



UNSER SPORTPROGRAMM AUF EINEN BLICK

Angebot	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Übungsleiter(in)	Ort	Kontakt	Telefon
Kinder und Jugendliche										
Turnen und Spiele Ju. + Mä. ab 8 Jahre	16:00-17:30						Helga Brandt J. Christoph	BTV Halle ¹	Helga Brandt J. Christoph	040-89 45 48 040-317 48 58
Eltern/Kind Turnen ab 18. Monat - 4 Jahre		15:30-17:00					Ute Jotzer	BTV Halle ¹	Ute Jotzer	04106-671 16
Turnen und mehr Ju. + Mä. 4-7 Jahre				15:00-17:30			Helga Brandt J. Christoph	BTV Halle ¹	Helga Brandt J. Christoph	040-89 45 48 040-317 48 58
Teenpower Ju. + Mä. ab 12 Jahre				17:30-19:00			Helga Brandt J. Christoph	BTV Halle ¹	" "	" "
Bogensport ab 8 Jahre					16:00-18:00		Andreas	BTV Halle ¹	Karola D.	040-742 97 83
Bogensport ab 8 Jahre						12:15-15:15	Martina	BTV Halle ¹	" "	" "
Break Dance ab 10 Jahre						15:30-17:30	Ricky Ten	BTV Halle ¹	Ricky Ten	rickyten19@yahoo.de
Fitnessprogramme										
Wirbelsäulen-Gymnastik		09:30-10:30					Susanne Schacht	BTV Halle ¹	S. Schacht	040-33 48 90 38
Dance Workout		18:00-19:00					Dario Jaramillo	BTV Halle ¹	Conny Prinz	04106-640 76 50
Rundum Fit		19:00-20:00					Dilek Ulus	BTV Halle ¹	" "	" "
Fit bis 100 1.Gruppe				09:30-10:30			Julia Bondzio	BTV Halle ¹	" "	" "
Fit bis 100 2.Gruppe				10:30-11:30			Julia Bondzio	BTV Halle ¹	" "	" "
Body-Fit				19:00-20:00			E. Manikowski	BTV Halle ¹	E. Manikowski	040-420 92 53
Fitness 50 plus				20:00-21:00			" "	BTV Halle ¹	" "	" "
Steps & Muscles					08:15-09:15		Katrin Rittner	BTV Halle ¹	Katrin Rittner	040-788 93 480
Männer - Fitness am Ball					19:00-22:00		Kai-E. Peters	Stadtteilschule ²	Kai-E. Peters	040-692 89 38



UNSER SPORTPROGRAMM AUF EINEN BLICK

Angebot	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Übungsleiter(in)	Ort	Kontakt	Telefon
Entspannung										
Kundalini-Yoga		10:30-12:00					Anke Wiechert Susanne Schacht	BTV Halle ¹	Anke Wiechert S. Schacht	040-832 56 29 040-33 48 90 38
Qigong						10:15-11:00	Alena Schneider	BTV Halle ¹	Conny Prinz	04106-640 76 50
Taiji						11:15-12:15	" "	BTV Halle ¹	" "	" "
Tischtennis										
Spieltermine der Mannschaftsmeisterschaft in der BTV Halle										
1. Herren					20:00		ohne	BTV Halle ¹	Martin Wille	0162-910 37 08
2. Herren	20:00						ohne	BTV Halle ¹	" "	" "
3. Herren	20:00						ohne	BTV Halle ¹	" "	" "
Trainingstage in der BTV Halle (bei Spielbetrieb nur bedingt möglich)										
Tischtennis 2. + 3. Herren Training	19:00-22:00						ohne	BTV Halle ¹	Martin Wille	0162-910 37 08
Tischtennis Training alle Mannschaften			18:00-22:00				ohne	BTV Halle ¹	" "	" "
Tischtennis 1. Herren Spiel					19:30-22:00		ohne	BTV Halle ¹	" "	" "
Trainingstage in der Stadteilschule Bahrenfeld (Bitte telefonisch nachfragen, ob Training stattfindet)										
Tischtennis Training alle Mannschaften		18:00-22:00			19:00-22:00		ohne	Stadteilschule ²	Martin Wille	0162-910 37 08
Badminton	19:00-22:00			19:30-22:00			A.+ M.Volkmann	Stadteilschule ²	A.+M.Volkmann	040-89 07 08 66



UNSER SPORTPROGRAMM AUF EINEN BLICK

Angebot	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Übungsleiter(in)	Ort	Kontakt	Telefon
Bogensport										
Bogensport für Fortgeschrittene		20:00-23:00					ohne Trainer!!!!	BTV Halle ¹	Karola D.	040-742 97 83
Bogensport ab 8 Jahre					16:00-18:00		Andreas	BTV Halle ¹	" "	" "
Bogensport ab 8 Jahre						12:15-15:15	Martina	BTV Halle ¹	" "	" "
Bogensport Schnuppertraining jeden 1. Samstag im Monat						12:30-14:30	Karola Jens	BTV Halle ¹	" "	" "
Reha Sport - nur mit Verordnung										
Orthopädische Gymnastik und Entspannung	17:30-19:00	17:00-18:00	16:30-18:00				Conny Prinz	BTV Halle ¹	Conny Prinz	04106-640 76 50
Orthopädische Gymnastik				11:30-12:30			Julia Bondzio	BTV Halle ¹	" "	" "
Orthopädische Gymnastik					10:30-11:30		Lidia Gorski	BTV Halle ¹	" "	" "
Herzsportgruppe (mit Arzt)					11:30-12:30	09:00-10:00	" "	BTV Halle ¹	" "	" "
Tanzen										
Seniorentanz	11:30-13:00						Sahra Bazyar	BTV Halle ¹	Sahra Bazyar	0177-14 20 492
Line-Dance					18:00-19:30		Rainer Pierret	BTV Halle ¹	Milan Turkalj	0172-430 82 55
Stickwalking und Wandern										
Stickwalking	15:30-16:30						ohne	BTV Halle ¹	Ingrid Strecker	040-89 34 41
Wandern	Wandern - wo und wann bitte telefonisch erfragen. Info und Termine sind auch im Aushang Halleneingang BTV!								E. Harder-Hinze I. Böhring	040-899 27 09 040-899 28 86

¹ BTV Halle oder Rasenplatz: Bahrenfelder Chaussee 166a, 22761 Hamburg

² Stadtteilschule Bahrenfeld: Turnhalle in der Stadtteilschule Bahrenfeld, Eingang Wormser Straße, 22761 Hamburg

Hilfe für fast alle Angebote: Sportleiterin Conny Prinz Tel.: 04106-640 76 50

Für alle Angebote außer Reha-Sport gilt: Kommen Sie einfach zu uns und machen Sie mit. Die erste Teilnahme (Schnupperstunde) ist kostenlos.