

Sport im Park 2024 / 26.05.2025 bis 14.09.2025

Angebot des MTV Groß-Buchholz von 1898 e. V. und des Präventionsrat Buchholz-Kleefeld

Termin	Tag	Datum	Uhrzeit	Sportangebot	Übungsleiter	Ort
Juni						
1	Dienstag	03.06.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift *1
2	Mittwoch	04.06.25	15.30 - 16.30 Uhr	Älter werden mit Spaß an der Bewegung - 60 Plus	Horst Merkel	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
3	Dienstag	10.06.25	10.00 - 11.00 Uhr	Lungenfunktionstraining - Blasrohrsport	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
4	Dienstag	10.06.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
5	Mittwoch	11.06.25	15.30 - 16.30 Uhr	Älter werden mit Spaß an der Bewegung - 60 Plus	Horst Merkel	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
6	Dienstag	17.06.25	10.00 - 11.00 Uhr	Lungenfunktionstraining - Blasrohrsport	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
7	Dienstag	17.06.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
8	Mittwoch	18.06.25	15.30 - 16.30 Uhr	Älter werden mit Spaß an der Bewegung - 60 Plus	Horst Merkel	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
9	Dienstag	24.06.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
10	Mittwoch	25.06.25	15.30 - 16.30 Uhr	Älter werden mit Spaß an der Bewegung - 60 Plus	Horst Merkel	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
Juli						
11	Dienstag	01.07.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
12	Freitags	04.07.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten *2
13	Freitags	11.07.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
14	Freitags	18.07.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
August						
15	Freitags	01.08.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
16	Freitags	08.08.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
17	Dienstag	12.08.25	10.00 - 11.00 Uhr	Lungenfunktionstraining - Blasrohrsport	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
18	Dienstag	12.08.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
19	Dienstag	12.08.25	17.00 - 18.00 Uhr	Yoga im Park	Olaf Steinl	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
20	Mittwoch	13.08.25	15.30 - 16.30 Uhr	Bewegter Spaziergang und Mehr	Horst Merkel	Vereinsheim MTV Groß-Buchholz *3
21	Freitags	15.08.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
22	Dienstag	19.08.25	10.00 - 11.00 Uhr	Lungenfunktionstraining - Blasrohrsport	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
23	Dienstag	19.08.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
24	Dienstag	19.08.25	17.00 - 18.00 Uhr	Yoga im Park	Olaf Steinl	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
25	Dienstag	19.08.25	19.30 - 20.30 Uhr	Power Work Out	Liska Winter	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
26	Mittwoch	20.08.25	15.30 - 16.30 Uhr	Bewegter Spaziergang und Mehr	Horst Merkel	Vereinsheim MTV Groß-Buchholz
27	Freitags	22.08.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
28	Dienstag	26.08.25	17.00 - 18.00 Uhr	Yoga im Park	Olaf Steinl	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
29	Dienstag	26.08.25	19.30 - 20.30 Uhr	Power Work Out	Liska Winter	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
30	Mittwoch	27.08.25	15.30 - 16.30 Uhr	Bewegter Spaziergang und Mehr	Horst Merkel	Vereinsheim MTV Groß-Buchholz
September						
31	Dienstag	02.09.25	17.00 - 18.00 Uhr	Yoga im Park	Olaf Steinl	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
32	Dienstag	02.09.25	19.30 - 20.30 Uhr	Power Work Out	Liska Winter	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
33	Dienstag	09.09.25	17.00 - 18.00 Uhr	Yoga im Park	Olaf Steinl	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
34	Dienstag	09.09.25	19.30 - 20.30 Uhr	Power Work Out	Liska Winter	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift

Kontakt Telefon

Erika Gundlach-Schröter 0511 / 562190176 / 502 14 417 (Präventionsrat)
 Heike Dahms siehe E. Gundlach-Schröter
 Horst Merkel 0511 / 546 310170 / 409 1960
 Britta Rust 0511 / 260110171 / 954 15 80
 Olaf Steinl 0179 / 6718218
 Liska Winter 0176 / 80836620
 Sylke Müller-Ruth 0160 / 8462206

Veranstaltungsorte

- *1 Grünfläche neben dem GDA Wohnstift: Osterfelddamm 12, 30627 Hannover
- *2 Schwardtmanscher Garten: Grünfläche zw. U-Bahn und Kulturtreff Roderbruch
- *3 Vereinsheim MTV Groß-Buchholz: Rotekreuzstraße 25, 30627 Hannover



Sport im Park 2024 / 26.05.2025 bis 14.09.2025

Angebot des MTV Groß-Buchholz von 1898 e. V. und des Präventionsrat Buchholz-Kleefeld

Termin	Tag	Datum	Uhrzeit	Sportangebot	Übungsleiter	Ort
Juni						
1	Dienstag	03.06.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift *1
2	Mittwoch	04.06.25	15.30 - 16.30 Uhr	Älter werden mit Spaß an der Bewegung - 60 Plus	Horst Merkel	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
3	Dienstag	10.06.25	10.00 - 11.00 Uhr	Lungenfunktionstraining - Blasrohrsport	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
4	Dienstag	10.06.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
5	Mittwoch	11.06.25	15.30 - 16.30 Uhr	Älter werden mit Spaß an der Bewegung - 60 Plus	Horst Merkel	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
6	Dienstag	17.06.25	10.00 - 11.00 Uhr	Lungenfunktionstraining - Blasrohrsport	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
7	Dienstag	17.06.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
8	Mittwoch	18.06.25	15.30 - 16.30 Uhr	Älter werden mit Spaß an der Bewegung - 60 Plus	Horst Merkel	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
9	Dienstag	24.06.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
10	Mittwoch	25.06.25	15.30 - 16.30 Uhr	Älter werden mit Spaß an der Bewegung - 60 Plus	Horst Merkel	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
Juli						
11	Dienstag	01.07.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
12	Freitags	04.07.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten *2
13	Freitags	11.07.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
14	Freitags	18.07.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
August						
15	Freitags	01.08.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
16	Freitags	08.08.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
17	Dienstag	12.08.25	10.00 - 11.00 Uhr	Lungenfunktionstraining - Blasrohrsport	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
18	Dienstag	12.08.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
19	Dienstag	12.08.25	17.00 - 18.00 Uhr	Yoga im Park	Olaf Steinl	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
20	Mittwoch	13.08.25	15.30 - 16.30 Uhr	Bewegter Spaziergang und Mehr	Horst Merkel	Vereinsheim MTV Groß-Buchholz *3
21	Freitags	15.08.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
22	Dienstag	19.08.25	10.00 - 11.00 Uhr	Lungenfunktionstraining - Blasrohrsport	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
23	Dienstag	19.08.25	11.30 - 12.30 Uhr	Tai - Chi Chuan "Die Harmonie"	Heike Dahms	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
24	Dienstag	19.08.25	17.00 - 18.00 Uhr	Yoga im Park	Olaf Steinl	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
25	Dienstag	19.08.25	19.30 - 20.30 Uhr	Power Work Out	Liska Winter	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
26	Mittwoch	20.08.25	15.30 - 16.30 Uhr	Bewegter Spaziergang und Mehr	Horst Merkel	Vereinsheim MTV Groß-Buchholz
27	Freitags	22.08.25	12.00 - 13.15 Uhr	Fitness unter freiem Himmel - Work und Workout	Sylke Müller-Ruth	Schwardtmanscher Garten
28	Dienstag	26.08.25	17.00 - 18.00 Uhr	Yoga im Park	Olaf Steinl	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
29	Dienstag	26.08.25	19.30 - 20.30 Uhr	Power Work Out	Liska Winter	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
30	Mittwoch	27.08.25	15.30 - 16.30 Uhr	Bewegter Spaziergang und Mehr	Horst Merkel	Vereinsheim MTV Groß-Buchholz
September						
31	Dienstag	02.09.25	17.00 - 18.00 Uhr	Yoga im Park	Olaf Steinl	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
32	Dienstag	02.09.25	19.30 - 20.30 Uhr	Power Work Out	Liska Winter	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
33	Dienstag	09.09.25	17.00 - 18.00 Uhr	Yoga im Park	Olaf Steinl	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift
34	Dienstag	09.09.25	19.30 - 20.30 Uhr	Power Work Out	Liska Winter	Grünfläche neben dem GDA Wohnstift

Kontakt Telefon

Erika Gundlach-Schröter 0511 / 562190176 / 502 14 417 (Präventionsrat)
 Heike Dahms siehe E. Gundlach-Schröter
 Horst Merkel 0511 / 546 30170 / 409 1960
 Britta Rust 0511 / 260110171 / 954 15 80
 Olaf Steinl 0179 / 6718218
 Liska Winter 0176 / 80836620
 Sylke Müller-Ruth 0160 / 8462206

Veranstaltungsorte

- *1 Grünfläche neben dem GDA Wohnstift: Osterfelddamm 12, 30627 Hannover
- *2 Schwardtmanscher Garten: Grünfläche zw. U-Bahn und Kulturtreff Roderbruch
- *3 Vereinsheim MTV Groß-Buchholz: Rotekreuzstraße 25, 30627 Hannover

