



# UNSER SPORTPROGRAMM AUF EINEN BLICK

Angebot	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Übungsleiter(in)	Ort	Kontakt	Telefon
---------	--------	----------	----------	------------	---------	---------	------------------	-----	---------	---------

## Kinder und Jugendliche

K01	Kinderturnen Ju. + Mä. 8-11 Jahre	16:00-17:30					Helga Brandt J. Christoph	BTV Halle <sup>1</sup>	Helga Brandt J. Christoph	040-89 45 48 040-317 48 58
K02	Eltern/Kind Turnen ab 18. Monat - 4 Jahre		15:30-17:00				Ute Jotzer	BTV Halle <sup>1</sup>	Ute Jotzer	04106-671 16
K03	Kinderturnen Ju. + Mä. 4-7 Jahre			15:00-17:30			Helga Brandt J. Christoph	BTV Halle <sup>1</sup>	Helga Brandt J. Christoph	040-89 45 48 040-317 48 58
K04	Teenpower Ju. + Mä. ab 12 Jahre			17:30-19:00			Helga Brandt J. Christoph	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
K05	Bogensport ab 8 Jahre				16:00-18:00		Andreas	BTV Halle <sup>1</sup>	Karola D.	040-742 97 83
K05	Bogensport ab 8 Jahre					12:15-15:15	Martina	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
K06	Break Dance ab 10 Jahre					15:30-17:30	Ricky Ten	BTV Halle <sup>1</sup>	Ricky Ten	rickyten19@yahoo.de

## Fitnessprogramme

F01	Wirbelsäulen-Gymnastik		11:00-12:00				Susanne Schacht	BTV Halle <sup>1</sup>	S. Schacht	040-33 48 90 38
F02	Dance Workout		18:00-19:00				Dario Jaramillo	BTV Halle <sup>1</sup>	Conny Prinz	04106-640 76 50
F03	Rundum Fit		19:00-20:00				Sarah Schöttge	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
F04	Fit bis 100 1.Gruppe			09:30-10:30			Julia Bondzio	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
F05	Fit bis 100 2.Gruppe			10:30-11:30			Julia Bondzio	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
F06	Body-Fit			19:00-20:00			E. Manikowski	BTV Halle <sup>1</sup>	E. Manikowski	040-420 92 53
F07	Fitness 50 plus			20:00-21:00			" "	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
F08	Steps & Muscles				08:00-09:00		Katrin Rittner	BTV Halle <sup>1</sup>	Katrin Rittner	040-788 93 480
F09	Männer - Fitness am Ball				19:00-22:00		Kai-E. Peters	Stadtteilschule <sup>2</sup>	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

E01	Qigong					10:15-11:00	Alena Schneider	BTV Halle <sup>1</sup>	Conny Prinz	04106-640 76 50
E02	Taiji					11:15-12:15	" "	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "

## TT Tischtennis

### Spieltermine der Mannschaftsmeisterschaft in der BTV Halle

1. Herren					20:00		ohne	BTV Halle <sup>1</sup>	Martin Wille	0162-910 37 08
2. Herren	20:00						ohne	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
3. Herren	20:00						ohne	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "

### Trainingstage in der BTV Halle (bei Spielbetrieb nur bedingt möglich)

Tischtennis 2. + 3. Herren Training	19:00-22:00						ohne	BTV Halle <sup>1</sup>	Martin Wille	0162-910 37 08
Tischtennis Training alle Mannschaften			18:00-22:00				ohne	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
Tischtennis 1. Herren Spiel					19:30-22:00		ohne	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "

### Trainingstage in der Stadtteilschule Bahrenfeld (Bitte telefonisch nachfragen, ob Training stattfindet)

Tischtennis Training alle Mannschaften		18:00-22:00			19:00-22:00		ohne	Stadtteilschule <sup>2</sup>	Martin Wille	0162-910 37 08
--	--	-------------	--	--	-------------	--	------	------------------------------	--------------	----------------

BM	<b>Badminton</b>	19:00-22:00			19:30-22:00		A.+ M.Volkmann	Stadtteilschule <sup>2</sup>	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
---------	--------	----------	----------	------------	---------	---------	------------------	-----	---------	---------

BS	<b>Bogensport</b>									
		20:00-23:00					ohne Trainer!!!!	BTV Halle <sup>1</sup>	Karola D.	040-742 97 83
					16:00-18:00		Andreas	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
						12:15-15:15	Martina	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
						12:30-14:30	Karola Jens	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "

## 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 <sup>1</sup>	Conny Prinz	04106-640 76 50
	Orthopädische Gymnastik				11:30-12:30		Julia Bondzio	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
	Orthopädische Gymnastik					10:30-11:30	Lidia Gorski Svenja Christians.	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "
	Herzsportgruppe (mit Arzt)					11:30-12:30	Lidia Gorski Svenja Christians.	BTV Halle <sup>1</sup>	" "	" "

## Tanzen

T01	Seniorentanz	11:30-13:00					Regina Wagner	BTV Halle <sup>1</sup>	Regina Wagner	04103 – 701 98 04
T02	Line-Dance					18:00-19:30	Rainer Pierret	BTV Halle <sup>1</sup>	Milan Turkalj	0172-430 82 55

## Stickwalking und Wandern

SW	Stickwalking	15:30-16:30					ohne	BTV Halle <sup>1</sup>	Ingrid Strecker	040-89 34 41
WA	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

<sup>1</sup> BTV Halle oder Rasenplatz: Bahrenfelder Chaussee 166a, 22761 Hamburg

<sup>2</sup> 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.