



MTV Groß-Buchholz von 1898 e.V.



Gesund & Fit



Trainingszeiten-Übersicht

Gesund & Fit						
Gruppe	Tag	Von	Bis	Ort	Trainer	
<i>Regelmäßige Angebote</i>						
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	
<i>Gesund und Fit (offen für Nicht-Mitglieder)</i>						
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						
<i>Präventionssport-Kurse (offen für Nicht-Mitglieder)</i>						
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 Eingang Bleidornstr. / Ecke Hesemannstr. hinter Bunker	30655 Hannover
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 Eingang über Tennisanlage	30627 Hannover
Parkplatz 'An der Breiten Wiese'		