist ein Rückschlagspiel und verbindet Elemente der etablierten Sportarten Badminton, Squash und Tennis zu einer neuen Sportart, die mittlerweile weltweit gespielt wird. Der Spielfelduntergrund ist nicht festgelegt, sodass beispielsweise auf Tennisplätzen, Straßen, Sandflächen, Wiesen und in Hallen gespielt werden kann. Hier gibt es kein Netz in der Mitte. Das Spielfeld besteht aus zwei Quadraten, die sich im Abstand von 12,8 m gegenüberliegen. Die Seitenlänge eines Quadrates beträgt 5,50 m.	SportMix (6 - 8 Jahre) Hier habt ihr eine „All-in-Stunde“. Sportspiele, Geräte, Bälle, spezielle Sportarten. Ihr könnt mitbestimmen und eure eigene Sportstunde gestalten.	Urban Cross (14 - 17 Jahre) Ein effektives Ganzkörper-Krafttraining für Jugendliche ohne Klein- oder Großgeräte, ausschließlich mit dem eigenen Körpergewicht. Es berücksichtigt im Speziellen den heranwachsenden Körper, seine motorische Entwicklung und die Aspekte Wachstum, Koordination und Ausdauer.		

= Angebot wird aktuell nicht angeboten

Standorte Outdoor-Sportangebote

Fitness-Park Linden-Süd

30449 Hannover
(an der Auestraße)



Wakitu-Spielplatz
Hohenzollernstraße 57
30161 Hannover



Dornröschenbrücke

Salzmannstraße 3
30451 Hannover
(an der Grundschule
Salzmannstr.)



Stadionbrücke 9
30459 Hannover

Hoppenstedtwiese

Hilde-Schneider-Allee 30
30173 Hannover
(hinter dem Parkplatz der
Sporthalle Elsa-Brandström)



KIBS
Paderborner Straße 1
30539 Hannover
(vor der Schule, nicht
auf dem Gelände!)



Spielplatz Lister Turm
Walderseestraße 100
30177 Hannover

