MTV Groß-Buchholz von 1898 e.V.

Gesund & Fit

Trainingszeiten-Übersicht

Gesund & Fit					
Gruppe	**Tag**	**Von**	**Bis**	**Ort**	**Trainer**
Regelmäßige Angebote					
Aerobic / Stepaerobic II	Mo	18:30	19:30	Albert-Liebmann Schule	Alpers, Kerstin
Fitness für XXL	Do	18:30	20:00	Gerhart-Hauptmann Schule	Schmitt, Simone
Frauen-Fitness	Di	19:30	21:00	IGS Roderbruch, Halle I	Schmidt, Ina
Frauen-Fitness	Di	20:00	21:00	BBS Cora Berliner	Koch, Christine
Senioren ab 60	Di	17:00	18:15	IGS-Roderbruch, Halle II	Schmidt, Ina
Walking für Jedermann	Do	09:00	10:15	Parkplatz 'An der Breiten Wiese'	Koch, Christine
Gesund und Fit (offen für Nicht-Mitglieder)					
65plus - Älter werden und beweglich bleiben	Mo.	15:30	16:30	Heinrich-Ernst Stötzner Schule	Merkel, Horst
	Anmeldung / Vormerkung über Kursportal				
Bewegung und Entspannung zum Feierabend	Mo.	19:00	20:00	Heinrich-Ernst Stötzner Schule	Merkel, Horst
	Anmeldung / Vormerkung über Kursportal				
Pilates	Mo	08:30	09:30	MTV-Halle Rotekreuzstraße	Koch, Christine
	Anmeldung / Vormerkung über Kursportal				
Pilates	Mo	09:30	10:30	MTV-Halle Rotekreuzstraße	Koch, Christine
	Anmeldung / Vormerkung über Kursportal				
Pilates	Mo	10:30	11:30	MTV-Halle Rotekreuzstraße	Koch, Christine
	Anmeldung / Vormerkung über Kursportal				
Skigymnastik für Familien (Nov - März)	Mi	19:00	20:00	Heinrich-Ernst Stötzner Schule	Koch, Christine
	Anmeldung zu nächstem Kurs über Kursportal, jährlich von Herbstferien bis Osterferien				
Skigymnastik für Sie & Ihn (Nov- März)	Mo	19:00	20:00	Heinrich-Ernst Stötzner Schule	Stamm, Barbara
	Anmeldung zu nächstem Kurs über Kursportal, jährlich von Herbstferien bis Osterferien				
Sommer-Fitness	Di	18:15	19:30	IGS-Roderbruch, Halle II	Koch, Christine
	Anmeldung über Kursportal				
TABATA	Di.	19:30	20:30	IGS-Roderbruch, Halle II	Winter, Liska
	Anmeldung / Vormerkung über Kursportal				
Präventionssport-Kurse (offen für Nicht-Mitglieder)					
Nordic-Fit	Di	18:00	19:15	IGS Roderbruch, Außenanlage	Koch, Christine
	Kurs startet ab 5 TN, voraussichtlich nächster Kursstart April 2023 Anmeldung über Kursportal				
Rücken-Fit	Mi	19:00	20:00	GS Groß-Buchholzer-Kirchweg	Janke, Anke
	Anmeldung / Vormerkung über Kursportal				
Rücken-Fit	Fr	09:15	10:00	MTV-Halle Rotekreuzstraße	Müller-Ruth, Sylke
	Anmeldung zu nächstem Kurs über Kursportal				

Trainingsorte

Bezeichnung	Strasse	Plz / Ort
Albert-Liebmann Schule	Paracelsusweg 12	30655 Hannover
BBS Cora Berliner	Nussriede 4	30627 Hannover

Bezeichnung	Strasse	Plz / Ort
Gerhart-Hauptmann Schule	Hermann-Bahlsen-Allee 3	30655 Hannover
GS Groß-Buchholzer-Kirchweg	Groß-Buchholzer-Kirchweg 53	30655 Hannover
	Eingang Bleidornstr. / Ecke Hesemannstr. hinter Bunker	
Heinrich-Ernst Stötzner Schule	Neue Landstr. 27	30655 Hannover
IGS Roderbruch, Außenanlage	Rotekreuzstr. 23	30627 Hannover
IGS Roderbruch, Halle I	Rotekreuzstr. 23	30627 Hannover
IGS-Roderbruch, Halle II	Rotekreuzstr. 23	30627 Hannover
MTV-Halle Rotekreuzstraße	Rotekreuzstr. 25	30627 Hannover
	Eingang über Tennisanlage	
Parkplatz 'An der Breiten Wiese'		