

Sportgruppenheft
des BRS Hamburg
für Menschen mit Behinderung
oder chronischer Erkrankung



- Breitensport
- Leistungssport
- Integrationssport
- Rehabilitationssport



Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Hamburg e.V.

Schäferkampsallee 1 • 20357 Hamburg • Tel. (0 40) 419 08-155 • Fax 419 08-158

www.brs-hamburg.de



*... endlich wieder dabei ...
einfach 'ne
super Mannschaft ...*

Mario K., Freizeitsportler

Private Krankenversicherung

Vertrauen Sie auf uns als einen verlässlichen Partner an Ihrer Seite. Informieren Sie sich jetzt auf:

www.DeutscherRing-Kranken.de

Deutscher Ring 
Krankenversicherungsverein a.G.

Das Wichtigste ist Ihre Gesundheit.

INHALTSVERZEICHNIS

Liebe Leser	5
Was ist Rehabilitationssport?	9

Teil I Anerkannte Rehabilitationssportgruppen

Orthopädische Gymnastik/Rücken- bzw. Wirbelsäulengymnastik	10
Schwimmen/Wassergymnastik	32
Asthma-/Lungensport	37
Sport in der Krebsnachsorge	42
Sport bei neurol. Erkrankungen.....	44
Diabetes-Sport.....	45
Rollstuhlsport (auch im Wasser).....	46
Spezielle Rehasport-Angebote	48
Herzsport.....	50

Teil II Behindertensportgruppen

Badminton	53
Basketball, Faustball, Flugball, Volleyball	53
Blindensport	54
Bosseln	54
Fußball + Fußballtennis	56
Gymnastik	56
Kegeln + Bowling	57
Rund um den Ball	57

Sport für Menschen mit geistiger Behinderung	58
Sport im Wasser Schwimmen + Wassergymnastik	59
Tennis + Tischtennis	60
Weitere Sportangebote	60

Teil III Inklusions- und Integrationssport

Erwachsene	62
Jugendliche Erwachsene und Gruppen ohne Altersbegrenzung ...	63
Klein- und Kindergartenkinder	64
Schulkinder	65
Sport für Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung	66

Adressen der Mitglieder des BRSH

Weitere Anschriften

Impressum	82
-----------------	----

STADER FÜCHSE BRAUCHEN VERSTÄRKUNG

Die Behinderten-Sportgemeinschaft (BSG) Stade e.V. sucht neue Mitspieler für ihre Elektro-Rollstuhlhockey-Gruppe. Elektro-Rollstuhlhockey ist eine Sportart für körperbehinderte, meist jüngere Menschen, die auf einen Elektrorollstuhl angewiesen sind. Die Gruppe bietet E-Rollstuhlfahrern aus dem Elbe-Weser-Dreieck sportliche Betätigung. Ihr Name: Stader Füchse.



Trainingsort: Glückstädter Straße, Stade, Halle BBS 3
Trainingszeit: 10.00 bis 13.00 Uhr, jeden 2. Samstag
Weitere Infos: u.possekel@web.de und unter www.behindertensportgemeinschaft-stade.de

INKLUSION HEISST FÜR UNS GLEICHBERECHTIGTE UND BARRIEREFREIE TEILHABE VON MENSCHEN MIT BEHINDERUNG IN ALLEN BEREICHEN DES GESELLSCHAFTLICHEN LEBENS:

- Bis 2020 werden alle U-Bahnhöfe barrierefrei ausgebaut. So gut wie alle S-Bahn-Haltestellen werden bereits bis Ende 2016 stufenfrei sein.
- Wir sanieren über 250 Schulsportstätten und bauen sie weitgehend barrierefrei aus.
- Mit der Initiative „Hamburger Budget für Arbeit“ fördern wir die Integration von Menschen mit Behinderung in Arbeit, außerhalb von Werkstätten.
- Menschen mit Behinderung sollen an Sportangeboten aktiv teilnehmen können. Bis 2020 wollen wir den Anteil der Sportlerinnen und Sportler mit Behinderung von jetzt 10 auf 25 Prozent steigern.
- Inklusion ist ein Querschnittsthema: Ob in der Verkehrspolitik mit Blindenleitsystemen, oder beim Wohnungsbau mit der Förderung barrierefreier Wohnungen – wir denken Inklusion immer mit.

Juliane Timmermann
 Fachsprecherin Sport



Regina Jäck Fachsprecherin
 Menschen mit Behinderung



Bürgerschaftsfraktion
 Hamburg

SPD

SPD-Bürgerschaftsfraktion
 Rathausmarkt 1
 20095 Hamburg
 Tel. 040 42831-1325
info@spd-fraktion.hamburg.de
www.spd-fraktion-hamburg.de

LIEBE LESER!

Der Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Hamburg e.V. (BRS Hamburg) ist der Sportfachverband für den Behinderten- und Rehabilitationssport in Hamburg. Er ist Mitglied im Hamburger Sportbund (HSB) und im Deutschen Behindertensportverband (DBS). Er wird durch die Behörde für Arbeit, Soziales, Familie und Integration (Amt für Soziales und Integration) institutionell gefördert. Zahlreiche Behinderten- und Rehabilitationssportangebote seiner Mitglieder werden durch das Versorgungsamt der Behörde für Arbeit, Soziales, Familie und Integration, durch das Landessportamt der Behörde für Inneres und Sport sowie durch den HSB unterstützt und gefördert. Förderer und Partner im Leistungssport sind neben dem HSB und dem DBS das Landessportamt Hamburg, der Olympiastützpunkt Hamburg/Schleswig-Holstein und die Stiftung Leistungssport. Die Alexander-Otto-Sportstiftung fördert besondere Behindertensportprojekte mit dem jährlichen Werner-Otto-Behindertensportpreis.

Auf den folgenden Seiten haben wir für Sie vielfältige und zahlreiche Angebote der Hamburger Sportvereine und anderer Institutionen zusammengestellt, die Mitglied des BRS Hamburg sind.

In Hamburg haben Sie die Möglichkeit, gemeinsam mit Behinderten und Nichtbehinderten Sport zu treiben, in Leistungssportgruppen Ihre Grenzen zu erfahren und zu erweitern, sich in Rehabilitationssportgruppen gesundheitsbewusst Gutes zu tun oder ganz einfach Spaß am Freizeitsport in einer Breitensportgruppe für Behinderte zu haben.

Schnuppern Sie doch einfach mal rein und nehmen Sie Kontakt mit den Vereinen auf. Dort erfahren Sie dann Näheres; unverbindliche Probestunden sind meistens selbstverständlich.

Das Sportgruppenheft ist gegliedert in drei Teile. Teil I umfasst alle Sportgruppen, die als Rehabilitationssportgruppen gegenüber den Rehabilitationsträgern (gesetzliche Krankenkassen, Rentenversicherungsträger, Unfallversicherungsträger) anerkannt sind. Teil II enthält alle weiteren Behindertensportgruppen (Breiten- und Wettkampfsportgruppen) sowie Teil III die Integrationssportgruppen für Menschen mit einer geistigen oder sozialen Einschränkung.

Nicht behindert zu sein, ist kein Verdienst,
sondern ein Geschenk,
das uns jederzeit genommen werden kann.

(Richard von Weizsäcker)

Sportgruppenhefte sind wie Telefonbücher, bei Drucklegung sind Sie schon wieder teilweise überholt. Sollten die Angaben in unserer Broschüre also manchmal nicht mehr aktuell sein, benachrichtigen Sie uns bitte.

Sie

- sind eigentlich gesund, bis auf Ihre ...
- machen Krankengymnastik
- möchten z. B. etwas gegen Ihre Rückenschmerzen tun
- sind in einer ambulanten Rehabilitation oder nach einer stationären Rehabilitation wieder zu Hause
- haben z. B. Asthma oder ein künstliches Gelenk

wollen

- sich gerne sportlich betätigen
- die erlernten Übungen aus der Rehabilitation/Behandlung in einer Sportgruppe regelmäßig fortsetzen
- schon lange mehr für Ihre Gesundheit tun

aber

- wissen nicht wo
- möchten sich nicht überfordern
- erwarten kompetente Anleitung und Betreuung

masalo®
Manschetten

**Tennisarm?
Endlich Hilfe!**

Die Masalo® Manschette mit dem
einzigartigen **Gegenzug-Prinzip**
entlastet verletzte Sehnen sofort.

bei **ESSKA**.de erhältlich.

Sie können:

Rehabilitationssport

- ist ärztlich betreuter Sport
- wird von besonders ausgebildeten und lizenzierten Übungsleitern durchgeführt
- wird durch den BRS Hamburg für die Rehabilitationsträger nach bundeseinheitlichen Kriterien anerkannt
- findet in kleinen Gruppen mit bis zu 15 Teilnehmern statt
- wird von den Krankenkassen bewilligt in der Regel für 50 Übungseinheiten in 18 Monaten oder bei besonders schweren Behinderungen/Erkrankungen in der Regel für 120 Übungseinheiten in 36 Monaten
- haben wir für Sie in Teil I des Heftes zusammengefasst.

Ihr gutes Recht:

In der Novellierung des Sozialgesetzbuches IX wurde ein

Anspruch auf Rehabilitationssport als ergänzende medizinische Versorgungsleistung für Behinderte, von Behinderung bedrohte oder chronisch kranke Menschen gesetzlich festgeschrieben.

- Daher können Sie sich von Ihrem Haus- oder Facharzt Rehabilitationssport verordnen lassen.
- Die Verordnungen unterliegen nicht einer Budgetierung des Arztes.
- Eine verpflichtende Mitgliedschaft im Verein während des Leistungsbezugs durch die Rehabilitationsträger ist nicht vorgesehen.
- Rehabilitationssport gilt nicht für Sportangebote, die vorrangig oder ausschließlich
 - o Beratung und Einübung technischer Hilfsmittel, z. B. Rollstühle, oder
 - o Selbstverteidigungsübungen und Übungen aus dem Kampfsport umfassen.
 - o Übungen an technischen Geräten, die zum Muskelaufbau oder zur Ausdauersteigerung dienen, sind gänzlich aus dem Rehabilitationssport ausgeschlossen.

Das müssen Sie tun:

- Lassen Sie sich von Ihrem Haus- oder Facharzt Rehabilitationssport verschreiben (Musterverordnungsblatt 56).
- Suchen Sie sich ein passendes anerkanntes Rehabilitationssportangebot.
- Lassen Sie sich die Verordnung vor Aufnahme des Rehabilitationssports durch Ihre Krankenkasse genehmigen.

Wir helfen weiter, falls

- Ihrem Arzt Rehabilitationssport unbekannt ist und er Fragen dazu hat;
- Sie Verordnungs- oder Teilnahmevordrucke zugesandt bekommen möchten;
- Sie ein passendes Sportangebot in Ihrer Nähe suchen.

Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Hamburg e.V.

Schäferkampsallee 1

20357 Hamburg

Tel. (040) 419 08-155 oder -157 oder -159

Fax (040) 419 08-158

Mo 10:00 - 16:00 Uhr

+ Di - Do 10:00 - 13:00 Uhr

Mail: mail@brs-hamburg.de

Internet: www.brs-hamburg.de

Ihr Zuhause mit Zukunft!



**Baugenossenschaft
Hamburger
Wohnen**



Sicher und preiswert wohnen!

Mehr zum Wohnen in der starken Gemeinschaft unserer Baugenossenschaft und aktuelle Angebote finden Sie im Internet unter www.hamburgerwohnen.de

Baugenossenschaft Hamburger Wohnen eG | Försterweg 46 | 22525 HH
T 040 540 006 0 | F 040 540 006 30 | www.hamburgerwohnen.de
info@hamburgerwohnen.de

WAS IST REHABILITATIONSSPORT?

- Der Rehabilitationssport ist eine ergänzende Leistung zur Rehabilitation, die den Versicherten der gesetzlichen Krankenkassen, der Rentenversicherung und der Unfallversicherung von den jeweiligen Rehabilitationsträgern angeboten wird, sofern eine medizinische Notwendigkeit besteht. Er wirkt mit den Mitteln des Sports und sportlicher Spiele ganzheitlich auf Menschen mit einer chronischen Erkrankung oder Behinderung ein und ist auf Art und Schwere sowie den körperlichen Zustand des Betroffenen abgestimmt.
- Rehabilitationssportangebote bedürfen der besonderen Anerkennung nach bundeseinheitlichen Kriterien. Die Rehabilitationssportanbieter führen den Rehabilitationssport als Vertragspartner der Rehabilitationsträger durch, indem sie ihn zuzahlungsfrei als Sachleistung (Bewilligung durch den Rehabilitationsträger) erbringen. Angebote, die über diese Bewilligung hinausgehen (zum Beispiel Training am Gerät) können auf freiwilliger Basis nur nach den geltenden Regelungen der Rehabilitationssportanbieter wahrgenommen werden.
- Die Abrechnung der Sachleistung erfolgt zwischen dem Rehabilitationssportanbieter und dem Rehabilitationsträger.
- Rehabilitationsträger und die Organisationen des Sports sind sich einig, dass die Mitgliedschaft für Versicherte in Einrichtungen der Rehabilitation bzw. des Sports, die Rehabilitationssport bei medizinischer Notwendigkeit erbringen, sinnvoll ist, da er dort unter besonders qualifizierter Anleitung durchgeführt wird. Rehabilitationssport ist zur Verbesserung, Erhaltung oder zumindest der Verhinderung einer Verschlechterung des Gesundheitszustandes förderlich. Die Leistung der Rehabilitationsträger ist zeitlich begrenzt und dient daher als „Hilfe zur Selbsthilfe“. Im Hinblick auf die zukünftige eigenverantwortliche Weiterführung des Rehabilitationssports begrüßen die Rehabilitationsträger die Mitgliedschaft ihrer Versicherten in den Einrichtungen des Rehabilitationssports, insbesondere im Sportverein.
- Rehabilitationssport wird in Gruppen durchgeführt. Diese Gruppen können nur dann wirtschaftlich betrieben werden, wenn sie ausreichend besetzt sind. Daher ist eine regelmäßige Teilnahme erforderlich.



Teil I - Anerkannte Rehabilitationssportgruppen des BRS Hamburg e.V. (Stand: 5.12.2016)

ORTHOPÄDISCHE GYMNASTIK / RÜCKEN- BZW. WIRBELSÄULENGYMNASTIK

1. SC Norderstedt e.V.

Orthopädische Reha-Sportgruppe

Do. 18:45 - 19:45 (R-24-02)

Frau Nafzger, Tel. 51 32 30 93

Scharpenmoor 55

22848 Norderstedt

Ahrensburger TSV v. 1874 e.V.

Physio-Fitness

Mo. 10:00 - 11:00 (R-127-01)

Mo. 11:00 - 12:00 (R-127-04)

Mi. 10:15 - 11:15 (R-127-02)

Do. 18:00 - 19:00 (R-127-03)

Frau Bogner - Tel. 0 41 02-46 07 94

ATSV Tanzsporthalle, Reeshoop 48

22926 Ahrensburg

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

AMTV-Zentrum, Rahlstedter Str. 159

Reha Orthopädie (Raum 1)

Mo. 16:00-16:45 (R-19-15)

Mo. 17:00-17:45 (R-19-16)

Do. 18:10-18:55 (R-19-17)

Do. 19:00-19:45 (R-19-18)

Sport bei Wirbelsäulen- und Haltungsschäden

Di. 15:45 - 16:45 (R-19-04)

Sport bei Osteoporose

Mi. 17:00 - 18:00 (R-19-05)

Wirbelsäulengymnastik für

Kinder & Jugendliche (Raum 1)

(Pos.-Nr. 604513)

Di. 18:15 - 19:00 (R-19-19)

AMTV-Gymnastikraum,

Rahlstedter Bahnhofstr. 7a

Sport bei Schulter- und

Wirbelsäulenproblematik

Mi. 18:00 - 18:45 (R-19-21)

Med-Dialog, Brockdorffstr. 90

Rehasport Rücken

Do. 15:45 - 16:30 (R-19-08)

Do. 16:45 - 17:30 (R-19-10)

Fr. 10:00 - 10:45 (R-19-11)

Fr. 11:00 - 11:45 (R-19-12)

Rücken in Balance

Fr. 15:15 - 16:00 (R-19-13)

Rehasport untere Extremität

Fr. 16:15 - 17:00 (R-19-14)

Knie-Stabilisation

Mi. 16:00 - 16:45 (R-19-07)

Sport bei Schulter- und

Wirbelsäulenproblematik

Mi. 17:00 - 17:45 (R-19-09)

Herr Lemm - Tel. 67 59 50 84

22149 Hamburg, ST Rahlstedt

Bahrenfelder TV von 1898 e.V.

Orthopädische Gymnastik und Entspannung

Mo. 17:30 - 19:00 (R-26-07)

Di. 17:00 - 18:00 (R-26-08)

Mi. 16:30 - 18:00 (R-26-06)

Fr. 09:30 - 10:30 (R-26-09)

Fr. 10:30 - 11:30 (R-26-10)

Frau Prinz - Tel. 0 41 06-6 40 76 50

Bahrenfelder Chaussee 166a

22761 Hamburg, ST Bahrenfeld

Berufsförderungswerk Hamburg GmbH

Wirbelsäulengymnastik

Mi. 17:00 - 18:00 (R-81-04)

Herr Harnisch-Schwerdt,

Tel. 6 45 81 17 30

Gymnastikhalle BFW - Haus A

August-Krogmann-Str. 52

22159 Hamburg, ST Farmsen-Berne

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Rehasport Wirbelsäule

Di. 08:00 - 09:00 (R-49-10)

Rehasport Gelenke + Wirbelsäule

Do. 14:00 - 14:45 (R-49-13)

Reha-Sport Rücken und Knie

Do. 20:00 - 20:45 (R-49-09)

Do. 15:00 - 16:00 (R-49-08)

Fr. 12:15 - 13:00 (R-49-07)

Rehasport Orthopädie

Mi. 19:00 - 19:45 (R-49-12)

Fr. 19:00 - 19:45 (R-49-14)

Reha-Sport Rücken

Mo. 08:15 - 09:00 (R-49-04)

Reha-Sport Knie/Rücken

Mo. 12:15 - 13:00 (R-49-05)

Frau Kuhnt - Tel. 040-6 36 472 35

Info-Sprechstunde Di. 12:00-13:00

GESundFIT, Erich-Ziegel-Ring 44

22309 Steilshoop

BSG Süderelbe e.V.

Gymnastik

Mi. 18:00 - 20:00 (R-04-01)

Herr Scholven - Tel. 7 01 79 13

Sporthalle Ornsweg 22

21149 Hamburg, ST Neugraben-

Fischbek

BSG Wilhelmsburg + Harburg e.V.

Gymnastik

Mi. 18:15 - 19:45 (R-03-01)

Frau Ohst - 0 41 05-5 18 43

Sporthalle Schule Elfenwiese 3

21077 Hamburg, ST Marmnsdorf

Gymnastik

Fr. 18:30 - 19:30 (R-03-05)

Frau Spruth - Tel. 77 55 92

Sporthalle I, Dratelinstr. 26

21109 Hamburg, ST Wilhelmsburg

Caprice Fitnessclub

Team Sport Management GmbH & Co. KG

Orthopädische Gymnastik für Frauen

Mo. 17:00 - 17:45 (R-125-01)

Mi. 19:00 - 19:45 (R-125-05)

Do. 10:00 - 10:45 (R-125-02)

Do. 17:00 - 17:45 (R-125-07)

Orthopädische Gymnastik

Mo. 20:00 - 20:45 (R-125-6)

Di. 09:00 - 09:45 (R-125-03)

Mi. 18:00 - 18:45 (R-125-04)

Frau Been - Tel. 73 67 57 51

Caprice Fitnessclub

Billstedter Hauptstr. 1-15

22111 Hamburg, ST Billstedt

Damen Aktiv Studio Lurup

Wirbelsäulengymnastik für Frauen

Mo. 09:15 - 10:15 (R-105-06)

Mo. 13:00 - 14:00 (R-105-12)

Mo. 17:00 - 18:00 (R-105-01)

Di. 11:15 - 12:15 (R-105-02)

Di. 17:00 - 18:00 (R-105-04)

Di. 20:00 - 21:00 (R-105-07)

Mi. 11:15 - 12:15 (R-105-10)

Do. 11:15 - 12:15 (R-105-05)

Do. 10:15 - 11:15 (R-105-11)

Do. 17:00 - 18:00 (R-105-03)

Fr. 11:15 - 12:15 (R-105-08)

Frau Fellert - Tel. 84 44 94

Lüttkamp 23

22547 Hamburg, ST Lurup

MARIS-Damen-Aktiv-Studio-Sportcenter GmbH

Orthopädische Gymnastik für Frauen

Mo. 17:00 - 18:00 (R-124-03)

Di. 16:00 - 17:00 (R-124-02)

Di. 17:00 - 18:00 (R-124-01)

Fr. 13:00 - 14:00 (R-124-04)

Rezeption - Tel. 6 91 11 12

Fabriciusstr. 25

22177 Hamburg, ST Bramfeld

Duvenstedter SV von 1969 e.V.

Reha-Sport Orthopädie

Di. 18:30 - 20:00 (R-11-01)

Di. 20:00 - 21:00 (R-11-16)

Fr. 18:30 - 19:30 (R-11-07)

Tel. 6 07 19 69 (Geschäftsstelle)

Sporthalle der Grundschule

Duvenstedt, Duvenstedter Markt 10

22397 Hamburg, ST Duvenstedt

Reha-Sport Orthopädie

Mi. 10:30 - 11:30 (R-11-12)

Mi. 11:30 - 12:30 (R-11-13)

Do. 11:15 - 12:15 (R-11 15)

Tel. 6 07 19 69 (Geschäftsstelle)

Max-Kramp-Haus,

Duvenstedter Markt 8

22397 Hamburg, ST Duvenstedt

Eimsbütteler TV e.V.

Orthopädische Trainingsgruppe

Mo. 17:00 - 18:00 (R-30-09)

Mo. 18:00 - 19:00 (R-30-36)

Di. 13:00 - 14:00 (R-30-22)

Di. 14:00 - 15:00 (R-30-28)

Mi. 10:30 - 11:30 (R-30-24)

Do. 08:30 - 09:30 (R-30-20)

Do. 09:00 - 10:00 (R-30-16)

Do. 15:00 - 16:00 (R-30-34)

Do. 16:00 - 17:00 (R-30-02)

Do. 17:00 - 18:00 (R-30-21)

Do. 18:00 - 19:00 (R-30-17)

Frau Raeder - Tel. 40 17 69 54

ETV-Studio, Bundesstr. 96

20144 Hamburg, ST Eimsbüttel

Wirbelsäulengymnastik für Übergewichtige

Mo. 19:30 - 20:30 (R-30-35)

Di. 18:15 - 19:15 (R-30-29)

Di. 19:15 - 20:15 (R-30-30)

Walking (Haupteingang)

Do. 19:30 - 20:30 (R-30-33)

Frau Raeder - Tel. 40 17 69 54

Schön-Klinik Hamburg-Eilbek,

Dehnhaid 120

22081 Hamburg, ST Barmbek-Süd

fitness and friends Deutschland

Orthopädische Gymnastik

Mo. 11:00 - 12:00 (R-74-01)

Mo. 13:00 - 14:00 (R-74-10)

Di. 10:00 - 11:00 (R-74-03)
 Di. 13:00 - 14:00 (R-74-11)
 Di. 14:00 - 15:00 (R-74-16)
 Mi. 13:00 - 14:00 (R-74-17)
 Mi. 19:00 - 20:00 (R-74-04)
 Mi. 14:00 - 15:00 (R-74-07)
 Do. 15:00 - 16:00 (R-74-05)
 Do. 18:30 - 19:30 (R-74-02)
 Fr. 11:00 - 12:00 (R-74-13)
 Fr. 15:00 - 16:00 (R-74-12)
 Herr Herzog - Tel. 52 01 66 11
 Friedrich-Ebert-Damm 128
 22047 Hamburg, ST Wandsbek

Fitness Center Niendorf **Paul Konrad**

Rückengymnastik

Di. 10:00 - 10:45 (R-136-01)
 Di. 11:00 - 11:45 (R-136-02)
 Di. 13:00 - 14:00 (R-136-03)
 Di. 14:00 - 14:45 (R-136-04)
 Mi. 16:30 - 17:30 (R-136-05)
 Mi. 17:30 - 18:15 (R-136-06)
 Do. 13:00 - 14:00 (R-136-07)
 Do. 14:00 - 14:45 (R-136-08)
 Fr. 16:00 - 17:00 (R-136-09)
 Fr. 17:00 - 17:45 (R-136-10)

Wirbelsäulengymnastik

So. 11:45 - 12:30 (R-136-11)
 So. 12:45 - 13:30 (R-136-12)
 So. 13:45 - 14:30 (R-136-13)
 Herr Konrad - Tel. 55 50 55 50
 Krähenweg 9
 22459 Hamburg, ST Niendorf

Fitness Lounge GmbH

Muskel-/Gelenkgymnastik für Frauen

Mo. 09:30 - 10:15 (R-108-03)
 Mo. 10:30 - 11:15 (R-108-17)

Mo. 10:30 - 11:15 (R-108-04)
 Mo. 15:00 - 15:45 (R-108-05)
 Di. 09:30 - 10:15 (R-108-07)
 Di. 10:30 - 11:15 (R-108-18)
 Di. 11:45 - 12:30 (R-108-08)
 Di. 18:00 - 18:45 (R-108-06)
 Di. 18:55 - 19:40 (R-108-19)
 Mi. 13:00 - 13:45 (R-108-22)
 Mi. 14:00 - 14:45 (R-108-23)
 Mi. 15:00 - 15:45 (R-108-11)
 Do. 09:30 - 10:15 (R-108-09)
 Do. 10:30 - 11:15 (R-108-20)
 Do. 11:45 - 12:30 (R-108-10)
 Do. 16:00 - 16:45 (R-108-24)
 Do. 17:00 - 17:45 (R-108-25)
 Do. 18:00 - 18:45 (R-108-14)
 Do. 18:55 - 19:40 (R-108-15)
 Fr. 09:30 - 10:15 (R-108-12)
 Fr. 10:30 - 11:15 (R-108-21)
 Fr. 11:45 - 12:30 (R-108-13)
 Fr. 13:00 - 13:45 (R-108-26)
 Fr. 14:00 - 14:45 (R-108-27)
 Sa. 13:00 - 13:45 (R-108-28)
 Sa. 14:00 - 14:45 (R-108-29)
 So. 14:30 - 15:15 (R-108-16)
 Frau Yildiz/Frau Dinse -
 Tel. 3 60 99 20 20
 Hans-Fitze-Str. 4
 21073 Hamburg, ST Harburg

Fitness-Center Form-Fit

Inh. H.-W. Rößler

Rückenschule

Mo. 17:45 - 18:30 (R-68-03)
 Mi. 11:00 - 11:45 (R-68-01)
 Do. 16:45 - 17:30 (R-68-02)
 Herr Rößler - Tel. 701 37 98

Gelenkstabilisierung/Kräftigung

Mi. 18:30 - 19:15 (R-68-04)

Fr. 18:30 - 19:15 (R-68-05)

Herr Walecek - Tel. 7 01 37 98

Rückenschule, Gymnastik, Kräftigung

Mo. 17:00 - 17:45 (R-68-06)

Sa. 12:15 - 13:00 (R-68-10)

Frau Kullmann-Eplinus -

Tel. 7 01 37 98

Rückenschule

Do. 16:00 - 16:45 (R-68-07)

Frau Bayrow - Tel. 701 37 98

Pezziballgymnastik & Rücken

Mo. 09:00 - 10:00 (R-68-08)

Do. 11:00 - 12:00 (R-68-09)

Frau Kullmann-Eplinus -

Tel. 7 01 37 98

Form Fit, Cuxhavener Str. 293b

21149 Hamburg,

ST Neugraben-Fischbek

Fitness-Studio City-Nord

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 09:15 - 10:00 (R-93-01)

Orthopädische Gymnastik

und Entspannung

Di. 17:00 - 17:45 (R-93-02)

Mi. 11:30 - 12:15 (R-93-05)

Fr. 09:15 - 10:00 (R-93-04)

Reha-Sport Knie und Rücken

Fr. 17:15 - 18:00 (R-93-03)

Frau Chahbaznia-Zietz - Tel. 6 32 33 66

Überseering 5

22297 Hamburg, ST Winterhude

FTSV Komet Blankenese v. 1907 e.V.

Rehasport für Orthopädie

Fr. 08:30 - 09:30 (R-91-02)

Frau Kramm - Tel. 63 65 10 60

Schenefelder Landstr. 85

22589 Hamburg, ST Blankenese

Gesundheits- und Rehasportverein Hamburg e.V.

Rehasport Orthopädie

Mo. 08:00 - 08:45 (R-78-22)

Mo. 12:00 - 12:45 (R-78-23)

Mo. 19:30 - 20:15 (R-78-28)

Di. 12:00 - 12:45 (R-78-24)

Mi. 15:00 - 15:45 (R-78-25)

Mi. 19:30 - 20:15 (R-78-29)

Do. 12:00 - 12:45 (R-78-26)

Fr. 12:00 - 12:45 (R-78-27)

Herr Wunderwald - Tel. 41 62 87 89

Moves Fitness, Schippelsweg 51

22455 Hamburg, ST Niendorf

Gesundheits-Hof GmbH

Kraft- und Balance Gym

Mo. 09:15 - 10:00 (R-104-28)

Mo. 10:00 - 10:45 (R-104-08)

Mo. 10:45 - 11:30 (R-104-11)

Mo. 11:30 - 12:15 (R-104-16)

Mo. 17:45 - 18:30 (R-104-17)

Mo. 17:00 - 17:45 (R-104-29)

Di. 09:45 - 10:30 (R-104-12)

Di. 16:45 - 17:30 (R-104-26)

Di. 17:30 - 18:15 (R-104-24)

Di. 20:00 - 20:45 (R-104-07)

Mi. 09:15 - 10:00 (R-104-18)

Mi. 10:00 - 10:45 (R-104-15)

Mi. 16:15 - 17:00 (R-104-19)

Mi. 17:00 - 17:45 (R-104-10)

Mi. 17:45 - 18:30 (R-104-09)

Do. 09:15 - 10:00 (R-104-13)

Do. 10:00 - 10:45 (R-104-03)

Do. 10:45 - 11:30 (R-104-20)

Do. 11:30 - 12:15 (R-104-27)

Do. 17:30 - 18:15 (R-104-21)

Do. 18:15 - 19:00 (R-104-06)

Fr. 09:00 - 09:45 (R-104-22)

Fr. 16:00 - 16:45 (R-104-04)

Fr. 16:45 - 17:30 (R-104-14)

Rücken Gym

Mo. 18:30 - 19:15 (R-104-05)

Mi. 18.30 - 19:15 (R-104-02)

Gelenk Gym

Di. 09:00 - 09:45 (R-104-01)

Empfang - Tel. 040-8 06 01 09-30

Osdorfer Landstraße 251a/b

22549 Hamburg, ST Osdorf

Gesundheitssport Hamburg e.V.

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 09:30 - 10:30 (R-48-07)

Fr. 09:30 - 10:30 (R-48-08)

Büro - Tel. 50 10 41

Fitness- und Gesundheitsclub Saitama

Reinfeldstr. 6

20146 Hamburg, ST Rotherbaum

Rückengymnastik

Fr. 17:30 - 18:30 (R-48-09)

Mi. 17:30 - 18:30 (R-48-10)

Do. 08:30 - 09:30 (R-48-11)

Wirbelsäulengymnastik

Di. 08:30 - 09:30 (R-48-21)

Gleichgewicht & Gelenke

Mo. 09:00 - 10:00 (R-48-28)

Osteoporose

Mi. 08:30 - 09:30 (R-48-30)

Gelenke

Di. 17:30 - 18:15 (R-48-31)

Fr. 08:30 - 09:30 (R-48-32)

Juka Dojo Sportcenter

Hummelsbütteler Landstr. 98

Büro - Tel. 50 10 41

22339 Hamburg, ST Hummelsbüttel

Rückengymnastik

Mo. 10:30 - 11:30 (R-48-26)

Mo. 18:30 - 19:30 (R-48-22)

Mi. 10:30 - 11:30 (R-48-27)

Do. 19:15 - 20:15 (R-48-24)

Turnhalle-Sport.Fitness.Wellness

Weidestraße 122b

Frau Potz - Tel. 69 64 51 82

22083 Hamburg, ST Barmbek-Süd

Gymnastik- u. Turnverein v. 1972 e.V.

Rehasport Orthopädie

Fr. 18:30 - 19:30 (R-37-01)

Herr Rieger - Tel. 040-7 13 64 29

Sporthalle Stengelestr. 38

22111 Hamburg, ST Horn

Hamburger SV e.V.,

Abt. Gesundheitssport

Orthopädische Gymnastik

Fr. 12:00 - 13:00 (R-05-100)

Fr. 13:00 - 14:00 (R-05-101)

HSV-Sportanlage Ulzburger Str. 94

Herr Warnck - Tel. 51 19 57 21

22850 Norderstedt

Hamburger Turnerbund von 1862 e.V.

Orthopädische Gelenkgymnastik

Do. 11:00 - 12:00 (R-10-01)

Osteoporose-Gymnastik

Di. 11:30 - 12:30 (R-10-04)

Herr Heeg - Tel. 2 54 28 62

Ifflandstraße 30

20535 Hamburg, ST Hamm-Nord

Hamburger Turnerschaft von 1816

Sport bei Osteoporose

Mi. 13:00 - 14:15 (R-18-05)

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 19:00 - 20:00 (R-18-08)

Mi. 09:30 - 10:30 (R-18-18)

Mi. 11:00 - 12:00 (R-18-24)

Fr. 09:30 - 10:30 (R-18-09)

Fr. 19:00 - 20:00 (R-18-23) Halle C

Endoprothesengymnastik

Mi. 10:00 - 11:00 (R-18-19)

Rehasport Orthopädie

Mi. 20:00 - 21:00 (R-18-25)

Fr. 19:00 - 20:00 (R-18-27)

Sportbüro - Tel. 25 17 49-20

Sportzentr. HT 16, Sievekingdamm 7

20535 Hamburg, ST Hamm-Nord

Harburger City-Sport e.V.

Wirbelsäulen-/Haltungsgymnastik

Mo. 14:00 - 15:00 (R-90-03)

Mo. 18:00 - 19:00 (R-90-05)

Mi. 18:00 - 19:00 (R-90-06)

Do. 12:40 - 13:40 (R-90-04)

Frau Siemers, Tel. 7 66 60 44

Harburger Rathausstraße 33

21073 Hamburg, ST Harburg

Harburger TB von 1865 e.V.

Funktionsgymnastik

Do. 11:45 - 12:45 (R-55-02)

Geschäftsstelle - Tel. 79 14 33 23

Vahrenwinkelweg 28

21075 Hamburg, ST Eißendorf

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Orthopädische Gymnastik und Entspannung (HNT 2)

Di. 18:00 - 19:00 (R-69-12)

Orthopädische Gymnastik (HNT 2)

Di. 17:00 - 18:00 (R-69-22)

Di. 19:15 - 20:15 (R-69-19)

Rückenschule (HNT 1)

Mo. 18:30 - 19:30 (R-69-06)

Tel. 70 38 24 35 (Geschäftsstelle)

Cuxhavener Straße 253

21149 Hamburg,

ST Neugraben-Fischbek

Orthopädische Gymnastik und Entspannung

Di. 10:30 - 11:15 (R-69-05)

Do. 11:30 - 12:15 (R-69-11)

Fr. 17:15 - 18:00 (R-69-10)

Orthopädische Gymnastik für Kinder/Jugendliche

Mi. 16:30 - 17:30 (R-69-17)

Tel. 70 38 24 35 (Geschäftsstelle)

FitHus, Am Johannisland 2

21149 Hamburg,

ST Neugraben-Fischbek

Orthopäd. Wirbelsäulengymnastik

Di. 17:00 - 17:45 (R-69-21)

Tel. 70 38 24 35 (Geschäftsstelle)

Lange Striepen 51

(Zugang über Luhering 22)

21147 Hamburg, ST Hausbruch

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Wirbelsäulengymnastik

Mi. 09:30 - 10:30 (R-01-19)

Mi. 10:30 - 11:30 (R-01-23)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Wandsbeker Königstr. 65

22041 Hamburg, ST Wandsbek

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 18:30 - 19:30 (R-01-21)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Eckernförderstr. 70

22769 Hamburg, ST Bahrenfeld

Stuhl-Gymnastik

Di. 18:00 - 19:00 (R-01-25)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Schule Steinadlerweg,

Steinadlerstieg 15

22111 Hamburg, ST Billstedt

Gymnastik/Stuhlgymnastik

Mo. 11:00 - 11:45 (R-01-29)

Wohnanlage Berner Au,

Berner Heerweg 137

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

22159 Hamburg, ST Farmsen/Berne

Lady-Fit Hamburg

Orthopädische Gymnastik

- nur für Frauen

Mo. 11:00 - 11:45 (R-80-05)

Di. 10:30 - 11:15 (R-80-01)

Di. 17:15 - 10:00 (R-80-02)

Do. 10:00 - 10:45 (R-80-04)

Do. 17:30 - 18:15 (R-80-03)

Frau Gerloff - Tel. 2 50 47 53

Droopweg 25, 20537 Hamburg

20537 Hamburg, ST Hamm-Mitte

MEDALIFE GmbH

Rehasport Orthopädie

Di. 10:30 - 11:30 (R-115-01)

Di. 19:30 - 20:30 (R-115-02)

Do. 18:30 - 19:30 (R-115-05)

Fr. 10:00 - 11:00 (R-115-03)

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 17:30 - 18:30 (R-115-4)

Herr Petersen - Tel. 5 53 78 22

Sportstudio Borsteler Bogen 27

22453 Hamburg, ST Niendorf

Medizinische Fitness- und Wellness

GmbH - Hamburg vital

Rehasportgruppe Gelenkgymnastik

Di. 10.30 - 11:30 (R-50-02)

Rehasportgruppe

funktionelle Gymnastik

Do. 10:00 - 11:00 (R-50-01)

Rückengymnastik

Mo. 10.30 - 11:30 (R-50-05)

Rezeption – Tel. 72 57 51 40

Praxis-Klinik Bergedorf,

Alte Holstenstr. 2

21031 Hamburg, ST Lohbrügge

Funktionsgymnastik

Mo. 16:15 - 17:00 (R-50-67)

Mo. 17:15 - 18:00 (R-50-68)

Mo. 18:15 - 19:00 (R-50-69)

Di. 15:35 - 16:20 (R-50-70)

Di. 16:35 - 17:20 (R-50-71)

Di. 17:55 - 18:40 (R-50-72)

Mi. 15:15 - 16:00 (R-50-73)

Mi. 16:15 - 17:00 (R-50-74)

Mi. 17:15 - 18:00 (R-50-75)

Mi. 18:15 - 19:00 (R-50-76)

Do. 16:15 - 17:00 (R-50-77)

Do. 17:55 - 18:40 (R-50-78)

Do. 18:55 - 19:40 (R-50-79)

Fr. 15:15 - 16:00 (R-50-80)
Fr. 16:35 - 17:20 (R-50-81)
Frau Große - Tel. 040-5 23 30 28
Reha-Zentrum Norderstedt,
Stettiner Str. 16
22850 Norderstedt

Walking

Mo. 14:30 - 16:00 (R-50-06)
Di. 15:00 - 16:00 (R-50-82)
Mi. 15:00 - 16:30 (R-50-83)
Herr Brouwer - Tel. 7 66 55 06
Reha-Zentrum Harburg, Sand 18-22
21073 Hamburg, ST Harburg

Rücken-fit

Mo. 17:00 - 18:00 (R-50-07)
Mi. 18:00 - 18:45 (R-50-10)

Rundum Fit

Mo. 16:00 - 16:45 (R-50-61)
Mo. 18:00 - 18:45 (R-50-62)

Kraft in Rücken + Bauch

Do. 12:30 - 13:15 (R-50-49)
Frau Sander - Tel. 7 66 55 06
Reha-Zentrum Harburg, Sand 18-22
21073 Hamburg, ST Harburg

Rundum Fit

Di. 14:00 - 15:00 (R-50-63)
Do. 13:00 - 14:00 (R-50-64)
Frau Sander - Tel. 7 66 55 06
sportspaß, Harburger Ring 10
21073 Hamburg, ST Harburg

Rund um fit

Di. 17:00 - 17:45 (R-50-65)
Do. 17:00 - 17:45 (R-50-66)
Frau Hartojo - Tel. 31 97 10 40
ENDO Reha Zentrum Holstenstr. 2
22767 Hamburg, ST Altona-Altstadt

Fit im Alltag

Mo. 17:30 - 18:15 (R-50-85)

Mi. 17:30 - 18:15 (R-50-86)
Herr Feicke - Tel. 31 97 10 40
ENDO Reha Zentrum Holstenstr. 2
22767 Hamburg, ST Altona-Altstadt
Rehasport (orthopädischer Sport)
Mo. 12:30 - 13:30 (R-50-91)
Mo. 14:45 - 15:45 (R-50-87)
Mi. 13:15 - 14:15 (R-50-88)
Frau Landsmann - Tel. 76 75 57 50
Airbus Operations GmbH, Kreetzlag 10
21129 Hamburg, ST Finkenwerder

Meiendorfer SV von 1949 e.V.

Wirbelsäulen-/Haltungsschäden

Di. 17:45 - 18:45 (R-95-04)
Do. 11:00 - 12:00 (R-95-02)
Frau Settler - Tel. 6 78 80 82
Finnmarkring 12a, Raum 2
22145 Hamburg, ST Meiendorf

MOVE Therapiezentrum

Wirbelsäulengymnastik

Mi. 12:30 - 13:20 (R-118-06)
Mi. 15:00 - 15:50 (R-118-10)
Mi. 17:00 - 17:50 (R-118-07)
Do. 10:00 - 10:50 (R-118-13)
Fr. 12:30 - 13:20 (R-118-09)
Fr. 15:00 - 15:50 (R-118-11)
Fr. 16:30 - 17:20 (R-118-12)
Frau Herbst - Tel. 30 30 96 31
Mönckebergstr. 18
20095 Hamburg, ST Altstadt

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Orthopädische Gymnastik

Mo. 08:15 - 09:00 (R-44-19)
Mo. 13:00 - 14:00 (R-44-12)
Di. 08:00 - 09:00 (R-44-08)
Di. 13:00 - 14:00 (R-44-16)
Mi. 08:15 - 09:00 (R-44-21)

Do. 08:15 - 09:00 (R-44-07)
 Do. 13:00 - 14:00 (R-44-18)
 Fr. 13:00 - 14:00 (R-44-11)
 Fr. 19:00 - 19:45 (R-44-09)
 So. 09:00 - 10:00 (R-44-17)
 So. 10:00 - 11:00 (R-44-06)
 Herr Soldat - Tel. 55 42 16 25
 Adyton, Sachsenweg 78
 22455 Hamburg, ST Niendorf

Physio Fit Lurup GmbH

Rehasport Orthopädie

Mo. 08:00 - 08:45 Uhr (R-130-04)
 Mi. 18:00 - 18:45 Uhr (R-130-01)
 Do. 16:15 - 17:00 Uhr (R-130-02)
 Do. 18:00 - 18:45 Uhr (R-130-05)
 Fr. 13:00 - 13:45 Uhr (R-130-03)
 Rezeption - Tel. 41 42 27 20
 Physio Fit Lurup,
 Luruper Hauptstr. 247
 22547 Hamburg, ST Lurup

Physio Sports Therapie GbR

Orthopädische Gymnastik

Mo. 08:00 - 08:45 (R-135-24)
 Mo. 09:00 - 09:45 (R-135-25)
 Mo. 10:00 - 10:45 (R-135-26)
 Mo. 11:00 - 11:45 (R-135-03)
 Mo. 13:00 - 13:45 (R-135-04)
 Mo. 14:00 - 14:45 (R-135-05)
 Mo. 17:00 - 17:45 (R-135-27)
 Mo. 18:00 - 18:45 (R-135-28)
 Mo. 19:00 - 19:45 (R-135-29)
 Di. 08:00 - 08:45 (R-135-30)
 Di. 09:00 - 09:45 (R-135-31)
 Di. 10:00 - 10:45 (R-135-32)
 Di. 11:00 - 11:45 (R-135-33)
 Di. 13:00 - 13:45 (R-135-34)
 Di. 14:00 - 14:45 (R-135-35)
 Di. 17:00 - 17:45 (R-113506)

Di. 18:00 - 18:45 (R-135-07)
 Di. 19:00 - 19:45 (R-135-08)
 Mi. 08:00 - 08:45 (R-135-36)
 Mi. 09:00 - 09:45 (R-135-37)
 Mi. 10:00 - 10:45 (R-135-38)
 Mi. 11:00 - 11:45 (R-135-39)
 Mi. 13:00 - 13:45 (R-135-40)
 Mi. 14:00 - 14:45 (R-135-41)
 Mi. 17:00 - 17:45 (R-135-09)
 Mi. 18:00 - 18:45 (R-135-10)
 Mi. 19:00 - 19:45 (R-135-11)
 Do. 08:00 - 08:45 (R-135-12)
 Do. 09:00 - 09:45 (R-135-13)
 Do. 10:00 - 10:45 (R-135-14)
 Do. 11:00 - 11:45 (R-135-15)
 Do. 13:00 - 13:45 (R-135-16)
 Do. 14:00 - 14:45 (R-135-17)
 Do. 17:00 - 17:45 (R-135-42)
 Do. 18:00 - 18:45 (R-135-43)
 Do. 19:00 - 19:45 (R-135-44)
 Fr. 08:00 - 08:45 (R-135-18)
 Fr. 09:00 - 09:45 (R-135-19)
 Fr. 10:00 - 10:45 (R-135-20)
 Fr. 11:00 - 11:45 (R-135-21)
 Fr. 13:00 - 13:45 (R-135-22)
 Fr. 14:00 - 14:45 (R-135-23)
 Fr. 17:00 - 17:45 (R-135-45)
 Fr. 18:00 - 18:45 (R-135-46)
 Fr. 19:00 - 19:45 (R-135-47)
 Sa. 11:00 - 11:45 (R-135-48)
 Sa. 13:00 - 13:45 (R-135-49)
 Sa. 14:00 - 14:45 (R-135-50)

Wirbelsäulengymnastik

Di. 10:10 - 10:55 (R-135-01)
 Do. 19:15 - 20:00 (R-135-02)
 Herr Hachmann - Tel. 040-84 05 59 55
 Physio Sports, Elbgaustraße 126-128
 22547 Hamburg, ST Lurup

Physioteam Volksdorf Katharina

Lobach & Ulrike Meyer GbR

Orthopädische Gymnastik

Mo. 10:15 - 11:00 (R-116-02)

Mo. 11:15 - 12:00 (R-116-03)

Mo. 16:15 - 17:00 (R-116-06)

Mo. 17:15 - 18:00 (R-116-07)

Di. 10:15 - 11:00 (R-116-10)

Di. 11:15 - 12:00 (R-116-11)

Di. 12:15 - 13:00 (R-116-12)

Di. 15:15 - 16:00 (R-116-13)

Mi. 10:15 - 11:00 (R-116-18)

Mi. 11:15 - 12:00 (R-116-19)

Mi. 15:15 - 16:00 (R-116-21)

Mi. 16:15 - 17:00 (R-116-22)

Do. 09:15 - 10:00 (R-116-25)

Do. 10:15 - 11:00 (R-116-26)

Do. 11:15 - 12:00 (R-116-27)

Do. 12:15 - 13:00 (R-116-28)

Do. 15:15 - 16:00 (R-116-29)

Do. 18:15 - 19:00 (R-116-32)

Kontakt - Tel. 64 50 91 71

Halenreihe 42

22359 Hamburg, ST Volksdorf

Physiotherapie Wencke Dossmann

Sanfte Wirbelsäulengymnastik

für alle

Do. 15:00 - 16:00 (R-52-03)

Frau Dossmann - Tel. 60 01 33 60

Stadtbahnstraße 43

22393 Hamburg, ST Sasel

Präventionszentrum Winterhude

Rehasport für orthopädische

Erkrankungen

Mo. 17:00 - 18:00 (R-133-01)

Mi. 11:00 - 12:00 (R-103-02)

Mi. 12:00 - 13:00 (R-133-03)

Herr Zerjathke - Tel. 040-87 50 47 26

Semperplatz 2

22303 Hamburg, ST Winterhude

Pro motion Reha-Sport e.V.

Kräftigungstraining mit Gymnastik

Mo. 19:00 - 19:45 (R-94-01)

Mi. 17:00 - 18:00 (R-94-02)

Mi. 19:15 - 20:00 (R-94-07)

Do. 10:00 - 11:00 (R-94-03)

Funktionelle Gymnastik

Mo. 10:00 - 10:45 (R-94-11)

Mo. 17:30 - 18:15 (R-94-08)

Di. 09:00 - 10:00 (R-94-04)

Di. 10:00 - 11:00 (R-94-05)

Di. 18:15 - 19:00 (R-94-09)

Mi. 10:00 - 10:45 (R-94-12)

Mi. 18:15 - 19:00 (R-94-13)

Do. 09:00 - 10:00 (R-94-06)

Do. 18:15 - 19:00 (R-94-10)

Fr. 09:00 - 09:45 (R-94-14)

Frau Quandt - 040-7 64 35 72

Physiotherapie Praxis Laun

Niedersachsenweg 1-3

21079 Hamburg, ST Rönneburg

DANKE für die Unterstützung
bei der Herausgabe dieser Broschüre.



HANSEATISCHE
Baugenossenschaft
Hamburg

ProReha aktiv Hamburg e.V.

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 08:00 - 08:45 (R-53-202)
 Mo. 10:30 - 11:15 (R-53-236)
 Mo. 11:20 - 12:10 (R-53-56)
 Mo. 15:40 - 16:25 (R-53-187)
 Mo. 17:20 - 18:05 (R-53-237)
 Mo. 20:10 - 20:55 (R-53-238)
 Di. 08:00 - 08:45 (R-53-206)
 Di. 14:50 - 15:35 (R-53-204)
 Di. 15:40 - 16:25 (R-53-255)
 Di. 19:20 - 20:10 (R-53-58)
 Mi. 15:40 - 16:20 (R-53-207)
 Do. 10:30 - 11:15 (R-53-205)
 Do. 14:50 - 15:35 (R-53-193)
 Do. 15:40 - 16:25 (R-53-256)
 Do. 16:30 - 17:15 (R-53-257)
 Do. 17:40 - 18:25 (R-53-208)
 Fr. 09:40 - 10:25 (R-53-258)
 Fr. 12:10 - 12:55 (R-53-172)

Hockergymnastik

Mo. 12:10 - 12:55 (R-53-259)
 Di. 10:00 - 10:45 (R-53-147)
 Mi. 09:40 - 10:25 (R-53-247)
 Mi. 11:20 - 12:05 (R-53-234)
 Do. 12:10 - 12:55 (R-53-235)
 Fr. 10:00 - 10:45 (R-53-173)

Fit ab 70

Mo. 14:00 - 14:45 (R-53-185)
 Mi. 14:00 - 14:45 (R-53-186)

Rund um Fit

Mo. 09:40 - 10:25 (R-53-213)
 Mo. 14:50 - 15:35 (R-53-216)
 Mo. 16:30 - 17:15 (R-53-239)
 Di. 14:00 - 14:45 (R-53-136)
 Di. 17:20 - 18:05 (R-53-214)
 Di. 20:10 - 20:55 (R-53-210)
 Mi. 08:00 - 08:45 (R-53-211)

Mi. 10:30 - 11:15 (R-53-240)

Mi. 12:10 - 12:55 (R-53-215)

Mi. 14:50 - 15:35 (R-53-217)

Mi. 17:45 - 18:30 (R-53-241)

Do. 08:00 - 08:45 (R-53-218)

Do. 11:20 - 12:05 (R-53-220)

Do. 14:00 - 14:45 (R-53-137)

Do. 16:50 - 17:35 (R-53-221)

Do. 20:10 - 20:55 (R-53-212)

Fr. 10:50 - 11:35 (R-53-190)

Fr. 10:50 - 11:35 (R-53-219)

Fr. 17:45 - 18:30 (R-53-188)

Rezeption - Tel. 28 41 02 80

Reha-Zentrum im Hammonia-Bad

Lerchenfeld 14

22081 Hamburg, ST Uhlenhorst

P.u.R. Prävention u. Rehabilitation Deutschland e.V.

Rehasport Orthopädie

Mo. 18:00 - 18:45 (R-131-02)

Di. 09:00 - 09:45 (R-131-15)

Do. 10:00 - 10:45 (R-131-03)

Do. 11:00 - 11:45 (R-131-05)

Do. 18:45 - 19:30 (R-131-18)

Herr Kielniak - Tel. 22 86 92 16

123 fit – Rahlstedt, Rahlstedter Str. 24

22149 Hamburg, ST Rahlstedt

RBS Elbgemeinden e.V.

Reha-Rückengymnastik

Fr. 15:00 - 16:15 (R-02-01)

Fr. 16:15 - 17:30 (R-02-02)

Frau Martinek - Tel. 87 19 47

Musäusstr. 29

22589 Hamburg, ST Iserbrook

REHA Bergedorf

REHA-Sport/Funktionsgymnastik

Di. 15:30 - 16:15 (R-106-03)

Mi. 18:00 - 18:45 (R-106-01)

Fr. 08:00 - 08:45 (R-106-04)

Herr Schulz - Tel. 7 21 10 09

Reaktiv, Bergedorfer Schloßstr. 33

21029 Hamburg, ST Bergedorf

Rehabilitationspraxis Rahlstedt

Orthopädie Rücken, Hüfte und Knie

Mo. 11:00 - 12:00 (R-126-01)

Do. 11:00 - 12:00 (R-126-02)

Wirbelsäule, Hüfte, Knie

Mo. 15:00 - 15:45 (R-126-03)

Do. 10:00 - 10:45 (R-126-04)

Rehabilitationssport Orthopädie

Di. 10:00 - 11:00 (R-126-05)

Fr. 10:00 - 11:00 (R-126-06)

Rezeption - Tel. 63 66 53 53

Rahlstedter Bahnhofstr. 23-25

22143 Hamburg, ST Rahlstedt

Rehavital-Gesundheitssport Hamburg e.V.

Rehasport Rücken

Mo. 17:10 - 17:55 (R-73-06)

Mo. 09:00 - 09:45 (R-73-31)

Di. 11:00 - 11:45 (R-73-04)

Mi. 14:30 - 15:15 (R-73-30)

Fr. 18:30 - 19:15 (R-73-05)

Wirbelsäulengymnastik

Di. 09:10 - 09:55 (R-73-29)

Di. 10:00 - 10:55 (R-73-01)

Fr. 10:00 - 10:55 (R-73-02)

Fr. 11:00 - 11:55 (R-73-03)

Orthopädische Gymnastik

Di. 12:00 - 12:45 (R-73-46)

Mi. 09:00 - 09:45 (R-73-47)

Do. 13:00 - 13:45 (R-73-48)

Do. 17:00 - 17:45 (R-73-49)

Do. 19:00 - 19:45 (R-73-50)

Vereinsbüro - Tel. 50 77 37 21

theravitalis, Paul-Stritter-Weg 9

22297 Hamburg, ST Alsterdorf

Rissener SV von 1949 e.V.

Orthopädische Rehasportgruppe

Do. 19:30 - 20:30 (R-96-04)

Fr. 11:00 - 12:00 (R-96-03)

Geschäftsstelle - Tel. 81 27 46

Marschweg 75

22559 Hamburg, ST Rissen

Royal Sports FC Schwencke GmbH

Orthopädische Gymnastik

Di. 10:00 - 10:45 (R-101-01)

Di. 19:45 - 20:30 (R-101-04)

Do. 10:00 - 10:45 (R-101-05)

Do. 11:00 - 11:45 (R-101-02)

Fr. 09:30 - 10:15 (R-101-03)

Frau Aldag - Tel. 609 18 00

Royal Sports Club, Eulenkugstr. 68

22359 Hamburg, ST Volksdorf

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Wirbelsäulengymnastik

Mi. 09:00 - 09:45 (R-70-03)

Mi. 09:45 - 10:30 (R-70-14)

Fr. 19:00 - 19:45 (R-70-04)

Reha-Sport Orthopädie,

SP Wirbelsäule

Mo. 10:30 - 11:15 (R-70-15)

Fr. 18:00 - 19:00 (R-70-22)

Reha-Wirbelsäule/Haltungsschäden

Do. 11:00 - 11:45 (R-70-09)

Do. 16:30 - 17:30 (R-70-05)

Reha-Sport Orthopädie,

Schwerpunkt Osteoporose

Mo. 09:30 - 10:30 (R-70-08)

Reha-Sport Orthopädie

SP Gelenkschäden/Endoprothesen

Mo. 11:15 - 12:00 (R-70-16)

Reha-Sport Orthopädie (allgemein)

Fr. 10:00 - 11:00 (R-70-10)

Herr Mems - Tel. 3 00 62 99-202

Schlehdornweg 10

22335 Hamburg, ST Fuhlsbüttel

Reha Orthopädie

(Wirbelsäule/Schulter)

Di. 19:15 - 20:15 (R-70-06)

Herr Mems - Tel. 3 00 62 99-202

Schule Neubergerweg 2

22419 Hamburg, ST Langenhorn

SC Poppenbüttel von 1930 e.V.

Orthopädische Gymnastik

(Rücken/Osteoporose)

Mo. 15:00 - 16:00 (R-27-03)

Di. 16:30 - 17:30 (R-27-04)

Rücken-Reha

Di. 10:00 - 11:00 (R-27-16)

Di. 15:00 - 16:00 (R-27-09)

Di. 17:45 - 18:45 (R-27-07)

Mi. 18.30 - 19:30 (R-27-11)

Do. 11:00 - 12:00 (R-27-13)

Fr. 17:15 - 18:15 (R-27-15)

Endoprothesen-Sport

Di. 09:30 - 10:30 (R-27-12)

Di. 11:00 - 12:00 (R-27-18)

Mi. 12:15 - 13:15 (R-27-05)

Herr Schönke - Tel. 6 06 14 14

Sporthalle Eichenredder 8

22399 Hamburg, ST Poppenbüttel

SC Vier- und Marschlande v. 1899 e.V.

Osteoporosegymnastik

Fr. 16:00 - 17:00 (R-45-07)

Gelenkschule mit Spiraldynamik und Tai Chi

Fr. 17:00 - 18:30 (R-45-08)

Frau Hadamitzky - Tel. 7 23 85 46

Gymnastikhalle

Kirchwerder Hausdeich 341

21037 Hamburg, ST Kirchwerder

SGR Asklepios e.V. Bad Schwartau

Gymnastik

Mi. 17:00 - 18:00 (R-97-115)

Gymnastik

Mi. 12:00 - 13:00 (R-97-20)

Orthopädischer Rehasport

Mo. 13:00 - 14:00 (R-97-96)

Orthop. Rehasport Nordic Walking

Di. 08:00 - 09:00 (R-97-97)

Fit Gym

Mo. 18:00 - 19:00 (R-97-33)

Di. 14:00 - 15:00 (R-97-10)

Di. 18:00 - 19:00 (R-97-119)

Di. 19:00 - 20:00 (R-97-15)

Mi. 09:00 - 10:00 (R-97-17)

Mi. 12:00 - 13:00 (R-97-120)

Mi. 15:00 - 16:00 (R-97-38)

Mi. 19:00 - 20:00 (R-97-02)

Do. 15:00 - 16:00 (R-97-43)

Fr. 10:00 - 11:00 (R-97-01)

Herr Kutschke - Tel. 81 91-43 00

Asklepios Gesundheitszentrum Rissen,

Suurheid 20

22559 Hamburg, ST Rissen

Gymnastik

Mo. 09:00 - 09:45 (R-97-98)

Mo. 17:45 - 18:30 (R-97-111)

Mi. 10:45 - 11:30 (R-97-99)

Mi. 16:00 - 16:45 (R-97-112)

Fr. 09:00 - 09:45 (R-97-100)

Fr. 11:00 - 11:45 (R-97-101)

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 10:15 - 11:00 (R-97-109)

Mo. 17:00 - 17:45 (R-97-113)

Di. 10:00 - 10:45 (R-97-110)

Mi. 09:45 - 10:30 (R-97-121)

Do. 10:00 - 10:45 (R-97-103)

Gymnastik Hüfte/Knie

Di. 11:15 - 12:00 (R-97-104)

Büro - Tel. 040-18 18 86 26 55

Asklepios Gesundheitszentrum

Harburg, Eißendorfer Pferdeweg 52

21075 Hamburg, ST Harburg

SGR Lokstedt/Eimsbüttel

Gymnastik - Schwerpunkt Rücken, Schulter, Knie

Mo. 08:00 - 08:45 (R-112-01)

Mi. 14:30 - 15:15 (R-112-02)

Do. 16:30 - 17:15 (R-112-03)

Do. 18:15 - 19:00 (R-112-04)

Do. 20:00 - 20:45 (R-112-05)

Frau Knopf/Herr Stille -

Tel. 22 62 58 33

Moves Woman, Sorthmannweg 20

22529 Hamburg, ST Lokstedt

Outdoor Sport: Schwerpunkt Walken + Gymnastik

Mi. 18:00 - 19:00 (R-112-06)

Frau Knopf/Herr Stille -

Tel. 22 62 58 33

Haupteingang der Schule Rungwisch,
Rungwisch 23

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

Gymnastik: Schwerpunkt Schulter - Rücken - Knie

Mo. 10:00 - 10:45 (R-112-07)

Mo. 17:15 - 18:00 (R-112-08)

Mo. 18:00 - 18:45 (R-112-09)

Do. 09:00 - 09:45 (R-112-10)

Do. 10:00 - 10:45 (R-112-11)

Reha-Sport Orthopädie

Mo. 10:00 - 10:45 (R-112-12)

Mo. 16:45 - 17:30 (R-112-13)

Do. 08:15 - 09:00 (R-112-14)

Frau Knopf/Herr Stille -

Tel. 22 62 58 33

moves woman, Alte Elbgastr. 14

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

Sportline Fitness und Soccer GmbH

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 10:00 - 10:45 (R-103-01)

Mo. 17:30 - 18:15 (R-103-02)

Mi. 09:15 - 10:00 (R-103-03)

Mi. 18:15 - 19:00 (R-103-04)

Fr. 09:15 - 10:00 (R-103-05)

Frau Wichelmann - Tel. 040-7 02 40 99

Am Neugrabener Bahnhof 34

21149 Hamburg, ST Hausbruch

Sportschlau e.V.

Rücken-Knie-Fitness

Mi. 19:00 - 20:30 (R-31-03)

Rücken-Knie-Gymnastik

Mo. 17:50 - 18:50 (R-31-06)

Mi. 17:50 - 18:50 (R-31-04)

Rücken-Knie-Stretch

Mo. 19:00 - 20:00 (R-31-05)

Frau Bunk - Tel. 2 27 62 35

Uferstr. 1a

22081 Hamburg, ST Uhlenhorst

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Osteoporose-Training

Di. 09:45 - 10:40 (R-22-92)

Fr. 09:00 - 09:45 (R-22-93)

Rücken und Entspannung

Mo. 08:00 - 08:55 (R-22-60)

Mo. 10:00 - 10:55 (R-22-41)

Mo. 14:00 - 14:45 (R-22-82)

Mo. 18:00 - 18:45 (R-22-78)

Mo. 19:45 - 20:40 (R-22-62)

Di. 20:30 - 21:15 (R-22-44)

Mi. 09:45 - 10:40 (R-22-79)

Mi. 16:45 - 17:30 (R-22-81)

Do. 08:15 - 09:00 (R-22-63)

Do. 09:45 - 10:40 (R-22-55)

Do. 18:50 - 19:35 (R-22-47)

Fr. 08:05 - 08:55 (R-22-80)

So. 09:30 - 10:20 (R-22-94)

Orthopädisches Training,

Schwerpunkt Schulter/Nacken

Di. 11:45 - 12:30 (R-22-53)

Mi. 21:00 - 21:45 (R-22-89)

Do. 11:45 - 12:30 (R-22-54)

Fr. 11:45 - 12:30 (R-22-90)

Orthopädisches Training,

Schwerpunkt Hüfte und Knie

Mo. 11:45 - 12:30 (R-22-91)

Mi. 13:10 - 13:55 (R-22-45)

Fr. 16:45 - 17:30 (R-22-48)

Orthopädisches Training

Rücken intensiv

Fr. 18:45 - 19:30 (R-22-57)

Reha-Yoga und Pilates

Do. 20:30 - 21:15 (R-22-83)

Sa. 09:30 - 10:20 (R-22-84)

Reha-Gymnastik und kleine Spiele

Mi. 11:45 - 12:30 (R-22-85)

Fr. 14:00 - 14:45 (R-22-86)

Bauch und Rücken intensiv

Di. 18:00 - 18:45 (R-22-87)

Mi. 18:45 - 19:40 (R-22-88)

Herr Dommasch - Tel. 040-57 00 07 15

Gesund Aktiv-Zentrum

Redingskamp 25

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

Orthopädisches Training

Mo. 15:00 - 16:00 (R-22-23)

Di. 10:00 - 11:00 (R-22-25)

Mi. 09:00 - 10:00 (R-22-24)

Do. 10:00 - 11:00 (R-22-49)

Wirbelsäulengymnastik

Do. 18:00 - 18:55 (R-22-76)

Do. 19:00 - 19:55 (R-22-77)

Schulter-Nacken-Training

Mo. 10:00 - 10:45 (R-22-71)

Di. 19:35 - 20:25 (R-22-72)

Fitness für Ältere

Mo. 11:00 - 11:55 (R-22-73)

Do. 08:45 - 09:40 (R-22-74)

Do. 11:00 - 11:55 (R-22-75)

Herr Dommasch - Tel. 040-57 00 07 15

Gesund Aktiv-Zentrum

Steinwiesenweg 30

22527 Hamburg, ST Eidelstedt

Orthopädisches Training für den

Rücken und die Gelenke

Mi. 17:15 - 18:00 (R-22-58)

Herr Dommasch - Tel. 040-57 00 07 15

Theodor-Haubach-Schule,

Haubachstr. 53

22765 Hamburg, ST Altona-Nord

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Rückenfit mit Qi-Gong

Do. 17:30 - 18:30 (R-43-01)
Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00
Sporthalle Schwenkestr. 91/93
20255 Hamburg, ST Eimsbüttel

Rückengymnastik am Morgen

Mo. 08:00 - 09:00 (R-43-07)

Rückengymnastik

Di. 17:30 - 18:30 (R-43-24)

Funktionelle Rückengymnastik

Di. 10:00 - 11:00 (R-43-28)

Rücken-Fitness

Do. 13:15 - 14:15 (R-43-47)
Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

Sportzentrum GWE,

Julius-Vosseler-Str. 195

20527 Hamburg, ST Lokstedt

Walking/Nordic Walking

in den Grünanlagen/Parks in Eims-
büttel, Niendorf und Lokstedt

Mi. 10:30 - 11:30 (R-43-13)
Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

20259 Hamburg, ST Eimsbüttel

Rückengymnastik

Do. 09:15 - 10:15 (R-43-60)

Fr. 14:45 - 15:45 (R-43-59)

Rücken-Fitness

Do. 10:15 - 11:15 (R-43-29)

Do. 11:15 - 12:15 (R-43-43)

Do. 12:15 - 13:15 (R-43-46)

Fr. 15:45 - 16:45 (R-43-48)

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

Sportzentrum GWE, Lutterothstr. 43

22527 Hamburg, ST Eimsbüttel

Sitzgymnastik

Di. 17:30 - 18:30 (R-43-39)

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

Pavillon Schule Wrangelstr. 80
20253 Hamburg, ST Eimsbüttel

Rückenfit

Mi. 19:00 - 20:00 (R-43-38)

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

Schulsporthalle, Lutterothstr. 78

22527 Hamburg, ST Eimsbüttel

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Reha-Rückengymnastik

Do. 09:00 - 10:00 (R-39-03)

Do. 11:30 - 12:30 (R-39-04)

Frau Spychalla - Tel. 7 35 32 00

Vereinsheim des SVNA, Katendeich 14

21035 Hamburg, ST Nettelburg

Tanzbrücke Hamburg e.V.

Orthopädische Gymnastik

Do. 18:30 - 19:30 (R-40-02)

Do. 19:30 - 20:30 (R-40-03)

Frau Dergatcheva - Tel. 6 06 40 30

Bramfelder Str. 116-118

22305 Hamburg, ST Barmbek-Nord

Therapiezentrum Eilbek

Orthopädische Gymnastik

Mo. 14:40 - 15:25 (R-134-01)

Mi. 14:40 - 15:25 (R-134-02)

Herr Behnke - Tel. 38 67 92 38

Conventstr. 12

22089 Hamburg, ST Eilbek

Treffpunkt Bewegung Hamburg e.V.

Stärkung des Stütz- und

Bewegungsapparates

Mo. 09:30 - 10:15 (R-114-17)

Mo. 11:30 - 12:15 (R-114-01)

Mo. 15:30 - 16:15 (R-114-02)

Mo. 17:30 - 18:15 (R-114-24)

Mo. 18:30 - 19:15 (R-114-08)
 Di. 10:30 - 11:15 (R-114-03)
 Di. 11:30 - 12:15 (R-114-04)
 Di. 19:00 - 19:45 (R-114-09)
 Mi. 11:30 - 12:15 (R-114-15)
 Mi. 14:30 - 15:15 (R-114-18)
 Mi. 15:30 - 16:15 (R-114-19)
 Mi. 17:30 - 18:15 (R-114-25)
 Mi. 18:30 - 19:15 (R-114-16)
 Do. 09:30 - 10:15 (R-114-11)
 Do. 10:30 - 11:15 (R-114-21)
 Do. 11:30 - 12:15 (R-114-12)
 Do. 14:30 - 15:15 (R-114-22)
 Do. 15:30 - 16:15 (R-114-23)
 Do. 18:30 - 19:15 (R-114-10)

Mit Bewegung gegen Osteoporose

Di. 14:30 - 15:15 (R-114-05)

Sport mit Gelenkschäden/ Endoprothesen

Mo. 08:30 - 09:15 (R-114-06)
 Tel. 57 20 40 10
 Frohmestraße 11
 22457 Hamburg, ST Schnelsen

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Orthopädische Gymnastik

Mo. 09:00 - 09:45 (R-35-65)
 Mo. 16:30 - 17:15 (R-35-66)
 Mo. 17:30 - 18:30 (R-35-60)
 Mi. 09:00 - 09:45 (R-35-67)
 Di. 15:00 - 15:45 (R-35-11)
 Di. 18:00 - 18:45 (R-35-10)
 Do. 18:00 - 19:00 (R-35-40)
 Do. 18:30 - 19:15 (R-35-71)
 Do. 19:15 - 20:00 (R-35-72)
 Fr. 18:30 - 19:15 (R-35-68)

Reha Wirbelsäule

Mo. 11:15 - 12:00 (R-35-06)
 Mi. 10:00 - 10:45 (R-35-07)

Wirbelsäulengymnastik

Fr. 17:00 - 17:45 (R-35-59)
 Fr. 18:30 - 19:15 (R-35-61)
 Herr Tilly - Tel. 72 54 95 16
 TSG Sportforum,
 Billwerder Billdeich 607
 21033 Hamburg, ST Bergedorf

Reha Wirbelsäule

Fr. 09:00 - 10:00 (R-35-56)
 Fr. 10:00 - 11:00 (R-35-57)
 Fr. 11:00 - 12:00 (R-35-58)
 Frau Derwahl - Tel. 72 41 01 68
 TSG Sportforum, Bult 8
 21029 Hamburg, ST Bergedorf

Reha-Gymnastik (Rücken)

Mo. 12:30 - 13:15 (R-35-46)
 Mo. 17:00 - 17:45 (R-35-36)
 Di. 09:00 - 09:45 (R-35-23)
 Di. 12:30 - 13:15 (R-35-47)
 Di. 17:30 - 18:15 (R-35-29)
 Mi. 10:30 - 11:15 (R-35-25)
 Mi. 12:30 - 13:15 (R-35-48)

Reha-Gymnastik (Rücken)

Do. 12:30 - 13:15 (R-35-49)
 Do. 15:30 - 16:15 (R-35-33)
 Do. 16:30 - 17:15 (R-35-34)
 Fr. 10:30 - 11:15 (R-35-27)
 Fr. 16:00 - 17:30 (R-35-31)

Reha-Gymnastik (Gelenke)

Mo. 09:45 - 10:30 (R-35-28)
 Mi. 09:45 - 10:30 (R-35-24)
 Mi. 17:30 - 18:15 (R-35-30)
 Fr. 09:45 - 10:30 (R-35-26)
 Rezeption - Tel. 7 25 75-140
 Praxis-Klinik Bergedorf,
 Alte Holstenstraße 2
 21031 Hamburg, ST Bergedorf

Orthopädische Trainingsgruppe

Mo. 11:00 - 11:45 (R-35-51)

Do. 10:00 - 10:45 (R-35-52)

Herr Rehage - Tel. 70 70 38 66

Bille Bad Bergedorf, Reetwerder 25
21029 Hamburg, ST Bergedorf

TSV Hohenhorst v. 1963 e.V.

Wirbelsäulen-Reha-Sport

Mo. 17:15 - 18:00 (R-34-04)

Mo. 16:15 - 17:00 (R-34-05)

Di. 17:00 - 17:45 (R-34-01)

Di. 18:00 - 18:45 (R-34-06)

Mi. 17:00 - 17:45 (R-34-07)

Reha-mobil

Mi. 09:00 - 09:45 (R-34-10)

Mi. 10:00 - 10:45 (R-34-11)

Orthopädie

Do. 11:00 - 11:45 (R-34-16)

Wirbelsäulengymnastik

Do. 18:40 - 19:25 (R-34-17)

Fr. 09:00 - 09:45 (R-34-15)

Fr. 10:00 - 10:45 (R-34-14)

Fr. 11:00 - 11:45 (R-34-13)

Hockergymnastik

Fr. 11:45 - 12:30 (R-34-12)

Wirbelsäulengymnastik

mit Hockergymnastik

Do. 10:00 - 10:45 (R-34-18)

Frau Nürnberg - Tel. 98 23 43 26

Kielkoppelstr. 9a/b

22149 Hamburg, ST Rahlstedt

Turnerbund Hamburg-Eilbeck e.V.

(TH-Eilbeck)

Orthopädische Gymnastik

Do. 11:00 - 12:00 (R-25-08)

Fr. 11:00 - 11:55 (R-25-11)

Geschäftsstelle - Tel. 20 37 04



Turnhalle (Rit 1), Eilbeck, Ritterstr. 9
22089 Hamburg, ST Eilbek

Orthopädische Gymnastik

Mi. 20:00 - 20:55 (R-25-12)

Geschäftsstelle - Tel. 20 37 04

Gymnastikraum (Rit 6), Ritterstr. 9

22089 Hamburg, ST Eilbek

Turnerschaft Harburg von 1865

Wirbelsäulen-Haltungsschäden

Mo. 09:15 - 10:15 (R-29-01)

Fr. 08:30 - 09:30 (R-29-02)

Reha Wirbelsäule

Gymnastikraum

Do. 17:30 - 18:30 (R-29-04)

Funktionsgymnastik (Reha)

Gymnastikraum

Do. 18:30 - 19:30 (R-29-05)

Frau Wolter - Tel. 70 10 84 55

Vahrenwinkelweg 39

21075 Hamburg, ST Eißendorf

TuS Berne e.V.

Orthopädischer Rehasport

Do. 17:30 - 18:15 (R-07-03)

Do. 18:15 - 19:00 (R-07-02)

Geschäftsstelle - Tel. 60 44 28 80

Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6

22159 Hamburg, ST Farmsen-Berne

TuS Eidelstedt von 1969 e.V.

Rehasport Rücken-Aktiv

Mi. 17:00 - 18:00 (R-57-03)

Mi. 18:00 - 19:00 (R-57-04)

Herr Haupt - Tel. 57 37 82

Sporthalle der Max-Traeger-Schule,

Baumacker 10

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

TuS Harburg-Wilhelmsburg v. 1894 e.V.

Reha Rückengymnastik

Mo. 16:30 - 17:15 (R-41-25)

Di. 17:15 - 18:00 (R-41-11)

Mi. 09:00 - 09:45 (R-41-20)

Mi. 16:30 - 17:15 (R-41-12)

Do. 12:00 - 12:45 (R-41-15)

Do. 16:30 - 17:15 (R-41-19)

So. 13:00 - 13:45 (R-41-13)

Di. 16:30 - 17:15 (R-41-09)

Reha Mobilisation

Di. 16:30 - 17:15 (R-41-09)

Reha Bauch-Beine-Po

Mo. 12:00 - 12:45 (R-41-29)

Do. 12:45 - 13:30 (R-41-62)

So. 12:00 - 12:45 (R-41-10)

Reha Damen Ü 50

Fr. 11:30 - 12:30 (R-41-57)

Reha Hockergymnastik

Mo. 12:45 - 13:30 (R-41-58)

Geschäftsstelle - Tel. 79 01 66-0

Mehrzweckhalle Bostelbeker Damm 2

21079 Hamburg, ST Heimfeld

Reha Wirbelsäule

Di. 20:00 - 20:45 (R-41-34)

Mi. 19:30 - 20:15 (R-41-36)

Geschäftsstelle - Tel. 79 01 66-0

Sporthalle Triftstraße 43

21075 Hamburg, ST Heimfeld

Reha Orthopädie

Di. 19:30 - 20:15 (R-41-37)

Geschäftsstelle - Tel. 79 01 66-0

Sporthalle Elfenwiese

21077 Hamburg, ST Marmsdorf

TV Lokstedt von 1892 e.V.

Ambulanter Rehasport Orthopädie

Mi. 08:30 - 09:30 (R-32-03)

Fr. 11:30 - 12:30 (R-32-02)

Fr. 12:30 - 13:30 (R-32-04)

Frau Sönnichsen - Tel. 56 48 70

Vereinshalle Döhrntwiete 20

22529 Hamburg, ST Lokstedt

Verein für Gesundheit & Vitalität

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 13:00 - 13:45 (R-76-01)

Mi. 18:00 - 18:45 (R-76-02)

Do. 12:00 - 13:00 (R-76-03)

Frau Toth - Tel. 53 93 17 97

B&H Fitnessclubs GmbH,

Krohnstieg 41 - 43

22415 Hamburg, ST Langenhorn

Wirbelsäulengymnastik

Di. 12:00 - 12:45 (R-76-06)

Di. 13:00 - 13:45 (R-76-04)

Do. 14:00 - 14:45 (R-76-05)

Frau Toth - Tel. 53 93 17 97

Sporting-Live Fitness-Oase GmbH &

Co., Robert-Koch-Str. 26

20249 Hamburg, ST Eppendorf

Wir bringen für Sie den Ball ins Rollen!

Sie mögen ein Leben in Bewegung, aber gerade läuft es nicht rund?

Wir bieten eine breite Palette an
Dienstleistungen:

- Wohnen ambulant und stationär
- Bildung, Beschäftigung und Qualifizierung
- Kontakte im Stadtteil
- Umgang mit Behörden
- Hilfestellung beim Aufbau von Freundschaften/Partnerschaften
- Bewältigung des Alltages

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf!
Wir freuen uns auf Sie.

alsterdorf assistenz west gGmbH
Dienstleistungen für Menschen
mit Behinderung

Max-Brauer-Allee 50
22765 Hamburg
Telefon 040 . 35 74 81 12
www.alsterdorf-assistenz-west.de

alsterdorf assistenz west

Das Leben ist anders. Wir auch.

Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie e.V.

Gymnastik, Funktionstraining

Mo. 18:00 - 20:00 (R-75-01)

Mi. 18:00 - 20:00 (R-75-02)

Funktionsgymnastik

Mo. 10:00 - 10:45 (R-75-11)

Mo. 14:00 - 14:45 (R-75-12)

Mi. 11:00 - 11:45 (R-75-09)

Fr. 15:00 - 15:45 (R-75-10)

Rehasport, Funktionsgymnastik

Mo. 09:00 - 09:45 (R-75-13)

Di. 20:00 - 20:45 (R-75-14)

Fr. 10:00 - 10:45 (R-75-15)

Fr. 19:00 - 19:45 (R-75-16)

Herr Droese - Tel. 50 79 70-00

STC Walddörfer, Wiesenkamp 22 b-c

22359 Hamburg, ST Volksdorf

Funktionelle Gymnastik,

Bewegungsspiele

Di. 14:00 - 15:30 (R-75-05)

Frau Cremer - Tel. 50 79 70-00

STC Walddörfer, Wiesenkamp 22 b-c

22359 Hamburg, ST Volksdorf

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 11:00 - 12:00 (R-75-18)

Do. 11:00 - 12:00 (R-75-19)

Herr Droese - Tel. 50 79 70 00

Di. 19:00 - 20:00 (R-75-20)

Do. 19:00 - 20:00 (R-75-21)

Frau Voigt - Tel. 50 79 70-00

STC Walddörfer, Wiesenkamp 22 b-c

22359 Hamburg, ST Volksdorf

Wirbelsäulengymnastik,

Gelenkschule

Di. 15:15 - 16:00 (R-75-24)

Do. 17:30 - 18:15 (R-75-25)

Frau Cremer - Tel. 6 94 01 59

Reha am Kaifu, Bundesstr. 107b
20144 Hamburg, ST Eimsbüttel

VfL Hamburg v. 1893 e.V.

Reha-Sport Orthopädie

Mi. 15:30 - 16:30 (R-36-02)

Sportbüro - Tel. 2 79 83 77

Barmbeker Str. 62

22303 Hamburg, ST Winterhude

Reha-Sport Orthopädie

Di. 19:00 - 20:00 (R-36-03)

Sportbüro - Tel. 2 79 83 77

Sporthalle Fremdsprachenschule

Barmbeker Str. 32

22303 Hamburg, ST Winterhude

Wandsbeker TB von 1861 J.P.

Gutes für den Rücken

Do. 18:30 - 19:30 (R-23-02)

Frau Sommer - Tel. 68 68 46

WTB-Sporthalle, Gustav-Adolf-Str. 1

22043 Hamburg, ST Marienthal

Rückenfit

Mi. 19:45 - 20:45 (R-23-03)

Frau Sommer - Tel. 68 68 46

Fitnesshalle des WTB,

Gustav-Adolf-Straße 1

22041 Hamburg, ST Wandsbek

Wedeler TSV e.V.

Gelenk- und Arthrose-Sport

Do. 09:30 - 10:30 (R-33-07)

Frau Borchers - Tel. 0 41 03-22 00

Gymnastikraum Bekstr. 22

22880 Wedel

Rehasport für orthopädische Erkrankungen

Mo. 11:00 - 12:00 (R-33-15)

Do. 17:30 - 18:30 (R-33-16)

Frau Borchers - Tel. 0 41 03-22 00

TSV Vereinszentrum, Bekstr. 22

22880 Wedel

Rehasport für orthopädische Erkrankungen

Do. 11:00 - 12:00 (R-33-17)

Frau Borchers - Tel. 0 41 03-22 00

TSV-Halle Schulauer Str. 65

22880 Wedel

Rücken-Reha

Mi. 10:15 - 11:15 (R-33-19)

Do. 18:30 - 19:30 (R-33-20)

Frau Ufer - Tel. 0 41 03-22 00

Vereinsheim, Bekstr. 22

22880 Wedel

Yours! e.V.

Integrationsgymnastik Orthopädie

Mi. 15:00 - 15:45 (R-132-06)

Mi. 16:00 - 16:45 (R-132-01)

Rückenfunktionsgymnastik

Do. 10:20 - 11:05 (R-132-02)

Do. 11:30 - 12:15 (R-132-03)

Reha-Rückengymnastik

Fr. 16:00 - 16:45 (R-132-04)

Fr. 17:00 - 17:45 (R-132-05)

Frau Kähler-Treder -

Tel. 0 41 05-67 04 87

Bremer Str. 320

21077 Hamburg, ST Marmsdorf

SCHWIMMEN/WASSERGYMNASTIK

Berufsförderungswerk Hamburg GmbH

Wassergymnastik

Mo. 09:30 - 10:30 (R-81-06)

Mo. 16:15 - 17:15 (R-81-05)

Di. 09:30 - 10:30 (R-81-07)

Di. 16:30 - 17:15 (R-81-10)

Mi. 09:30 - 10:30 (R-81-08)

Do. 17:15 - 18:15 (R-81-09)

Herr Harnisch-Schwerdt,

Tel. 6 45 81 17 30

Schwimmhalle BFW

August-Krogmann-Str. 52

22159 Hamburg, ST Farmsen-Berne

BSG Süderelbe e.V.

Wassergymnastik

Do. 17:00 - 18:00 (R-04-02)

Herr Scholven - Tel. 7 01 79 13

Hallenbad Ernst-Moritz-Arndt-Str.

21629 Neu Wulmsdorf

BSG Wilhelmsburg + Harburg e.V.

Wassergymnastik

Mo. 17:30 - 19:30 (R-03-02)

Di. 17:30 - 19:30 (R-03-03)

Fr. 16:30 - 18:30 (R-03-04)

Frau Spruth - Tel. 77 55 92

Schwimmhalle Schule Elfenwiese 3

21077 Hamburg, ST Marmsdorf

Wassergymnastik

Mi. 19:00 - 19:45 (R-03-06)

Frau Spruth - Tel. 77 55 92

Inselpark Schwimmhalle

Kurt-Emmerich-Platz 12

21109 Hamburg, ST Wilhelmsburg

fitness and friends Deutschland

Aqua-Reha Orthopädie

Mo. 10:00 - 11:00 (R-74-14)

Mi. 15:00 - 16:00 (R-74-08)

Do. 16:00 - 17:00 (R-74-06)

Fr. 12:10 - 13:10 (R-74-15)

Herr Herzog - Tel. 52 01 66 11

Friedrich-Ebert-Damm 128

22047 Hamburg, ST Wandsbek

gesund + munter e.V.

Wassergymnastik

Mo. 14:30 - 15:30 (R-17-11)

Mo. 15:30 - 16:30 (R-17-08)

Mo. 16:30 - 17:30 (R-17-04)

Mo. 17:30 - 18:30 (R-17-05)

Mo. 18:30 - 19:30 (R-17-09)

Mi. 09:30 - 10:30 (R-17-01)

Mi. 10:30 - 11:30 (R-17-02)

Mi. 11:30 - 12:30 (R-17-03)

Do. 13:00 - 14:00 (R-17-06)

Do. 14:00 - 15:00 (R-17-07)

Do. 15:00 - 16:00 (R-17-10)

Frau Vick - Tel. 0170-3 84 76 48

Domizil, Reichsbahnstr. 20

22525 Hamburg, ST Eidelstedt

Hamburger SV e.V.,

Abt. Gesundheitssport

Reha-Wassergymnastik

Do. 15:00 - 15:45 (R-05-103)

Do. 15:45 - 16:30 (R-05-104)

Herr Warnck - Tel. 51 19 57 21

Elixia, Gymnastikbecken, Essener Str. 4

22419 Hamburg, ST Langenhorn

Hamburger Turnerschaft von 1816

Aqua-Gymnastik

Mo. 13:45 - 14:30 (R-18-13)

Di. 17:00 - 17:45 (R-18-16)

Sportbüro - Tel. 25 17 49-20

Schwimmhalle, Seeadlerstieg

22119 Hamburg, ST Billstedt

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Wassergymnastik und Schwimmen

Do. 20:00 - 20:50 (R-01-24)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Schwimmhalle Neugrabener Markt 9

21149 Hamburg, ST Hausbruch

Schwimmen

Do. 19:00 - 20:00 (R-01-17)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Bille Bad Bergedorf, Reetwerder 25

21029 Hamburg, ST Bergedorf

Schwimmen und Wassergymnastik

Mo. 20:00 - 20:50 (R-01-10)

Fr. 12:45 - 13:45 (R-01-04)

Wassergymnastik Orthopädie

Fr. 12:15 - 13:00 (R-01-27)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Schwimmhalle Budapeststr. 29

20359 Hamburg, ST Sankt Pauli

Schwimmen und Wassergymnastik

Mi. 20:00 - 20:50 (R-01-11)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Elbgastr. 110

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

Integrationssport mit

Wassergymnastik und Schwimmen

(orthop. Erkrankungen)

Fr. 19:00 - 20:00 (R-01-13)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Schwimmhalle des Berufsförderungs-

werks

August-Krogmann-Str. 52

22159 Hamburg, ST Farmsen-Berne

Schwimmen und Wassergymnastik

Mo. 19:00 - 19:50 (R-01-08)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Schwimmbad Wendemuthstr.

22041 Hamburg, ST Wandsbek

Schwimmen

Fr. 18:00 - 19:00 (R-01-28)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Schwimmhalle Inselpark Wilhelms-

burg, Kurt-Emmerich-Platz 12

21109 Hamburg, ST Wilhelmsburg

Schwimmen und Wassergymnastik

Mi. 20:00 - 21:00 (R-01-09)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Schwimmbad Bondenwald

Friedrich-Ebert-Str. in Hamburg

22459 Hamburg, ST Niendorf

Integrationssport mit

Wassergymnastik und Schwimmen

Di. 15:30 - 16:30 (R-01-22)

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

Bartholomäusstraße 95

22083 Hamburg, ST Barmbek-Süd

Medizinische Fitness- und Wellness

GmbH - Hamburg vital

Bewegungsbad

Di. 16:00 - 16:45 (R-50-45)

Mi. 15:30 - 16:15 (R-50-09)

Do. 16:00 - 16:45 (R-50-11)

Frau Sander - Tel. 7 66 55 06

Reha-Zentrum Harburg, Sand 18-22

21073 Hamburg, ST Harburg

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Wassergymnastik

Fr. 18:00 - 19:00 (R-44-15)

Herr Soldat - Tel. 55 42 16 25

Sachsenweg 78

22455 Hamburg, ST Niendorf

RBS Elbgemeinden e.V.

Warmwassergymnastik

Mo. 18:45 - 19:30 (R-02-03)

Mo. 19:30 - 20:15 (R-02-04)

Mo. 20:15 - 21:00 (R-02-06)

Frau Martinek - Tel. 87 19 47

TABEA-Bad, Am Isfeld 19

22589 Hamburg, ST Osdorf

Wassergymnastik, Schwimmen

Do. 19:00 - 20:00 (R-02-07)

Frau Martinek - Tel. 87 19 47

Clausewitz Kaserne, Manteufelstr. 20

22587 Hamburg, ST Iserbrook

Rehavitel-Gesundheitssport Hamburg e.V.

Warmwassergymnastik

Mo. 11:30 - 12:15 (R-73-51)

Mo. 12:00 - 12:45 (R-73-52)

Mo. 12:30 - 13:15 (R-73-53)

Mo. 13:00 - 13:45 (R-73-54)

Mo. 13:30 - 14:15 (R-73-55)

Mo. 14:00 - 14:45 (R-73-56)

Di. 13:00 - 13:45 (R-73-57)

Di. 13:30 - 14:15 (R-73-58)

Di. 14:00 - 14:45 (R-73-59)

Mi. 19:45 - 20:30 (R-73-63)

Mi. 20:15 - 21:00 (R-73-64)

Mi. 20:45 - 21:30 (R-73-65)

Fr. 11:30 - 12:15 (R-73-71)

Fr. 12:00 - 12:45 (R-73-74)

Fr. 12:30 - 13:15 (R-73-75)

Fr. 13:00 - 13:45 (R-73-76)

Fr. 13:30 - 14:15 (R-73-77)

Vereinsbüro -Tel. 50 77 37 21

Schwimmhalle Surenland

Bramfelder Weg 121

22159 Hamburg, ST Farmsen

Warmwassergymnastik

Mi. 08:00 - 08:45 (R-73-60)

Mi. 08:30 - 09:15 (R-73-61)

Mi. 09:00 - 09:45 (R-73-62)

Mi. 09:30 - 10:15 (R-73-66)

Do. 08:00 - 08:45 (R-73-67)

Do. 08:30 - 09:15 (R-73-68)

Fr. 08:00 - 08:45 (R-73-72)

Fr. 08:30 - 09:15 (R-73-73)

Vereinsbüro - Tel. 50 77 37 21

Schwimmhalle Eberhofweg

Eberhofweg 63

22415 Hamburg, ST Langenhorn

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Reha-Aqua-Gymnastik

Mo. 17:45 - 18:30 (R-70-13)

Mo. 18:30 - 19:15 (R-70-11)

Mo. 19:15 - 20:00 (R-70-12)

Sa. 09:30 - 10:15 (R-70-17)

Sa. 10:15 - 11:00 (R-70-18)

Sa. 11:00 - 11:45 (R-70-19)

So. 10:30 - 11:15 (R-70-20)

So. 11:15 - 12:00 (R-70 21)

Herr Mems -Tel. 3 00 62 99-202

Lehrschwimmbecken Eberhofweg 63,

22415 Hamburg, ST Langenhorn

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Orthopädische Wassergymnastik

Di. 13:00 - 13:45 (R-22-64)

Di. 13:45 - 14:30 (R-22-65)

Di. 14:30 - 15:15 (R-22-66)

Wassergymnastik

Mo. 14:30 - 15:15 (R-22-36)

Mo. 15:15 - 16:00 (R-22-37)

Mo. 16:00 - 16:45 (R-22-38)

Do. 12:00 - 12:45 (R-22-50)

Do. 12:45 - 13:30 (R-22-51)

Do. 13:30 - 14:15 (R-22-52)

Herr Dommasch - Tel. 040-57 00 07 15

Stadteilschule Eidelstedt

Lohkampstr. 145

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Wassergymnastik

Di. 12:45 - 13:30 (R-43-58)

Di. 15:00 - 15:45 (R-43-53)

Di. 14:15 - 15:00 (R-43-54)

Di. 13:30 - 14:15 (R-43-55)

Mi. 09:45 - 10:30 (R-43-11)

Mi. 10:35 - 11:20 (R-43-06)

Mi. 11:25 - 12:15 (R-43-34)

Mi. 12:15 - 13:00 (R-43-42)

Fr. 09:30 - 10:15 (R-43-02)

Fr. 10:20 - 11:05 (R-43-03)

Fr. 11:25 - 12:10 (R-43-05)

Fr. 12:15 - 13:00 (R-43-35)

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

Sportwerk Hagenbeckstr. 124

22527 Hamburg, ST Stellingen

Warmwassergymnastik

Fr. 18:00 - 18:45 (R-43-15)

Fr. 18:45 - 19:30 (R-43-25)

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

Bewegungsbad Albertinenhaus

Sellhoopsweg 18-22

22459 Hamburg, ST Schnelsen

Wassergymnastik

Fr. 10:00 - 10:45 (R-43-33)

Fr. 11:15 - 12:00 (R-43-51)

Fr. 12:00 - 12:45 (R-43-44)

Fr. 12:45 - 13:30 (R-43-45)

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

Schwimmschule Niendorf

Paul-Sorge-Straße 133-135

22455 Hamburg, ST Niendorf

Wassergymnastik

Do. 20:00 - 20:45 (R-43-26)

Fr. 18:30 - 19:15 (R-43-49)

Fr. 19:15 - 20:00 (R-43-50)

Warmwassergymnastik

Do. 18:30 - 19:15 (R-43-36)

Do. 19:15 - 20:00 (R-43-37)

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

Bewegungsbad Residenz Mühlenau,

Reichsbahnstr. 20

22525 Hamburg, ST Eidelstedt

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Reha-Wassergymnastik

Mi. 10:00 - 10:45 (R-35-69)

Mi. 13:00 - 13:45 (R-35-37)

Do. 12:30 - 13:15 (R-35-08)

Do. 18:30 - 19:15 (R-35-12)

Fr. 19:15 - 20:00 (R-35-38)

Reha-Wassergymnastik Orthopädie

Mo. 10:45 - 11:30 (R-35-62)

Mo. 12:15 - 13:00 (R-35-63)

Mi. 10:45 - 11:30 (R-35-70)

Fr. 18:30 - 19:15 (R-35-64)

Herr Tilly - Tel. 72 54 95 16

TSG Sportforum,

Billwerder Billdeich 607

21033 Hamburg, ST Bergedorf

Reha-Wassergymnastik (Gelenke)

Mo. 09:00 - 09:45 (R-35-20)

Di. 15:00 - 15:45 (R-35-44)

Mi. 15:00 - 15:45 (R-35-35)

Do. 09:00 - 09:45 (R-35-19)

Reha-Wassergymnastik (Rücken)

Mo. 09:45 - 10:30 (R-35-21)

Di. 15:45 - 16:30 (R-35-45)

Do. 09:45 - 10:30 (R-35-22)

Fr. 09:00 - 09:45 (R-35-32)

Fr. 10:45 - 11:30 (R-35-50)

Rezeption - Tel. 7 25 75-140

Praxis-Klinik Bergedorf

Alte Holstenstraße 2

21031 Hamburg, ST Bergedorf

TuS Harburg-Wilhelmsburg v. 1894 e.V.

Aqua-Reha Rücken & Co

Mo. 10:45 - 11:30 (R-41-50)

Mo. 12:15 - 13:00 (R-41-14)

Mo. 13:00 - 13:45 (R-41-21)

Mo. 19:00 - 19:45 (R-41-22)

Mo. 19:45 - 20:30 (R-41-59)

Di. 07:45 - 08:30 (R-41-23)

Di. 08:30 - 09:15 (R-41-39)

Di. 09:15 - 10:00 (R-41-46)

Di. 12:15 - 13:00 (R-41-47)

Mi. 11:30 - 12:15 (R-41-24)

Mi. 10:45 - 11:30 (R-41-51)

Mi. 12:15 - 13:00 (R-41-42)

Mi. 13:00 - 13:45 (R-41-41)

Mi. 19:45 - 20:30 (R-41-54)

Do. 09:15 - 10:00 (R-41-43)

Do. 13:00 - 13:45 (R-41-28)

Fr. 10:00 - 10:45 (R-41-60)

Fr. 10:45 - 11:30 (R-41-49)

Fr. 11:30 - 12:15 (R-41-44)

Fr. 18:15 - 19:00 (R-41-45)

Fr. 19:00 - 19:45 (R-41-56)

Geschäftsstelle - Tel. 79 01 66-0

Bewegungsbad, Bostelbeker Damm 2

21079 Hamburg, ST Heimfeld

Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie e.V.

Wassergymnastik

Mo. 18:00 - 19:00 (R-75-22)

Do. 18:00 - 19:00 (R-75-23)

Frau Droese - Tel. 50 79 70-00

STC Walddörfer, Wiesenkamp 22 b-c

22359 Hamburg, ST Volksdorf

Gesundheits- und Rehabilitationssport im Verein!



ProReha aktiv Hamburg e.V.

c/o RZH Reha-Zentrum im Hammonia Bad GmbH

Lerchenfeld 14 • 22081 Hamburg

Tel. (0 40) 28 410 28-0

Fax (0 40) 28 410 28-20

E-Mail: rezeption@reha-hammonia-bad.de

Gymnastikkurse, z. B.:

- Wirbelsäulengymnastik
- Hockergymnastik
- Rund um Fit
- Fit ab 70

Gerätetraining
für Rehasportler zum Vorzugspreis!

ASTHMA-/LUNGENSport (auch im Wasser)

1. SC Norderstedt e.V.

Lungensport

Mo. 17:15 - 18:30 (R-24-01)
Frau Nafzger - Tel. 51 32 30 93
Turnhalle Grundschule Niendorfer Str.
22848 Norderstedt

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

Lungensport

Mi. 15:00 - 16:00 (R-19-01)
Mi. 16:00 - 17:00 (R-19-02)
Herr Lemm - Tel. 67 59 50 84
AMTV-Zentrum, Rahlstedter Str. 159
22143 Hamburg, ST Rahlstedt

Atem-Sport-Hamburg e.V.

Lungensport

Mo. 13:45 - 14:30 (R-47-13)
Mo. 15:15 - 16:00 (R-47-14)
Mo. 16:45 - 17:30 (R-47-07)
Mo. 18:15 - 19:00 (R-47-08)
Di. 09:45 - 10:30 (R-47-11)
Di. 15:30 - 16:15 (R-47-01)
Di. 16:45 - 17:30 (R-47-02)
Di. 18:15 - 19:00 (R-47-16)
Mi. 15:30 - 16:15 (R-47-03)
Mi. 16:45 - 17:30 (R-47-04)
Mi. 18:15 - 19:00 (R-47-05)
Mi. 18:15 - 19:00 (R-47-17)
Do. 15:30 - 16:15 (R-47-09)
Do. 16:45 - 17:30 (R-47-15)
Do. 18:15 - 19:00 (R-47-10)
Fr. 15:30 - 16:15 (R-47-06)
Fr. 16:45 - 17:30 (R-47-12)
Frau Klempin - Tel. 88 30 69 69
Atem-Sport-Hamburg e.V., Jungestr. 10
20535 Hamburg, ST Hamm-Nord

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Lungensportgruppe

Do. 18:00 - 19:00 (R-49-06)
Frau Meins - Tel. 040-6 41 41 44
Sporthalle Schule Hegholt 44
22179 Hamburg, ST Bramfeld

Lungensportgruppe

Di. 15:00 - 15:45 (R-49-11)
Frau Horstmann - Tel. 63 64 72 35
Info-Sprechstunde Di. 16:00-17:00
GESundFIT, Erich-Ziegel-Ring 44
22179 Hamburg, ST Bramfeld

Duvenstedter SV von 1969 e.V.

Reha für Lungensport

Mi. 17:30 - 18:45 (R-11-03)
Tel. 6 07 19 69 (Geschäftsstelle)
Sporthalle der Grundschule
Duvenstedt, Duvenstedter Markt 10
22397 Hamburg, ST Duvenstedt

Lungensport II

Do. 09:45 - 11:00 (R-11-14)
Tel. 6 07 19 69 (Geschäftsstelle)
Max-Kramp-Haus,
Duvenstedter Markt 8
22397 Hamburg, ST Duvenstedt

Fitness-Studio City-Nord

Reha-Lungensport

Mi. 12:15 - 13:00 (R-93-06)
Fr. 16:30 - 17:15 (R-93-07)
Frau Chahbaznia-Zietz - Tel. 6 32 33 66
Überseering 5
22297 Hamburg, ST Winterhude

Gesundheitssport Hamburg e.V.

Lungensport

Mi. 08:30 - 09:30 (R-48-29)

Büro - Tel. 50 10 41

Juka Dojo Sportcenter

Hummelsbütteler Landstr. 98

22339 Hamburg, ST Hummelsbüttel

Hamburger SV e.V.

Abt. Gesundheitssport

Lungensport

Mo. 15:00 - 16:00 (R-05-102)

Herr Warnck - Tel. 51 19 57 21

HSV-Sportanlage Ulzburger Str. 94

22850 Norderstedt

Hamburger Turnerschaft von 1816

Lungensport

Do. 11:45 - 13:00 (R-18-21)

Do. 13:15 - 14:30 (R-18-03)

Sportbüro - Tel. 25 17 49-20

Sportzentrum HT 16, Sievekingdamm 7

20535 Hamburg, ST Hamm-Nord

Harburger TB von 1865 e.V.

Lungensport

Do. 09:15 - 10:15 (R-55-01)

Do. 10:30 - 11:30 (R-55-03)

Fr. 09:15 - 10:15 (R-55-09)

Geschäftsstelle - Tel. 79 14 33 23

Vahrenwinkelweg 28

21075 Hamburg, ST Heimfeld

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Lungensport

Mo. 16:00 - 17:30 (R-69-01)

Tel. 70 38 24 35 (Geschäftsstelle)

HNT Vereinshalle 1,

Cuxhavener Str. 253

21149 Hamburg,

ST Neugraben-Fischbek

Lungensport

Di. 17:30 - 19:00 (R-69-20)

Tel. 70 38 24 35 (Geschäftsstelle)

Hausbrucher Bahnhofstr. 19

21147 Hamburg, ST Hausbruch

Lungensport

Di. 11:30 - 12:30 (R-69-18)

Tel. 70 38 24 35 (Geschäftsstelle)

FitHus, Am Johannisland 3

21147 Hamburg, ST Hausbruch

Meiendorfer SV von 1949 e.V.

Atemwegserkrankungen

Do. 10:00 - 11:00 (R-95-01)

Frau Settler - Tel. 6 78 80 82

Finnmarkring 12a, Raum 2

22145 Hamburg, ST Meiendorf

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Lungensport

Di. 17:30 - 19:00 (R-44-01)

Frau Putensen - Tel. 55 42 16 75

E-Mail: putensen@ntsv.de

Halle Bindfeldweg 37

22459 Hamburg, ST Niendorf

Lungensport

Mo. 13:45 - 15:00 (R-44-04)

Frau Putensen - Tel. 55 42 16 75

E-Mail: putensen@ntsv.de

Waldsporthalle Lokstedter Holt 46

22453 Hamburg, ST Niendorf

Lungensport

Di. 18:15 - 19:30 (R-44-14)

Frau Putensen - Tel. 55 42 16 75

E-Mail: putensen@ntsv.de

Sporthalle Burgunderweg 2

22453 Hamburg, ST Niendorf

Lungensport

Di. 16:30 - 17:45 (R-44-20)
Frau Putensen - Tel. 55 42 16 75
E-Mail: putensen@ntsv.de
Kleine Sporthalle Bindfeldweg 37
22459 Hamburg, ST Niendorf

Physio Fit Lurup GmbH

Asthma-/Lungensport

Di. 09:00 - 09:45 Uhr (R-130-06)
Do. 17:00 - 17:45 Uhr (R-130-07)
Rezeption - Tel. 41 42 27 20
Luruper Hauptstr. 247
22547 Hamburg, ST Lurup

Physiotherapie Wencke Dossmann

Lungensport

Di. 11:00 - 12:00 (R-52-02)
Mi. 10:00 - 11:00 (R-52-01)
Frau Dossmann - Tel. 60 01 33 60
Stadtbahnstr. 43
22393 Hamburg, ST Sasel

Praxis für Physiotherapie und Prävention Carla Hövelmann-Bock

Lungensport

Di. 14:30 - 16:00 (R-77-01)
Do. 14:30 - 16:00 (R-77-02)
Frau Hövelmann-Bock -
Tel. 69 21 44 46
Moorhof 7
22399 Hamburg, ST Poppenbüttel

Rissener SV von 1949 e.V.

Lungensport

Di. 11:15 - 12:15 (R-96-02)
Do. 18:30 - 19:30 (R-96-05)
Geschäftsstelle - Tel. 81 27 46
Marschweg 75
22559 Hamburg, ST Rissen

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Lungensport

Sa. 10:30 - 11:45 (R-70-01)
Sa. 11:45 - 13:00 (R-70-02)
Herr Mems - Tel. 3 00 62 99-202
Schlehdornweg 10
22335 Hamburg, ST Fuhlsbüttel

SC Poppenbüttel von 1930 e.V.

Lungensport

Di. 12:15 - 13:30 (R-27-10)
Di. 13:45 - 15:00 (R-27-02)
Mi. 13:45 - 15:00 (R-27-08)
Do. 09:45 - 11:00 (R-27-17)
Do. 12:15 - 13:30 (R-27-01)
Herr Schönke - Tel. 6 06 14 14
Sporthalle Eichenredder 8
22399 Hamburg, ST Poppenbüttel

SGR Asklepios e.V. Bad Schwartau

Lungensport

Di. 09:00 - 10:00 (R-97-03)
Do. 13:00 - 14:00 (R-97-27)
Fr. 11:00 - 12:00 (R-97-04)
Herr Kutschke - Tel. 81 91-43 00
Asklepios Gesundheitszentrum Rissen
Suurheid 20
22559 Hamburg, ST Rissen

Lungensport

Di. 14:15 - 15:00 (R-97-116)
Fr. 10:00 - 10:45 (R-97-117)
Büro - Tel. 040-18 18 86 26 55
Asklepios Gesundheitszentrum Har-
burg, Eißendorfer Pferdeweg 52
21075 Hamburg, ST Harburg

Sportline Fitness und Soccer GmbH

Lungensport

Fr. 10:00 - 10:45 (R-103-07)
Frau Wichelmann - Tel. 040-7 02 40 99
Am Neugrabener Bahnhof 34
21149 Hamburg, ST Hausbruch

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Lungensport

Di. 14:00 - 14:55 (R-22-22)
Do. 13:15 - 14:00 (R-22-56)

Atemgymnastik

Mo. 11:00 - 11:45 (R-22-39)
Herr Dommasch - Tel. 040-57 00 07 15
Gesund Aktiv-Zentrum Redingskamp 25
22523 Hamburg, ST Eidelstedt

Lungensport

Mi. 18:15 - 19:00 (R-22-01)
Herr Dommasch-Tel. 040-57 00 07 15
Theodor-Haubach-Schule
Haubachstr. 53
22765 Hamburg, ST Altona-Nord

SV Großhansdorf e.V.

Lungensport

Do. 14:00 - 15:00 Gymnastik
(R-16-05)
Do. 15:00 - 16:00 Schwimmen
(R-16-04)
Do. 16:00 - 17:00 Gymnastik
(R-16-03)
Do. 16:00 - 17:00 Gymnastik
(R-16-06)
Do. 17:00 - 18:00 Gymnastik
(R-16-01)
Do. 18:15 - 19:00 Schwimmen
(R-16-02)

Frau Francke - Tel. 0 41 02-60 12 43
Krankenhaus Großhansdorf

Schwimmhalle/Turnhalle

Wöhrendamm 80
22927 Großhansdorf

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Asthma-/Lungensport

Mi. 16:00 - 17:00 (R-43-40)
Mi. 17:00 - 18:00 (R-43-41)
Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00
Sportzentrum GWE, Lutterothstr. 43
22527 Hamburg, ST Eimsbüttel

Asthma-/Lungensport

Mo. 09:00 - 10:00 (R-43-56)
Mo. 10:00 - 11:00 (R-43-52)
Mo. 11:00 - 12:00 (R-43-57)
Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00
Bewegungsraum
Julius-Vosseler-Str. 195
20527 Hamburg, ST Lokstedt

SV Nettelburg/Allermöhe von 1930 e.V.

Lungensport

Di. 18:30 - 19:30 (R-39-02)
Di. 19:30 - 20:30 (R-39-01)
Frau Spychalla - Tel. 7 35 32 00
Schulsporthalle Fiddingshagen 11
21035 Hamburg, ST Nettelburg

Tanzbrücke Hamburg e.V.

Lungensport

Mi. 13:00 - 14:00 (R-40-01)
Frau Dergatcheva - Tel. 6 06 40 30
Bramfelder Str. 116-118
22305 Hamburg, ST Barmbek-Nord

Treffpunkt Bewegung Hamburg e.V.

Sport bei Lungenerkrankungen

Do. 08:30 - 09:15 (R-114-13)

Tel. 57 20 40 10

Frohmestraße 11

22457 Hamburg, ST Schnelsen

TSC Wellingsbüttel von 1937 e.V.

Asthma-Sport

Mo. 16:00 - 17:00 (R-15-01)

Mo. 17:00 - 18:00 (R-15-02)

Geschäftsstelle - Tel. 6 40 11 14

Mehrzweckhalle der Schule Strenge 5

22391 Hamburg, ST Wellingsbüttel

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Asthma- + Lungensport

Mo. 19:00 - 20:00 (R-35-01)

Di. 17:00 - 17:45 (R-35-14)

Frau Remhof - Tel. 7 21 77 74

Lungensport

Fr. 09:00 - 09:45 (R-35-54)

Fr. 09:45 - 10:30 (R-35-55)

Frau Derwahl - Tel. 72 41 01 68

TSG-Sportzentrum, Bult 8

21029 Hamburg, ST Bergedorf

Turnerbund Hamburg-Eilbeck e.V.

(TH-Eilbeck)

Lungensport

Mo. 11:00 - 12:00 (R-25-06)

Mo. 12:15 - 13:30 (R-25-07)

Di. 12:00 - 13:00 (R-25-13)

Geschäftsstelle - Tel. 20 37 04

Turnhalle Eilbek, Ritterstr. 9

22089 Hamburg, ST Eilbek

Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie e.V.

Lungensport

Mo. 17:30 - 18:30 (R-75-07)

Di. 14:30 - 16:30 (R-75-03)

Mi. 15:00 - 16:30 (R-75-06)

Do. 14:30 - 16:30 (R-75-04)

Frau Cremer - Tel. 50 79 70-00

STC Walddorfer, Wiesenkamp 22 b-c

22359 Hamburg, ST Volksdorf

Walddorfer SV von 1924 e.V.

Lungensport (COPD)/Atemtraining

Gymnastiksaal 3

Di. 12:15 - 13:15 (R-46-02)

Lungensport - Fit zum Atmen -

Fit zum Leben

Gymnastiksaal II

Fr. 09:30 - 10:30 (R-46-03)

Walddorfer SV - Tel. 64 50 62-0

Halenreie 32-34

22359 Hamburg, ST Volksdorf

Wedeler TSV e.V.

Lungen Asthma-Sport

Mi. 09:00 - 10:00 (R-33-10)

Herr Grosse - Tel. 0 41 03-22 00

TSV Halle, Schulauer Straße

22880 Wedel

SPORT IN DER KREBSNACHSORGE (auch im Wasser)

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Therapiesportgruppe

Do. 17:00 - 18:00 (R-49-01)
Frau Meins - Tel. 040-6 41 41 44
Sporthalle Schule Hegholt 44
22179 Hamburg, ST Bramfeld

Eimsbütteler TV e.V.

Beckenbodentraining für Frauen

Di. 18:00 - 19:00 (R-30-15)

Von Mann zu Mann -

Beckenbodentraining für Männer

Sa. 10:00 - 11:00 (R-30-12)
Frau Raeder - Tel. 40 17 69 54
ETV-Sportzentrum, Bundesstr. 96
20144 Hamburg, ST Eimsbüttel

Hamburger Turnerschaft von 1816

Sport in der Krebsnachsorge

Mo. 15:00 - 16:30 (R-18-06)
Sportbüro - Tel. 25 17 49-20
Sportzentrum HT 16, Sievekingdamm 7
20535 Hamburg, ST Hamm-Nord

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Beckenbodengymnastik für Männer

Mo. 18:30 - 19:30 (R-01-18)
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
Ehstorfer Weg 14
21075 Hamburg, ST Eißendorf

Medizinische Fitness- und Wellness GmbH - Hamburg vital

„Ballance Vital“ - Bewegungstherapie nach Brustkrebserkrankungen

Do. 14:00 - 14:45 (R-50-58)
Frau Sander - Tel. 7 66 55 06
Sportspañ, Harburger Ring 10
21073 Hamburg, ST Harburg

Meiendorfer SV von 1949 e.V.

Krebserkrankungen

Do. 12:00 - 13:00 (R-95-03)
Frau Settler - Tel. 6 78 80 82
Finnmarkring 12a, Raum 2
22145 Hamburg, ST Meiendorf

SC Poppenbüttel von 1930 e.V.

Tumornachsorge/Krebsnachsorge

Mo. 12:30 - 13:30 (R-27-06)
Herr Schöнке - Tel. 6 06 14 14
Sporthalle Eichenredder 8
22399 Hamburg, ST Poppenbüttel

SC Vier- und Marschlande v. 1899 e.V.

Krebssportgruppe

Mi. 18:00 - 19:00 (R-45-09)
Schulsporthalle Elversweg 44
Frau Albers - Tel. 7 37 38 00
21037 Hamburg, ST Ochsenwerder

Sportline Fitness und Soccer GmbH

Krebsnachsorge

Mi. 10:45 - 11:30 (R-103-06)
Frau Wichelmann - Tel. 040-7 02 40 99
Am Neugrabener Bahnhof 34
21149 Hamburg, ST Hausbruch



Unsere Standorte:

40721 Hilden (Zentrale) · 01139 Dresden · 12359 Berlin · 21107 Hamburg · 36110 Schlitz · 40721 Hilden · 76709 Kronau · 85716 Unterschleißheim · 88457 Kirchdorf/Iller · 26160 Bad Zwischenahn · A-2111 Tressdorf · CH-8712 Stäfa · CH-1122 Lausanne

www.reha.com · Kostenlose Hotline: 0800 700 9 800



Autos nach Maß für Menschen mit Handicap!

Wenn Qualität eine Frage der Beratung ist, dann kommen Sie zur REHA Group!

Die REHA Group Automotive ist DER Spezialist für exzellent angepasste, vielseitige und bedienerfreundliche Mobilitätshilfen in Kraftfahrzeugen. Überall stehen Ihnen unsere geschulten Produktberater zur Seite, die Sie vor Ort - auch bei Ihnen zu Hause - beraten.



SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Krebsnachsorge

Mi. 08:45 - 09:40 (R-22-02)

Herr Dommasch - Tel. 040-57 00 07 15

Gesund Aktiv-Zentrum,

Redingskamp 25

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Fit trotz Krebs - mit Wassergym.

Fr. 10:45 - 11:30 (R-43-31)

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

Schwimmschule Niendorf,

Paul-Sorge-Straße 133-135

22455 Hamburg, ST Niendorf

Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie e.V.

Sport in der Krebsnachsorge

Mo. 15:30 - 16:30 (R-75-08)

Frau Cremer - Tel. 50 79 70-00

STC Walddorfer, Wiesenkamp 22 b-c

22359 Hamburg, ST Volksdorf

Wandsbeker TB von 1861 J.P.

Krebsnachsorge

Do. 17:00 - 18:00 (R-23-01)

Frau Sommer - Tel. 68 68 46

WTB-Sporthalle, Gustav-Adolf-Str. 1

22043 Hamburg, ST Marienthal

Wedeler TSV e.V.

Orthopädische Krebsnachsorge

Sport für Frauen ab 55

Do. 10:30 - 11:30 (R-33-05)

Do. 11:30 - 12:30 (R-33-04)

Frau Borchers - Tel. 0 41 03-22 00

Gymnastikraum Bekstr. 22

22880 Wedel

SPORT BEI NEUROLOGISCHEN ERKRANKUNGEN

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Schlaganfallgruppe

Di. 14:30 - 16:00 (R-69-03)
Tel. 70 38 24 35 (Geschäftsstelle)
Fit Hus, Cuxhavener Str. 344
21149 Hamburg,
ST Neugraben-Fischbek

Medizinische Fitness- und Wellness GmbH - Hamburg vital

Neuro-Rehasport

Mo. 18:55 - 19:40 (R-50-89)
Do. 10:35 - 11:20 (R-50-90)
Herr Schadendorf - Tel. 5 28 24 05
Reha-Zentrum Norderstedt,
Stettiner Str. 16
22850 Norderstedt

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

MS-Sportgruppe

Fr. 17:00 - 18:00 (R-43-32)
Fr. 18:00 - 19:00 (R-43-23)
Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00
Sporthalle Lutterothstr. 43
22527 Hamburg, ST Eimsbüttel

Wedeler TSV e.V.

Parkinsongruppe

Do. 13:30 - 14:30 (R-33-09)
Frau Borchers - Tel. 0 41 03-22 00
Bekstraße 22, 22880 Wedel

Rehasport nach Schlaganfall

Do. 14:30 - 15:30 (R-33-21)
Frau Borchers - Tel. 0 41 03-22 00
Tanzsaal, Bekstr. 22
22880 Wedel

Der Reha macht es leichter.
Und das seit über 20 Jahren!



Der Reha-Einkaufsführer, seit über 20 Jahren das Nachschlagewerk für Betroffene und deren Angehörige sowie Fachleute aus der Kranken- und Altenpflege, Verbände und soziale Einrichtungen. Informationen zu allen Bedürfnissen für Menschen mit einer Behinderung oder Einschränkung. **Bestellungen unter:** www.reha-einkaufsfuehrer.de

DIABETES-SPORT

Berufsförderungswerk Hamburg GmbH

Sport für Diabeteserkrankte

Mi. 09.30 - 10.30 (R-81-02)

Mi. 10.30 - 11.30 (R-81-01)

Sport für Diabeteserkrankte

(Schwerpunkt Adipositas)

Mo. 18:15 - 19:15 (R-81-03)

Herr Harnisch-Schwerdt,

Tel. 6 45 81 17 30

Sporthalle BFW - Haus A

August-Krogmann-Str. 52

22159 Hamburg, ST Farmsen-Berne

Bramfelder SV v. 1945 e.V.

Sport bei Diabetes

Mo. 17:30 - 19:00 (R-49-02)

Herr Stürmer - Tel. 6 41 15 25

Sporthalle Schule Hegholt 44

22179 Hamburg, ST Bramfeld

FTSV Komet Blankenese v. 1907 e.V.

Diabetessport

Mo. 10:45 - 12:15 (R-91-01)

Frau Kramm - Tel. 63 65 10 60

Schenefelder Landstr. 85

22589 Hamburg, ST Blankenese

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Diabetes-Sportgruppe

Mo. 14:30 - 16:00 (R-69-02)

Tel. 70 38 24 35 (Geschäftsstelle)

Fit Hus, Cuxhavener Str. 344

21149 Hamburg,

ST Neugraben-Fischbek

Rissener SV von 1949 e.V.

Diabetessportgruppe

Di. 10:00 - 11:00 (R-96-01)

Geschäftsstelle - Tel. 81 27 46

Marschweg 75

22559 Hamburg, ST Rissen

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Diabetesgruppe

Mo. 11:00 - 12:30 (R-22-03)

Herr Dommasch - Tel. 040-57 00 07 15

Gesund-Aktiv-Zentrum,

Redingskamp 25

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

Stoffwechseltraining &

Diabetesgymnastik

Mo. 15:00 - 15:55 (R-22-67)

Mi. 16:00 - 16:55 (R-22-68)

Fr. 10:00 - 10:55 (R-22-69)

Fr. 11:00 - 11:55 (R-22-70)

Herr Dommasch - Tel. 040-57 00 07 15

Gesund-Aktiv-Zentrum,

Steinwiesenweg 30

22527 Hamburg, ST Eidelstedt

Treffpunkt Bewegung Hamburg e.V.

Diabetessportgruppe

Di. 08:30 - 09:15 (R-114-14)

Tel. 57 20 40 10

Frohmestraße 11

22457 Hamburg, ST Schnelsen

TuS Berne e.V.

Diabetes und Bewegung

Do. 15:00 - 16:30 (R-07-01)

Frau Giesselbach - Tel. 6 47 83 71

Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6

22159 Hamburg, ST Farmsen-Berne

TV Lokstedt von 1892 e.V.

Diabetes und Bewegung

Do. 11:00 - 12:30 (R-32-01)

Frau Sönnichsen - Tel. 56 48 70

Vereinshalle Döhrntwiete 20

22529 Hamburg, ST Lokstedt

VfL Hamburg von 1893 e.V.

Bewegung kontra Diabetes

Di. 10:45 - 12:15 (R-36-01)

Sportbüro - Tel. 2 79 83 77

Barmbeker Str. 62

22303 Hamburg, ST Winterhude

DANKE für die Unterstützung
bei der Herausgabe dieser Broschüre.



ROLLSTUHLSPORT (auch im Wasser)

Alstersport - Verein für inklusiven Sport in Hamburg e.V.

RollstuhlSport für Kinder

(Pos.-Nr. 604513)

Mo. 17:00 - 18:30 (R-129-01)

RollstuhlSport für Jugendliche

(Pos.-Nr. 604507)

Mo. 17:00 - 18:30 (R-129-02)

RollstuhlSport für Erwachsene

(Pos.-Nr. 604507)

Mo. 18:30 - 20:00 (R-129-03)

Rollstuhltischtennis

(Pos.-Nr. 604507)

Mo. 18:30 - 20:00 (R-129-04)

Rollstuhlrugby

(Pos.-Nr. 604507)

Mo. 20:00 - 21:30 (R-129-05)

Mi. 17:00 - 18:30 (R-129-09)

ElektrollstuhlSport für Erwachsene

(Pos.-Nr. 604507)

Mi. 17:00 - 18:00 (R-129-07)

Mi. 18:30 - 19:30 (R-129-08)

Geschäftsstelle - Tel. 46 64 00 09

Sporthalle der Kurt-Tucholsky-Schule,

Eckernförder Str. 70

22769 Hamburg, ST Altona-Nord

RollstuhlSport für Jugendliche

(Pos.-Nr. 604507)

Mi. 17:00 - 18:30 (R-129-06)
Sporthalle der Stadtteilschule am
Heidberg, Tangstedter Landstr. 300
22417 Hamburg, ST Langenhorn

Rollstuhlsport für Erwachsene
(Pos.-Nr. 604507)

Fr. 18:30 - 20:00 (R-129-14)
Sporthalle der Sprachheilschule,
Reinbeker Redder 274
21031 Hamburg, ST Lohbrügge

Rollstuhltischtennis
(Pos.-Nr. 604507)

Do. 17:00 - 18:30 (R-129-12)
Sporthalle d. Grundschule Heidhorst 16
21031 Hamburg, ST Lohbrügge

Rollstuhlrugby
(Pos.-Nr. 604507)

Do. 18:30 - 20:00 (R-129-13)
Sporthalle Gymnasium Ohmoor,
Sachsenweg 76
22455 Hamburg, ST Niendorf

Schwimmen für Kinder
(Pos.-Nr. 604513)

Mi. 17:00 - 18:30 (R-129-10)

Schwimmen für Erwachsene
(Pos.-Nr. 604507)

Mi. 18:30 - 20:00 (R-129-11)
Geschäftsstelle - Tel. 46 64 00 09
Schwimmhalle Festland, Holstenstr. 30
22767 Hamburg, ST Altona-Nord

Hamburger SV e.V.,

Abt. Rollstuhlsport

Rollstuhl-Basketball II

Mo. 18:00 - 20:00 (R-05-24)

Rollstuhl-Basketball III

Mo. 20:00 - 22:00 (R-05-25)

Sportbüro - Tel. 41 55 16 00
Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8
22337 Hamburg, ST Alsterdorf

Rollstuhl-Basketball IV

Do. 19:30 - 21:00 (R-05-08)

Sportbüro - Tel. 41 55 16 00
Sporthalle der Staatlichen Gewerbe-
schule Brekelbaums Park 10
20537 Hamburg, ST Borgfelde

Selbständig leben im Alter



Amalie Sieveking-Stiftung

Zuhause im Stiftsviertel St. Georg

- ✗ Service-Wohnen für SeniorInnen
- ✗ Tagespflege
- ✗ Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz

www.sieveking-stiftung.de

☎ 246 333



SPEZIELLE REHASPORT-ANGEBOTE

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

Gymnastik und Bewegungsspiele für Menschen mit geistiger Behinderung

(Pos.-Nr. 604507)

Di. 15:30 - 17:00 (R-19-20)

Sporthalle Heckende, Sieker Landstr. 18
22143 Hamburg, ST Rahlstedt

Sport zur Stressbewältigung (Depressionen)

Do. 19:00 - 20:30 (R-19-22)

Herr Lemm - Tel. 67 59 50 84

Rahlstedter Bahnhofstr. 7a

22143 Hamburg, ST Rahlstedt

AVK-Selbsthilfegruppe Hamburg e.V.

Gehtraining bei Gefäßerkrankung

Mi. 16:00 - 17:00 (R-110-01)

Mi. 17:00 - 18:00 (R-110-02)

Frau Riegger - Tel. 7 22 17 87

Asklepios Klinik St. Georg,

Lohmühlenstr. 5

20099 Hamburg, ST St. Georg

Eimsbütteler TV e.V.

Ballsportgruppe bei psychischen Erkrankungen

Mi. 14:00 - 15:00 (R-30-26)

Bewegungs- und Körperwahrnehmungsgruppe

Di. 14:00 - 15:00 (R-30-27)

Frau Raeder - Tel. 40 17 69 54

Bundesstraße 96

20144 Hamburg, ST Eimsbüttel

Wassergymnastik + Entspannung bei psychischer Behinderung

Mo. 13:45 - 14:45 (R-30-23)

Frau Raeder - Tel. 40 17 69 54

Turmweg 33

20148 Hamburg, ST Rotherbaum

Hamburger Turnerschaft von 1816

Sport für psychisch Erkrankte

Mo. 15:15 - 16:15 (R-18-20)

Sportbüro - Tel. 25 17 49-20

Sportzentrum HT 16, Sievekingdamm 7

20535 Hamburg, ST Hamm-Nord

Die Fachmesse für mehr Lebensqualität

www.rehab-karlsruhe.de

REHAB[®]

Rehabilitation | Therapie | Pflege | Inklusion

+++ Rehatechnik +++ Bildung & Beruf +++
 Inklusion +++ Therapie & Praxis +++ Auto
 & Reisen +++ Pflege +++ Homecare +++
 Barrierefreies Bauen & Wohnen +++
 Mobilitäts- & Alltagshilfen +++
 Neurologische Rehabilitation +++
 Orthopädietechnik +++ Selbsthilfe +++



MESSE KARLSRUHE 11. – 13. Mai 2017

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Sport mit Sehgeschädigten und Mehrfachbehinderten

Mo. 17:00 - 18.30 (R-01-02)
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
Blindenschule Borgweg 17a
22303 Hamburg, ST Winterhude

Phoenix Sport e.V.

Schwimmen (für geistig Behinderte)

Mo. 18:00 - 20:00 (R-107-01)
Frau Sonnenberg - Tel. 28 05 28 22
Bille Bad Reetwerder 25
21029 Hamburg, ST Bergedorf

Leichtathletik (für geistig Behinderte)

Mi. 18:00 - 20:00 (R-107-02)
Frau Sonnenberg - Tel. 28 05 28 22
Sportanlage Allermöhe,
Henriette-Herz-Ring
21035 Hamburg, ST Allermöhe

Rehavit-Gesundheitssport Hamburg e.V.

Psychomotorik für Menschen mit geistiger Behinderung

Mo. 15:00 - 15:45 (R-73-07)
Vereinsbüro - Tel. 50 77 37 21
theravitalis, Paul-Stritter-Weg 9
22297 Hamburg, ST Alsterdorf

SGR Asklepios e.V. Bad Schwartau Gefäßsport

Mo. 14:00 - 14:45 (R-97-118)
Di. 16:00 - 16:45 (R-97-106)
Do. 11:00 - 11:45 (R-97-107)
Do. 16:00 - 16:45 (R-97-108)
Büro - Tel. 040-18 18 86 26 55
Asklepios Gesundheitszentrum Harburg, Eißendorfer Pferdeweg 52
21075 Hamburg, ST Harburg

Treffpunkt Bewegung Hamburg e.V.

Sport bei Gefäßerkrankungen

Di. 09:30 - 10:15 (R-114-07)
Tel. 57 20 40 10
Frohmestraße 11
22457 Hamburg, ST Schnelsen

Turnerbund Hamburg-Eilbeck e.V.

(TH-Eilbeck)

Therapiesport

Mi. 16:00 - 17:00 (R-25-04)
Fr. 12:00 - 13:00 (R-25-05)
Geschäftsstelle - Tel. 20 37 04
Turnhalle Eilbeck, Ritterstr. 9
22089 Hamburg, ST Eilbek

Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie e.V.

Nierensport

Fr. 09:00 - 10:00 (R-75-17)
Herr Voigt - Tel. 50 79 70-00
STC Walddörfer Dialyse,
Wiesenkamp 22b
22359 Hamburg, ST Volksdorf

Gefäßsportgruppe

Mi. 14:00 - 15:00 (R-75-26)
Fr. 14:00 - 15:00 (R-75-27)
Herr Droese - 50 79 70-00
STC, Ambulantes Therapiezentrum
Wiesenkamp 22 b-c
22359 Hamburg, ST Volksdorf

HERZSPORT

Altrahstedter MTV von 1893 e.V.

Ambulanter Herzsport

(Pos.-Nr. 604504)

Mo. 14:30 - 15:30 (H-19-01)

Mo. 15:45 - 16:45 (H-19-02)

Di. 11:15 - 12:15 (H-19-03)

Herr Lemm - Tel. 67 59 50 84

AMTV-Zentrum, Rahlstedter Str. 159

22143 Hamburg, ST Rahlstedt

Ambulanter Herzsport

(Pos.-Nr. 604504)

Mi. 19:30 - 20:30 (H-19-04)

Mi. 20:30 - 21:30 (H-19-05)

Herr Lemm - Tel. 67 59 50 84

Sporthalle, Brockdorffstr. 64

22143 Hamburg, ST Rahlstedt

Bahrenfelder TV von 1898 e.V.

Herzsport

(Pos.-Nr. 604504)

Fr. 11:30 - 12:30 (H-26-01)

Sa. 09:00 - 10:00 (H-26-02)

Frau Prinz - Tel. 0 41 06-6 40 76 50

Bahrenfelder Chaussee 166a

22761 Hamburg, ST Bahrenfeld

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Ambulante Herzgruppe

(Pos.-Nr. 604504)

Di. 17:15 - 18:15 (H-49-01)

Di. 18:15 - 19:15 (H-49-02)

Mi. 17:00 - 18:00 (H-49-03)

Mi. 18:00 - 19:00 (H-49-04)

Do. 17:00 - 18:00 (H-49-05)

Do. 19:00 - 20:00 (H-49-06)

Frau Meins - Tel. 040-6 41 41 44

Sporthalle Schule Hegholt 44

22179 Bramfeld

Eimsbütteler TV e.V.

Herzsport (Pos.-Nr. 604504)

Mo. 17:00 - 18:00 (H-30-01)

Mo. 18:00 - 19:00 (H-30-02)

Mi. 10:00 - 11:00 (H-30-03)

Mi. 11:00 - 12:00 (H-30-04)

Mi. 18:00 - 19:00 (H-30-05)

Mi. 19:00 - 20:00 (H-30-06)

Frau Raeder - Tel. 40 17 69 54

Bundesstraße 96

20144 Hamburg, ST Eimsbüttel

Harburger TB von 1865 e.V.

Reha-Herzsport (Pos.-Nr. 604504)

Sa. 08:45 - 09:45 (H-55-01)

Sa. 10:00 - 11:00 (H-55-02)

Sa. 10:00 - 11:00 (H-55-03)

Herr Schlage - Tel. 79 14 33 23

Vahrenwinkelweg 28

21075 Hamburg, ST Heimfeld



Sparda-Bank

Wir danken für die Unterstützung bei der Herausgabe dieser Broschüre.

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Herzsportgruppe (Pos.-Nr. 604504)

Di. 19:00 - 20:00 (H-69-01)

Di. 20:00 - 21:00 (H-69-02)

Sa. 10:00 - 11:00 (H-69-03)

Sa. 11:00 - 12:00 (H-69-04)

Frau Paul - Tel. 72 96 13 88

Sporthalle an der Haake,

Lange Striepen 17

21147 Hamburg, ST Hausbruch

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Herzgruppe (Pos.-Nr. 604504)

Di. 15:15 - 16:15 (H-22-01)

Di. 16:45 - 17:45 (H-22-02)

Di. 17:45 - 18:45 (H-22-03)

Do. 14:55 - 15:55 (H-22-04)

Do. 15:55 - 16:55 (H-22-05)

Do. 16:55 - 17:55 (H-22-06)

Herr Dommasch, Tel. 040-57 00 07 15

SVE-Fitness- und Rehasportzentrum,

Redingskamp 25

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Herzgruppe (Pos.-Nr. 604504)

Di. 16:15 - 17:15 (H-39-01)

Frau Spychalla - Tel. 7 35 32 00

Vereinsheim des SVNA, Katendeich 14

21035 Hamburg, ST Nettelburg

Herzgruppe (Pos.-Nr. 604504)

Do. 17:15 - 18:15 (H-39-02)

Frau Spychalla - Tel. 7 35 32 00

Schulsporthalle Fiddingshagen 11

21035 Hamburg, ST Nettelburg

SV Polizei Hamburg von 1920 e.V.

Koronarsport (Pos.-Nr. 604504)

Mi. 12:15 - 13:15 (H-109-01)

Mi. 13:15 - 14:15 (H-109-02)

Herr Brünjes - Tel. 41 17 27 94

Tanzsaal, Sternschanze 4

20357 Hamburg, ST Sternschanze

TSV Wandsetal Hamburg v. 1890 e.V.

Herzsport-Gruppe (Pos.-Nr. 604504)

Do. 17:00 - 18:00 (H-51-01)

Do. 18:00 - 19:00 (H-51-02)

Do. 19:00 - 20:00 (H-51-03)

Herr Rehmer - Tel. 6 93 34 49

Schulsporthalle Matthias-Claudius-

Gymnasium, Witthöfstr. 8

22041 Hamburg, ST Wandsbek

Turnerbund Hamburg-Eilbeck e.V.

(TH-Eilbeck)

Herzsport (Pos.-Nr. 604504)

Mi. 17:00 - 18:00 (H-25-01)

Mi. 18:00 - 19:00 (H-25-02)

Do. 12:00 - 13:00 (H-25-04)

Fr. 13:00 - 14:00 (H-25-05)

Geschäftsstelle - Tel. 20 37 04

Turnhalle (Rit 1 oder 2), Ritterstr. 9

22089 Hamburg, ST Eilbek

Herzsport (Pos.-Nr. 604504)

Mi. 19:15 - 20:15 (H-25-03)

Geschäftsstelle - Tel. 20 37 04

Turnhalle Schellingstr. 45

22089 Hamburg, ST Eilbek

Turnerschaft Harburg von 1865

Herzsport (Pos.-Nr. 604504)

Do. 18:30 - 19:30 (H-29-01)

Do. 19:30 - 20:30 (H-29-02)

Frau Djafari - Tel. 70 10 84 56

Sporthalle Hans-Dewitz-Ring 21

21075 Hamburg, ST Heimfeld

TuS Berne e.V.

Herzsport (Pos.-Nr. 604504)

Mo. 17:00 - 18:00 (H-07-01)

Mo. 18:00 - 19:00 (H-07-02)

Geschäftsstelle - Tel. 60 44 28 80

Sporthalle Schule Kamminer Straße 4

22147 Hamburg, ST Rahlstedt

Herzsport (Pos.-Nr. 604504)

Di. 17:30 - 18:30 (H-07-03)

Di. 18:30 - 19:30 (H-07-04)

Geschäftsstelle - Tel. 60 44 28 80

Sporthalle Schule Bekassinenau 32

22147 Hamburg, ST Rahlstedt

Herzsport (Pos.-Nr. 604504)

Mi. 16:00 - 17:00 (H-07-05)

Mi. 17:00 - 18:00 (H-07-06)

Geschäftsstelle - Tel. 60 44 28 80

Schule Karlshöhe, Thomas-Mann-Str. 2

22175 Hamburg, ST Bramfeld

TV Lokstedt von 1892 e.V.

Coronarsport mit ärztlicher Aufsicht

(Pos.-Nr. 604504)

Mi. 18:30 - 19:30 (H-32-01)

Mi. 19:30 - 20:30 (H-32-02)

Do. 09:00 - 10:00 (H-32-03)

Do. 10:00 - 11:00 (H-32-04)

Frau Sönnichsen - Tel. 56 48 70

Vereinshalle Döhrntwiete 20

22529 Hamburg, ST Lokstedt

VfL Hamburg von 1893 e. V.

Herzsport (Pos.-Nr. 604504)

Di. 08:45 - 09:45 (H-36-01)

Di. 09:45 - 10:45 (H-36-02)

Sportbüro - Tel. 2 79 83 77

Barmbeker Str. 62

22303 Hamburg, ST Winterhude

Walddorfer SV von 1924 e. V.

Herzsport (Pos.-Nr. 604504)

Mo. 08:00 - 09:30 (H-46-01)

Mo. 09:30 - 10:30 (H-46-02)

Mo. 10:30 - 11:30 (H-46-03)

Di. 09:00 - 10:00 (H-46-06)

Di. 10:00 - 11:00 (H-46-07)

Di. 11:00 - 12:00 (H-46-08)

Frau Surenbrock - Tel. 64 50 62-0

Gymnastiksäle Halenreihe 32-34

22359 Hamburg, ST Volksdorf

Herzsport (Pos.-Nr. 604504)

Mo. 18:30 - 19:30 (H-46-04)

Mo. 19:30 - 20:30 (H-46-05)

Fr. 18:30 - 20:00 (H-46-09)

Frau Hönigschmidt - Tel. 64 50 62-0

Gymnastiksaal Ahrensburger Weg 28

22359 Hamburg, ST Volksdorf

Information über weitere Herzgruppen erteilt auch:

Herz InForm, Heidenkampsweg 97, 20099 Hamburg

Tel. 040 - 22 80 23 64

Teil II - Behindertensportgruppen

(Stand: 21.11.2016)

BADMINTON

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Sporthalle Ehestorfer Weg 14 a

Do. 20:00 - 22:00 (B-01-31)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

21075 Hamburg, ST Eißendorf

Sporthalle Woellmerstr. 1

Mo. 20:00 - 22:00 (B-01-33)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

21075 Hamburg, ST Heimfeld

Hinter der Lieth 61

Mo. 18:00 - 20:00 (B-01-34)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22529 Hamburg, ST Lokstedt

BASKETBALL - FAUSTBALL

FLUGBALL - VOLLEYBALL

RBS Elbgemeinden e.V.

Flugball

Musäusstraße 29

Mo. 17:00 - 18:00 (B-02-02)

E. Hille, Tel. 040-89 44 32

22589 Hamburg, ST Iserbrook



BLINDENSPORT

Blinden- und Sehbehindertenverein Hamburg e.V.

Showdown (Tischball)

Louis-Braille-Center

Holsteinischer Kamp 26

Mo. 17:00 - 20:00 Techniktraining

Fr. 17:00 - 20:00 für Anfänger und
Interessierte

Herr Rosenbaum, Tel. 0174-4 28 58 53
22081 Hamburg, ST Barmbek

FC St. Pauli von 1910 e.V.

Tor- und Goalball

Sporthalle des Bildungszentrums für
Blinde und Sehbehinderte

Borgweg 17a

Mo. 19:30 - 21:30 (B-54-01) **Torball**

Frau Lüken, Tel. 0179-123 52 86

Fr. 19:00 - 20:30 (B-54-02) **Goalball**

Herr Tietjens, Tel. 0173-8 03 37 52

Info-Tel. 040-38 66 19 10 10

22303 Hamburg, ST Winterhude



Inklusive Blindenfußball Trainings- gruppe „Basis“ – für alle Altersstufen und alle Sehfähigkeitsstufen

Sporthalle des Bildungszentrums für
Blinde und Sehbehinderte

Borgweg 17a

Di. 16:00 - 17:30 (I-54-07)

Trainer Herr Schmidt,

Tel. 0162-5 75 47 42

Spieler Herr Celebi,

Tel. 0170-9 96 35 37

22303 Hamburg, ST Winterhude



Blindenfußball

Bildungszentrum für Blinde und
Sehbehinderte, Borgweg 17a

Leistungstraining

Di. 17:30 - 20:00 (B-54-03)

Fr. 18:00 - 20:00 (B-54-04)

Trainingsgruppe Ü 40

Mi. 18:00 - 20:00 (B-54-05)

Jugendtraining

Fr. 16:00 - 18:00 (B-54-06)

Herr Schmidt, Tel. 0162 - 575 47 42

blindenfußball@fcstpauli.com

Info-Tel. 040-38 66 19 10 10

22303 Hamburg, ST Winterhude

BOSSELN

BSG Wilhelmsburg + Harburg

Bosseln

Sporthalle I, Dratelstraße

Fr. 19:00 - 20:00 (B-03-02)

Herr Koch, Tel. 040-7 68 30 83

21109 Hamburg, ST Wilhelmsburg

RBS Elbgemeinden e.V.

Bosseln Erwachsene

Turnhalle Voßhagen

jede zweite Woche

Di. 20:00 - 22:00 (B-02-03)

E. Hille, Tel. 040-89 44 32

22559 Hamburg, ST Rissen

TANDEM-SPORT

Wir sind ...

... ein Verein mit ca. 100 Mitgliedern und vielen aktiven Freunden im Alter zwischen 16 und über 60 Jahre.

Jeder Sehende, Sehbehinderte und Blinde kann bei uns Mitglied werden.

Wir wollen ...

... den Spaß am Radfahren verbinden mit der Integration von Sehbehinderten.

Das Tandem Fahren bietet eine ideale Gelegenheit zu Kooperation und Kommunikation.

Wir haben ...

... über 40 Vereins-Tandems.

Wer möchte, kann auch sein eigenes mitbringen.

Für jede Ausfahrt wird von den Mitfahrern ein Startgeld erhoben, um die Räder warten und reparieren zu können.

Als Pilot ...

... trainieren Sie Ihre Kondition und ermöglichen gleichzeitig einem Blinden oder Sehbehinderten, das Gleiche zu tun.

Sie können probeweise an einer Tour teilnehmen oder aber auch öfter bei uns mitfahren.

Als Mitfahrer ...

... können Sie sich einmal so richtig austoben und dabei die Natur hautnah miterleben.

Sie können sich Ihren Piloten selbst mitbringen; bei Bedarf vermittelt der Verein einen Piloten.

Informationen bei:

Tandem-Club „Weiße Speiche“
Gregor Scheithauer
Tel. 5 70 60 93

Haben Sie Interesse?

Dann machen Sie doch mit!



FUSSBALL + FUSSBALLTENNIS

Hamburger Schwerhörigen SV von 1977 e.V. (HSSV)

Fußball - Jugendliche

Sporthalle Holmbrook

Fr. 13:30 - 15:00 (B-28-01)

Herr Harders, E-Mail:

Karlharders@hssv-hamburg.de

22605 Hamburg, ST Othmarschen

Fußball - Herren

Sporthalle Holmbrook

Fr. 16:30 - 20:00 (B-28-03)

Herr Harders, E-Mail:

Karlharders@hssv-hamburg.de

22605 Hamburg, ST Othmarschen



HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Fußballtennis

Steinadlerweg 26

Di. 18:30 - 21:00 (B-01-49)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22119 Hamburg, ST Billstedt

Fußballtennis

Schule Goosacker

Fr. 19:00 - 21:30 (B-01-41)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22549 Hamburg, ST Osdorf

GYMNASTIK

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

Stuhlgymnastik und Spiele

Saal der Seniorenwohnanlage

Wandsbeker Königstraße 65

Do. 09:30 - 10:30 (B-01-58)

22041 Hamburg, ST Wandsbek

Gymnastik mit Musik

Rhiemsweg 61

Mi. 19:00 - 20:00 (B-01-40)

22111 Hamburg, ST Horn

Stuhlgymnastik

Max-Brauer-Heim

Hohnerredder 23

Mi. 11:00 - 12:00 (B-01-43)

22175 Hamburg, ST Bramfeld

Wirbelsäulengymnastik,

Bosseln, Faustball

Sporthalle, Eckernförder Str.70

Di. 17:00 - 19:30 (B-01-44)

22769 Hamburg, ST Altona

Federball, Wirbelsäulengymnastik

Sporthalle, Tessenoweg 3

Do. 17:00 - 19:00 (B-01-45)

22297 Hamburg, ST Barmbek-Nord

RBS Elbgemeinden e.V.

Gesundheitsgymnastik

Musäusstraße 29

Mo. 16:00 - 16:45 (B-02-05)

Frau Sadowski, Tel. 0 41 01-5 57 02 93

22589 Hamburg, ST Iserbrook

KEGELN UND BOWLING

BSG Wilhelmsburg + Harburg

Kegeln

Kupferkrug

Einmal im Monat

Mo. 17:00 - 20:00 (B-03-03)

Frau Schrötter, Tel. 7 53 22 08

21107 Hamburg, ST Wilhelmsburg

Kegeln

Sahlings Gasthof, Friedhofstr. 10

Do. 14:30 - 17:30 (B-03-04)

Herr Prass, Tel. 7 63 18 76

21073 Hamburg, ST Harburg

Hamburger Schwerhörigen SV von 1977 e.V. (HSSV)

Bowling

Bauerstraße 1-3

jeden 2. Sonntag

So. 10:00 - 14:00 (B-28-07)

Herr Drews, E-Mail: drews.p@gmx.de

22605 Hamburg, ST Othmarschen

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Sportkegeln

Sporthalle

Adolph-Schönfelder-Straße 49

Do. 17:00 - 19:30 (B-01-32)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22083 Hamburg, ST Barmbek-Süd

RBS Elbgemeinden e.V.

Kegeln (Erwachsene)

Lokal Olympik, Rugenbarg 18

einmal im Monat

Do. 17:00 - 19:00 (B-02-04)

Frau Haufschild, Tel. 87 78 76

22549 Hamburg, ST Osdorf



RUND UM DEN BALL

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Rund um den Ball

Turnhalle Schule

Friedrich-Frank-Bogen

Fr. 17:00 - 18:00 (B-35-13)

Tel. 040-7 24 14 43 74

21033 Hamburg, ST Bergedorf



SPORT FÜR MENSCHEN MIT GEISTIGER BEHINDERUNG

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Spiel und Spaß

bei schwerer geistiger Behinderung

Schwimmhalle, Bartholomäusstr. 95

Di. 16:30 - 17:30 (B-01-46)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22083 Hamburg, ST Barmbek-Süd

Phoenix Sport Hamburg

Frau Sonnenberg, Tel. 28 05 28 22

Schwimmen (offenes Angebot)

Mo. 16:00 - 18:00 (B-107-01)

Schwimmen für Anfänger

(Kinder und Jugendliche)

Fr. 15:00 - 17:00 (B-107-02)

Schwimmen für Anfänger

(Jugendliche/Erwachsene)

Fr. 13:45 - 15:00 (B-107-06)

Bille Bad, Reetwerder 25

21029 Hamburg, ST Bergedorf

Basketball (Jugendliche)

Turnhalle, Weidemoor 1

Mi. 14:30 - 16:00 (B-107-03)

Psychomotorik (Kinder)

Turnhalle, Weidemoor 1

Mi. 16:00 - 17:30 (B-107-04)

21033 Hamburg, ST Bergedorf

Fußball (Jugendliche u. Erwachsene)

Sportplatz Allermöhe

Henriette-Herz-Ring

Mi. 18:00 - 20:00 (B-107-05)

21035 Hamburg, ST Nottelmburg

Basketball (offenes Angebot)

Große Sporthalle, Grundschule

Max-Eichholz-Ring 25

Do. 17:30 - 19:00 (B-107-07)

21031 Hamburg, ST Lohbrügge

SV Nottelmburg-Allermöhe von 1930 e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 7 35 32 00

Schwimmen - ab 14 Jahre

Schwimmbad Reinbek

Di. 17:45 - 19:45 (B-39-02)

21465 Hamburg, ST Reinbek

Fußball - Leichtathletik nach Special

Olympics-Kriterien - ab 14 Jahre

Sporthalle

Sportplatz Henriette-Herz-Ring

Do. 18:00 - 20:00 (B-39-03)

21035 Hamburg, ST Bergedorf

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Tel. 040-7 24 14 43 74

Psychomotorik

ab 4 Jahre bis 10 Jahre

Turnhalle Anton-Ree-Schule

Ebner-Eschenbach-Weg 45

Di. 15:30 - 17:00 (B-35-02)

21035 Hamburg, ST Bergedorf

Psychomotorik - ab 16 Jahre

Turnhalle Anton-Ree-Schule

Ebner-Eschenbach-Weg 45

Mo. 18:30 - 20:30 (B-35-04)

21035 Hamburg, ST Allermöhe

Spiel und Spaß im Wasser

Psychomotorische Bewegung

Schwimmbad im TSG Sportforum

Billwerder Billdeich 607

Mi. 18:00 - 20:00 (B-35-06)

21033 Hamburg, ST Bergedorf

Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Sport, Bewegung, Spaß

für geistig behinderte Menschen

Dreifeldsporthalle

Göhlbachtal 38

Mo. 17:00 - 18:30 (B-29-01)

Frau Clasen, Tel. 0151-23 07 46 85

21073 Hamburg, ST Eißendorf

SPORT IM WASSER

SCHWIMMEN + WASSERGYMNASTIK



BSG Wilhelmsburg + Harburg

Schwimmen und Wassergymnastik

Inselpark-Schwimmhalle

Wilhelmsburg

Mi. 19:00 - 19:45 (B-03-01)

Frau Broscheit, Tel. 7 53 10 32

21109 Hamburg, ST Wilhelmsburg

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

Schwimmen

Schwimmhalle Simrockstraße 45

Do. 20:00 - 20:50 (B-01-13)

22589 Hamburg, ST Blankenese

Schwimmen, Wassergymnastik

Schwimmhalle Fabriciusstraße 223

Mo. 20:50 - 21:50 (B-01-05)

22177 Hamburg, ST Bramfeld

Schwimmen, auch für

Sehbehinderte und Blinde

Schwimmhalle Im Grünen Grunde 1

Mi. 20:00 - 20:50 (B-01-09)

22337 Hamburg, ST Ohlsdorf

Schwimmen, Wassergymnastik

Rahlstedter Bahnhofstraße 52

Do. 20:00 - 20:50 (B-01-08)

22149 Hamburg, ST Rahlstedt

Schwimmen + Aqua Jogging

Schwimmhalle Dratelstraße 30

Fr. 18:00 - 19:00 (B-01-06)

21109 Hamburg, ST Wilhelmsburg

Wassergymnastik

Schwimmhalle, Budapester Str.29

Fr. 13:45 - 14:45 (B-01-47)

20359 Hamburg, ST St. Pauli

Schwimmen

Schwimmhalle, Elbgastr. 110

Mi. 20:30 - 21:40 (B-01-48)

22523 Hamburg, ST Lurup

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Schwimmen Freizeitgruppe

Bille Bad, Reedwerder 25

Sa. 10:00 - 12:00 (B-35-12)

Tel. 040-7 24 14 43 74

21029 Hamburg, ST Bergedorf

TENNIS + TISCHTENNIS

Hamburger Schwerhörigen SV von 1977 e.V. (HSSV)

Tischtennis - ab 16 Jahre

Sporthalle Holmbrook

Di. 18:00 - 21:30 (B-28-04)

Herr Bösecke, Tel. 6 56 07 38

22605 Hamburg, ST Othmarschen

Tischtennis - ab 10 Jahre

Sporthalle Holmbrook

Fr. 13:30 - 15:00 (B-28-05)

Herr Böning, Tel. 5 50 83 44

22605 Hamburg, ST Othmarschen

Mümmelmannsberger SV Hamburg von 1974 e.V. (MSV Hamburg)

Tischtennis

für Jugendliche und Erwachsene

Turnhalle Schule Rahewinkel

Do. 17:30 - 21:45 (B-14-01)

Geschäftsstelle, Tel. 040-7 15 33 36

22115 Hamburg, ST Billstedt



WEITERE SPORTANGEBOTE

Eimsbütteler TV e.V.

Judo für blinde und sehgeschädigte Jugendliche ab 12 Jahre und Erwachsene

Sporthalle Bundesstraße 96

Di. 18:30 - 20:00 (B-30-01)

Uwe Braasch, Tel. 040-4 28 46 25 50

oder 040-43 66 84

20144 Hamburg, ST Eimsbüttel



Hamburger Schwerhörigen SV von 1977 e.V. (HSSV)

Schach

Vereinshaus Wagnerstraße 42

jeden 3. Mittwoch im Monat

von 18:00 - 20:00 (B-28-09)

Herr Böning, Tel. 5 50 83 44

22081 Hamburg, ST Barmbek

Geesthachter Schützengesellschaft von 1895 e.V.

Bogensport - ab 12 Jahre

Geesthacht

So. 10:00 - 13:00 (B-42-01)

Herr Müller, Tel. 0 41 76-75 26

Imperial Club Hamburg e.V. Lungensport

Osddorfer Landstraße 225

Di. 18:00 - 19:30 (B-38-01)

Frau Adameit, Tel. 0 41 22-8 26 64

22549 Hamburg, ST Osddorf

RBS Elbgemeinden e.V.

Nordic-Walking

Orte wechseln/bitte anfragen

Mi. ab 10:00 (B-02-06)

Frau Schneider, Tel. 87 46 23

22589 Hamburg, ST Rissen

SV Trelde-Kakenstorf von 1950 e.V.

Herr Weber, Tel. 0 41 86-84 91

Bogenschießen Erwachsene

Sommer: Übungsgelände

Am Sportplatz 1

Mi. 17:00 - 19:00 (B-137-01)

Sa. 16:00 - 17:00 (B-137-02)

So. 10:00 - 12:00 (B-137-03)

Bogenschießen Jugend

Sa. 14:00 - 16:00 (B-137-08)

21255 Kakenstorf

Bogenschießen Erwachsene

Winter: Sporthalle Hauptstraße 33

Mo. 20:00 - 22:00 (B-137-04)

21261 Welle

Bogenschießen Erwachsene

Winter: Sporthalle Dieckhofstraße

Mi. 16:30 - 18:30 (B-137-05)

21255 Tostedt

Bogenschießen Erwachsene

Winter: Sporthalle Drestedter Weg 6

Sa. 14:00 - 16:00 (B-137-06)

So. 10:00 - 12:00 (B-137-07)

Bogenschießen Jugend

Sa. 14:00 - 16:00 (B-137-09)

21244 Trelde

Wandsbeker Schützengilde e.V. von 1637

Schießen

Schießsportzentrum

Marienthaler Str. 178

Mo., Mi., Fr. 18:00 - 22:00 (B-21-01)

Herr Moßler, Tel. 53 67 09 71

22043 Hamburg, ST Wandsbek

Bogensport im BRSH

Ansprechpartner

Michael Müller

Tel. 0 41 76-75 26



Teil III - Inklusions- und Integrationssport

(Stand: 11.11.2016)

ERWACHSENE

Hamburger SV e.V.

Rollstuhlbasketball

BG Baskets 2 (Erwachsene)

Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8

Mo. 20:00 - 22:00 (I-05-04)

Do. 19:00 - 21:00 (I-05-05)

HSV-Amateursport

Bernd Eickemeyer/Stephan Pauly

Tel. 040-41 55 16 00, sport@hsv.de

22337 Hamburg, ST Alsterdorf

Rollstuhlbasketball

BG Baskets 2 (Erwachsene)

Helmut-Schmidt-Gymnasium,

Krieterstr. 5

Fr. 20:15 - 22:00 (I-05-06)

HSV-Amateursport

Bernd Eickemeyer/Stephan Pauly

Tel. 040-41 55 16 00, sport@hsv.de

21109 Hamburg, ST Wilhelmsburg



SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Fußballgruppe integrativ

(Erwachsene)

Sporthalle Lohkampstraße 145

Mi. 18:15 - 19:45 (I-22-11)

Herr Schlegel, Tel. 57 00 07-20

22523 Hamburg, ST Eidelstedt



Breitensport – Spiele ohne Sieger (Erwachsene)

Carsten-Rehder-Str. 43

(Eingang Breite Str.)

Di. 18:30 - 19:45 (I-22-17)

Herr Schlegel, Tel. 57 00 07-20

22767 Hamburg, ST Altona

Teamsport/Floorball

(Erwachsene)

Carsten-Rehder-Str. 43

(Eingang Breite Str.)

Di. 19:45 - 21:00 (I-22-18)

Herr Schlegel, Tel. 57 00 07-20

22767 Hamburg, ST Altona

Rollstuhlbasketball (Erwachsene)

Sporthalle Baumacker 10

Fr. 19:45 - 22:00 (I-22-33)

Herr Ertl, Tel. 0162-6 22 41 33

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

SV Nettelburg/Allermöhe von 1930 e.V.

Drachenboot (Erwachsene)

Drachenbootzentrum Eichbaumsee

Do. 18:30 - 20:00 (I-39-04)

Geschäftstelle, Tel. 7 35 32 00

21035 Hamburg, ST Bergedorf



JUGENDL. ERWACHSENE UND GRUPPEN OHNE ALTERSBEGRENZUNG

Hamburger SV e.V.

Rollstuhlbasketball

(Jugendliche + Erwachsene)

Sporthalle Brekelbaumpark 10

Do. 19:30 - 21:00 (I-05-02)

HSV-Amateursport

Lillemor Köper, Tel. 040-41 55 16 00,

sport@hsv.de

20537 Hamburg, ST Borgfelde



Rollstuhlbasketball BG Baskets 3+4

(Jugendliche + Erwachsene)

Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8

Mo. 18:00 - 20:00 (I-05-03)

HSV-Amateursport

Lillemor Köper/Nikolas Classen

Tel. 040-41 55 16 00, sport@hsv.de

22337 Hamburg, ST Alsterdorf

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Herr Schlegel, Tel. 57 00 07-20

Freizeitsport für Jugendliche und Erwachsene

Sporthalle Rungwisch 23

Mo. 18:30 - 19:45 (I-22-08)

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

Handballgruppe integrativ (8-80 J.)

Julius-Leber-Schule

Halstenbeker Str. 41

Sa. 10:00 - 12:00 (I-22-12)

22457 Hamburg, ST Schnelsen

Wheel-Soccer – Freizeitsport – (Jugendliche)

Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8b

Mi. 17:15 - 18:30 (I-22-34)

22337 Hamburg, ST Alsterdorf

Tribühne e.V.

Circus (Jugendliche/Erwachsene ab 16 Jahre mit Down-Syndrom)

Aula Grundschule Bahrenfelder Straße

Di. 17:00 - 18:30 (B-12-01)

Holger de Vries, Tel. 040-85 15 79 09

22765 Ottensen, ST Bahrenfeld

Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Sport, Bewegung, Spaß

für Menschen mit und ohne

Behinderung

Sporthalle, Hans-Dewitz-Ring 21

Do. 16:00 - 18:00 (I-29-02)

Sporthalle, Woellmerstraße 1

Di. 16:30 - 19:00 (I-29-03)

Frau Bienas, Tel. 0177-7 17 95 95

21075 Hamburg, ST Heimfeld



Walddörfer SV von 1924 e.V.

Walddörfer SV, Tel. 64 50 62-0

Integrationssportgruppe 5-12 Jahre

(mit Voranmeldung)

Schule an den Teichwiesen

Saseler Weg 30

Di. 15:30 - 17:00 (I-46-01)

22359 Hamburg, ST Volksdorf

Integrationssportgruppe

ab 13 Jahre

Spielhalle Ahrensburger Weg 28

Do. 17:00 - 18:30 (I-46-02)

22359 Hamburg, ST Volksdorf

KLEIN- UND KINDERGARTENKINDER

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Offenes Turnangebot

Mini Club 1 (1-3 Jahre)

Mo. 16:00 - 17:00 (I-22-01)

Offenes Turnangebot

Mini Club 2 (4-5 Jahre)

Fr. 16:00 - 17:30 (I-22-03)

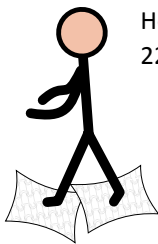
**Ringen, Rangeln und Raufen
(6-13 Jahre)**

Di. 16:00 - 17:15 (I-22-05)

Sporthalle Rungwisch 23

Herr Schlegel, Tel. 57 00 07-20

22523 Hamburg, ST Eidelstedt



Wir suchen freie Mitarbeiter

für telefonische Anzeigen-Akquise im sozialen Bereich
(Behindertenverbände, Kinderschutz und Stiftungen).



Verlag Hermann & Stenger GbR
Soziales Marketing

Kaiserstraße 72
D-60329 Frankfurt / Main

Telefon: +49 (0)69 / 60 60 58 88 - 0
Telefax: +49 (0)69 / 60 60 58 88 - 10

buchhaltung@sozialesmarketing.de
www.sozialesmarketing.de

SCHULKINDER

Eimsbütteler TV e.V.

Judo für Kinder mit

geistiger Behinderung

Sportzentrum Bundesstraße 96

Di. 18:00 - 19:00 (B-30-02)

Kontakt unter Tel. 0 41 63-81 14 45

20144 Hamburg, ST Eimsbüttel



Judo für Kinder mit

besonderen Bedürfnissen

(ADHS, Autismus, Asperger, Wahrnehmungsstörungen, Körperbehinderung) bis 12 Jahre

Sportzentrum Bundesstraße 96

Do. 17:30 -18:30 (B-30-03)

Kontakt und Information

Herr Behnke, Tel. 0 41 63-81 14 45

20144 Hamburg, ST Eimsbüttel

Judo für Kinder mit besonderen

Bedürfnissen (6-9 Jahre)

Sportzentrum Bundesstraße 96

Di. 16:00 -17:00 (B-30-04)

Kontakt und Information

Herr Behnke, Tel. 0 41 63-81 14 45

20144 Hamburg, ST Eimsbüttel

Hamburger SV e.V.

Wheelsoccer

(Kinder + Jugendliche)

Sporthalle Reinbecker Redder 274

Fr. 17:00 - 18:30 (I-05-01)

HSV-Amateursport

Lillemor Köper, Tel. 040-41 55 16 00,

sport@hsv.de

21031 Hamburg, ST Lohbrügge

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Herr Schlegel, Tel. 57 00 07-20

Psychomotorische Kindergruppe (5-8 Jahre)

Sporthalle Rungwisch 23

Di. 16:15 - 17:30 (I-22-07)

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

Psychomotorische Kindergruppe (8-14 Jahre)

Sporthalle Rungwisch 23

Mo. 17:00 - 18:30 (I-22-06)

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

Fußballgruppe integrativ (8-14 Jahre)

Sporthalle Rungwisch 23

Di. 17:15 - 18:30 (I-22-10)

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

Wassergewöhnungsgruppe (Kinder mit Einschränkungen)

Fr. 15:00 - 15:30 (I-22-13)

Schwimmgruppe (Kinder mit Einschränkungen)

Fr. 15:30 - 16:00 (I-22-14)

Schwimmgruppe Kinder

Mo. 16:30 - 17:00 (I-22-30)

Mo. 17:00 - 17:30 (I-22-31)



Wassergewöhnungsgruppe weiterführendes Angebot II

Fr. 16:00 - 16:30 (I-22-32)

Lehrschwimmbecken in der

Lohkampstraße – *kleine Gruppen*

Nähere Informationen/Anmeldung:

Frau Christiane Kellersohn,

E-Mail: kellersohn_c@gmx.de

22523 Hamburg, ST Eidelstedt

**Psychomotorische Kindergruppe
(6-12 Jahre)**

Carsten-Rehder-Str. 43
(Eingang Breite Str.)
Di. 16:30 - 18:00 (I-22-16)
Herr Schlegel, Tel. 57 00 07-20
22767 Hamburg, ST Altona

**Psychomotorik/Kleine Spiele
(7-12 Jahre)**

Di. 16:00 - 17:15 (I-22-20)

**Psychomotorik/Kleine Spiele
(5-9 Jahre)**

Mi. 16:00 - 17:15 (I-22-22)

Rollstuhlsport (6-10 Jahre)

Mi. 17:15 - 18:30 (I-22-24)

Floorball (Unihockey) für 6-12 Jahre

Do. 16:10 - 17:15 (I-22-25)

Fußball (6-12 Jahre)

Do. 16:00 - 17:15 (I-22-26)

Inklusives Klettern

(12-16 Jahre)

Fr. 16:00 - 17:30 (I-22-28)

**Rollstuhlsport- Wheelsoccer
(10-15 Jahre)**

Mi. 17:15 - 18:30 (I-22-29)
Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Sven Schaffer, Tel. 0151-17 25 74 93
22337 Hamburg, ST Alsterdorf



**Tanz mit uns! Inklusives Tanzprojekt
Mädchen u. Jungen (11-14 Jahre)**

Di. 17:15 - 18:45 (I-22-27)
Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Stefan Schlegel, Tel. 040-57 00 07-20
22337 Hamburg, ST Alsterdorf

Tribühne e.V.

Circus

(Kinder/Jugendliche 12-16 Jahre)

Stresemannstraße 374 b
Fr. 16:30 - 18:00 (I-12-02)
Holger de Vries, Tel. 040-85 15 79 09
22761 Hamburg, ST Bahrenfeld

SPORT FÜR KINDER UND JUGENDLICHE MIT UND OHNE BEHINDERUNG

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

**Psychomotorik/Kleine Spiele
(11-16 Jahre)**

Di. 16:10 - 17:15 (I-22-21)

Fußball (11-16 Jahre)

Di. 16:10 - 17:15 (I-22-23)
Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Frederik Bükers, Tel. 0151-17 25 74 93
22337 Hamburg, ST Alsterdorf



Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Sport, Bewegung, Spaß

Psychomotorik

(Motorik + Wahrnehmung)

Woellmerstraße 1
Mi. 16:30 - 17:30 (B-29-04)
Mi. 17:30 - 18:30 (B-29-05)
Baererstraße 81
Fr. 16:00 - 17:00 (B-29-06)
Frau Bienas, Tel. 0177-7 17 95 95
21075 Hamburg, ST Harburg

Adressen der Mitglieder des BRSH

1. SC Norderstedt e.V.

Scharpenmoor 55
22848 Norderstedt
Tel. 52 87 66 94-5
Fax 52 87 66 96
info@1-sc-norderstedt.de

Ahrensburger TSV von 1874 e.V.

Reeshoop 48
22926 Ahrensburg
Tel. 0 41 02-47 15 43
Fax 0 41 02-47 15 45
info@ahrensbuurger-tsv.de

Alstersport-Verein für inklusiven Sport in Hamburg e.V.

Holtengklinker Str. 13
21029 Hamburg
Tel. 46 64 00-10
Fax 46 64 00-08
buero@alstersport.org

Altonaer TSV von 1899 e.V.

Winklers Park 5
22767 Hamburg
Tel. 4 39 50 93
Fax 40 18 66 93
atsv1899@aol.com

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

Rahlstedter Straße 159
22143 Hamburg
Tel. 6 75 95 06
Fax 67 59 50 80
info@amtv.de

Arbeiter-Wassersport-Verein für Hamburg und Umgebung gegr. 1909 e.V.

Rummelsburger Str. 74b
22147 Hamburg
Tel. 64 42 52 01
Fax 64 42 52 02
vorstand1@awv09.de

Atem-Sport Hamburg e.V.

c/o Atem-Reha Hamburg
Jungestraße 10
20535 Hamburg
Tel. 88 30 69 69
Fax 2 54 99 52-1
info@atemreha.de

AVK-Selbsthilfegruppe Hamburg e.V.

c/o Ursula Riegger
Hermann-Körner-Str. 40
21465 Reinbek
Tel. 7 22 17 87
Fax 72 73 06 22
ursula-b._riegger@web.de

Bahrenfelder TV von 1898 e.V.

Bahrenfelder Chaussee 166a
22761 Hamburg
Tel. 8 90 37 61
Fax 40 16 35 27
info@btv-hamburg.de

Berufsförderungswerk Hamburg GmbH

Abteilung Rehasport
August-Krogmann-Str. 52
22159 Hamburg
Tel. 6 45 81-17 30
Tel. 6 45 81- 0 Zentrale
Fax 6 45 93-7 30
harnischschwerdt@bfw-hamburg.de

Blankeneser MTV von 1883 e.V.

Oesterleystr. 20 Hessehaus
22587 Hamburg
Tel. 78 89 17 04
bogensport-bmtv@web.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Hamburg e.V.

Louis-Braille-Center
Holsteinischer Kamp 26
22081 Hamburg
Tel. 20 94 04-0
Fax 20 94 04-30
info@bsvh.org

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Ellernreihe 88
22179 Hamburg
Tel. 6 41 41 44
Fax 6 42 40 47
info@bramfelder-sv.net

BSG Süderelbe e.V.

Herr W. Scholven
Wümmeweg 7b
21147 Hamburg
Tel. 7 01 79 13
wscholven@web.de

BSG Wilhelmsburg und Harburg e.V.

Frau Brigitte Spruth
Steinikestraße 1
21073 Hamburg
Tel. 77 55 92
Fax 77 55 92
chgarbers@t-online.de

**Caprice Fitnessclub
Team Sport Management GmbH &
Co. KG**

Billstedter Hauptstr. 1-15
22111 Hamburg
Tel. 73 67 57 51
Fax 73 67 57 52
info@caprice-fitness.de

Club Saltatio Hamburg e.V.

Frau Kerstin Jühlke
Weseler Weg 2
22045 Hamburg
Tel. 37 08 89 16
Fax 37 08 89 17
info@saltatio.de

Damen Aktiv Studio Lurup

Lüttkamp 23
22547 Hamburg
Tel. 84 44 94
Fax 84 38 60
das-lurup@t-online.de

Duvenstedter SV von 1969 e. V.

Puckaffer Weg 15
22397 Hamburg
Tel. 6 07 19 69
Fax 60 75 07 69
service@duvenstedtersv.de

Eimsbütteler TV e.V.

Bundesstraße 96
20144 Hamburg
Tel. 4 01 76 90
Fax 40 17 69 69
info@etv-hamburg.de

FC St. Pauli von 1910 e.V.

Harald-Stender-Platz 1
20359 Hamburg
Tel. 31 78 74-0
Fax 31 78 74-29
info@fcstpauli.com

Feld-Bogen-Club Hamburg e.V.

Andreas Franzen
Friedrich-Ebert-Allee 35
22869 Schenefeld
karstenrueder@googlemail.com

fitness & friends Deutschland GmbH

Friedrich-Ebert-Damm 128
22047 Hamburg
Tel. 52 01 66 00
Fax 52 01 66 10
nico.herzog@fitnessandfriends.de

Fitness Center Niendorf

Paul Konrad

Krähenweg 9
22459 Hamburg
Tel. 55 50 55 50
info@fitness-center-niendorf.de

Fitness Lounge GmbH

Hans-Fitze-Str. 4
21073 Hamburg
Tel. 36 09 92 02 0
kontakt@fitness-lounge.info

Fitness Studio City-Nord GmbH

Überseering 5
22297 Hamburg
Tel. 6 32 33 66 oder
Tel. 0 45 35-21 19
city-nord@kabelmail.de

Fitness-Center Form-Fit

Inh. H. W. Rößler
Cuxhavener Str. 293b
21149 Hamburg
Tel. 7 01 37 98
formfit@gmx.de

FTSV Komet Blankenese v. 1907 e.V.

Schenefelder Landstr. 85
22589 Hamburg
Tel. 8 70 34 40
Fax 8 70 34 41
komet@komet-blankenese.de

**Geesthachter Schützen-
gesellschaft von 1895 e.V.**

c/o Michael Müller
Kiefernweg 14
21395 Tespe
Tel. 0 41 76-75 26
m.jovers-mueller@t-online.de

gesund und munter e.V.

Frau Ulrike Vick
Bernadottestr. 144
22605 Hamburg
Tel. 0170-3 84 76 48
ulrike.vick@arcor.de

**Gesundheits- und Rehasportverein
Hamburg e.V.**

Hopfensack 8
20457 Hamburg
Tel. 0178-5 60 56 79
info@rehasport-im-verein.de

Gesundheits-Hof GmbH & Co. KG

Osdorfer Landstr. 251 a/b
22549 Hamburg
Tel. 8 06 01 09-30
Fax 8 06 01 09-39
info@gesundheits-hof.de

Gesundheitssport Hamburg e.V.

c/o Juka-Dojo Sportcenter AG
Hummelsbütteler Landstr. 98
22339 Hamburg
Herr Motiramani
Tel. 0 15 77-3 44 60 33
Fax 0 32 12-3 66 07 00
d.motiramani@web.de

gGmbH Herz InForm

Heidenkampsweg 99
20097 Hamburg
Tel. 22 80 23 64
Fax 2 29 65 05
info@herzinform.de

DANKE für die Unterstützung
bei der Herausgabe dieser Broschüre.

LUKAS WEITBRECHT

Rechtsanwalt

Fachanwalt für Arbeits- &
Sozialrecht

Rothenbaumchaussee 3
20148 Hamburg

Fon: 040 4322100

Fax: 040 344621

www.kanzlei-weitbrecht.de

**Gymnastik- und Turnverein
von 1972 e.V.**

Postfach 74 03 62
22093 Hamburg
info@gtv72.de

**Hamburger Bogenschützen-Gilde
von 1930 e.V.**

Keustück 28
22415 Hamburg
Tel. 5 31 66 60
Fax 53 32 02 72
hbg@hbg-1930.de

**Hamburger Gehörlosen SV
von 1904 e.V.**

Horst-Peter Scheffel
Bernadottestraße 126
22605 Hamburg
Tel. 0 18 05-28 34 65
Fax 8 81 38 62
geschaeftsstelle@hgsv.de

Hamburger Kanu-Club e.V.

Barcastr. 13
22087 Hamburg
Tel. 2 20 90 05
Fax 21 99 99 70
info@hamburger-kanu-club.de

**Hamburger Schwerhörigen-SV
von 1977 e.V. (HSSV)**

Wagnerstraße 42
22081 Hamburg
Tel. 29 16 05
Fax 2 99 72 65

Hamburger SV e.V.

Sylvesterallee 7
22525 Hamburg
Sportbüro:
Tel. 41 55 16 00
Fax 41 55 16 01
info@hsv.de

Hamburger TB von 1862 e.V.

Hammer Steindamm 64
20535 Hamburg
Tel. 2 54 28 62
Fax 2 54 28 68
heeg@htb62.de

Hamburger Turnerschaft von 1816 e.V.

Sievelkingdamm 7
20535 Hamburg
Tel. 25 17 49 20
Fax 25 88 59
info@ht16.de

Harburger City-Sport e.V.

Harburger Rathausstr. 33
21073 Hamburg
Tel. 7 66 60 44

Harburger TB von 1865 e.V.

Vahrenwinkelweg 28
21075 Hamburg
Tel. 79 14 33 23
Fax 79 14 33 24
info@htb65.de

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V. (HNT)

Cuxhavener Straße 253
21149 Hamburg
Tel. 7 01 74 43
Tel. 70 38 24 35
Fax 7 01 22 10
sportbuero@hntonline.de

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Breite Straße 122
22767 Hamburg
Tel. 85 75 88
Fax 8 51 21 81
hvs-ev@t-online.de

Imperial Club Hamburg e.V.

Frau Bianca Adameit
Lehmweg 73
25492 Heist
Tel. 0 41 22-8 26 64
tub-adameit@versanet.de

Institut Ampuvita

(Gemeinnütziges Institut für Amputa-
tions-Vorsorge und Integration e.V.)
August-Krogmann-Str. 52
22159 Hamburg
Tel. 6 45 81-13 63
info@ampu-vita.de

Lady fit Hamburg

Frau Susanne Gerloff
Droopweg 25
20537 Hamburg
Tel. 2 50 47 53
Fax 25 49 01 21
info@lady-fit-hamburg.de

MARIS-Damen-Aktiv-Studio-Sportcenter GmbH

Fabriciusstr. 25
22177 Hamburg
Tel. 6 91 11 12
Fax 6 91 00 44
das@damen-aktiv-studio.de

MEDALIFE GmbH

Gesundheitszentrum
Borsteler Bogen 27
22453 Hamburg
Tel. 5 53 78 22
Fax 5 53 85 33
info@medalife.de

Medizinische Fitness und Wellness GmbH Hamburg vital

Neue Str. 26
21073 Hamburg
Tel. 22 94 78 88
Fax 22 94 76 88
info@hamburg-vital.de

Meiendorfer SV von 1949 e.V.

Deepenhorn 5
22145 Hamburg
Tel. 6 78 80 82
Fax 6 79 30 57
info@meiendorferSV.de

MOVE-Praxis für Physiotherapie

Mönckebergstr. 18
20095 Hamburg
Tel. 30 30 96 31
Fax 30 30 96 32
k.herbst@move-hamburg.de

Mümmelmannsberger SV Hamburg von 1974 e.V. (MSV Hamburg)

Kandinskyallee 77
22115 Hamburg
Tel. 7 15 33 36
Fax 7 16 19 83
info@msv-hamburg.de

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Sachsenweg 78
22455 Hamburg
Tel. 5 54 21 60
Fax 55 42 16 55
info@niendorfer-tsv.de

Norddeutscher Regatta-Verein e.V.

Schöne Aussicht 37
22085 Hamburg
Tel. 55 77 99 50
Fax 55 77 99 519
mail@nrv.de

P.u.R. Prävention und Rehabilitation Deutschland e.V.

Rahlstedter Str. 24
22149 Hamburg
Tel. 22 86 92 16
Fax 84 89 12 40
info@pur-rehaverein.de

Phoenix Sport e.V.

Binnenfeldredder 21
21031 Hamburg
Tel. 28 05 28 22
Fax 28 05 28 22
info@phoenix-sport-hamburg.de

Physio Aktiv fitvitalis Lund

Zollstr. 11b
21465 Wentorf
Tel. 76 50 06 87

Physio Sports Therapie GbR

Elbgaustr. 128
22547 Hamburg
Tel. 84 05 59 55
Fax 84 05 59 56
info@physio-sports.net

PhysioFit Lurup GmbH

Luruper Hauptstr. 247
22547 Hamburg
Tel. 41 42 27 20
info@physiofit-lurup.de

Physiopraxis Volksdorf Katharina Lobach & Ulrike Meyer GbR

Halenreihe 42
22359 Hamburg
Tel. 64 50 91 71
physiopraxis-volksdorf@gmx.de

Physiotherapie Wencke Dossmann

Stadtbahnstraße 43
22393 Hamburg
Tel. 60 01 33 60
Fax 64 41 58 02
wenckedossmann@web.de

Präventionszentrum Winterhude

David Zerjathke
Semperplatz 1
22303 Hamburg
Tel. 87 50 47 26
Fax 87 50 47 27
info@pvz-winterhude.de

Praxis für Physiotherapie und Prävention Carla Hövelmann-Bock

Moorhof 7
22399 Hamburg
Tel. 69 21 44 46
info@praxis-hoevelmann-bock.de

Pro Motion REHA-Sportverein

Niedersachsenweg 3
21079 Hamburg
Tel. 7 64 35 72
Fax 7 63 57 33
info@physio24.de

Pro Reha aktiv Hamburg e.V.

c/o RZH Reha-Zentrum
Hammonia Bad GmbH
Lerchenfeld 14
22081 Hamburg
Tel. 28 41 02 80
Fax 2 20 95 77
kontakt@reha-hammonia-bad.de

RBS Elbgemeinden e.V.

Frau Renate Martinek
Schenefelder Holt 97
22589 Hamburg
Tel. 87 19 47
hm.martinek@bvenet.de

Racket Inn Sporthotel

Königskinderweg 200
22457 Hamburg
Tel. 5 59 87 90
Herr Wasmer 0152-09 18 26 92
Fax 5 50 02 68
info@racketinn.de

REHA Bergedorf

Bergedorfer Schloßstr. 33
21029 Hamburg
Tel. 7 21 10 08
Fax 7 21 10 05
info@reha-bergedorf.de

Rehabilitationspraxis Rahlstedt Hengameh Kamyab

Rahlstedter Bahnhofstr. 23-25
22143 Hamburg
Tel. 63 66 53 53
Fax 63 66 53 54
info@rehapraxis-kamyab.de

Rehavital-Gesundheitssport Hamburg e.V.

Paul-Stritter-Weg 9
22297 Hamburg
Tel. 50 77 37 21
Fax 50 77 33 84
[sandra.guenther@theravitalis.
alsterdorf.de](mailto:sandra.guenther@theravitalis.alsterdorf.de)

Rissener SV von 1949 e.V.

Marschweg 75
22559 Hamburg
Tel. 81 27 46
Fax 81 99 05 15
rsv@rissen.de

Royal Sports FC Schwencke GmbH

Eulenkugstr. 68
22359 Hamburg
Tel. 6 09 18 00
Fax 6 09 18 018
info@royalsports.de

Ruder-Club Favorite Hammonia Hamburg e.V.

Alsterufer 9
20354 Hamburg
Tel. 41 35 37 89
Fax 4 10 29 71
buero@rcfh.de

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Geschäftsstelle
Lüttkoppel 1
22335 Hamburg
Tel. 3 00 62 99-0
Fax 3 00 62 99-199
info@scala-sportclub.de

SC Poppenbüttel von 1930 e.V

Bültenkoppel 1
22399 Hamburg
Tel. 6 06 14 14
Fax 6 02 42 35
geschaeftsstelle@scpoppenbuettel.de

SC Vier- und Marschlande v. 1899 e.V.

Auf dem Sülzbrack 2
21037 Hamburg
Tel. 7 23 99 29
Fax 7 23 99 03
vorstand@scvm.de

Schützenverein Hausbruch Alt- und Neuwiedenthal v. 1898 e.V.

Ehestorfer Heuweg 14
21149 Hamburg
Tel. 7 96 49 98
Fax 7 96 38 95
sschachler@t-online.de

SGR Asklepios e.V.

Am Kurpark 3
23611 Bad Schwartau
Tel. 04 51-20 04-7 10
Fax 04 51-20 04-1 56
info@sgr-asklepios.com

**SGR Lokstedt – Sportverein für
Gesundheit und Rehabilitation
Lokstedt**

Syringenweg 29
22523 Hamburg
Tel. 22 62 58 33
Tel. 0179-1 13 25 56 (Herr Stille)
Tel. 0162-6 88 16 69 (Frau Knopf)
Lokstedt@moves-training.de

Sportline Fitness und Soccer GmbH

Am Neugrabener Bahnhof 34
21149 Hamburg
Tel. 7 02 40 99
Fax 7 01 21 243
info@sportline-hamburg.de

**Sportschlau – Bewegung mit Spaß
und Köpfchen e.V.**

Susanne Bunk
Beim Alten Schützenhof 5
22083 Hamburg
Tel. 2 27 62 35
post@sportschlau.de

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Redingskamp 25
22523 Hamburg
Tel. 57 00 07 10
Fax 57 00 07 11
rehasport@sv-eidelstedt.de

SV Großhansdorf e.V. von 1942

Kortenkamp 6a
22927 Großhansdorf
Tel. 0 41 02- 6 23 05
Fax 0 41 02- 46 76 44
info@sv-grosshansdorf.de

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Julius-Vosseler-Str. 195
22527 Hamburg
Tel. 4 14 24 70-0
Fax 4 14 24 70-29
info@gweimbsbuettel.de

SV Polizei Hamburg von 1920 e.V.

Sternschanze 4
20357 Hamburg
Tel. 41 17 27 94
Fax 5 11 74 31
svphamburg@t-online.de

SV Nettelburg-Allermöhe v. 1930 e.V.

Katendeich 14
21035 Hamburg
Tel. 7 35 32 00
Fax 7 35 79 37
info@svna.de

SV Trelde-Kakenstorf von 1950 e.V.

Ahornallee 1
21255 Kakenstorf
Tel. 0 41 86-84 91
Fax 0 41 86-89 55 75
info@sv-trelde-kakenstorf.de

**Tandem-Club Weiße Speiche
Hamburg e.V.**

Herr G. Scheithauer
Uhuweg 7
22527 Hamburg
Tel. 5 70 60 93

Tanzbrücke Hamburg e.V.

Bramfelder Str. 116-118
22305 Hamburg
Tel. 69 70 49 88
info@tanz-bruecke.de

Therapiezentrum Eilbek

Conventstr. 12
22089 Hamburg
Tel. 38 67 92 38
Fax 38 67 92 37
info@therapiezentrum-eilbek.de

Treffpunkt Bewegung Hamburg e.V.

Frohmestraße 11h
22457 Hamburg
Tel. 040-57 20 40 10
Tel. (0172-4 45 58 98 Herr Neshat)
Fax 040-57 20 40 12
hamburg@treffpunktbewegung.de

TriBühne e.V.

Stresemannstr. 374b
22761 Hamburg
Tel. 69 79 37 59
Fax 63 97 37 16
info@tribuehne.net



Petra Levator

Verletzungen, Schmerz und Depression überwinden. Burnout vermeiden. Durchhalten mit Sport.

Natur, Bewegung und Sport als Bewältigungsstrategien ersten Ranges. Die einfachsten und preiswertesten Heilmittel, garantiert mit positiven Nebenwirkungen für Körper und Seele. Fragen Sie Ihren Arzt oder Therapeuten, besser nicht den Apotheker.

Ein packender Erfahrungsbericht aus dem Leben einer leidenschaftlichen Sportlerin, Lehrerin und Mutter mit Handicap. Nutzen Sie die Erfahrungen und Kompetenz der erfolgreichen Schwimmerin, FachÜL für Rehabilitations- und Behindertensport, staatlich geprüften Fortbildnerin und Multiplikatorin für Ihre Tagung/Seminar/Vortrag in Verein, Sportkreis, Reha-Einrichtung oder Klinik.

Kontaktieren Sie direkt petra.levator@web.de

Ein wertvolles Buch zur Selbsterkenntnis, Selbsthilfe und Prävention. Mit 24 Annotationen zur Thematik aus Medizin, Sportwissenschaft und Psychologie (In Zusammenarbeit mit Dr. Franz Begov, Sportinstitut der Universität Tübingen.)

www.petra-levator.de • www.knirschverlag.de
bestellung@knirschverlag.de EUR 18,90

TSC Wellingsbüttel von 1937 e.V.

Waldingstraße 91
22391 Hamburg
Tel. 6 40 11 14
Fax 6 40 82 82
geschaeftsstelle@tscwellingsbuettel.de

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

TSG Sportforum
Billwerder Bildeich 607
21033 Hamburg
Tel. 72 41 44-0
Tel. 72 54 95-17
Fax 72 41 44-21
info@tsg-bergedorf.de

TSV Hohenhorst von 1963 e.V.

Kielkoppelstraße 9b
22149 Hamburg
Tel. 6 72 04 63
Fax 67 58 85 51
info@tsv-hohenhorst.de

TSV Wandsetal Hamburg v. 1890 e.V.

Stephanstr. 5
22047 Hamburg
Tel. 6 93 34 49
Fax 6 93 40 13
info@tsvwandsetal.de

Turnerbund Hamburg-Eilbeck e.V.

Ritterstraße 9
22089 Hamburg
Tel. 20 37 04
Fax 20 79 96
info@th-eilbeck.de

Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Vahrenwinkelweg 39
21075 Hamburg
Tel. 70 10 84 55
Fax 70 10 84 57
info@tsh-verein.de

TuS Berne e.V.

Berner Allee 64a
22159 Hamburg
Tel. 60 44 2 88-0
Fax 60 44 2 88-9
Service@tusberne.de

TuS Eidelstedt von 1969 e.V.

c/o Sebastian Krayenborg
Königstraße 29a
25469 Halstenbek
Tel. 5 71 27 58
Fax 02 12-5 13 16 67 88
info@tuseidelstedt.de

TuS Germania Schnelsen v. 1921 e.V.

Königskinderweg 67 a
22457 Hamburg
Tel. 5 50 31 84
Fax 55 92 96 39
info@germaniaschnelsenweb.de

TuS Harburg-Wilhelmsburg von 1894 e.V.

Bostelbeker Damm 2
21079 Hamburg
Tel. 79 01 66-0
Fax 79 01 66-20
sportlicheleitung@tus-harburg.de

TV Lokstedt von 1892 e.V.

Döhrntwiete 20
22529 Hamburg
Tel. 56 48 70
Fax 54 88 05 64
info@tv-lokstedt.de

Verein für Gesundheit & Vitalität e.V.

In den Räumen des
VITAMED Fitnessclubs
Krohnstieg 41-43
22415 Hamburg
Tel. 040-53 93 17 97
office@vitamed-hh.de

**Verein für Gesundheitssport und
Sporttherapie e.V.
Hamburg/Dortmund**

Lemsahler Landstr. 223
22397 Hamburg
Tel. 50 79 70-00
info@sport-therapie-centrum.de

VfL Hamburg von 1893 e.V.

Barmbeker Str. 62
22303 Hamburg
Tel. 2 79 83 77
Fax 2 79 00 37
info@vfl93.de

Walddörfer SV von 1924 e.V.

Halenreihe 32-34
22359 Hamburg
Tel. 64 50 62-0
Fax 64 50 62-10
info@walddoerfer-sv.de

**Wandsbeker Schützengilde e.V.
von 1637**

Marienthaler Str. 178
22043 Hamburg
Tel. 21 90 49 90
petra.bruhn@gmx.de

Wandsbeker TB von 1861 J.P.

Kneesestraße 7
22041 Hamburg
Tel. 68 54 82
Fax 68 91 18 18
info@wtb61.de

Wedeler TSV e.V.

Bekstraße 22
22880 Wedel
Tel. 0 41 03-22 00
Fax 0 41 03-70 96 64
info@wedeler-tsv.de

**Wilhelmsburger Ruder-Club
von 1895 e.V.**

Vogelhüttendeich 120
21107 Hamburg
Tel. 7 65 23 97
gosh_1.vorsitzender-wrc@t-online.de

**Yours! Präventions- und
Rehabilitationssportverein e.V.**

Bremer Str. 320
21077 Hamburg
Tel. 0 41 05-67 04 87
isa.kaehler@yours-rehasport.de

WEITERE ANSCHRIFTEN

AG Lungensport e.V. Hamburg

Hasselmannsweg 3
22926 Ahrensburg
Tel. 0176-53 57 59 25
ag-lungensport-hh@alice-dsl.de
www.lungensport.de

Altonaer Behinderten- Arbeitsgemeinschaft e.V. (ABA)

Haubachstraße 76
22765 Hamburg
Tel. 38 61 63 93
Fax 38 61 63 94
www.handicap-info.de

Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V.

Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover
Tel. 05 11-12 68-51 00
Fax 05 11-12 68-4 51 00
www.bsn-ev.de

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG) Landesverband Hamburg e.V.

Eppendorfer Weg 154
20253 Hamburg
Tel. 040-4 22 44 33
Fax 040-4 22 44 40
DMSG-Hamburg@dmsg.de
www.dmsg-hamburg.de

Deutsche Parkinson-Vereinigung e.V. Parkinsonsgruppe Hamburg

Stühmtwiete 46
22175 Hamburg
Tel. 040-6 40 60 03
Fax 040-63 91 95 01
hamburg@parkinson-mail.de
www.hamburg-parkinson.de

Deutsche Rheuma-Liga Landesverband Hamburg e.V.

Dehnhaiide 120
Klinikum Eilbek
22081 Hamburg
Tel. 040-6 69 07 65-13 oder 15
www.rheuma-liga-hamburg.de

Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Carl-Bertelsmann-Str. 256
33311 Gütersloh
Tel. 0 18 05-09 30 93
Fax 0 18 05-09 40 94
info@schlaganfall-hilfe.de
www.schlaganfall-hilfe.de

Deutscher Behindertensportverband e.V. (DBS)

Bundesgeschäftsstelle
- im Hause der Gold-Kräemer-Stiftung -
Tulpenweg 2-4
50226 Frechen
Tel. 0 22 34-6 00 00
Fax 0 22 34-6 00 01 50
www.dbs-npc.de

Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V. (DRS)

Bundesgeschäftsstelle
Friedrich-Alfred-Str. 10
47055 Duisburg
Tel. 0203-71 74 18 2
Fax 0203-71 74 18 1
info@rollstuhlsport.de
www.rollstuhlsport.de

DRS-Bundeszentrale Hamburg

c/o BUK Hamburg
Bergedorfer Str. 10
21033 Hamburg
Tel. 040-73 06-13 81
Fax 040-73 06-13 90

Hamburger Krebsgesellschaft e.V.

Butenfeld 18
22529 Hamburg
Tel. 040-4 60 42 22
Fax 040-4 60 42 32
info@krebshamburg.de
www.krebshamburg.de

Hamburger LAG für behinderte Menschen e.V.

Richardstraße 45
22081 Hamburg
Tel. 29 99 56 66
Fax 29 36 01
LAG-Hamburg@talknet.de
www.lagh-hamburg.de

Hamburger Schwimmverband e.V.

BeachCenter am OSP HH/SH
Am Dulsberg 5
22049 Hamburg
Tel. 040-69 65 24 60
Fax 040-69 65 24 57
geschaeftsstelle@hamburger-schwimmverband.de
www.hamburger-schwimmverband.de

Hamburger Sportbund e.V.

Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg
Tel. 4 19 08-0
Fax 4 190 8-274
hsb@hamburger-sportbund.de
www.hamburger-sportbund.de

Herz InForm

Arbeitsgemeinschaft Herz und Kreislauf Hamburg

z. Zt. Heidenkampsweg 99
20097 Hamburg
Tel. 22 80 23 64
Fax 22 96 50 5
info@herzinform.de
www.herzinform.de

KISS Kontakt- und Informations-Stellen für Selbsthilfegruppen

KISS Altona
Gaustraße 21
22765 Hamburg
Tel. 49 29 22 01
Fax 39 60 98

**KISS Kontakt- und Informations-
Stellen für Selbsthilfegruppen**

KISS Barmbek
Fuhlsbüttlerstr. 401
22765 Hamburg
Tel. 63 97 34 46
Fax 63 97 34 28

**KISS Kontakt- und Informations-
Stellen für Selbsthilfegruppen**

KISS Harburg
Neue Straße 27
21073 Hamburg
Tel. 30 08 73 22
Fax 30 08 73 20

**KISS Kontakt- und Informations-
Stellen für Selbsthilfegruppen**

KISS Wandsbek
Berner Heerweg 183
22159 Hamburg
Tel. 49 29 25 08
Fax 64 53 12 74

Leben mit Behinderung Hamburg e.V.

Südring 36
22303 Hamburg
Tel. 27 07 90-0
Fax 27 07 90-948
www.lmbhh.de

**Rehabilitations- und
Behindertensportverband Schleswig-
Holstein e.V.**

Schubystraße 89c
24837 Schleswig
Tel. 0 46 21-2 76 89
Fax 0 46 21-2 76 67
rbsv-sh@foni.net
www.rbsv-sh.de

**Senatskoordination für die Gleich-
stellung behinderter Menschen**

Osterbekstraße 96
22083 Hamburg
Tel. 040-4 28 63-57 25
Fax 040-4 28 63-57 27
[behindertengleichstellung@
basfi-hamburg.de](mailto:behindertengleichstellung@basfi-hamburg.de)

**Special Olympics Deutschland
in Hamburg e.V.**

Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg
Tel. 040-4 19 08-137
Fax 040-4 19 08-274
info@hamburg.specialolympics.de

Verband für Turnen und Freizeit e.V.

Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg
Infotelefon
Gesundheitssport 4 19 08-277
Gesundheitswochen 4 19 08-246
www.vtf-hamburg.de

IMPRESSUM

Herausgeber: Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Hamburg
Redaktion: Jürgen Sayk, BRS Hamburg
1. Vorsitzender: Thomas Fromm
Geschäftsführer: Andreas Meyer
Schäferkampsallee 1 • 20357 Hamburg
Tel. (0 40) 419 08-155 • Fax (0 40) 419 08-158
E-Mail: mail@brs-hamburg.de • Homepage: www.brs-hamburg.de
Sprechzeiten:
Montag 10:00 - 16:00 Uhr
Di - Do 10:00 - 13:00 Uhr

Fotos: BRS Hamburg

Anzeigen-
verwaltung: Verlag Herrmann & Stenger GbR - Soziales Marketing -
Kaiserstr. 72 • 60329 Frankfurt
Tel. (0 69) 60 60 58 88-0 • Fax (0 69) 60 60 58 88-10
E-Mail: info@sozialesmarketing.de • www.sozialesmarketing.de

Satz/Layout: uz text und design • Uschi Zimmermann
Frühlingstraße 4 • 63924 Kleinheubach
Tel. (0 93 71) 9 48 60 90 • E-Mail: zimmermann.uschi@t-online.de



... wir machen mehr aus Ihrem Verein! Ihre Vereins-/Verbandsbroschüre

Landesverbände Behindertensport und Behinderten-Beiräte:



Ihre Broschüre wirbt zusätzlich für Ihren Verein im Internet unter www.handicapsports.de

Verlag Herrmann & Stenger GbR
Soziales Marketing

Kaiserstraße 72
D-60329 Frankfurt / Main

Telefon: +49 (0)69 / 60 60 58 88 - 0
Telefax: +49 (0)69 / 60 60 58 88 - 10

info@sozialesmarketing.de
www.sozialesmarketing.de



BERATUNG

INTEGRATION

PRÄVENTION

Ihr Ansprechpartner für
Schwerbehinderung
im Arbeitsleben

Integrationsamt

Hamburger Straße 47

22083 Hamburg

Telefon 040 - 428 63 - 39 53

Fax 040 - 4279 - 631 42

integrationsamt@basfi.hamburg.de

www.hamburg.de/integrationsamt



Hamburg

Mobilität für mehr Lebensqualität.



**15 % Sondernachlass¹
für Neuwagen.**

Ein komfortables Fahrzeug eröffnet jedem mehr Bewegungsspielraum. Besonders, wenn Sie ein kleines Handicap im Alltag einschränkt, erfahren Sie mit einem eigenen Auto mehr Freiheit und Lebensqualität. Jetzt können Sie mit unserem aktuellen Sonderrabatt auch richtig günstig unterwegs sein und Ihr Wunschfahrzeug mit Assistenzsystemen und Fahrhilfen auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abstimmen. Wir beraten Sie gern bei der Auswahl eines passenden Volkswagen Modells.

- **Neuwagenkauf mit 15 % Sondernachlass¹ für Menschen mit Handicap**
- **Einbau von Fahr- und Bedienhilfen direkt ab Werk**
- **TÜV-geprüfter Qualitätsstandard aller Einbauten**
- **Einfache Rückrüstung bei Wiederverkauf**
- **Optionale Fahrerassistenzsysteme wie „Park Assist“ oder „Side Assist“**

¹ Die Volkswagen AG gewährt Menschen mit Behinderung in dem Zeitraum 01.01.2016 – 31.12.2016 beim Kauf eines Volkswagen Modells einen Nachlass von 15 % auf den zum Zeitpunkt der Bestellung gültigen Listenpreis, inklusive Fahrhilfen. Voraussetzung: Grad der Behinderung mind. 50 %, Conterganschädigung oder eine im Führerschein eingetragene erforderliche Fahrhilfe.



Volkswagen

WILLY TIEDTKE
AUTOMOBILITÄT

Willy Tiedtke (GmbH & Co.) KG

Volkswagen Kontor Hamburg

Friedrich-Ebert-Damm 118, 22047 Hamburg

Tel. 040 / 69 40 64 02, vw@willytiedtke.de

www.willytiedtke.de