

Sportgruppenheft 2019

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

**Automatik
inklusive¹**

Eine Werbung der Ford Werke GmbH

B

**GDB
20**



Für Menschen mit Handicap

**Weniger zahlen,
mehr Mobilität genießen.**

FORD ECOSPORT TREND (EURO 6D-TEMP)

Automatikgetriebe, Klimaanlage, Ford Audiosystem inkl. Freisprecheinrichtung, elektrische Fensterheber vorne und hinten, ZV mit Fernbedienung, LED Tagfahrlicht, Bordcomputer, 40,64 cm (16")-Stahlräder mit 205/60 R16 Reifen und Radzierblenden, Lederlenkrad u. v. m.

Unverbindliche
Aktionspreisempfehlung

€ 16.240,-^{1,2}

Abbildung zeigt Wunschausstattung gegen Mehrpreis.



Kraftstoffverbrauch (in l/100 km nach § 2 Nrn. 5, 6, 6a Pkw-EnVKV in der jeweils geltenden Fassung): Ford EcoSport: 7,6 (innerorts), 5,2 (außerorts), 6,2 (kombiniert); CO₂-Emissionen: 140 g/km (kombiniert).

Ihr individuelles Angebot erhalten Sie z. B. bei den u. a. Händlern der Ford-Partner Hamburg:

www.fordpartner-hamburg.de

HUGO PFOHE GmbH

Fuhlsbüttel

Alsterkrugchaussee 355
(040) 500 600

Norderstedt

Niendorfer Straße 147
(040) 528 00 70

Hauptsitz: Hugo Pfohe GmbH,

Alsterkrugchaussee 355, 22335 Hamburg

Wandsbek

Friedrich-Ebert-Damm 190
(040) 669 680

Lübeck

Am Spargelhof 10
(0451) 88 9000

KRÜLL

Altona

Ruhrstraße 63
(040) 853 06 01

Lüneburg

Hamburger Straße 37
(04131) 201 90

Hauptsitz: Krüll Motor Company GmbH & Co. KG,

Ruhrstraße 63, 22761 Hamburg

Krüll Motor Company
GmbH & Co. KG

Sasel

Meiendorfer Mühlenweg 29
(040) 601 71 90

Bergedorf

Curslackner Neuer Deich 2-14
(040) 725 70 10

Tobaben

Autohaus Tobaben GmbH & Co. KG

Harburg

Buxtehuder Straße 84-92
(040) 766 26 10

Hauptsitz: Autohaus Tobaben GmbH & Co. KG,

Buxtehuder Str. 84, 21073 Hamburg

Buxtehude

Westende 4
(04161) 725 40

¹Gilt für einen Grad der Beeinträchtigung von mindestens 20. Nur mit Nachweis per Schwerbehindertenausweis oder Bestätigung des Versorgungsamtes. Die Zulassung kann nur auf die im Nachweis genannte Person erfolgen. ²Unverbindliche Aktionspreisempfehlung der Ford-Werke GmbH zzgl. Überführungs- und Zulassungskosten für den Ford EcoSport Trend 1,0-l-EcoBoost-Benzinmotor 92 kW (125 PS), 6-Gang-Automatik. Gilt für Privatkunden. Bei den o.a. Händlern der Ford-Partner Hamburg.

INHALTSVERZEICHNIS

Liebe Leser	5
Was ist Rehabilitationssport?	9

Teil I Anerkannte Rehabilitationssportgruppen

Orthopädische Gymnastik/Rücken- bzw. Wirbelsäulengymnastik	11
Schwimmen/Wassergymnastik	34
Asthma-/Lungensport	40
Sport in der Krebsnachsorge	45
Sport bei neurol. Erkrankungen.....	47
Diabetes-Sport.....	48
Rollstuhlsport (auch im Wasser).....	49
Spezielle Rehasport-Angebote	51
Herzsport.....	53

Teil II Behindertensportgruppen

Badminton	57
Basketball, Faustball, Flugball, Volleyball	57
Blindensport	58
Bosseln	58
Fußball + Fußballtennis	61
Gymnastik	61
Kegeln + Bowling	62

Rund um den Ball	62
Sport für Menschen mit geistiger Behinderung	63
Sport im Wasser, Schwimmen + Wassergymnastik	64
Tennis + Tischtennis	65
Weitere Sportangebote für Menschen mit Behinderung	65

Teil III Inklusions- und Integrationssport

Erwachsene	68
Jugendliche Erwachsene und Gruppen ohne Altersbegrenzung ...	69
Klein- und Kindergartenkinder	71
Schulkinder	71
Sport für Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung	74

Adressen der Mitglieder

des BRSH	75
----------------	----

Weitere Anschriften	87
---------------------------	----

Impressum	90
-----------------	----

Eine Chance für Kinderschutzprojekte

Ausschreibung für den HanseMerkur Preis für Kinderschutz 2019 gestartet

In ganz Deutschland engagieren sich Menschen ehrenamtlich und mit viel Zeit und Herzblut für das Wohl von Kindern und Jugendlichen. Ihnen den Rücken zu stärken ist das Ziel des *HanseMerkur Preises für Kinderschutz*, der im kommenden Jahr zum 39. Mal vergeben wird. Für die Preisträger bedeutet die Auszeichnung eine öffentliche Anerkennung ihrer Arbeit, sie hilft, neue Netzwerke und Unterstützer zu finden und ist – mit einem Preisgeld von insgesamt 50.000 Euro – auch eine große finanzielle Hilfe für die Projekte.

Seit 1980 konnte der Preis viel bewegen für private Initiativen und Gruppen oder einzelne, engagierte Personen in Deutschland, die sich im sozialen, politischen oder medizinischen Bereich für Kinder einsetzen. Jahr für Jahr tritt eine Jury aus renommierten Kinderschützern, darunter Vertreter des Deutschen Kinderschutzbundes, von UNICEF und der Deutschen Liga für das Kind e.V., zusammen, um herausragende Projekte auszuwählen. Neustes Jurymitglied ist seit wenigen Wochen die Sporttherapeutin und paralympische Kanutin Edina Müller, die schon die Preisvergabe 2017 als Schirmherrin begleitete. Ihre Motivation: Unterstützende Angebote für Kinder und Jugendliche und die Anliegen, die damit verbunden sind, ins öffentliche Bewusstsein zu rücken. „Ich denke, der inklusive Sport ist ein guter Ansatzpunkt, gemeinsam an Verbesserungen zu arbeiten und ich hoffe, dass mein Engagement in der Jury Menschen und Vereine, die im inklusiven Bereich aktiv sind, ermutigt, sich um den Preis zu bewerben“.

Wer sich selbst, sein Projekt oder eine Initiative für den *Hanse Merkur Preis für Kinderschutz* 2019 vorschlagen möchte, sendet die Bewerbung bis zum 31. August 2019 an kinderschutzpreis@hansemerkur.de oder per Post an HanseMerkur c/o Silke Hirschfeld, Siegfried-Wedells-Platz 1, 20354 Hamburg. Das Bewerbungsformular sowie weitere Unterlagen stehen unter <http://hansemerkur.csr-engagement.de/bewerbung/> zum Download bereit. Telefon 040 4119 1277.

**SORGE FÜR KINDER IST
VORSORGE FÜR DIE ZUKUNFT.**

HANSEMERKUR PREIS FÜR KINDERSCHUTZ



Unter diesem Motto vergibt die HanseMerkur Versicherungsgruppe seit 1980 alljährlich den mit insgesamt 50.000 Euro dotierten *HanseMerkur Preis für Kinderschutz*. Ausgezeichnet werden einzelne Personen, Gruppen, Vereine und Initiativen, die sich ehrenamtlich und auf besondere Weise um das Wohl von kranken, behinderten oder sozial benachteiligten Kindern bemühen.

Informationen zur Bewerbung unter:
hansemerkur.csr-engagement.de/bewerbung

**NOCH BIS ZUM
31. AUGUST 2019 BEWERBEN**

HanseMerkur · Siegfried-Wedells-Platz 1 · 20354 Hamburg



HANSEMERKUR PREIS FÜR KINDERSCHUTZ

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.

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

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

Individuelle Qualifizierungen

für Erwachsene, die nach Unfall oder Krankheit wieder zurück in die Arbeitswelt möchten.

Beratung und Information über berufliche Rehabilitation und weitere individuelle Bildungsangebote an unserem **InfoDienstag* um 15:30 Uhr.**

**Jeden Dienstag, außer in den Ferien*



Berufsförderungswerk Hamburg GmbH

August-Krogmann-Straße 52

22159 Hamburg | Tel: 040 64581-0

InfoLine* 0800 6451717 | info@bfw-hamburg.de

www.bfw-hamburg.de

**kostenfrei aus dem deutschen Festnetz*

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.



Ein Spiel für Gewinner.



LOTTO Hamburg fördert als offizieller Partner die BG Baskets.

Mehr Informationen erhalten Sie unter www.lotto-hh.de/sportfoerderung

LOTTO
Hamburg

**Und der Sport
gewinnt.**

Teil I - Anerkannte Rehabilitationssportgruppen des BRS Hamburg e.V. (Stand: 31.12.2018)

ORTHOPÄDISCHE GYMNASTIK / RÜCKEN- BZW. WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Ahrensburger TSV von 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)

Orthopädischer Rehasport

Mo. 12:00 - 13:00 (R-127-05)

Do. 19:00 - 20:00 (R-127-06)

ATSV Tanzsporthalle, Reeshoop 48

Frau Bogner - Tel. 04102-460 794

22926 Ahrensburg

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

Sport bei Wirbelsäulen- und Haltungsschäden

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

Sport bei Osteoporose

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

AMTV-Zentrum Rahlstedter Str. 159

Herr Lemm - Tel. 675 95 084

22143 Hamburg-Rahlstedt

Knien Stabilisation

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

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)

Sport bei Schulter- und Wirbelsäulen- problematik

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

Rehasport untere Extremität

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

Rücken in Balance

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

Med-Dialog, Brockdorffstr. 90

Herr Lemm - Tel. 675 95 084

22143 Hamburg-Rahlstedt

Sport bei Schulter- und Wirbelsäulenproblematik

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

AMTV-Gymnastikraum,

Rahlstedter Bahnhofstr. 7a

Herr Lemm - Tel. 675 95 084

22143 Hamburg-Rahlstedt

Reha Orthopädie

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)

Wirbelsäulengymnastik für Kinder & Jugendliche

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

AMTV-Zentrum Raum 1,

Rahlstedter Str. 159

Herr Lemm - Tel. 675 95 084

22143 Hamburg-Rahlstedt

Bahrenfelder TV von 1898 e.V.

Orthopädische Gymnastik

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

Do. 11:30 - 12:30 (R-26-11)

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

Orthopädische Gymnastik

und Entspannung

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

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

Bahrenfelder Chaussee 166a

Frau Prinz - Tel. 04106-640 76 50

22761 Hamburg-Bahrenfeld

Berufsförderungswerk Hamburg GmbH

Wirbelsäulengymnastik

Gymnastikhalle BFW - Haus A

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

Marie-Bautz-Weg 13/15

H. Harnisch-Schwerdt, Tel. 64581 1730

22159 Hamburg, ST Farmsen-Berne

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Reha-Sport Rücken und Knie

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

Do. 15:00 - 15:45 (R-49-08)

Fr. 12:00 - 12:45 (R-49-07)

Reha-Sport-Gelenke (Rücken/Knie)

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

Mo. 12:00 - 12:45 (R-49-05)

Rehasport Wirbelsäule

Di. 08:15 - 09:00 (R-49-10)

Rehasport Orthopädie

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

Do. 08:15 - 09:00 (R-49-15)

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

Rehasport Gelenke + Wirbelsäule

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

GESundFIT, Erich-Ziegel-Ring 44

Frau Kuhnt - Tel. 040-636 472 35

Info-Sprechstunde Mo. 10:45-11:45

22309 Hamburg-Steilshoop

BSG Süderelbe e.V.

Gymnastik

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

Sporthalle Ornschweg 22

Herr Scholven - Tel. 701 79 13

21149 Hamburg Neugraben-Fischbek

BSG Wilhelmsburg + Harburg e.V.

Gymnastik

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

Sporthalle Schule Elfenwiese 3

Frau Ohst - 04105-518 43

21077 Hamburg-Marmsdorf

Gymnastik

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

Sporthalle I, Dratelnstr.26

Frau Spruth - Tel. 77 55 92

21109 Hamburg-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-125-06)

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

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

Caprice Fitnessclub,

Billstedter Hauptstr. 1-15

Frau Been - Tel. 736 757 51

22111 Hamburg-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)

Orthopädische Gymnastik

Mi. 12:00 - 13:00 (R-105-13)
 Do. 14:00 - 15:00 (R-105-14)

Lüttkamp 23

Rezeption - Tel. 84 44 94

22547 Hamburg-Lurup

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)

Sporthalle der Grundschule

Duvenstedt, Duvenstedter Markt 10

Reha-Sport Orthopädie

Di. 10:30 - 11:30 (R-11-17)
 Mi. 09:30 - 10:30 (R-11-12)
 Mi. 10:45 - 11:45 (R-11-13)
 Do. 11:15 - 12:15 (R-11 15)

Max-Kramp-Haus, Duvenst. Markt 8

Geschäftsstelle - Tel. 607 19 69

22397 Hamburg-Duvenstedt

Eimsbütteler TV e.V.

Orthopädische Trainingsgruppe

Mo. 12:00 - 12:45 (R-30-38)

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

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

Di. 13:00 - 13:45 (R-30-22)

Di. 14:00 - 14:45 (R-30-28)

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

Mi. 19:00 - 20:00 (R-30-41)

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

Do. 09:30 - 10:15 (R-30-16)

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

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

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

ETV-Studio, Bundesstr. 96

Orthopädische Trainingsgruppe für Jugendliche

Mo. 16:15 - 17:00 (R-30-39)

Bundesstr. 96

Frau Ferch - Tel. 40 17 69 54

20144 Hamburg-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)

Schön-Klinik, Denhaide 120

Walking

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

Haupteingang der Schön-Klinik

Hamburg-Eilbek, Dehnhaid 120

Frau Ferch - Tel. 40 17 69 54

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. 14:00 - 15:00 (R-74-16)

Mi. 13:00 - 14:00 (R-74-17)

Mi. 19:00 - 20:00 (R-74-04)
 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)
 Friedrich-Ebert-Damm 128
 Frau Nimke - Tel. 52 01 66 66
 22047 Hamburg-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)
 Krähenweg 9

Herr Konrad - Tel. 5550 5550
 22459 Hamburg-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)
 Mo. 18:00 - 18:45 (R-108-06)
 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. 18:55 - 19:40 (R-108-19)
 Mi. 09:30 - 10:15 (R-108-12)
 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)
 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)

Hans-Fitze-Str. 4

Fr. Yildiz/Fr. Dinse - Tel. 3609 920 20
 21073 Hamburg-Harburg

Muskel-/Gelenkgymnastik

Di. 09:00 - 09:45 (R-108-30)
 Theodor-Yorck-Str. 4
 Frau Dinse - Tel. 3609 920 20
 21079 Hamburg-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)
 Cuxhavener Str. 293 B
 Herr Rößler - Tel. 701 37 98
 21149 Hamburg Neugraben-Fischbek

Gelenkstabilisierung/Kräftigung

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

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

Herr Walecek - Tel. 701 37 98

Rückenschule, Gymnastik, Kräftigung

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

Sa. 16:15 - 17:00 (R-68-10)

Pezziball-Gymnastik & Rücken

Form-Fit, Cuxhavener Str. 293 B

Mo. 09:15 - 10:00 (R-68-08)

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

Herr Rößler - Tel. 701 37 98

Rückenschule

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

Frau Bayrow - Tel. 701 37 98

Form-Fit, Cuxhavener Str. 293 B

21149 Hamburg 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)

Überseering 5

Frau Chahbaznia-Zietz - Tel. 63 233 66

22297 Hamburg-Winterhude

FTSV Komet Blankenese v. 1907 e.V.

Rehasport für Orthopädie

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

Reha-Orthopädie

Do. 14:30 - 15:30 (R-91-06)

Do. 15:30 - 16:30 (R-91-07)

Schenefelder Landstr. 85

Frau Kramm - Tel. 636 51 060

22589 Hamburg-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)

Moves Fitness, Schippelsweg 51

Herr Wunderwald - Tel. 41 62 87 89

22455 Hamburg-Niendorf

Gesundheitssport Hamburg e.V.

Flexx Wirbelsäulengymnastik

Mo. 10:00 - 10:45 (R-48-33)

Mo. 18:00 - 18:45 (R-48-34)

Mi. 09:00 - 09:45 (R-48-35)

Mi. 09:45 - 10:30 (R-48-36)

Fr. 09:00 - 09:45 (R-48-37)

Fr. 09:45 - 10:30 (R-48-38)

Saitama Physio Fit, Hopfenmarkt 28

Büro - Tel. 44 46 28

20457 Hamburg-Altstadt

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. 501 041
22339 Hamburg-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. 696 451 82
22083 Hamburg, ST Barmbek-Süd

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

Rehasport Orthopädie

Fr. 18:30 - 19:30 (R-37-01)
Sporthalle Stengelestr. 38
Herr Rieger - Tel. 040-713 64 29
22111 Hamburg-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. 511 95 72
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)
Ifflandstraße 30
Herr Heeg - Tel. 25 428 62
20535 Hamburg, ST Hamm-Nord

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Sport bei Osteoporose

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

Orthopädische Gymnastik

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

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

Fr. 10:30 - 11:30 (R-18-24)

Endoprothesengymnastik

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

Rehasport Orthopädie

Mo. 18:00 - 19:00 (R-18-27)

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

Sportzentr. HT 16, Sievekingdamm 7

Sportbüro - Tel. 251 749-20

20535 Hamburg, ST Hamm-Nord

Die Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V. bewahrt als ältester Sportverein der Welt seine Tradition, Menschen jeden Alters zu bewegen. Mit mehr als 100 Gesundheits- und Fitnesskursen bringt die HT16 ein breites Angebot für Jung und Alt im vereinseigenen Sportzentrum unter ein Dach.



HT – das heißt auch „Hervorragend Trainieren“

Die Betonung bei unserem Rehabilitations-sport liegt auf SPORT. Unter besonders qualifizierter Anleitung stellt unser Reha-Sport eine „Hilfe zur Selbsthilfe“ dar. Unser Ziel ist, den Sport und die Bewegung langfristig und eigenverantwortlich in Ihrem Lebensstil zu etablieren, z. B. durch ein weiteres Sport-treiben in unserem Verein.

Kontakt:

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Fitness- und Gesundheitszentrum

Telefon: (040) 25 17 49-0

E-Mail: fitness@ht16.de

Homepage: www.ht16.de

Hamburg Vital GmbH

Rehasportgruppe, Gelenkgymnastik

Di. 10:30 - 11:30 (R-50-02)

Funktionelle Gymnastik

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

Rückengymnastik

Mo. 10:30 - 11:30 (R-50-05)

Praxis-Klinik Bergedorf,

Alte Holstenstr. 2

Rezeption - Tel. 725 751 40

21031 Hamburg-Lohbrügge

Rund um fit

Di. 17:00 - 17:45 (R-50-65)

Do. 17:00 - 17:45 (R-50-66)

Frau Hartojo - Tel. 319 710 40

Fit im Alltag

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

Mi. 17:30 - 18:15 (R-50-86)

Herr Feicke - Tel. 319 710 40

ENDO Reha Zentrum Holstenstr. 2

22767 Hamburg, ST Altona-Altstadt

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)

Harburger Rathausstraße 33

Frau Siemers, Tel. 766 60 44

21073 Hamburg-Harburg

Harburger TB von 1865 e.V.

Funktionsgymnastik

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

Vahrenwinkelweg 28

Geschäftsstelle - Tel. 79 14 33 23

21075 Hamburg-Eißendorf

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Orthopädische Gymnastik und Entspannung

Di. 17:00 - 18:00 (R-69-12)

Orthopädische Gymnastik

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

HNT 2, Cuxhavener Str. 253

Rückenschule

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

Orthopädische Gymnastik und Entspannung

Di. 11:30 - 12:15 (R-69-05)

HNT 1, Cuxhavener Straße 253

21149 Hamburg Neugraben-Fischbek

Orthopädische Gymnastik und Entspannung

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)

FitHus, Am Johannisland 2

21149 Hamburg Neugraben-Fischbek

Orthopäd. Wirbelsäulengymnastik

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

Orthopädische Gymnastik

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

Lange Striepen 51 (Zugang Luhering 22)

Geschäftsstelle - Tel. 703 824 35

21147 Hamburg-Hausbruch

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Wirbelsäulengymnastik

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

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

Wandsbeker Königstr. 65

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

22041 Hamburg-Wandsbek

Wirbelsäulengymnastik

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

Eckernförderstr. 70

Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88

22769 Hamburg-Bahrenfeld

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. 17:15 - 18:00 (R-80-02)

Mi. 11:30 - 12:15 (R-80-01)

Do. 11:00 - 11:45 (R-80-04)

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

Droopweg 25, 20537 Hamburg

Frau Gerloff - Tel. 2504753

20537 Hamburg, ST Hamm-Mitte

Lufthansa SV Hamburg e.V.

Rehasport Orthopädie

Di. 13:45 - 14:30 (R-153-01)

Do. 13:00 - 13:45 (R-153-02)

Lufthansa e.V., Weg beim Jäger 193

Rehasport Orthopädie

Di. 18:15 - 19:30 (R-153-03)

Fr. 11:00 - 11:45 (R-153-04)

Lufthansa e.V., Borsteler Chaussee 330

Frau van Leeuwen - Tel. 50 70 29 19

22453 Hamburg-Groß Borstel

MARIS-Damen-Aktiv-Studio

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)

Fabriciusstr. 25

Rezeption - Tel. 691 11 12

22177 Hamburg-Bramfeld

MEDALIFE GmbH

Rehasport Orthopädie

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

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

Do. 17:00 - 18:00 (R-115-05)

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

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 17:30 - 18:30 (R-115-04)

Sportstudio Borsteler Bogen 27

Herr Petersen - Tel. 553 78 22

22453 Hamburg-Niendorf

Meiendorfer SV von 1949 e.V.

Wirbelsäulen-/Haltungsschäden

Di. 17:45 - 18:45 (R-95-04)

Do. 11:00 - 12:00 (R-95-02)

Reha-Sport Orthopädie

Di. 16:30 - 17:30 (R-95-08)

Fr. 10:20 - 11:20 (R-95-05)

Osteoporose

Di. 15:30 - 16:30 (R-95-07)

Finnmarkring 12a, Raum 2

Frau Settler - Tel. 67 880 82

22145 Hamburg-Rahlstedt

Reha-Sport Orthopädie

Mi. 09:00 - 10:00 (R-95-06)
MSV-Halle, Deepenhorn 5
Frau Settler - Tel. 67 880 82
22145 Hamburg-Rahlstedt

MOVE Therapiezentrum

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 16:50 - 17:40 (R-118-14)
Di. 16:00 - 16:50 (R-118-15)
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. 17:00 - 17:50 (R-118-12)

Mönckebergstr. 18
Frau Herbst - Tel. 30 30 96 31
20095 Hamburg-Altstadt

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Orthopädische Gymnastik

Mo. 13:00 - 14:00 (R-44-12)
Mo. 16:00 - 16:45 (R-44-22)
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)

Adyton, Sachsenweg 78
Herr Soldat - Tel. 55 42 16 25
22455 Hamburg-Niendorf

Nordisch Fight Club e.V.

Orthopädischer Rehasport

Mo. 11:00 - 11:45 (R-156-01)
Mi. 15:00 - 15:45 (R-156-02)
Fr. 11:00 - 11:45 (R-156-03)
Walddörfer Str. 332
Herr Büchmann - Tel. 589 676 49
22047 Hamburg-Wandsbek

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

Rehasport Orthopädie

Do. 08:15 - 09:00 (R-131-19)
Theater Tarantella,
Wandsbeker Königstr. 50
Herr Kielniak - Tel. 228 692 16
22041 Hamburg-Wandsbek

Physio Fit Lurup GmbH

Rehasport Orthopädie

Mo. 08:00 - 08:45 (R-130-04)
Mi. 18:00 - 18:45 (R-130-01)
Do. 16:00 - 16:45 (R-130-02)
Do. 18:00 - 18:45 (R-130-05)
Fr. 11:00 - 11:45 (R-130-08)
Fr. 11:00 - 11:45 (R-130-03)

Luruper Hauptstr. 247
Rezeption - Tel. 414 227 20
22547 Hamburg-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-135-06)
 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)

Physio Sports, Elbgaustraße 126-128
 Herr Hachmann - Tel. 040-840 559 55
 22547 Hamburg-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)

DANKE für die Unterstützung
 bei der Herausgabe dieser Broschüre.


HANSEATISCHE
Baugenossenschaft
Hamburg

Halenreie 42
Kontakt - Tel. 645 091 71
22359 Hamburg-Volksdorf

Physiotherapie Wencke Dossmann

Sanfte Wirbelsäulengymnastik f. alle

Do. 15:00 - 16:00 (R-52-03)
Stadtbahnstraße 43
Frau Dossmann - Tel. 600 133 60
22393 Hamburg-Sasel

Präventionszentrum Winterhude

Rehasport für orthopädische Erkrankungen

Di. 17:00 - 18:00 (R-133-01)
Mi. 12:00 - 13:00 (R-133-02)
Mi. 12:00 - 13:00 (R-133-03)
Präventionszentrum Winterhude
Semperplatz 2
Herr Zerjathke - Tel. 040-875 047 26
22303 Hamburg-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)

Physiotherapie Praxis Laun
Niedersachsenweg 1-3
Frau Quandt - 040-764 35 72
21079 Hamburg-Rönneburg

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)

**Gesundheits- und
Rehabilitationssport
im Verein!**



**ProReha aktiv
Hamburg e.V.**

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!

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. 10:30 - 11:25 (R-53-219)
 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. 16:30 - 17:15 (R-53-221)
 Do. 20:10 - 20:55 (R-53-212)
 Fr. 11:20 - 12:05 (R-53-190)
 Fr. 17:45 - 18:30 (R-53-188)

Reha-Zentrum im Hammonia-Bad

Lerchenfeld 14
 Rezeption - Tel. 284 102 80
 22081 Hamburg-Uhlenhorst

RBS Elbgemeinden e.V.

Reha-Rückengymnastik

Mo. 16:00 - 17:00 (R-02-02)
 Fr. 15:00 - 16:15 (R-02-01)
 Musäusstr. 29

Frau Martinek - Tel. 871 947
 22589 Hamburg-Iserbrook

Reha+fit e.V.

Stärkung des Stütz- und

Bewegungsapparates

Mo. 09:30 - 10:15 (R-114-17)
 Mo. 11:30 - 12:15 (R-114-01)
 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. 15:30 - 16:15 (R-114-02)
 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)

Frohmestraße 11
Geschäftsstelle, Tel. 572 040 10
22457 Hamburg-Schnelsen

Reha am Kaifu GmbH

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 16:45 - 17:30 (R-144-05)
Di. 15:15 - 16:00 (R-144-03)
Di. 17:30 - 18:15 (R-144-01)
Mi. 16:00 - 16:45 (R-144-02)
Do. 17:30 - 18:15 (R-144-04)

Bundesstr. 107b

Rezeption - Tel. 69 401 59

20144 Hamburg-Eimsbüttel

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)

Reaktiv, Bergedorfer Schloßstr. 33

Herr Steffens – Tel. 72 110 09

21029 Hamburg-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)

Rahlstedter Bahnhofstr. 23-25

Rezeption - Tel. 636 653 53

22143 Hamburg-Rahlstedt

Rehavital-Gesundheitssport Hamburg e.V.

Rehasport Rücken

Mo. 16:45 - 17:30 (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)

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)
theravitalis, Paul-Stritter-Weg 9
Vereinsbüro - Tel. 507 737 21
22297 Hamburg-Alsterdorf

Rehazentrum Harburg GmbH

Rehasportgruppe Walking

Mo. 15:00 - 16:30 (R-151-01)
Do. 11:30 - 12:30 (R-151-02)
Fr. 08:00 - 09:30 (R-151-03)

Rücken-Fit

Mo. 17:00 - 18:00 (R-151-04)
Mi. 18:00 - 18:45 (R-151-05)

Rund um Fit

Mo. 16:00 - 16:45 (R-151-06)
Mo. 18:00 - 18:45 (R-151-07)

Kraft in Rücken + Bauch

Mi. 13:30 - 14:15 (R-151-09)

Rehazentrum Harburg, Sand 18-22

Rund um Fit

Do. 13:00 - 14:00 (R-151-08)
Sportspañ, Harburger Ring 10
Frau Sander - Tel. 76 655 06
21073 Hamburg-Harburg

Rehasport (orthopädischer Sport)

Mo. 12:45 - 13:45 (R-151-14)
Mo. 15:00 - 16:00 (R-151-15)
Mi. 13:30 - 14:30 (R-151-16)
Mi. 15:00 - 16:00 (R-151-17)
Airbus Operations GmbH, Kreetslag 10
Herr Völcker - Tel. 767 557 50
21129 Hamburg-Finkenwerder

Rehazentrum Norderstedt GmbH

Rehasport Orthopädie

Mo. 16:15 - 17:00 (R-152-01)
Mo. 17:15 - 18:00 (R-152-02)
Mo. 18:15 - 19:00 (R-152-03)
Di. 16:35 - 17:20 (R-152-05)
Di. 17:55 - 18:40 (R-152-06)
Mi. 15:15 - 16:00 (R-152-07)
Mi. 16:15 - 17:00 (R-152-08)
Mi. 17:15 - 18:00 (R-152-09)
Do. 16:15 - 17:00 (R-152-11)
Do. 18:55 - 19:40 (R-152-13)

Rehasport Orthopädie

(Schwerpunkt Rücken)

Di. 15:35 - 16:20 (R-152-04)
Mi. 18:15 - 19:00 (R-152-10)
Fr. 15:15 - 16:00 (R-152-14)

Rehasport Orthopädie (Beine/Hüfte)

Do. 17:55 - 18:40 (R-152-12)

Rehasport Orthopädie

(Schulter/Arme/HWS)

Fr. 16:35 - 17:20 (R-152-15)
Rehazentrum Norderstedt,
Stettiner Str. 16
Frau Große - Tel. 040-52 330 28
22850 Norderstedt

Rissener SV von 1949 e.V.

Orthopädische Rehasportgruppe

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

Fr. 10:00 - 11:00 (R-96-07)

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

Marschweg 75

Orthopädische Rehasportgruppe

Do. 18:30 - 19:30 (R-96-06)

Gymnastikhalle unten Am Lilienberg,

Marschweg 75

Geschäftsstelle - Tel. 81 27 46

22559 Hamburg-Rissen

Royal Sports FC Schwencke GmbH

Orthopädische Gymnastik

Mo. 10:00 - 10:45 (R-101-06)

Mo. 11:00 - 11:45 (R-101-07)

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)

Royal Sports Club, Eulenkugstr. 68

Frau Aldag - Tel. 60 918 00

22359 Hamburg-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 - 12:00 (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)
Schlehdornweg 10
Herr Mems - Tel. 300 62 99-202
22335 Hamburg-Fuhlsbüttel

**Reha Orthopädie
(Wirbelsäule/Schulter)**

Di. 19:15 - 20:15 (R-70-06)
Schule Neubergerweg 2
Herr Mems - Tel. 300 62 99-202
22419 Hamburg-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. 11:00 - 12:00 (R-27-18)
Mi. 12:15 - 13:15 (R-27-05)
OTB-Sporthalle Eichenredder 8

Ortho-Fit (Reha Orthopädie)

Mo. 11:55 - 12:40 (R-27-19)

Endoprothesengymnastik

Do. 11:00 - 12:00 (R-27-12)
Bültenhalle, Bültenkoppel 1
Sportbüro - Tel. 606 14 14
22399 Hamburg-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)
Gymnastikhalle Kirchwerder
Hausdeich 341
Frau Hadamitzky - Tel. 723 85 46
21037 Hamburg-Kirchwerder

SGR Asklepios e.V. Bad Schwartau

Rehasport Orthopädie

Mo. 11:00 - 11:45 (R-97-141)
Di. 10:30 - 11:15 (R-97-142)
Fr. 10:00 - 10:45 (R-97-143)
MVZ Nord GmbH, Therapiezentrum
Harburg, Eißendorfer Pferdeweg 52
Büro - Tel. 18 18 86 29 81
21075 Hamburg-Harburg

Gymnastik

Mi. 12:00 - 13:00 (R-97-20)
Mi. 17:00 - 18:00 (R-97-115)

Rehasport/Orthopädie

Mo. 13:00 - 14:00 (R-97-96)
Mo. 15:00 - 16:00 (R-97-124)

Nordic Walking

Fr. 09:00 - 10:00 (R-97-122)

Fit Gym

Mo. 10:00 - 11:00 (R-97-132)
Mo. 18:00 - 19:00 (R-97-33)
Di. 13:00 - 14:00 (R-97-135)
Di. 14:00 - 15:00 (R-97-10)
Di. 15:00 - 16:00 (R-97-138)
Di. 19:00 - 20:00 (R-97-15)
Mi. 09:00 - 10:00 (R-97-17)
Mi. 15:00 - 16:00 (R-97-38)
Mi. 19:00 - 20:00 (R-97-02)

Do. 09:00 - 10:00 (R-97-133)
 Do. 12:00 - 13:00 (R-97-134)
 Do. 15:00 - 16:00 (R-97-43)
 Do. 19:00 - 20:00 (R-97-136)
 Fr. 10:00 - 11:00 (R-97-01)
 Asklepios Gesundheitszentrum Rissen
 Suurheid 20
 Herr Kutschke - Tel. 8191-4300
 22559 Hamburg-Rissen

Rehasport/Orthopädie

Mo. 09:00 - 10:00 (R-97-125)
 Di. 18:00 - 19:00 (R-97-126)
 Mi. 18:00 - 19:00 (R-97-144)
 Fr. 12:30 - 13:30 (R-97-127)
 Fr. 13:30 - 14:30 (R-97-137)
 Ambulantes Physiotherapiezentrum
 Heidberg, Tangstedter Landstr. 400
 Büro - Tel. 181 887 9850
 22417 Hamburg-Langenhorn

SGR Lokstedt / Eimsbüttel e.V.

Gymnastik - Schwerpunkt Schulter, Rücken, Knie

Mo. 08:00 - 08:45 (R-112-01)
 Do. 16:30 - 17:15 (R-112-03)
 Moves Woman, Sorthmannweg 20
 Fr. Knopf/H. Stille - Tel. 226 258 33
 22529 Hamburg-Lokstedt

Reha-Sport Orthopädie

Do. 11:00 - 11:45 (R-112-14)

Gymnastik: Schwerpunkt

Schulter - Rücken - Knie

Mo. 11:00 - 11:45 (R-112-07)
 Mo. 17:00 - 17:45 (R-112-10)
 Katharinenhof an der Mühlenau
 Reichsbahnstraße 20
 Fr. Knopf/H. Stille - Tel. 226 258 33
 22523 Hamburg-Eidelstedt

Reha-Sport Orthopädie/ Rücken & Wirbelsäulentraining

Di. 10:00 - 10:45 (R-112-15)
 Di. 14:00 - 14:45 (R-112-16)
 Di. 16:45 - 17:30 (R-112-17)
 Physiotherapie Henke,
 Christoph-Prost-Weg 1-2
 Fr. Knopf/H. Stille - Tel. 411 88 555
 20251 Hamburg-Eppendorf

Reha-Gymnastik - nur für Frauen

Di. 13:00 - 13:45 (R-112-21)
 Elbe-Werkstätten, Südring 38
 Herr Stille - Tel. 0151-21 23 79 71
 22303 Hamburg-Winterhude

Reha-Gymnastik - nur für Frauen

Do. 08:45 - 09:30 (R-112-20)
 Elbe-Werkstätten, Klotzenmoorstieg 2
 Herr Stille - Tel. 0151-21 23 79 71
 22453 Hamburg-Groß Borstel

Reha-Gymnastik - nur für Frauen

Mo. 10:00 - 10:45 (R-112-18)
 Do. 10:00 - 10:45 (R-112-19)
 Islamische Gemeinde, Elbgastr. 62
 Herr Stille - Tel. 0151-21 23 79 71
 22523 Hamburg-Eidelstedt

Sportline Fitness und Soccer GmbH

REHA Orthopädie

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. 17:30 - 18:15 (R-103-04)
 Fr. 09:15 - 10:00 (R-103-05)
 Am Neugrabener Bahnhof 34
 Frau Wichelmann - Tel. 040-702 40 99
 21149 Hamburg-Hausbruch

REHA Orthopädie

Mi. 10:00 - 10:45 (R-103-08)

Atelierhaus 23 Scheinwerfer Dance
Center, Am Veringhof 23b

Frau Wichelmann - Tel. 040-702 40 99
21107 Hamburg-Wilhelmsburg

Sportschlau e.V.

Rücken-Knie-Fitness

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

Rücken-Knie-Gymnastik

Mo. 17:45 - 18:50 (R-31-06)

Mi. 17:45 - 18:50 (R-31-04)

Rücken-Knie-Stretch

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

Uferstr. 1a

Frau Bunk - Tel. 227 62 35
22081 Hamburg-Uhlenhorst

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Osteoporose-Training

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. 17:50 - 18:35 (R-22-78)

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

Di. 08:15 - 09:00 (R-22-82)

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

Mi. 08:00 - 08:45 (R-22-97)

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)

Fr. 09:45 - 10:40 (R-22-95)

Fr. 10:45 - 11:40 (R-22-96)

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

Orthopädisches Training

Schwerpunkt Schulter/Nacken

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

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. 19:35 - 20:25 (R-22-87)

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

Gesund Aktiv

Fitness- und Rehasportzentrum

Steinwiesenweg 30

Herr Dommasch - Tel. 040-570 00 715

22527 Hamburg-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 (R22-73)

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

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

Gesund Aktiv-Zentrum, Furtweg 51

Herr Dommasch - Tel. 040-570 00 715

22523 Hamburg-Eidelstedt

Orthopädisches Training für den Rücken und die Gelenke

Mi. 17:20 - 18:15 (R-22-58)

Theodor-Haubach-Schule,

Haubachstr. 53

Herr Dommasch - Tel. 040-570 00 715

22765 Hamburg, ST Altona Nord

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Rückenfit mit QiGong

Do. 17:30 - 18:30 (R-43-01)

Sporthalle Schwenkestr. 91/93

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

20255 Hamburg-Eimsbüttel

Rückengymnastik am Morgen

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

Rückengymnastik

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

Sitzgymnastik

Di. 11:00 - 11:45 (R-43-39)

Funktionelle Rückengymnastik

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

Sportzentrum GWE

Julius-Vosseler-Str. 195

Rückenfit

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

Bewegungsraum

Julius-Vosseler-Str. 195

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

20527 Hamburg-Lokstedt

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

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

Sitzgymnastik

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

Sportzentrum GWE, Lutterothstr. 43

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

22527 Hamburg-Eimsbüttel

SV Nettelburg / Allermöhe von 1930 e.V.

Reha-Rückengymnastik

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

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

Vereinsheim des SVNA, Katendeich 14

Frau Spychalla - Tel. 73 532 00

21035 Hamburg-Nettelburg

Tanzbrücke Hamburg e.V.

Orthopädische Gymnastik

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

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

Bramfelder Str. 116-118

Frau Dergatcheva - Tel. 60 640 30

22305 Hamburg, ST Barmbek Nord

Therapiezentrum Eilbek

Orthopädische Gymnastik

Mo. 14:50 - 14:35 (R-134-01)

Di. 13:50 - 14:35 (R-134-03)

Mi. 14:50 - 14:35 (R-134-02)

Do. 13:50 - 14:35 (R-134-04)

Therapiezent. Eilbek, Conventstr. 12

Herr Behnke - Tel. 386 792 38

22089 Hamburg-Eilbek

Rehasportgruppe

Di. 13:50 - 14:35 (R-134-05)
 Do. 13:50 - 14:35 (R-134-06)
 Therapiezentrum Hasselbrook,
 Hammer Steindamm 62
 Herr Behnke - Tel. 386 792 38
 20535 Hamburg-Hasselbrook

Therapiezentrum Farmsen

Rehasport Orthopädie

Mo. 11:00 - 11:45 (R-149-01)
 Mo. 19:15 - 20:00 (R-149-03)
 Mi. 18:30 - 19:15 (R-149-02)
 Fr. 13:45 - 14:30 (R-149-04)
 Therapiezentrum Farmsen
 Friedrich-Ebert-Damm 311
 Büro Therapiezentrum - Tel. 64 512 37
 22159 Hamburg-Farmsen

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. 18:00 - 18:45 (R-35-10)
 Do. 10:30 - 11:30 (R-35-75)
 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)
 TSG Sportforum,
 Billwerder Billdeich 607

Fr. Müller/H. Hug - Tel. 725 495 16
 21033 Hamburg-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)
 TSG Sportzentrum, Bult 8
 Frau Derwahl - Tel. 724 101 68
 21029 Hamburg-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)
 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)
 Praxis-Klinik Bergedorf,
 Alte Holstenstraße 2
 Rezeption - Tel. 725 75-140
 21031 Hamburg-Bergedorf

Orthopädische Trainingsgruppe

Mo. 11:00 - 11:45 (R-35-51)
 Di. 17:00 - 17:45 (R-35-77)
 Do. 10:00 - 10:45 (R-35-52)
 Fr. 09:15 - 10:00 (R-35-76)

Be-Fit, Reetwerder 25
Herr Rehage - Tel. 70 70 38 66
21029 Hamburg-Bergedorf

TSV Hohenhorst von 1963 e.V.

Wirbelsäulen-Reha-Sport

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

Mo. 16:15 - 17:00 (R-34-05)
Fr. 11:45 - 12:30 (R-34-12)

Wirbelsäulengymnastik

mit Hockergymnastik

Do. 10:00 - 10:45 (R-34-18)
Kielkoppelstr. 9 A/B
Frau Nürnberg - Tel. 982 343 26
22149 Hamburg-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)
Turnhalle (Rit 1), Eilbek, Ritterstr. 9

Orthopädische Gymnastik

Di. 20:00 - 21:00 (R-25-09)
Di. 21:00 - 22:00 (R-25-10)

Orthopädische Gymnastik

Mi. 20:00 - 20:55 (R-25-12)
Turnhalle (Rit 6), Eilbek, Ritterstr. 9
Geschäftsstelle - Tel. 20 37 04
22089 Hamburg-Eilbek

Turnerschaft Harburg von 1865

Wirbelsäulen-Haltungsschäden

Mo. 09:15 - 10:00 (R-29-01)
Vahrenwinkelweg 39
Frau Wolter - Tel. 701 084 55

Reha Wirbelsäule

Mo. 17:00 - 17:45 (R-29-14)
Mo. 17:45 - 18:30 (R-29-15)
Mo. 18:30 - 19:15 (R-29-08)
Mo. 19:15 - 20:00 (R-29-09)
Mi. 16:00 - 16:45 (R-29-16)
Do. 13:30 - 14:15 (R-29-10)
Do. 17:30 - 18:30 (R-29-04)
Do. 19:15 - 20:00 (R-29-06)
Fr. 10:00 - 10:45 (R-29-07)

Gelenk- und Arthrosesport

Di. 10:00 - 10:45 (R-29-11)
Di. 12:00 - 12:45 (R-29-12)
Mi. 09:00 - 09:45 (R-29-13)
Frau Djafari - Tel. 701 084 56

Funktionsgymnastik (Reha)

Do. 18:30 - 19:30 (R-29-05)
Gymnastikraum, Vahrenwinkelweg 39
Frau Wolter - Tel. 701 084 55
21075 Hamburg-Eißendorf

TuS Berne e.V.

Orthopädischer Rehasport

Do. 17:30 - 18:15 (R-07-03)
Do. 18:15 - 19:00 (R-07-02)
Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6
Geschäftsstelle - Tel. 604 428 80
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)

Sporthalle der Max-Traeger-Schule

Baumacker 10

Herr Haupt - Tel. 573 782

22523 Hamburg-Eidelstedt

TuS Fleestedt von 1911 e.V.

Rehasport Orthopädie

Mo. 09:15 - 10:15 (R-141-04)

Mo. 10:30 - 11:30 (R-141-01)

Mo. 17:15 - 18:00 (R-141-05)

Mo. 18:05 - 18:50 (R-141-03)

Sportzentr. Seevetal, Mühlenweg 70

Geschäftsst. - Tel. 04105-690 82 88

21217 Seevetal

TuS Germania Schnelsen v. 1921 e.V.

Reha Orthopädie

Di. 09:00 - 10:00 (R-123-01)

Do. 18:30 - 19:30 (R-123-02)

Königskinderweg 67a

Frau Günther - Tel. 550 31 84

22457 Hamburg-Schnelsen

TuS Harburg-Wilhelmsburg von 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)

Do. 17:15 - 18:00 (R-41-69)

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

REHA Mobilisation

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

REHA Bauch-Beine-Po

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

Reha Damen ü 50

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

Reha Hockergymnastik

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

Mi. 17:15 - 18:00 (R-41-65)

Fr. 11:15 - 12:00 (R-41-62)

Mehrzweckhalle Bostelbeker Damm 2

Geschäftsstelle - Tel. 790 166-0

21079 Hamburg-Heimfeld

Reha Wirbelsäule

Di. 19:00 - 20:00 (R-41-68)

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

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

Sporthalle Triftstraße 43

Geschäftsstelle - Tel. 790 166-0

21075 Hamburg-Heimfeld

Reha Orthopädie

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

Sporthalle Elfenwiese

Geschäftsstelle - Tel. 790 166-0

21077 Hamburg-Marmsdorf

TV Lokstedt von 1892 e.V.

Rehasport Orthopädie

Do. 08:30 - 09:20 (R-32-05)

Do. 11:00 - 11:50 (R-32-03)

Rehasport Orthopädie

mit Entspannung

Do. 09:30 - 10:50 (R-32-04)

Vereinshalle Döhrntwiete 20

Sportbüro - Tel. 56 48 70

22529 Hamburg-Lokstedt

Verein für Gesundheit & Vitalität

Wirbelsäulengymnastik

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

Mi. 17:00 - 17:45 (R-76-08)

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

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

Rückengymnastik

Mo. 18:45 - 19:30 (R-76-09)

Di. 16:00 - 16:45 (R-76-11)

Mi. 12:00 - 12:45 (R-76-12)

Do. 11:00 - 11:45 (R-76-10)

Fr. 10:00 - 10:45 (R-76-13)

Knie- und Hüftgymnastik

Mo. 14:00 - 14:45 (R-76-07)

B&H Fitnessclubs GmbH

Krohnstieg 41 - 43

Rezeption - Tel. 539 317 97

22415 Hamburg-Langenhorn

Wirbelsäulengymnastik

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

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

Sporting-Live Fitness-Oase GmbH

Robert-Koch-Str. 26

Rezeption - Tel. 539 317 97

20249 Hamburg-Eppendorf

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

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

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-Volksdorf

VfL Hamburg von 1893 e.V.

Reha-Sport Orthopädie

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

Barmbeker Str. 62

Reha-Sport Orthopädie

Di. 18:45 - 19:45 (R-36-03)

Di. 19:45 - 20:45 (R-36-04)

Schulsporthalle Poßmoorweg 22

Sportbüro - Tel. 279 83 77

22303 Hamburg-Winterhude

Verein für Rehasport und Gesundheitsförderung e.V.

Rehasport Orthopädie

Di. 09:00 - 09:45 (R-155-01)

Di. 10:00 - 10:45 (R-155-02)

Mi. 18:30 - 19:15 (R-155-08)

Do. 09:30 - 10:15 (R-155-03)

Do. 10:30 - 11:15 (R-155-04)

Fr. 11:00 - 11:45 (R-155-05)

Fr. 12:00 - 12:45 (R-155-06)

123fit, Rahlstedter Str. 24
Herr Piekarski - Tel. 607 318 66
22149 Hamburg-Rahlstedt

Rehasport Orthopädie

Di. 11:00 - 12:00 (R-155-11)
Di. 17:30 - 18:30 (R-155-12)
Sporteve KG, Tarpenbekstr. 78
Frau Klassen - Tel. 729 646 35
20251 Hamburg-Eppendorf

Walddörfer SV von 1924 e.V.

Orthopädie

Mo. 13:00 - 14:00 (R-46-05)
Sportforum Gym. 3, Halenreihe 32-34

Orthopädie

Do. 08:15 - 09:15 (R-46-06)
Sportforum Gym. 4, Halenreihe 32-34
Walddörfer SV - Tel. 64 50 62-0
22359 Hamburg-Volksdorf

Wandsbeker TB von 1861 J.P.

Gutes für den Rücken

Do. 18:30 - 19:30 (R-23-02)
WTB-Sporthalle, Gustav-Adolf-Str. 1

Rückenfit

Mi. 19:45 - 20:45 (R-23-03)
Fitnesshalle des WTB,
Gustav-Adolf-Straße 1
Frau Sommer - Tel. 68 68 46
22043 Hamburg-Marienthal

Wedeler TSV e.V.

Orthopädischer Rehasport

Do. 11:15 - 12:00 (R-33-05)

Gelenk- und Arthrose Sport

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

Orthopädischer Rehasport

Fr. 08:00 - 08:45 (R-33-26)
Gymnastikraum Bekstr. 22

Orthopädischer Rehasport

Mo. 11:00 - 11:45 (R-33-15)
Do. 17:30 - 18:30 (R-33-16)

Rücken-Reha

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

Orthopädischer Rehasport, Schwerpunkt Rücken

Do. 18:30 - 19:30 (R-33-20)
TSV Vereinszentrum, Bekstr. 22

Orthopädischer Rehasport

Do. 11:15 - 12:15 (R-33-17)
TSV-Halle, Schulauer Str. 63

Orthopädischer Rehasport

Mo. 09:00 - 09:45 (R-33-22)
Mo. 10:00 - 10:45 (R-33-23)
Mo. 11:00 - 11:45 (R-33-24)
Di. 08:00 - 08:45 (R-33-25)
Tanzsaal Vereinshaus, Bekstr. 22
Frau Brandt - Tel. 04103-701 65 08
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)

Bremer Str. 320

Frau Kähler-Treder

Tel. 04105-830 33

21077 Hamburg-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)
 Schwimmhalle BFW
 Marie-Bautz-Weg 13/15
 H. Harnisch-Schwerdt, Tel. 64581 1730
 22159 Hamburg, ST Farmsen-Berne

BSG Süderelbe e.V.

Wassergymnastik

Do. 17:00 - 18:00 (R-04-02)
 Hallenbad Ernst-Moritz-Arndt-Str.
 Herr Scholven - Tel. 701 79 13
 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)
 Schwimmhalle Schule Elfenwiese 3
 Frau Spruth - Tel. 77 55 92
 21077 Hamburg-Marmsdorf

Wassergymnastik

Mi. 19:00 - 19:45 (R-03-06)
 Inselepark Schwimmhalle
 Kurt-Emmerich-Platz 12
 Frau Spruth - Tel. 77 55 92
 21109 Hamburg-Wilhelmsburg

Dicke Freunde Hamburg e.V.

Aqua Fit für Übergewichtige

Di. 19:30 - 20:30 (R-147-01)
 Mi. 20:00 - 21:00 (R-147-02)
 Lehrschwimmbecken Stadtteilschule
 Niendorf, Paul-Sorge-Str. 133
 Frau Hergeselle - Tel. 819 947 44
 22455 Hamburg-Niendorf

Aqua Fit für Übergewichtige

Mo. 18:15 - 19:15 (R-147-18)
 Mo. 19:15 - 20:15 (R-147-19)
 Do. 13:00 - 14:00 (R-147-20)
 Do. 18:45 - 19:45 (R-147-03)
 Do. 19:45 - 20:45 (R-147-17)
 Schwimmhalle Surenland,
 Bramfelder Weg 121
 Frau Hergeselle - Tel. 819 947 44
 22159 Hamburg-Farmsen

Aqua Fit für Übergewichtige

Mo. 18:00 - 19:00 (R-147-14)
 Mo. 19:00 - 20:00 (R-147-15)
 Di. 18:00 - 19:00 (R-147-04)
 Di. 19:00 - 20:00 (R-147-05)
 Schwimmhalle Seeadlerstieg 15-17
 Frau Hergeselle - Tel. 819 947 44
 22119 Hamburg-Billstedt

Aqua Fit für Übergewichtige

Mo. 17:00 - 18:00 (R-147-06)
 Mo. 18:15 - 19:15 (R-147-13)
 Mi. 17:45 - 18:45 (R-147-07)
 Mi. 19:00 - 20:00 (R-147-08)
 Mendelssohnbad, Mendelssohnstr. 86
 Frau Hergeselle - Tel. 819 947 44
 22761 Hamburg-Bahrenfeld

Aqua Fit für Übergewichtige

Do. 19:00 - 20:00 (R-147-09)
Sa. 16:00 - 17:00 (R-147-10)
Sa. 17:00 - 18:00 (R-147-11)
Schwimmbad Swattenweg 10
Frau Hergeselle - Tel. 819 947 44
22547 Hamburg-Lurup

Aqua Fit für Übergewichtige

Mo. 12:30 - 13:30 (R-147-16)
Mo. 13:30 - 14:30 (R-147-12)
Bewegungsbad Lohkampstr. 145
Frau Hergeselle - Tel. 819 947 44
22523 Hamburg-Eidelstedt

fitness and friends Deutschland

Aqua-Reha Orthopädie

Mo. 09:00 - 10:00 (R-74-18)
Mo. 10:00 - 11:00 (R-74-14)
Di. 13:00 - 14:00 (R-74-19)
Mi. 14:00 - 15:00 (R-74-20)
Mi. 15:00 - 16:00 (R-74-08)
Do. 16:00 - 17:00 (R-74-06)
Fr. 12:10 - 13:10 (R-74-15)
Friedrich-Ebert-Damm 128
Frau Nimke - Tel. 520 166 66
22047 Hamburg-Wandsbek

FTSV Komet Blankenese v. 1907 e.V.

Reha-Orthopädische

Wassergymnastik

Do. 12:45 - 13:30 (R-91-04)
Do. 13:30 - 14:15 (R-91-05)
LuFisch e.V., Swattenweg 10
Frau Kramm - Tel. 636 510 60
22547 Hamburg-Lurup

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)

Domizil, Reichsbahnstr. 20

Frau Vick - Tel. 0170-384 76 48

22525 Hamburg-Eidelstedt

Hamburger SV e.V.,

Abt. Gesundheitssport

Reha-Wassergymnastik

Mi. 14:00 - 14:45 (R-05-105)

Mi. 14:45 - 15:30 (R-05-106)

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

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

Elixia, Gymnastikbecken

Essener Str. 4

Herr Warnck - Tel. 511 95 72

22419 Hamburg-Langenhorn

Hamburg Vital GmbH

Wassergymnastik Rücken

Mi. 09:30 - 10:30 (R-50-03)

Wassergymnastik Gelenke

Fr. 10:00 - 11:00 (R-50-04)

Praxis-Klinik Bergedorf,

Alte Holstenstr. 2

Rezeption - Tel. 725 751 40

21031 Hamburg-Lohbrügge

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Wassergymnastik und Schwimmen

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

Schwimmhalle Neugrabener Markt 9
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
21149 Hamburg-Hausbruch

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Schwimmen

Do. 19:00 - 20:00 (R-01-17)
Bille Bad Bergedorf, Reetwerder 25
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
21029 Hamburg-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)
Schwimmhalle Budapester Str. 29
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
20359 Hamburg-Sankt Pauli

Schwimmen und Wassergymnastik

Mi. 20:00 - 20:50 (R-01-11)
Elbgastr. 110
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
22523 Hamburg-Eidelstedt

Integrationssport mit Wassergymnastik und Schwimmen (orthop. Erkrankungen)

Fr. 19:00 - 20:00 (R-01-13)
Schwimmhalle Berufsförderungswerk
August-Krogmann-Str. 52
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
22159 Hamburg, ST Farmsen-Berne

Schwimmen und Wassergymnastik

Mo. 19:00 - 19:50 (R-01-08)
Schwimmbad Wendemuthstr.
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
22041 Hamburg-Wandsbek

Schwimmen

Fr. 18:00 - 19:00 (R-01-28)
Schwimmhalle Inselepark Wilhelms-
burg, Kurt-Emmerich-Platz 12
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
21109 Hamburg-Wilhelmsburg

Schwimmen und Wassergymnastik

Mi. 20:00 - 21:00 (R-01-09)
Schwimmbad Bondenwald
Friedrich-Ebert-Str. in Hamburg
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
22459 Hamburg-Niendorf

Integrationssport mit

Wassergymnastik und Schwimmen

Di. 15:30 - 16:30 (R-01-22)
Bartholomäusstraße 95
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
22083 Hamburg, ST Barmbek Süd

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Wassergymnastik

Fr. 18:00 - 19:00 (R-44-15)
Sachsenweg 78
Herr Soldat - Tel. 554 216 25
22455 Hamburg-Niendorf

Physio Aktiv fitvitalis Lund

Reha-Wassergymnastik

Mo. 19:00 - 19:45 (R-142-04)
Mo. 19:45 - 20:30 (R-142-07)
Mi. 12:00 - 12:45 (R-142-02)
Mi. 12:45 - 13:30 (R-142-05)
Do. 19:30 - 20:15 (R-142-06)
Fr. 11:15 - 12:00 (R-142-03)
Fr. 12:45 - 13:30 (R-142-01)
Augustinum, Mühlenweg 1
Herr Mordvintsev - Tel. 765 006 87
21521 Aumühle

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)

TABEA-Bad, Am Isfeld 19

Frau Martinek - Tel. 871 947

22589 Hamburg-Osdorf

Wassergymnastik, Schwimmen

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

Clausewitz Kaserne, Manteufelstr. 20

Frau Martinek - Tel. 871 947

22587 Hamburg-Iserbrook

Rehavit-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)

Schwimmhalle Surenland

Bramfelder Weg 121

Vereinsbüro - Tel. 507 737 21

22159 Hamburg-Farmsen

Warmwassergymnastik

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)

Schwimmhalle Eberhofweg 63

Vereinsbüro - Tel. 507 737 21

22415 Hamburg-Langenhorn

Rehazentrum Harburg GmbH

Rehasportgruppe Bewegungsbad

Di. 16:00 - 16:45 (R-151-10)

Mi. 15:30 - 16:15 (R-151-11)

Do. 16:00 - 16:45 (R-151-12)

Rehazentrum Harburg, Sand 18-22

Frau Sander - Tel. 766 55 06

21073 Hamburg-Harburg

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)

Mo. 20:00 - 20:45 (R-70-25)

Do. 18:30 - 19:15 (R-70-23)

Do. 19:15 - 20:00 (R-70-24)

Do. 20:00 - 20:45 (R-70-26)

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)

Lehrschwimmbecken Eberhofweg 63

Herr Mems -Tel. 300 62 99-202

22415 Hamburg-Langenhorn

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Orthopädische Wassergymnastik

Mo. 09:45 - 10:30 (R-22-98)
 Di. 13:15 - 14:00 (R-22-64)
 Di. 14:00 - 14:45 (R-22-65)
 Mi. 08:00 - 08:45 (R-22-99)
 Mi. 14:30 - 15:15 (R-22-66)
 Fr. 14:15 - 15:00 (R-22-100)

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)
 Mi. 14:30 - 15:15 (R-22-51)
 Do. 14:15 - 15:00 (R-22-52)
 Fr. 13:30 - 14:15 (R-22-50)
 Stadteilschule Eidelstedt,
 Lohkampstr. 145
 Herr Dommasch - Tel. 040-570 00 715
 22523 Hamburg-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. 09:45 - 10:30 (R-43-02)
 Fr. 10:35 - 11:20 (R-43-03)
 Fr. 11:25 - 12:10 (R-43-05)
 Fr. 12:15 - 13:00 (R-43-35)

Sportwerk Hagenbeckstr. 124
 Frau Reuter - Tel. 414 247 00
 22527 Hamburg-Stellingen

Warmwassergymnastik

Fr. 18:00 - 18:45 (R-43-15)
 Fr. 18:45 - 19:30 (R-43-25)
 Bewegungsbad Albertinenhaus
 Sellhoopsweg 18-22
 Frau Reuter - Tel. 414 247 00
 22459 Hamburg-Schnelsen

Wassergymnastik

Fr. 09:45 - 10:30 (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)
 Schwimmschule Niendorf
 Paul-Sorge-Straße 133-135
 Frau Reuter - Tel. 414 247 00
 22455 Hamburg-Niendorf

Wassergymnastik

Do. 19:45 - 20:30 (R-43-26)
 Fr. 18:30 - 19:15 (R-43-49)
 Fr. 19:15 - 20:00 (R-43-50)

Warmwassergymnastik

Do. 19:00 - 19:45 (R-43-36)
 Bewegungsbad Residenz Mühlenau,
 Reichsbahnstr. 20
 Frau Reuter - Tel. 414 247 00
 22525 Hamburg-Eidelstedt

DANKE

der
DAK-Gesundheit
 Hamburg

für die Unterstützung
 bei der Herausgabe dieser Broschüre.

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)

Mo. 18:30 - 19:15 (R-35-74)

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

Do. 10:00 - 10:45 (R-35-73)

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

TSG Sportforum,

Billwerder Billdeich 607

Fr. Müller/H. Hug - Tel. 725 495 16

21033 Hamburg-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)

Praxis-Klinik Bergedorf

Alte Holstenstraße 2

Rezeption - Tel. 725 75-140

21031 Hamburg-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)

Di. 13:45 - 14:30 (R-41-70)

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-41-72)

Do. 08:30 - 09:15 (R-41-66)

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

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

Do. 13:45 - 14:30 (R-41-71)

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)

Fr. 19:45 - 20:30 (R-41-67)

Bewegungsbad, Bostelbeker Damm 2

Geschäftsstelle - Tel. 790 166-0

21079 Hamburg-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)

STC Walddörfer, Wiesenkaamp 22 b-c

Frau Droese - Tel. 507 970-00

22359 Hamburg-Volksdorf

ASTHMA-/LUNGENSport (auch im Wasser)

1. SC Norderstedt e.V.

Lungensport

Mo. 17:15 - 18:30 (R-24-01)

Turnhalle, Grundschule Niendorfer Str.

Frau Nafzger - Tel. 513 230 93

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)

AMTV-Zentrum Rahlstedter Str. 159

Herr Lemm - Tel. 675 950 84

22143 Hamburg-Rahlstedt

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Lungensportgruppe

Do. 18:00 - 19:00 (R-49-06)

Sporthalle Schule Hegholt 44

Frau Meins - Tel. 040-641 41 44

22179 Hamburg-Bramfeld

Lungensportgruppe

Di. 15:00 - 15:45 (R-49-11)

GESundFIT, Erich-Ziegel-Ring 44

Frau Horstmann - Tel. 636 472 35

Info-Sprechstunde Mo. 10:45-11:45

22179 Hamburg-Bramfeld

Duvenstedter SV von 1969 e.V.

Reha-Lungensport

Mi. 17:30 - 18:45 (R-11-03)

Sporthalle der Grundschule Du-

venstedt, Duvenstedter Markt 10

Lungensport

Di. 09:00 - 10:15 (R-11-18)

Do. 09:45 - 11:00 (R-11-14)

Max-Kramp-Haus, Duvenst. Markt 8

Geschäftsstelle - Tel. 607 19 69

22397 Hamburg-Duvenstedt

Fitness-Studio City-Nord

Reha-Lungensport

Mi. 12:15 - 13:00 (R-93-06)

Fr. 16:30 - 17:15 (R-93-07)

Überseering 5

Frau Chahbaznia-Zietz - Tel. 632 33 66

22297 Hamburg-Winterhude

FTSV Komet Blankenese von 1907 e.V.

Rehasport-Lunge

Mo. 16:15 - 17:15 (R-91-08)

Fr. 09:45 - 10:45 (R-91-03)

Schenefelder Landstr. 85

Frau Kramm - Tel. 636 510 60

22589 Hamburg-Blankenese

Gesundheitssport Hamburg e.V.

Lungensport

Mi. 11:00 - 12:00 (R-48-29)

Juka Dojo Sportcenter

Hummelsbütteler Landstr. 98

Büro - Tel. 501 041

22339 Hamburg-Hummelsbüttel

Hamburger SV e.V.,

Abt. Gesundheitssport

Lungensport

Di. 13:00 - 14:00 (R-05-107)

Di. 14:00 - 15:00 (R-05-102)

HSV-Sportanlage, Weg am Sportplatz

Herr Warnck - Tel. 511 95 72

22850 Norderstedt

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Lungensport

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

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

Sportzentr. HT 16, Sievekingdamm 7

Sportbüro - Tel. 251 749-20

20535 Hamburg-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)

Vahrenwinkelweg 28

Geschäftsstelle - Tel. 791 433 23

21075 Hamburg-Heimfeld

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Lungensport

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

HNT Vereinshalle 1,

Cuxhavener Str. 253

Geschäftsstelle - Tel. 703 824 35

21149 Hamburg Neugraben-Fischbek

Lungensport

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

Hausbrucher Bahnhofstr. 19

Lungensport

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

Do. 15:00 - 16:30 (R-69-23)

FitHus, Am Johannisland 2

Geschäftsstelle - Tel. 703 824 35

21147 Hamburg-Hausbruch

Lady-Fit Hamburg

Asthma- und Lungensport

- nur für Frauen

Mo. 12:30 - 13:15 (R-80-06)

Do. 16:45 - 17:30 (R-80-09)

Droopweg 25, 20537 Hamburg

Frau Gerloff - Tel. 250 47 53

20537 Hamburg, ST Hamm-Mitte

Meiendorfer SV von 1949 e.V.

Atemwegserkrankungen

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

Finnmarkring 12a, Raum 2

Frau Settler - Tel. 678 80 82

22145 Hamburg-Rahlstedt

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Lungensport

Di. 16:30 - 17:45 (R-44-20)

Di. 17:45 - 19:00 (R-44-01)

Kleine Sporthalle, Bindfeldweg 37

Lungensport

Mo. 12:30 - 13:45 (R-44-23)

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

Waldsporthalle Lokstedter Holt 46

Lungensport

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

Sporthalle Burgunderweg 2

Lungensport

Fr. 11:30 - 12:30 (R-44-25)

Sportzentrum Bondenwald 14c

Herr Müller-Voigtsberger,

Tel. 554 216 75

22459 Hamburg-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)

Luruper Hauptstr. 247

Rezeption - Tel. 414 227 20

22547 Hamburg-Lurup

Physiotherapie Wencke Dossmann

Lungensport

Di. 11:00 - 12:00 (R-52-02)

Mi. 10:00 - 11:00 (R-52-01)

Stadtbahnstr. 43

Frau Dossmann - Tel. 600 133 60

22393 Hamburg-Sasel

Praxis für Physiotherapie und Prävention Carla Hövelmann-Bock

Lungensport

Do. 14:30 - 16:00 (R-77-02)

Moorhof 7

Fr. Hövelmann-Bock - Tel. 692 144 46

22399 Hamburg-Poppenbüttel

Reha+fit e.V.

Sport bei Lungenerkrankungen

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

Frohmestraße 11

Tel. 572 040 10

22457 Hamburg-Schnelsen

RehaCentrum Hamburg GmbH

Rehabilitationssport Lunge

Mo. 08:00 - 08:45 (R-157-01)

Mo. 18:00 - 18:45 (R-157-02)

Di. 08:30 - 09:15 (R-157-03)

Di. 13:00 - 13:45 (R-157-04)

Mi. 17:00 - 17:45 (R-157-05)

Mi. 19:00 - 19:45 (R-157-06)

Do. 12:00 - 12:45 (R-157-07)

Do. 19:00 - 19:45 (R-157-08)

Fr. 08:00 - 08:45 (R-157-09)

Fr. 14:00 - 14:45 (R-157-10)

Heidenkampsweg 41

Organisationsassistentz -

Tel. 25 30 63 112

22097 Hamburg-Hammerbrook

Rissener SV von 1949 e.V.

Lungensport

Di. 10:00 - 11:00 (R-96-08)

Di. 11:15 - 12:15 (R-96-02)

Marschweg 75

Geschäftsstelle - Tel. 81 27 46

22559 Hamburg-Rissen

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Lungensport

Sa. 10:30 - 11:45 (R-70-01)

Sa. 11:45 - 13:00 (R-70-02)

Schlehdornweg 10

Herr Mems - Tel. 300 62 99-202

22335 Hamburg-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. 07:55 - 08:40 (R-27-20)

Do. 09:45 - 11:00 (R-27-17)

Do. 12:15 - 13:30 (R-27-01)

OTB-Sporthalle Eichenredder 8

Sportbüro - Tel. 606 14 14

22399 Hamburg-Poppenbüttel

SGR Asklepios e.V. Bad Schwartau

Lungensport

Mo. 08:00 - 09:00 (R-97-03)

Mi. 14:00 - 15:00 (R-97-123)

Do. 13:00 - 14:00 (R-97-27)

Asklepios Gesundheitszentrum Rissen
Suurheid 20

Herr Kutschke - Tel. 8191-4300

22559 Hamburg-Rissen

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)

Gesund Aktiv Fitness- und Rehasport-
zentrum Steinwiesenweg 30

Herr Dommasch - Tel. 040-570 007 15

22527 Hamburg-Eidelstedt

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Asthma-/Lungensport im Sitzen

Mi. 16:00 - 17:00 (R-43-40)

Mi. 17:00 - 18:00 (R-43-41)

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)

Bewegungsraum

Julius-Vosseler-Str. 195

Frau Reuter - Tel. 414 247 00

22527 Hamburg-Lokstedt

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Lungensport

Di. 18:30 - 19:30 (R-39-02)

Di. 19:30 - 20:30 (R-39-01)

Schulsporthalle Fiddingshagen 11

Frau Spychalla - Tel. 735 32 00

21035 Hamburg-Nettelburg

Tanzbrücke Hamburg e.V.

Lungensport

Mi. 13:00 - 14:00 (R-40-01)

Bramfelder Str. 116-118

Frau Dergatcheva - Tel. 606 40 30

22305 Hamburg, ST Barmbek-Nord

TSC Wellingsbüttel von 1937 e.V.

Asthma-Sport

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

Mo. 17:00 - 18:00 (R-15-02)

Mehrzweckhalle der Schule Strenge 5

Geschäftsstelle - Tel. 640 11 14

22391 Hamburg-Wellingsbüttel



REHABILITATIONSSPORT

Orthopädie | Innere Medizin | Neurologie

Rückengymnastik
Wassergymnastik
Asthma-/Lungensport
Sitzgymnastik
Multiple-Sklerose-Sport

SPORTVEREIN GRÜN-WEISS EIMSBÜTTEL
 Julius-Vosseler-Straße 195, 22527 Hamburg
 Ansprechpartnerin: Jana Reuter
 Mo. 14 - 18 Uhr, Mi. 10 - 13 Uhr
 Telefon 040-41 42 47 0-0
 j.reuter@gweimsbuettel.de
 www.GWEimsbuettel.de



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. 721 77 74

Lungensport

Fr. 09:00 - 09:45 (R-35-54)

Fr. 09:45 - 10:30 (R-35-55)

Frau Derwahl - Tel. 724 101 68

TSG-Sportzentrum, Bult 8

21029 Hamburg-Bergedorf

**Turnerbund Hamburg-Eilbek e.V.
(TH-Eilbek)**

Lungensport

Mo. 11:00 - 12:15 (R-25-06)

Mo. 12:15 - 13:15 (R-25-07)

Di. 12:00 - 13:00 (R-25-13)

Turnhalle Eilbek, Ritterstr. 9

Geschäftsstelle - Tel. 20 37 04

22089 Hamburg-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)

STC Walddörfer, Wiesenkamp 22 b-c

Frau Cremer - Tel. 507 970-00

22359 Hamburg-Volksdorf

**Verein für Rehasport und
Gesundheitsförderung e.V.**

Rehasport COPD

Do. 11:30 - 12:15 (R-155-07)

123fit, Rahlstedter Str. 24

Herr Piekarski - Tel. 607 318 66

22149 Hamburg-Rahlstedt

Walddörfer SV von 1924 e.V.

Lungensport (COPD) / Atemtraining

Di. 12:15 - 13:15 (R-46-02)

Gymnastiksaal 3, Halenreihe 32-34

Lungensport

Mi. 11:15 - 12:15 (R-46-04)

Halenreihe 32-34

Lungensport

Do. 09:15 - 10:15 (R-46-07)

Gym 4, Halenreihe 32-34

**Lungensport - Fit zum Atmen
- Fit zum Leben**

Fr. 09:30 - 10:30 (R-46-03)

Gymnastiksaal II, Halenreihe 32-34

Walddörfer SV - Tel. 645 062-0

22359 Hamburg-Volksdorf

Wedeler TSV e.V.

Lungen-Asthma-Sport

Mi. 09:00 - 10:00 (R-33-10)

TSV Halle, Schulauer Straße 63

Lungensport

Di. 09:00 - 09:45 (R-33-27)

Tanzsaal Vereinshaus, Bekstr. 22

Frau Brandt - Tel. 04103-701 65 08

22880 Wedel

SPORT IN DER KREBSNACHSORGE (auch im Wasser)

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Therapiesportgruppe

Do. 17:00 - 18:00 (R-49-01)
Sporthalle Schule Hegholt 44
Frau Meins - Tel. 040-641 41 44
22179 Hamburg-Bramfeld

Eimsbütteler TV e.V.

Beckenbodentraining für Frauen

Di. 18:00 - 19:00 (R-30-15)
Do. 09:30 - 10:15 (R-30-37)

Krebsnachsorge für Frauen

Mi. 12:00 - 12:45 (R-30-40)

Von Mann zu Mann

- Beckenbodentraining für Männer

Sa. 10:00 - 11:00 (R-30-12)
ETV-Sportzentrum, Bundesstr. 96
Frau Ferch - Tel. 401 769 54
20144 Hamburg-Eimsbüttel

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Sport in der Krebsnachsorge

Mo. 15:00 - 16:30 (R-18-06)
Mi. 11:00 - 12:00 (R-18-29)
Sportzentr. HT 16, Sievekingdamm 7
Sportbüro - Tel. 251 749-20
20535 Hamburg, ST Hamm-Nord

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Beckenbodengymnastik für Männer

Mo. 18:30 - 19:30 (R-01-18)
Ehestorfer Weg 14
Geschäftsstelle HVS - Tel. 857 588
21075 Hamburg-Eißendorf

Meiendorfer SV von 1949 e.V.

Krebserkrankungen

Do. 12:00 - 13:00 (R-95-03)
Finnmarkring 12a, Raum 2
Frau Settler - Tel. 678 80 82
22145 Hamburg-Rahlstedt

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Bewegung und Sport

bei Krebserkrankungen

Di. 13:30 - 14:30 (R-44-24)
Sportzentrum Bondenwald 14c
H. Müller-Voigtsberger. Tel. 554 216 70
22453 Hamburg-Niendorf

Rehazentrum Harburg GmbH

Balance Vital - Bewegungstherapie nach Brustkrebserkrankung

Do. 13:15 - 14:00 (R-151-13)
Sportspieß, Harburger Ring 10
Frau Sander - Tel. 766 55 06
21073 Hamburg-Harburg

SC Poppenbüttel von 1930 e.V.

Tumornachsorge / Krebsnachsorge

Mo. 12:30 - 13:30 (R-27-06)
OTB-Sporthalle Eichenredder 8
Sportbüro - Tel. 606 14 14
22399 Hamburg-Poppenbüttel

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

Krebssportgruppe

Mi. 18:00 - 19:00 (R-45-09)
Schulsporthalle Elversweg 44
Frau Albers - Tel. 737 38 00
21037 Hamburg-Ochsenwerder

SGR Asklepios e.V. Bad Schwartau

Rehasport bei Krebserkrankungen

Mi. 15:00 - 16:00 (R-97-139)

Ambulantes Physiotherapiezentrum

Heidberg, Tangstedter Landstr. 400

Büro - Tel. 181 887 9850

22417 Hamburg-Langenhorn

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Krebsnachsorge

Mi. 08:45 - 09:40 (R-22-02)

Gesund Aktiv Fitness- und Rehasport-

zentrum Steinwiesenweg 30

Herr Dommasch - Tel. 040-570 00 715

22527 Hamburg-Eidelstedt

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Fit trotz Krebs - mit Wassergym.

Fr. 10:30 - 11:15 (R-43-31)

Schwimmschule Niendorf

Paul-Sorge-Straße 133-135

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

22455 Hamburg-Niendorf

**Verein für Gesundheitssport und
Sporttherapie e.V.**

Sport in der Krebsnachsorge

Mo. 15:30 - 16:30 (R-75-08)

STC Walddörfer, Wiesenkamp 22 b-c

Frau Cremer - Tel. 507 970-00

22359 Hamburg-Volksdorf

**Verein für Rehasport und
Gesundheitsförderung e.V.**

Rehasport in der Krebsnachsorge

Fr. 13:00 - 13:45 (R-155-09)

123fit, Rahlstedter Str. 24

Herr Piekarski - Tel. 607 318 66

22149 Hamburg-Rahlstedt

Wandsbeker TB von 1861 J.P.

Krebsnachsorge

Do. 17:00 - 18:00 (R-23-01)

WTB-Sporthalle, Gustav-Adolf-Str. 1

Frau Sommer - Tel. 68 68 46

22043 Hamburg-Marienthal

Wedeler TSV e.V.

Sport in der Krebsnachsorge

Do. 10:00 - 10:45 (R-33-04)

Gymnastikraum Bekstr. 22

Sport in der Krebsnachsorge

Di. 17:00 - 17:45 (R-33-28)

Tanzsaal Vereinshaus, Bekstr. 22

Frau Brandt - Tel. 04103-701 65 08

22880 Wedel

Christian Au LL.M.

Rechtsanwalt und

Fachanwalt für Sozialrecht

Berufsbetreuer

Bahnhofstraße 28

21614 Buxtehude

Henriette Wojciechowski

angestellte Rentenberaterin

Tel.: 0 41 61 / 8 66 51 10

Fax: 0 41 61 / 8 66 51 12

info@rechtsanwalt-au.de • www.rechtsanwalt-au.de

www.facebook.de/Rechtsanwalt.Au

SPORT BEI NEUROLOGISCHEN ERKRANKUNGEN

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Schlaganfallgruppe

Di. 14:30 - 16:00 (R-69-03)

Fit Hus, Cuxhavener Str. 344

Geschäftsstelle - Tel. 703 824 35

21149 Hamburg Neugraben-Fischbek

Bewegung für Menschen mit beginnender Demenz

Do. 13:45 - 14:30 (R-69-25)

FitHus, Am Johannisland 2

Frau Paul - Tel. 729 613 88

21147 Hamburg-Hausbruch

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)

Sporthalle Lutterothstr. 43

Frau Reuter - Tel. 41 42 47 00

22527 Hamburg-Eimsbüttel

Wedeler TSV e.V.

Neurologie-Sport

Do. 15:00 - 15:45 (R-33-09)

Bekstraße 22

Rehasport nach Schlaganfall

Do. 14:30 - 15:30 (R-33-21)

Tanzsaal Vereinshaus, Bekstr.22

Frau Brandt - Tel. 04103-701 65 08

22880 Wedel



KLARTEXT
DAS STADTGESPRÄCH

Bürgerschaftshaktion
Hamburg
SPD

DIRK KIENSCHERF
FRAKTIONS-VORSITZENDER
UND IHRE ABGEORDNETEN
VOR ORT LADEN EIN ZUM
DIALOG

Bitte bringen Sie Ihre Fragen mit!
Wir möchten Ihre Ideen, Erwartungen
und auch Sorgen aufnehmen und
diskutieren. Termine in Ihrer Nähe
finden Sie auf unserer Website:
www.spd-fraktion-hamburg.de

**Stellen Sie Ihre Fragen auch schon
vor der Veranstaltung:**
klartext@spd-fraktion-hamburg.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)

Marie-Bautz-Weg 13/15

Sporthalle BFW - Haus A

H. Harnisch-Schwerdt, Tel. 64581 1730

22159 Hamburg, ST Farmsen-Berne

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Sport bei Diabetes

Mo. 17:30 - 19:00 (R-49-02)

Sporthalle Schule Hegholt 44

Herr Stürmer - Tel. 641 15 25

22179 Hamburg-Bramfeld

FTSV Komet Blankenese v. 1907 e.V.

Diabetessport

Mo. 10:45 - 12:15 (R-91-01)

Schenefelder Landstr. 85

Frau Kramm - Tel. 636 510 60

22589 Hamburg-Blankenese

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Diabetes-Sportgruppe

Mo. 14:30 - 16:00 (R-69-02)

Fit Hus, Cuxhavener Str. 344

Geschäftsstelle - Tel. 703 824 35

21149 Hamburg Neugraben-Fischbek

Lady-Fit Hamburg

Diabetessport - nur für Frauen

Mo. 16:30 - 17:15 (R-80-07)

Do. 11:45 - 12:30 (R-80-08)

Droopweg 25, 20537 Hamburg

Frau Gerloff - Tel. 250 47 53

20537 Hamburg, ST Hamm-Mitte

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

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)



FTSV Komet Blankenese e.V.

Wir bieten folgende Rehasportarten an:

- Herzsport
- 9 verschiedene Gruppen
- Diabetessport
- Orthopädie
- Wassergymnastik
- Lungensport

Informationen unter

www.komet-blankenese.de oder

Jutta Kramm, Tel. 040-636 51 060

Gesund Aktiv-Zentrum Furtweg 51
Herr Dommasch - Tel. 040-570 007 15
22523 Hamburg-Eidelstedt

TuS Berne e.V.

Diabetes und Bewegung

Do. 15:00 - 16:30 (R-07-01)
Volkshaus Berne Saselheider Weg 6
Frau Giesselbach - Tel. 647 83 71
22159 Hamburg, ST Farmsen-Berne

TV Lokstedt von 1892 e.V.

Diabetes und Bewegung

Do. 11:30 - 12:30 (R-32-01)
Vereinshalle Döhrntwiete 20
Sportbüro - Tel. 56 48 70
22529 Hamburg-Lokstedt

VfL Hamburg von 1893 e.V.

Bewegung kontra Diabetes

Di. 10:45 - 12:15 (R-36-01)
Barmbeker Str. 62
Sportbüro - Tel. 279 83 77
22303 Hamburg-Winterhude

Wedeler TSV e.V.

Diabetes-Sport

Di. 10:00 - 10:45 (R-33-30)
TSV Halle, Schulauer Straße 63
Frau Brandt - Tel. 04103-701 65 08
22880 Wedel

ROLLSTUHLSPORT

(auch im Wasser)



Alstersport - Verein für inklusiven Sport in Hamburg e.V.

Rollstuhl Sport für Kinder

Mo. 17:00 - 18:30 (R-129-01)

Rollstuhl Sport für Jugendliche

Mo. 17:00 - 18:30 (R-129-02)

Rollstuhl Sport für Erwachsene

Mo. 18:30 - 20:00 (R-129-03)

Rollstuhltischtennis

Mo. 18:30 - 20:00 (R-129-04)

Rollstuhlrugby

Mo. 20:00 - 21:30 (R-129-05)

Elektrollstuhl Sport für Erwachsene

Mi. 17:00 - 18:00 (R-129-07)

Mi. 18:30 - 19:30 (R-129-08)

Sporthalle der Kurt-Tucholsky-Schule,
Eckernförder Str. 70

Schwimmen für Kinder

Di. 17:00 - 18:30 (R-129-10)

Schwimmhalle Festland, Holstenstr. 30

Geschäftsstelle - Tel. 466 400 09

22769 Hamburg-Altona-Nord

Rollstuhlsport für Jugendliche

Mi. 17:00 - 18:30 (R-129-06)
Sporthalle der Stadtteilschule am
Heidelberg, Tangstedter Landstr. 300
Geschäftsstelle - Tel. 466 400 09
22417 Hamburg-Langenhorn

Rollstuhlsport für Erwachsene

Fr. 18:30 - 20:00 (R-129-14)
Sporthalle der Sprachheilschule,
Reinbeker Redder 274

Rollstuhltischtennis

Do. 17:00 - 18:30 (R-129-12)
Sporthalle Grundschule Heidhorst 16
Geschäftsstelle - Tel. 466 400 09
21031 Hamburg-Lohbrügge

Rollstuhlrugby

Do. 18:30 - 20:00 (R-129-13)
Sporthalle Gymnasium Ohmoor,
Sachsenweg 76
Geschäftsstelle - Tel. 466 400 09
22455 Hamburg-Niendorf

Schwimmen für Erwachsene

Mi. 17:00 - 18:30 (R-129-11)
Schwimmhalle Wilhelmsburg,
Am Inselepark 19
Geschäftsstelle - Tel. 466 400 09
21109 Hamburg-Wilhelmsburg

Hamburger SV e.V., Abt. Rollstuhlsport

Rollstuhl-Basketball III + IV

Mo. 18:00 - 20:00 (R-05-24)

Rollstuhl-Basketball II

Mo. 20:00 - 22:00 (R-05-25)
Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8
Sportbüro - Tel. 415 516 00
22337 Hamburg-Alsterdorf

Rollstuhl-Basketball

Anfänger und Freizeit

Do. 19:30 - 21:00 (R-05-08)
Sporthalle der Staatlichen Gewerbe-
schule Brekelbaums Park 10
Sportbüro - Tel. 415 516 00
20537 Hamburg-Borgfelde

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Rollstuhl-Basketball

Do. 20:00 - 22:00 (R-22-103)
Fr. 18:30 - 20:00 (R-22-101)
Fr. 20:00 - 22:00 (R-22-102)
Turnhalle Max-Träger-Schule,
Baumacker 10
Herr Schlegel, Tel. 040-570 007 21
22523 Hamburg-Eidelstedt

... der etwas andere Dienstleister:

OSTERKUS[S]
gGmbH

Druckzentrum

- Digital- und Offsetdruck
- Großformate

&



Catering

- Eventservice
- Kongresse
- Mittagsmenüs

Besuchen Sie uns doch mal persönlich
oder schauen online bei uns vorbei

www.osterkuss.de

Tel.: 040/ 411 60 60 - 00
Stresemannallee 88 | 22529 Hamburg

SPEZIELLE REHASPORT-ANGEBOTE

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

Gymnastik und Bewegungsspiele für Menschen mit geistiger Behinderung

Di. 15:30 - 17:00 (R-19-20)
Sporthalle Heckende, Sieker Landstr. 18

Sport zur Stressbewältigung (Depressionen)

Do. 19:00 - 20:30 (R-19-22)
Rahlstedter Bahnhofstr. 7a
Herr Lemm - Tel. 675 950 84
22143 Hamburg-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)

Asklepios Klinik St. Georg,
Lohmühlenstr. 5
Frau Riegger - Tel. 722 17 87
20099 Hamburg, ST St. Georg

Eimsbütteler TV e.V.

Ball sportgruppe bei psychischen Erkrankungen

Mi. 14:00 - 15:00 (R-30-26)

Bewegungs- und Körperwahrnehmungsgruppe

(bei psychischen Erkrankungen)

Di. 14:00 - 15:00 (R-30-27)
Bundesstraße 96
Frau Ferch - Tel. 401 769 54
20144 Hamburg-Eimsbüttel

Wassergymnastik + Entspannung bei psychischer Behinderung

Mo. 13:45 - 14:45 (R-30-23)
Turmweg 33
Frau Ferch - Tel. 401 769 54
20148 Hamburg-Rotherbaum

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Bewegung für psychisch kranke Menschen

Do. 14:00 - 15:00 (R-69-24)
FitHus, Am Johannisland 2
Geschäftsstelle - Tel. 703 824 35
21147 Hamburg-Hausbruch

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Sport mit Sehgeschädigten und Mehrfachbehinderten

Mo. 17:00 - 18:30 (R-01-02)
Blindenschule Borgweg 17a
Geschäftsstelle HVS - Tel. 85 75 88
22303 Hamburg-Winterhude

Phoenix Sport e.V.

Schwimmen (für geistig Behinderte)

Mo. 18:00 - 20:00 (R-107-01)
Bille Bad Reetwerder 25
Frau Sonnenberg - Tel. 280 528 22
21029 Hamburg-Bergedorf

Leichtathletik (für geistig Behinderte)

Mi. 18:00 - 20:00 (R-107-02)
Sportanlage Allermöhe,
Henriette-Herz-Ring
Frau Sonnenberg - Tel. 280 528 22
21035 Hamburg-Allermöhe

Reha+fit e.V.

Sport bei Gefäßerkrankungen

Di. 09:30 - 10:15 (R-114-07)

Frohmestraße 11

Tel. 572 040 10

22457 Hamburg-Schnelsen

Rehavital-Gesundheitssport Hamburg e.V.

Psychomotorik für Menschen mit geistiger Behinderung

Mo. 15:00 - 15:45 (R-73-07)

theravitalis, Paul-Stritter-Weg 9

Vereinsbüro - Tel. 507 737 21

22297 Hamburg-Alsterdorf

SGR Asklepios e.V. Bad Schwartau

Gefäßsport

Di. 15:30 - 16:30 (R-97-140)

Ambulantes Physiotherapiezentrum

Heidelberg, Tangstedter Landstr. 400

Büro - Tel. 181 887 98 50

22417 Hamburg-Langenhorn

SV St. Georg von 1895 e.V.

Sport für psychisch Erkrankte

Di. 16:00 - 18:00 (R-08-01)

Schulturnhalle Griesstr. 101

Geschäftsstelle - Tel. 212 353

20535 Hamburg, ST Hamm-Nord

Turnerbund Hamburg-Eilbeck e.V. (TH-Eilbeck)

Therapiesport

Di. 11:00 - 12:00 (R-25-14)

Mi. 16:00 - 17:00 (R-25-04)

Fr. 12:00 - 13:00 (R-25-05)

Turnhalle Eilbek, Ritterstr. 9

Geschäftsstelle - Tel. 20 37 04

22089 Hamburg-Eilbek

Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie e.V.

Nierensport

Fr. 09:00 - 10:00 (R-75-17)

STC Walddorfer Dialyse,

Wiesenkamp 22b

Herr Voigt - Tel. 507 970-00

22359 Hamburg-Volksdorf

Gefäßsportgruppe

Mi. 14:00 - 15:00 (R-75-26)

Fr. 14:00 - 15:00 (R-75-27)

STC, Ambulantes Therapiezentrum,

Wiesenkamp 22 b-c

Herr Droese - 507 970-00

22359 Hamburg-Volksdorf

Wedeler TSV e.V.

Gefäß-Sport

Do. 16:00 - 16:45 (R-33-29)

Tanzsaal Vereinshaus, Bekstr. 22

Frau Brandt - Tel. 04103-701 65 08

22880 Wedel

DANKE für die Unterstützung
bei der Herausgabe dieser Broschüre.



HERZSPORT

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

Ambulanter Herzsport

Mo. 14:30 - 15:30 (H-19-01)

Mo. 15:45 - 16:45 (H-19-02)

Di. 11:15 - 12:15 (H-19-03)

AMTV-Zentrum, Rahlstedter Str. 159

Ambulanter Herzsport

Mi. 19:30 - 20:30 (H-19-04)

Mi. 20:30 - 21:30 (H-19-05)

Sporthalle, Brockdorffstr. 64

Herr Lemm - Tel. 675 950 84

22143 Hamburg-Rahlstedt

Bahrenfelder TV von 1898 e.V.

Herzsport

Fr. 11:30 - 12:30 (H-26-01)

Sa. 09:00 - 10:00 (H-26-02)

Bahrenfelder Chaussee 166a

Frau Prinz - Tel. 04106-640 76 50

22761 Hamburg-Bahrenfeld

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Ambulante Herzgruppe

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)

Turnhalle Schule Hegholt 44

Frau Meins - Tel. 040-641 41 44

22179 Hamburg-Bramfeld

Eimsbütteler TV e.V.

Herzsport

Mo. 16:00 - 17:00 (H-30-07)

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)

Bundesstraße 96

Frau Ferch - Tel. 401 769 54

20144 Hamburg-Eimsbüttel

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Herzsport 50-75 Watt

Mi. 15:00 - 16:00 (H-18-01)

Mi. 15:00 - 16:00 (H-18-03)

Mi. 16:00 - 17:00 (H-18-02)

Sa. 10:00 - 11:00 (H-18-08)

Herzsport ab 75 Watt

Mi. 16:00 - 17:00 (H-18-04)

Mi. 17:00 - 18:30 (H-18-05)

Sa. 09:00 - 10:00 (H-18-06)

Sportzentr. HT 16, Sievekingdamm 7

Sportbüro - Tel. 25 17 49-20

20535 Hamburg, ST Hamm-Nord

DANKE für die Unterstützung
bei der Herausgabe dieser Broschüre.

 **Haspa**
Hamburger Sparkasse

Harburger TB von 1865 e.V.

Reha-Herzsport

Sa. 08:45 - 09:45 (H-55-01)

Sa. 10:00 - 11:00 (H-55-02)

Sa. 10:00 - 11:00 (H-55-03)

Vahrenwinkelweg 28

Herr Schlage - Tel. 791 433 23

21075 Hamburg-Heimfeld

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Herzsportgruppe

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)

Sporthalle an der Haake,

Lange Striepen 17

Frau Paul - Tel. 729 613 88

21147 Hamburg-Hausbruch

Reha+fit e.V.

Herzsport

Mo. 16:00 - 17:00 (H-114-01)

Di. 16:00 - 17:00 (H-114-02)

Di. 17:00 - 18:00 (H-114-03)

Frohmestraße 11

Tel. 572 040 10

22457 Hamburg-Schnelsen

SC Poppenbüttel von 1930 e.V.

Herzsport

Mi. 17:30 - 18:30 (H-27-01)

Do. 19:30 - 20:30 (H-27-02)

Sa. 10:00 - 11:00 (H-27-03)

Sa. 11:00 - 12:00 (H-27-04)

Sa. 12:00 - 13:00 (H-27-05)

OTB-Halle Eichenredder 8

Sportbüro - Tel. 606 14 14

22399 Hamburg-Poppenbüttel

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Herzgruppe

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)



Deutsches Rotes Kreuz 
Kreisverband Hamburg-Harburg e.V.

City Ambulanz Hamburg gGmbH – Ein Unternehmen des
DRK Kreisverbandes Hamburg-Harburg e.V.

■ **Behinderten- und Inklusionsbeförderung** ■

Tel. 040 – 2 500 500

Als Partner der gesetzlichen Krankenkassen befördern wir Sie an
Ihren Wunschzielort! Weitere Informationen unter
www.drk-harburg.hamburg

Do. 16:55 - 17:55 (H-22-06)
Gesund Aktiv Fitness- und Rehasport-
zentrum, Steinwieseweg 30
Herr Dommasch - Tel. 040-570 00 715
22527 Hamburg-Eidelstedt

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Herzgruppe

Di. 16:15 - 17:15 (H-39-01)
Di. 17:20 - 18:20 (H-39-03)
Vereinsheim des SVNA, Katendeich 14

Herzgruppe

Do. 17:15 - 18:15 (H-39-02)
Schulsporthalle Fiddingshagen 11
Frau Spychalla - Tel. 735 32 00
21035 Hamburg-Nettelburg

SV Polizei Hamburg von 1920 e.V.

Koronarsport

Mi. 12:15 - 13:15 (H-109-01)
Mi. 13:15 - 14:15 (H-109-02)
Tanzsaal, Sternschanze 4
Herr Brünjes - Tel. 411 727 94
20357 Hamburg-Sternschanze

TSV Wandsetal Hamburg v. 1890 e.V.

Herzsport-Gruppe

Do. 17:00 - 18:00 (H-51-01)
Do. 18:00 - 19:00 (H-51-02)
Do. 19:00 - 20:00 (H-51-03)
Schulsporthalle Matthias-Claudius-
Gymnasium, Witthöffstr. 8
Herr Rehmer - Tel. 693 34 49
22041 Hamburg-Wandsbek

Turnerbund Hamburg-Eilbeck e.V. (TH-Eilbeck)

Herzsport

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)
Turnhalle (Rit 1 oder 2), Ritterstr. 9

Herzsport

Mi. 19:15 - 20:15 (H-25-03)
Turnhalle Schellingstr. 45
Geschäftsstelle - Tel. 203 704
22089 Hamburg-Eilbek

Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Herzsport

Do. 18:30 - 19:30 (H-29-01)
Do. 19:30 - 20:30 (H-29-02)
Sporthalle Hans-Dewitz-Ring 21
Frau Djafari - Tel. 701 084 56
21075 Hamburg-Heimfeld

TuS Berne e.V.

Herzsport

Mo. 17:00 - 18:00 (H-07-01)
Mo. 18:00 - 19:00 (H-07-02)
Sporthalle Schule Kamminer Straße 4

Herzsport

Di. 17:30 - 18:30 (H-07-03)
Di. 18:30 - 19:30 (H-07-04)
Sporthalle Schule Bekassinenau 32
Geschäftsstelle - Tel. 604 428 80
22147 Hamburg-Rahlstedt

Herzsport

Mi. 16:00 - 17:00 (H-07-05)
Mi. 17:00 - 18:00 (H-07-06)
Schule Karlshöhe, Thomas-Mann-Str. 2
Geschäftsstelle - Tel. 604 428 80
22175 Hamburg-Bramfeld

TuS Germania Schnelsen v. 1921 e.V.**Herzsport**

Do. 18:30 - 19:30 (H-123-01)

Do. 19:30 - 20:30 (H-123-02)

Sporthalle Schule,

Anna-Susanna-Stieg 3

Frau Günther - Tel. 550 31 84

22457-Hamburg-Schnelsen

TV Lokstedt von 1892 e.V.**Herzsport-Übungsgruppe**

Mi. 18:30 - 19:30 (H-32-01)

Do. 08:30 - 09:30 (H-32-03)

Do. 09:30 - 10:30 (H-32-04)

Herzsport-Trainingsgruppe

Mi. 19:30 - 20:30 (H-32-02)

Do. 10:30 - 11:30 (H-32-05)

Vereinshalle Döhrntwiete 20

Sportbüro - Tel. 564 870

22529 Hamburg-Lokstedt

Uhlenhorster SC Paloma von 1909 e.V.**Herzsport**

Mi. 16:00 - 17:00 (R-158-01)

Mi. 17:00 - 18:00 (R-158-02)

Sporthalle Brucknerstr. 1

Herr Montag - Tel. 29 41 26

22083 Hamburg, ST Barmbek-Süd

VfL Hamburg von 1893 e.V.**Herzsport**

Di. 08:45 - 09:45 (H-36-01)

Di. 09:45 - 10:45 (H-36-02)

Barmbeker Str. 62

Sportbüro – Tel. 279 83 77

22303 Hamburg-Winterhude

Walddörfer SV von 1924 e.V.**Herzsport**

Mo. 08:15 - 09:45 (H-46-01)

Mo. 09:45 - 10:45 (H-46-02)

Mo. 10:45 - 11:45 (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)

Gymnastiksäle Halenreihe 32-34

Frau Surenbrock - Tel. 64 50 62-0

Herzsport

Fr. 18:30 - 20:00 (H-46-09)

Gymnastikhalle Saseler Weg 30

Frau Hönigschmidt - Tel. 64 50 62-0

22359 Hamburg-Volksdorf

Wedeler TSV e.V.**Herzsport Hockergruppe**

Mi. 12:00 - 13:00 (H-33-01)

TSV-Halle, Schulauer Str. 63

Frau Brandt - Tel. 04103-701 65 08

22880 Wedel

**Information über weitere Herzgruppen erteilt auch:**

Herz InForm, Humboldtstr. 56, 22083 Hamburg

Tel. 040-22 80 23 64 | www.herzinform.de

Teil II - Behindertensportgruppen

(Stand: 31.12.2018)

BADMINTON

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Sporthalle Ehestorfer Weg 14a

Do. 20:00 - 22:00 (B-01-31)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

21075 Hamburg-Eißendorf

Sporthalle Woellmerstr. 1

Mo. 20:00 - 22:00 (B-01-33)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

21075 Hamburg-Heimfeld

Christian-Förster-Str. 19-21

Mo. 18:00 - 20:00 (B-01-34)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

20253 Hamburg-Hoheluft

PRAXIS-KLINIK BERGEDORF



**Fachklinik für den
Bewegungs- und Stützapparat**

Fachklinik
Neurochirurgie, Chirurgie und Orthopädie

•

Ambulantes Rehabilitationszentrum
Ambulante Rehabilitation
Physiotherapie · Physikalische Therapie
Spezielle Rückentherapie

•

Medizinischer Gesundheitssport und Fitness

Praxis-Klinik Bergedorf GmbH
Alte Holstenstraße 2 +16 • 21031 Hamburg
Tel.: 040 / 725 75 0 • Fax: 040 / 725 75 295
www.praxis-klinik-bergedorf.de

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



BLINDENSPOORT

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 Tobias Rogge, Tel. 0160-3753879
22081 Hamburg-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. 0173-803 37 52

Info-Tel. 040-38 66 19 10 10

22303 Hamburg-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. 0162-575 47 42,

Spieler Herr Celebi,

Tel. 0170-996 35 37

22303 Hamburg-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-Winterhude

BOSSELN

BSG Wilhelmsburg + Harburg

Bosseln

Sporthalle I, Dratelnstraße

Fr. 19:00 - 20:00 (B-03-02)

Herr Koch, Tel. 040-768 30 83

21109 Hamburg-Wilhelmsburg

RBS Elbgemeinden e.V.

Bosseln Erwachsene

Turnhalle Voßhagen

jede Woche

Di. 20:00 - 22:00 (B-02-03)

E. Hille, Tel. 040-89 44 32

22559 Hamburg-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 Tandemfahren 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. 570 60 93

Haben Sie Interesse?

Dann machen Sie doch mit!





Steaks aus Meisterhand

Freuen Sie sich auf zarte Steaks, knackfrische Salate,
ofenfrisches BLOCK HOUSE Brot und original
Baked Potatoes mit Sour Cream.

BLOCK HOUSE | 14 x in Hamburg | www.block-house.de
Täglich geöffnet von mittags bis Mitternacht, sonntags bis 23:00 Uhr

FUSSBALL + FUSSBALLTENNIS

Hamburger Schwerhörigen SV von 1977 e.V. (HSSV)

Fußball - Jugendliche

Sporthalle Holmbrook

Fr. 13:30 - 15:00 (B-28-01)

Herr Harders

vorstand@hssv-hamburg.de

22605 Hamburg-Othmarschen

Fußball - Herren

Sporthalle Holmbrook

Fr. 16:30 - 20:00 (B-28-03)

Herr Harders, E-Mail:

vorstand@hssv-hamburg.de

22605 Hamburg-Othmarschen



HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Fußballtennis

Steinadlerweg 26

Di. 18:30 - 21:00 (B-01-26)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22119 Hamburg-Billstedt

Fußballtennis

Schule Goosacker

Fr. 19:00 - 22:00 (B-01-24)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22549 Hamburg-Osdorf

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Fußball

nach Special Olympics-Kriterien

ab 14 Jahre

Trainingszeiten und Ort bitte in der

Geschäftsstelle erfragen:

Geschäftsstelle, Tel. 040-735 32 00

21035 Hamburg-Bergedorf

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-Wandsbek

Gymnastik mit Musik

Rhiemsweg 61

Mi. 19:00 - 20:00 (B-01-40)

22111 Hamburg-Horn

Stuhlgymnastik

Max-Brauer-Haus

Hohnerredder 23

Mi. 11:00 - 12:00 (B-01-43)

22175 Hamburg-Bramfeld

Wirbelsäulengymnastik,

Bosseln, Faustball

Sporthalle, Eckernförder Str. 70

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

22769 Hamburg-Altona

Federball, Wirbelsäulengymnastik

Sporthalle, Tessenoweg 3

Do. 17:00 - 19:00 (B-01-45)

22297 Hamburg, ST Barmbek-Nord

Gymnastik und Ballspiele

Sporthalle, Fischbeker Moor 6

Mi. 18:30 - 19:30 (R-01-23)

21149 Hamburg-Fischbek

RBS Elbgemeinden e.V.

Gesundheitsgymnastik

Musäusstraße 29

Mo. 16:00 - 16:45 (B-02-05)

Frau Sadowski, Tel. 0 41 01-557 02 93

22589 Hamburg-Iserbrook

KEGELN UND BOWLING

BSG Wilhelmsburg + Harburg

Kegeln

Sahlings Gasthof, Friedhofstr. 10

Do. 14:30 - 17:30 (B-03-04)

Frau Spruth, Tel. 77 55 92

21073 Hamburg-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, drews.p@gmx.de

22605 Hamburg-Othmarschen

RBS Elbgemeinden e.V.

Kegeln (Erwachsene)

Lokal Olympik, Rugenbarg 18

einmal im Monat

Do. 17:00 - 19:00 (B-02-04)

Frau Haufschild, Tel. 040-800 104 39

22549 Hamburg-Osdorf



RUND UM DEN BALL

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Rund um den Ball

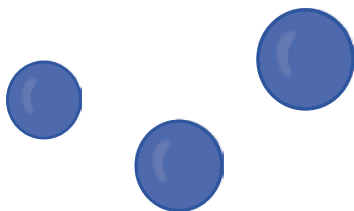
Turnhalle Schule

Friedrich-Frank-Bogen

Fr. 17:00 - 18:00 (B-35-13)

Tel. 040-724 14 43 74

21033 Hamburg-Bergedorf



SPORT FÜR MENSCHEN MIT GEISTIGER BEHINDERUNG

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Spiel und Spaß

bei schwerer geistiger Behinderung

Schwimmbad, Bartholomäusstr. 95

Di. 16:30 - 17:30 (B-01-46)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22083 Hamburg, ST Barmbek-Süd

Phoenix Sport Hamburg

Schwimmen für Anfänger

(Kinder + Jugendliche)

Bille Bad, Reetwerder 25

Fr. 15:00 - 17:00 (B-107-02)

Frau Sonnenberg, Tel. 280 52 822

21029 Hamburg-Bergedorf

Basketball

(Kinder + Jugendliche)

Turnhalle, Weidemoor 1

Mi. 15:00 - 16:15 (B-107-03)

Frau Sonnenberg, Tel. 280 52 822

21033 Hamburg-Bergedorf

Psychomotorik

(Kinder + Jugendliche)

Turnhalle, Weidemoor 1

Mi. 16:15 - 17:30 (B-107-04)

Frau Sonnenberg, Tel. 280 52 822

21033 Hamburg-Bergedorf

Schwimmen für Anfänger

(Jugendliche/Erwachsene)

Bille Bad, Reetwerder 25

Fr. 13:45 - 15:00 (B-107-06)

Frau Sonnenberg, Tel. 280 52 822

21029 Hamburg-Bergedorf

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Schwimmen ab 14 Jahre

Schwimmbad Reinbek

Di. 17:45 - 19:45 (B-39-02)

Geschäftsstelle, Tel. 735 32 00

21465 Hamburg-Reinbek

Fußball/Leichtathletik

nach Special Olympics-Kriterien

ab 14 Jahre

Sporthalle/Sportplatz

Henriette-Herz-Ring

Do. 18:00 - 20:00 (B-39-03)

Geschäftsstelle, Tel. 735 32 00

21035 Hamburg-Bergedorf



TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Psychomotorik ab 16 Jahre

Turnhalle Anton-Ree-Schule

Ebner-Eschenbach-Weg 45

Mo. 18:30 - 20:30 (B-35-04)

Tel. 040-724 144 374

21035 Hamburg-Allermöhe

Spiel und Spaß im Wasser

Psychomotorische Bewegung

Schwimmbad im TSG Sportforum

Billwerder Billdeich 607

Mi. 18:00 - 20:00 (B-35-06)

Tel. 040-724 144 374

21033 Hamburg-Bergedorf



Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Sport, Bewegung, Spaß

für geistig behinderte Menschen

Dreifeldsپorthalle, Göhlbachtal 38

Mo. 17:00 - 18:30 (B-29-01)

Frau Clasen, Tel. 0151-23 07 46 85

21073 Hamburg-Eißendorf

SPORT IM WASSER

SCHWIMMEN + WASSERGYMNASTIK



BSG Wilhelmsburg + Harburg

Wassergymnastik

Inselpark-Schwimmhalle

Wilhelmsburg

Mi. 19:00 - 19:45 (B-03-01)

Frau Spruth, Tel. 77 55 92

21109 Hamburg-Wilhelmsburg

Geschäftsstelle Tel. 040-85 75 88

22149 Hamburg-Rahlstedt

Schwimmen + Aqua Jogging

Schwimmhalle Dratelnstraße 30

Fr. 18:00 - 19:00 (B-01-06)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

21109 Hamburg-Wilhelmsburg

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Schwimmen

Schwimmhalle Simrockstraße 45

Do. 20:00 - 20:50 (B-01-13)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22589 Hamburg-Blankenese

Wassergymnastik

Schwimmhalle, Budapeststr. 29

Fr. 13:45 - 14:45 (B-01-47)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

20359 Hamburg, ST St. Pauli

Schwimmen, Wassergymnastik

Schwimmhalle Fabriciusstraße 223

Mo. 20:50 - 21:50 (B-01-05)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22177 Hamburg-Bramfeld

Schwimmen

Schwimmhalle, Elbgastr. 110

Mi. 20:30 - 21:40 (B-01-48)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22523 Hamburg-Lurup

Schwimmen,

auch für Sehbehinderte und Blinde

Schwimmhalle im Grünen Grunde 1

Mi. 20:00 - 20:50 (B-01-09)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22337 Hamburg-Ohlsdorf

Schwimmen

Schwimmhalle, Budapeststr. 29

Mo. 20:00 - 20:50 (B-01-22)

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

22359 Hamburg-Lurup

Schwimmen, Wassergymnastik

Rahlstedter Bahnhofstraße 52

Do. 20:00 - 20:50 (B-01-08)

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Schwimmen Freizeitgruppe

Bille Bad, Reedwerder 25

Sa. 10:00 - 12:00 (B-35-12)

Tel. 040-724 144 374

21029 Hamburg-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. 656 07 39

22605 Hamburg-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. 040-715 33 36

22115 Hamburg-Billstedt

WEITERE SPORTANGEBOTE FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

Club Saltatio Hamburg e.V.

Rollstuhltanzen

Aula, Nydamer Weg 44

Mi. 18:30 - 20:00 (B-139-01)

Frau Stier, Tel. 0176-63 60 24 65

22145 Hamburg-Rahlstedt

Eimsbütteler TV e.V.

Aikido für Menschen mit MS

Sporthalle Bundesstraße 96

Mo. 19:00 - 20:00 (B-30-12)

Sascha Coska, Tel. 040-40 17 69 55

20144 Hamburg-Eimsbüttel

Aikido für Menschen mit MS

Hamburg Haus, Doormannsweg 12

Mi. 09:00 - 10:00 (B-30-13)

Sascha Coska, Tel. 040-40 17 69 55

20259 Hamburg-Eimsbüttel

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. 040-428 46 25 50

oder 040-43 66 84

20144 Hamburg-Eimsbüttel

Geesthachter Schützengesellschaft von 1895 e.V.

Bogensport ab 12 Jahre

Geesthacht

So. 10:00 - 13:00 (B-42-01)

Herr Müller Tel. 04176-75 26

Hamburger Gehörlosen SV

Der HGSV bietet eine Vielzahl von Sportgruppen an aus den Bereichen:

Kinder- und Jugendliche:

Badminton, Fußball, Tischtennis, Tennis, Kinder- und Jugendsport

Erwachsene:

Badminton, Basketball, Fußball, Futsal, Handball, Radsport, Rommé & Skat, Rudersport, Schach, Schwimmen und Wasserball, Tennis, Tischtennis, Volleyball

Bei Interesse bitte melden unter E-Mail: geschaeftsstelle@hgsv.de

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. 550 83 44
22081 Hamburg-Barmbek

Imperial Club Hamburg e.V.

Lungensport

Osdorfer Landstraße 225
Di. 18:00 - 19:30 (B-38-01)
Frau Adameit, Tel. 0 41 22-826 64
22549 Hamburg-Osdorf

Bogensport im BRSH

Ansprechpartner
Michael Müller
Tel. 0 41 76-75 26

Para-Kanu

Mo. 18:00 - 20:00
Di. 18:00 - 20:00
Ansprechpartner:
Niko Classen
Tel. 0151-17 01 56 97
E-Mail: niko.classen@gmx.de



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-Rissen



Eigenständig mobil sein! Behindertengerechten Fahrzeugumbau!





Sie möchten barrierefrei Auto fahren, mobil sein und mehr Lebensqualität genießen? – Ob Selbstfahrer oder Mitfahrer, wir haben für Sie das passende Sortiment von allen führenden Herstellern aus Deutschland und ganz Europa, sowie eine moderne Fachwerkstatt für Behindertenfahrzeuge, die spezialisiert darauf ist, Ihre Mobilität zu erhalten und wieder herzustellen!



**Mobilcentrum
Lönnes**
Barrierefrei Auto fahren

Mobilcentrum Lönnes · Inh. André Lönnes
Schünbusch Feld 11 · 21439 Marxen/Hamburg · Tel.: 04185/205 01-0 • Fax: -99
E-Mail: info@Mobilcentrum-Loennies.de · www.mobilcentrum-loennies.de

SV Lurup-Hamburg von 1923 e.V.

Bogensport (Sommer)

Jugendliche + Erwachsene

Sportpark Vorhornweg

Mi. 19:30 - 21:30 (B-01)

Sofia Manti u. Ralph Silkenath

Tel. 0179-17 17 556

22549 Hamburg-Lurup



Bogensport (Winter)

Jugendliche + Erwachsene

Halle Böttcherkamp 144

Mi. 19:30 - 21:30 (B-01)

Sofia Manti u. Ralph Silkenath

Tel. 0179-17 17 556

22549 Hamburg-Lurup

Inklusionsgruppe

Halle Böttcherkamp 144

Mo. 18:30 - 19:30

Herr Schönau, Tel. 0179-17 17 556

22549 Hamburg-Lurup

SV Trelde-Kakenstorf von 1950 e.V.

Bogenschießen

Jugendliche + Erwachsene

Es stehen Übungsplätze für Sommer und Winter zur Verfügung.

Termine und Zeiten bitte erfragen bei

Herrn Weber, Tel. 04186-84 91

21255 Kakenstorf

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Rollstuhlsport

Friedrich-Frank-Bogen

Fr. 17:00 - 18:00 (B-35-07)

Tel. 040-724 144 374

21033 Hamburg-Bergedorf

Behindertenrecht

FACHZEITSCHRIFT FÜR FRAGEN DER REHABILITATION

unter Mitwirkung der Bundesarbeitsgemeinschaft der Integrationsämter und Hauptfürsorgestellen

Schriftleitung: Ulrich Adlhoch,
Ltd. Landesverwaltungsdirektor a.D., Münster

Erscheint siebenmal jährlich; Bezugspreis jährlich
€ 112,- inkl. Versandkosten; ISSN 0341-3888

»Behindertenrecht« ist die Fachzeitschrift für den öffentlichen, betrieblichen und privaten Bereich, die zuverlässig bei Fragen der beruflichen, sozialen und medizinischen Rehabilitation von behinderten Menschen weiterhilft. Aktuelle Beiträge, Mitteilungen und Hinweise halten den Leser auf dem laufenden Stand der Entwicklung und erläutern wichtige Vorgänge in Gesetzgebung, Verwaltung, Medizin und angrenzenden Bereichen.

**Jetzt kostenlos
Probeheft anfordern!**

 **BOORBERG**

RICHARD BOORBERG VERLAG
FAX 07 11 / 73 85-100 · 089/43 61 564
TEL 07 11 / 73 85-343 · 089/43 60 00-20
bestellung@boorberg.de · www.boorberg.de

Wandsbeker Schützengilde e.V. von 1637

Schießen

Schießsportzentrum,

Marienthaler Str. 178

Mi., Fr. 18:00 - 22:00 (B-21-01)

Tel. 040-68 63 63 (freitags ab 18:00)

20535 Hamburg-Hamm



Teil III - Inklusions- und Integrationssport

(Stand: 31.12.2018)

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

E-Mail: sport@hsv.de

22337 Hamburg-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

E-Mail: sport@hsv.de

21109 Hamburg-Wilhelmsburg



InklusionSportverein Alsterdorf e.V.

Basketball

Barakiel Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8

Do. 18:15 - 19:15 (I-154-01)

Christina Göpfert, Tel. 040-50 77 35 59

22337 Hamburg-Alsterdorf

Klettern für Erwachsene

Barakiel Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8

Fr. 17:30 - 19:00 (I-154-06)

Christina Göpfert, Tel. 040-50 77 35 59

22337 Hamburg-Alsterdorf

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Fußballgruppe integrativ

Erwachsene

Sporthalle Lohkampstraße 145

Mi. 18:15 - 19:45 (I-22-11)

Herr Schlegel, Tel. 570 007-20

22523 Hamburg-Eidelstedt

Breitensport - Spiele ohne Sieger

(Erwachsene)

Carsten-Rehder-Str. 43

(Eingang Breite Str.)

Di. 18:30 - 19:45 (I-22-17)

Herr Schlegel, Tel. 570 007-20

22767 Hamburg-Altona

Teamsport/Floorball (Erwachsene)

Carsten-Rehder-Str. 43

(Eingang Breite Str.)

Di. 19:45 - 21:00 (I-22-18)

Herr Schlegel, Tel. 570 007-20

22767 Hamburg-Altona

Rollstuhlbasketball (Erwachsene)

Sporthalle Baumacker 10

Fr. 19:45 - 22:00 (I-22-33)

Herr Ertl, Tel. 0162-622 41 33

22523 Hamburg-Eidelstedt

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Drachenboot (Erwachsene)

Drachenbootzentrum Eichbaumsee

Do. 18:30 - 20:00 (I-39-04)

Geschäftsstelle, Tel. 735 32 00

21035 Hamburg-Bergedorf

Turnerbund Hamburg-Eilbeck e.V.

Sitzvolleyball (Mixed Erwachsene)

Heinrich-Hertz-Schule, Turnhalle 2

Grasweg 72 (U-Bahn Borgweg)

Mi. 20:00 - 22:00 (I-25-01)

Büro Tel. 040-203 704

22303 Hamburg-Winterhude



JUGENDL. ERWACHSENE UND GRUPPEN OHNE ALTERSBEGRENZUNG

Hamburger SV e.V.

Rollstuhlbasketball

Jugendliche und Erwachsene

Sporthalle Brekelbaumpark 10

Do. 19:30 - 21:00 (I-05-02)

HSV-Amateursport

Lillemor Köper, Tel. 040-41 55 16 00

E-Mail: sport@hsv.de

20537 Hamburg-Borgfelde

Rollstuhlbasketball

BG Baskets 3+4

Jugendliche und 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

E-Mail: sport@hsv.de

22337 Hamburg-Alsterdorf



InklusionSportverein Alsterdorf e.V.

Freizeitsport für junge Erwachsene

(ca. 16 - 25 Jahre)

Barakiel Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8

Do. 17:15 - 18:15 (I-154-02)

Christina Göpfert, Tel. 040-50 77 35 59

22337 Hamburg-Alsterdorf

Fitness für alle

Barakiel Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8

Di. 17:15 - 18:00 (I-154-03)

Christina Göpfert, Tel. 040-5077 3559

22337 Hamburg-Alsterdorf

Badminton

Barakiel Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8

Di. 18:00 - 19:30 (I-154-04)

Christina Göpfert, Tel. 040-50 77 35 59

22337 Hamburg-Alsterdorf

Futsal

Barakiel Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8

Mi. 18:30 - 20:00 (I-154-05)

Christina Göpfert, Tel. 040-50 77 35 59

22337 Hamburg-Alsterdorf

Phoenix Sport Hamburg

Schwimmen (offenes Angebot)

Bille Bad, Reetwerder 25

Mo. 16:00 - 18:00 (B-107-01)

Frau Sonnenberg, Tel. 280 52 822

21029 Hamburg-Bergedorf

Ballsportgruppe

Jugendliche und Erwachsene

Schule Leuschnerstr. 13

Kleine Sporthalle

Mi. 17:45 - 19:15 (B-107-05)

Frau Sonnenberg, Tel. 280 52 822

21031 Hamburg-Lohbrügge

Basketball (offenes Angebot)

Große Sporthalle, Grundschule

Max-Eichholz-Ring 25

Do. 17:30 - 19:00 (B-107-07)

Frau Sonnenberg, Tel. 280 52 822

21031 Hamburg-Lohbrügge

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Freizeitsport

für Jugendliche und Erwachsene

Sporthalle Rungwisch 23

Mo. 18:30 - 19:45 (I-22-08)

Herr Schlegel, Tel. 570 007-20

22523 Hamburg-Eidelstedt

Handballgruppe integrativ

(8 bis 80 Jahre)

Julius-Leber-Schule,

Halstenbeker Str. 41

Sa. 10:00 - 12:00 (I-22-12)

Herr Schlegel, Tel. 570 007-20

22457 Hamburg-Schnelsen

Wheel-Soccer – Freizeitsport

Jugendliche

Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8b

Mi. 17:15 - 18:30 (I-22-34)

Herr Schlegel, Tel. 040-570 007-20

22337 Hamburg-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-Bahrenfeld

Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Sport, Bewegung, Spaß

für behinderte und

nicht behinderte Menschen

Sporthalle, Hans-Dewitz-Ring 21

Do. 16:00 - 18:00 (I-29-02)

Sporthalle, Woellmerstraße 1

Di. 16:00 - 18:00 (I-29-03)

Frau Bienas, Tel. 0177-717 95 95

21075 Hamburg-Heimfeld

Walddörfer SV von 1924 e.V.

Integrationssportgruppe 5-12 Jahre

(mit Voranmeldung)

Schule an den Teichwiesen,

Gymnastikhalle Saseler Weg 30

Di. 15:30 - 17:00 (I-46-01)

Walddörfer SV, Tel. 64 50 62-0

22359 Hamburg-Volksdorf

Integrationssportgruppe ab 13 Jahre

Mehrzweckhalle Ahrensburger Weg 28

Do. 17:00 - 18:30 (I-46-02)

Walddörfer SV, Tel. 64 50 62-0

22359 Hamburg-Volksdorf



KLEIN- UND KINDERGARTENKINDER

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Offenes Turnangebot

Mini Club 1 (1 bis 3 Jahre)

Mo. 16:00 - 17:00 (I-22-01)

Offenes Turnangebot

Mini Club 2 (1 bis 5 Jahre)

Fr. 16:00 - 17:30 (I-22-03)



Ringen, Rangeln und Raufen (6 bis 13 Jahre)

Di. 16:00 - 17:15 (I-22-05)

Sporthalle Rungwisch 23

Herr Schlegel, Tel. 57 00 07-20

22523 Hamburg-Eidelstedt

SCHULKINDER

Eimsbütteler TV e.V.

Judo für Kinder mit

geistiger Behinderung

Sportzentrum Bundesstraße 96

Di. 18:00 - 19:00 (I-30-02)

Kontakt unter Tel. 04163-81 14 45

20144 Hamburg-Eimsbüttel



Judo für Kinder mit

besonderen Bedürfnissen

(ADHS, Autismus, Asperger, Wahrnehmungsstörungen, Körperbehinderung) bis 12 Jahre

Sportzentrum Bundesstraße 96

Do. 17:30 -18:30 (I-30-03)

Kontakt und Information

Herr Behnke, Tel. 04163-81 14 45

20144 Hamburg-Eimsbüttel

Judo für Kinder mit besonderen Bedürfnissen (6 bis 9 Jahre)

Sportzentrum Bundesstraße 96

Di. 16:00 -17:00 (I-30-04)

Kontakt und Information

Herr Behnke, Tel. 04163-81 14 45

20144 Hamburg-Eimsbüttel

Schwimmen

Seepferdchenkurs ab 5 Jahre

ETV Schwimmschule, Turmweg 33

Mi. 15:00 - 15:45 (I-30-05)

Mi. 17:00 - 17:45 (I-30-06)

Petra Böösch, Tel. 040-401 769 22

20148 Hamburg-Rotherbaum

Flipperkurs

(Vorbereitung Bronze)

ETV Schwimmschule, Turmweg 33

Mi. 16:00 - 16:45 (I-30-07)

Petra Böösch, Tel. 040-401 769 22

20148 Hamburg-Rotherbaum

Inklusions-Technik Gruppe I

Festland Bad Altona, Holstenstraße 30

Mo. 16:00 - 17:00 (I-30-08)

Petra Böösch, Tel. 040-401 769 22

22767 Hamburg-Altona

Inklusions-Technik Gruppe II

Festland Bad Altona, Holstenstraße 30

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

Do. 17:00 - 18:00 (I-30-10)

Petra Böösch, Tel. 040-401 769 22

22767 Hamburg-Altona

Aquaball

Kinder/Jugendliche 8 bis 14 Jahre
ETV Schwimmschule, Turmweg 33
Zeiten auf Anfrage (I-30-11)
Petra Böösch, Tel. 040-401 769 22
20148 Hamburg-Rotherbaum

Hamburger SV e.V.

Wheelsoccer

Kinder und Jugendliche
Sporthalle Reinbecker Redder 274
Fr. 17:00 - 18:30 (I-05-01)
HSV-Amateursport
Lillemor Köper, Tel. 040-41 55 16 00
E-Mail: sport@hsv.de
21031 Hamburg-Lohbrügge

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Psychomotorische Kindergruppe

(5 bis 8 Jahre)
Sporthalle Rungwisch 23
Di. 16:15 - 17:30 (I-22-07)
Herr Schlegel, Tel. 570 007-20
22523 Hamburg-Eidelstedt

Psychomotorische Kindergruppe

(8 bis 14 Jahre)
Sporthalle Rungwisch 23
Mo. 17:00 - 18:30 (I-22-06)
Herr St. Schlegel, Tel. 570 007-20
22523 Hamburg-Eidelstedt

Fußballgruppe integrativ

(8 bis 14 Jahre)
Sporthalle Rungwisch 23
Di. 17:15 - 18:30 (I-22-10)
Herr St. Schlegel, Tel. 570 007-20
22523 Hamburg-Eidelstedt



Wassergewöhnungsgruppe

(Kinder mit Einschränkungen)
Lehrschwimmbecken in der Lohkamp-
straße - kleine Gruppen
Fr. 15:00 - 15:30 (I-22-13)
nähere Informationen/Anmeldung
Frau Christiane Kellersohn,
E-Mail: kellersohn_c@gmx.de
22523 Hamburg-Eidelstedt

Schwimmgruppe

(Kinder mit Einschränkungen)
Lehrschwimmbecken in der Lohkamp-
straße - kleine Gruppen
Fr. 15:30 - 16:00 (I-22-14)
nähere Informationen/Anmeldung
Frau Christiane Kellersohn
E-Mail: kellersohn_c@gmx.de
22523 Hamburg-Eidelstedt

Psychomotorische Kindergruppe

(6 bis 12 Jahre)
Carsten-Rehder-Str. 43
(Eingang Breite Str.)
Di. 16:30 - 18:00 (I-22-16)
Herr St. Schlegel, Tel. 570 007-20
22767 Hamburg-Altona

Psychomotorik/Kleine Spiele

(7 bis 12 Jahre)
Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Di. 16:00 - 17:15 (I-22-20)
Kontakt: Tel. 0151-17 25 74 93
22337 Hamburg-Alsterdorf

Psychomotorik/Kleine Spiele

(5 bis 9 Jahre)
Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Mi. 16:00 - 17:15 (I-22-22)
Kontakt: Tel. 0151-17 25 74 93
22337 Hamburg-Alsterdorf



Rollstuhlsport (6 bis 10 Jahre)

Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Mi. 17:15 - 18:30 (I-22-24)
Kontakt: Tel. 0151-17 25 74 93
22337 Hamburg-Alsterdorf

Floorball (Unihockey)

(6 bis 12 Jahre)
Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Do. 16:10 - 17:15 (I-22-25)
Kontakt: Tel. 0151-17 25 74 93
22337 Hamburg-Alsterdorf



Fußball (6 bis 12 Jahre)

Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Do. 16:00 - 17:15 (I-22-26)
Kontakt: Tel. 0151-17 25 74 93
22337 Hamburg-Alsterdorf

Tanz mit uns! Inklusives Tanzprojekt

Mädchen u. Jungen 11 bis 14 Jahre
Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Di. 17:15 - 18:45 (I-22-27)
Herr St. Schlegel, Tel. 040-570 007-20
22337 Hamburg-Alsterdorf

Inklusives Klettern (12 bis 16 Jahre)

Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Fr. 16:00 - 17:30 (I-22-28)
Kontakt: Tel. 0151-17 25 74 93
22337 Hamburg-Alsterdorf

Rollstuhlsport - Wheelsoccer

(10 bis 15 Jahre)
Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Mi. 17:15 - 18:30 (I-22-29)
Kontakt: Tel. 0151-17 25 74 93
22337 Hamburg-Alsterdorf

Schwimmgruppe Kinder

Lehrschwimmbecken in der Lohkamp-
straße - kleine Gruppen
Mo. 16:30 - 17:00 (I-22-30)
Mo. 17:00 - 17:30 (I-22-31)
Mi. 16:00 - 16:30 (I-22-36)
Mi. 16:30 - 17:00 (I-22-37)
Frau Christiane Kellersohn,
E-Mail: kellersohn_c@gmx.de
22523 Hamburg-Eidelstedt



Wassergewöhnungsgruppe

weiterführendes Angebot II
Lehrschwimmbecken in der Lohkamp-
straße - kleine Gruppen
Fr. 16:00-16:30 (I-22-32)
Frau Christiane Kellersohn,
E-Mail: kellersohn_c@gmx.de
22523 Hamburg-Eidelstedt

Trampolin

Kinder 6 bis 12 Jahre
Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8b
Do. 17:15 - 18:30 (I-22-35)
Herr St. Schlegel, Tel. 040-570 007-20
22337 Hamburg-Alsterdorf

TriBühne e.V.

Circus Inklusionsgruppe

(Kinder/Jugendliche 8 bis 12 Jahre)
Stresemannstraße 374 b
Fr. 15:00 - 16:30 (I-12-03)
Holger de Vries, Tel. 040-85 15 79 09
22761 Hamburg-Bahrenfeld

Circus Inklusionsgruppe

(Kinder/Jugendliche 12 bis 16 Jahre)
Stresemannstraße 374 b
Fr. 16:30 - 18:00 (I-12-02)
Holger de Vries, Tel. 040-85 15 79 09
22761 Hamburg-Bahrenfeld

SPORT FÜR KINDER UND JUGENDLICHE MIT UND OHNE BEHINDERUNG

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Psychomotorik/Kleine Spiele

(11 bis 16 Jahre)

Di. 16:10 - 17:15 (I-22-21)

Fußball (11 bis 16 Jahre)

Di. 16:10 - 17:15 (I-22-23)

Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b

Kontakt: Tel. 0151-17 25 74 93

22337 Hamburg-Alsterdorf



Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Sport, Bewegung, Spaß

Psychomotorik

(Motorik + Wahrnehmung)

Woellmerstraße 1

Mi. 16:00 - 17:00 (B-29-04)

Mi. 17:00 - 18:00 (B-29-05)

Schwarzenbergstraße 72

Fr. 16:00 - 17:00 (B-29-06)

Frau Bienas, Tel. 0177-717 95 95

21075 Hamburg-Harburg

Die Fachmesse für mehr Lebensqualität

www.rehab-karlsruhe.de

REHAB®

Rehabilitation | Therapie | Pflege | Inklusion

+++ Rehathechnik +++ Bildung & Beruf +++ Inklusion +++
Therapie & Praxis +++ Auto & Reisen +++ Pflege +++
Homecare +++ Barrierefreies Bauen & Wohnen +++
Mobilitäts- & Alltagshilfen +++ Neurologische
Rehabilitation +++ Orthopädietechnik +++
Selbsthilfe +++



KMV DEIN VERBUNDEN:
Kartellwerke,
Reisen und Kongresse

MESSE KARLSRUHE **16. – 18. Mai 2019**

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. 04102-471543
Fax 04102-471545
info@ahrensbuerger-tsv.de

Alstersport - Verein für inklusiven Sport in Hamburg e.V.

Holtenklinker Str. 13
21029 Hamburg
Tel. 466 400-10
Fax 466 400-08
buero@alstersport.org

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

Rahlstedter Straße 159
22143 Hamburg
Tel. 675 95 06
Fax 675 95 080
info@amtv.de

Arbeiter-Wassersport-Verein für Hamburg u. Umgebung gegr. 1909 e.V.

Rummelsburger Str. 74b
22147 Hamburg
Tel. 644 25 201
Fax 644 25 202
vorstand1@awv09.de

AVK-Selbsthilfegruppe Hamburg e.V.

c/o Ursula Riegger
Hermann-Körner-Str. 40
21465 Reinbek
Tel. 722 17 87
Fax 727 306 22
ursula-b._riegger@web.de

Bahrenfelder TV von 1898 e.V.

Bahrenfelder Chaussee 166a
22761 Hamburg
Tel. 890 37 61
Fax 401 635 27
c.prinz@btv-hamburg.de

Bergedorfer Schützengesellschaft von 1848 e.V.

Postfach 800 605
21006 Hamburg
Tel. 711 431 16
Fax 710 055 44
vorsitzender@bergedorfer-schuetzen.de

Berufsförderungswerk Hamburg GmbH, Abteilung Rehasport

Marie-Bautz-Weg 13
22159 Hamburg
Tel. 645 81-1730
Fax 645 93-730
harnischschwerdt@bfw-hamburg.de

Blankeneser MTV von 1883 e.V.

Oesterleystr. 20, Hessehaus
22587 Hamburg
Tel. 870 68 52
bogensport-bmtv@web.de

**Blinden- und Sehbehindertenverein
Hamburg e.V.**

Louis-Braille-Center
Holsteinischer Kamp 26
22081 Hamburg
Tel. 209 404-0
Fax 209 404-30
info@bsvh.org

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Ellernreihe 88
22179 Hamburg
Tel. 641 41 44
Fax 642 40 47
info@bramfelder-sv.net

BSG Süderelbe e.V

c/o Wolfgang Scholven
Wümmeweg 7b
21147 Hamburg
Tel. 701 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. 736 757 51
Fax 736 757 52
info@caprice-fitness.de

Club Saltatio Hamburg e.V.

Frau Kerstin Jühlke
Weseler Weg 2
22045 Hamburg
Tel. 370 889 16
Fax 370 889 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

Dicke Freunde Hamburg e.V.

c/o Arlette Pläßmann
Borgfelde 12b
22869 Schenefeld
Tel. 0160-946 35 264
verein@dicke-freunde-hamburg.de

Duvenstedter SV von 1969 e.V.

Puckaffer Weg 15
22397 Hamburg
Tel. 607 19 69
Fax 607 507 69
service@duvenstedtersv.de

Eimsbütteler TV e.V.

Bundesstraße 96
20144 Hamburg
Tel. 401 76 90
Fax 401 76 969
info@etv-hamburg.de

FC St. Pauli von 1910 e.V.

Harald-Stender-Platz 1
20359 Hamburg
Tel. 317 874-0
Fax 317 874-29
info@fcstpauli.com

FITCOMPANY GmbH

backupcenter Hamburg
Am Radeland 125
21079 Hamburg
Tel. 60 78 65 16
cyrus.meyssamy@fitcompany.de

fitness & friends Deutschland GmbH

Friedrich-Ebert-Damm 128
22047 Hamburg
Tel. 520 166 00
Fax 520 166 10
cindy.nimke@fitnessandfriends.de

Fitness Center Niendorf - Paul Konrad

Krähenweg 9
22459 Hamburg
Tel. 5550 5550
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. 632 33 66 oder 04535-2119
city-nord@kabelmail.de

Fitness-Center Form-Fit

Inh. H. W. Rößler
Cuxhavener Str. 293 b
21149 Hamburg
Tel. 701 37 98
formfit@gmx.de

FTSV Komet-Blankenese von 1907 e.V.

Schenefelder Landstr. 85
22589 Hamburg
Tel. 870 34 40
Fax 870 34 41
komet@komet-blankenese.de

**Geesthachter Schützengesellschaft
von 1895 e.V.**

c/o Michael Müller
Kiefernweg 14
21395 Tespe
Tel. 04176-7526
m.jovers-mueller@t-online.de

gesund und munter e.V.

Frau Ulrike Vick
Bernadottestr. 144
22605 Hamburg
Tel. 0170-384 76 48
ulrike.vick@arcor.de

**Gesundheits- und Rehasportverein
Hamburg e.V.**

Hopfensack 8
20457 Hamburg
Tel. 0178-560 5679
info@rehasport-im-verein.de

Gesundheitssport Hamburg e.V.

c/o Juka-Dojo Sportcenter AG
Hummelsbütteler Landstr. 98
22339 Hamburg
Herr Motiramani
Tel. 01577-344 60 33
Fax 03212-366 07 00
d.motiramani@web.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. 531 66 60
Fax 533 202 72
hbg@hbg-1930.de

Hamburger Gehörlosen SV v. 1904 e.V.

Horst-Peter Scheffel
Bernadottestraße 126
22605 Hamburg
Tel. 01805-28 34 65
Fax 040-881 38 62
geschaeftsstelle@hgsv.de

Hamburger Kanu Club e.V.

Barcastr. 13
22087 Hamburg
Tel. 220 90 05
Fax 219 999 70
info@hamburger-kanu-club.de

**Hamburger Schwerhörigen-SV von
1977 e.V. (HSSV)**

Wagnerstraße 42
22081 Hamburg
Tel. 291 605
Fax 299 72 65
vorstand@hssv-hamburg.de

Hamburger SV e.V.

Sylvesterallee 7
22525 Hamburg
Tel. 41 36 18 05
Fax 41 55 16 01
info@hsv.de

Hamburger TB von 1862 e.V.

Hammer Steindamm 64
20535 Hamburg
Tel. 254 28 62
Fax 254 28 68
heeg@htb62.de

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Sievekingdamm 7
20535 Hamburg
Tel. 25 17 49 20
Fax 25 88 59
info@ht16.de

Hamburg Vital GmbH

Petkumstraße 24
22085 Hamburg
Tel. 22 94 78 88
Fax 22 94 76 88
info@hamburg-vital.com

Harburger City-Sport e.V.

Harburger Rathausstr. 33
21073 Hamburg
Tel. 766 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.

Cuxhavener Straße 253
21149 Hamburg
Tel. 701 74 43
Tel. 703 82 435
Fax 701 22 10
sportbuero@hntonline.de

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Breite Straße 122
22767 Hamburg
Tel. 85 75 88
Fax 851 21 81
hvs-ev@t-online.de

Imperial Club Hamburg e.V.

Frau Bianca Adameit
Lehmweg 73
25492 Heist
Tel. 04122-826 64

InklusionSportverein Alsterdorf e.V.

Paul-Stritter-Weg 7
22297 Hamburg
Tel. 507 735 59
Fax 507 741 11
c.goepfert@alsterdorf.de

Lady fit Hamburg

Frau Susanne Gerloff
Droopweg 25
20537 Hamburg
Tel. 250 47 53
Fax 254 901 21
info@lady-fit-hamburg.de

Lufthansa SV Hamburg e.V.

Weg beim Jäger 193
22335 Hamburg
Tel. 5070-2919
Fax 5070-8679
hamlsv@lht.dlh.de

MARIS-Damen-Aktiv-Studio Sportcenter GmbH

Fabirciusstr. 25
22177 Hamburg
Tel. 691 11 12
Fax 691 00 44
das@damen-aktiv-studio.de

Massage Insel am Stadtpark

Frau Petra Treske
Wasmannstr. 27
22307 Hamburg
Tel. 0161-30 00 17
massageinsel@petra-treske.de

MEDALIFE GmbH

Gesundheitszentrum
Borsteler Bogen 27
22453 Hamburg
Tel. 553 78 22
Fax 553 85 33
info@medalife.de

Meiendorfer SV von 1949 e.V.

Deepenhorn 5
22145 Hamburg
Tel. 678 80 82
Fax 679 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 27
22115 Hamburg
Tel. 715 33 36
Fax 716 19 83
info@msv-hamburg.de

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Sachsenweg 78
22455 Hamburg
Tel. 55 42 160
Fax 55 42 165 5
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

Nordisch Fight Club e.V.

Walddörfer Str. 332
22047 Hamburg

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

Postfach 26 17 02
20507 Hamburg
Tel. 22 86 92 16
Fax 84 89 12 40
info@pur-rehaverein.de

Phoenix Sport e.V.

Binnenfeldredder 21
21031 Hamburg
Tel. 280 528 22
Fax 280 528 22
info@phoenix-sport-hamburg.de

Physio Aktiv fitvitalis Lund

Zollstr. 11b
21465 Wentorf
Tel. 765 00 687

Physio Sports Therapie GbR

Elbgastr. 128
22547 Hamburg
Tel. 840 559 55
Fax 840 559 56
info@physio-sports.net

PhysioFit Lurup GmbH

Luruper Hauptstr. 247
22547 Hamburg
Tel. 414 227 20
info@physiofit-lurup.de

**Physioteam Volksdorf
Lobach & Meyer GbR**

Halenreihe 42
22359 Hamburg
Tel. 645 091 71
physiopraxis-volksdorf@gmx.de

Physiotherapie Wencke Dossmann

Stadtbahnstraße 43
22393 Hamburg
Tel. 600 13 360
Fax 644 15 802
wenckedossmann@web.de

Präventionszentrum Winterhude

David Zerjathke
Semperplatz 1
22303 Hamburg
Tel. 875 047 26
Fax 875 047 27
info@pvz-winterhude.de

**Praxis für Physiotherapie und
Prävention Carla Hövelmann-Bock**

Moorhof 7
22399 Hamburg
Tel. 6921 444 6
info@praxis-hoevelmann-bock.de

Pro Motion REHA-Sportverein

Niedersachsenweg 3
21079 Hamburg
Tel. 040-764 35 72
Fax 040-763 57 33
info@physio24.de

Pro Reha aktiv Hamburg e.V.

c/o RZH Reha-Zentrum Hammonia
Bad GmbH
Lerchenfeld 14
22081 Hamburg
Tel. 040-284 10 28-0
Fax 040-284 10 28-20
kontakt@reha-hammonia-bad.de

RBS Elbgemeinden e.V.

Frau Renate Martinek
Schenefelder Holt 97
22589 Hamburg
Tel. 871 947
hm.martinek@bvenet.de

Reha+fit e.V.

Frohmestraße 11 h
22457 Hamburg
Tel. 040-572 040 10
Fax 040- 572 040 12
info@rehaplusfit.de

REHA Bergedorf

Bergedorfer Schloßstr. 33
21029 Hamburg
Tel. 721 10 08
Fax 721 10 05
info@reha-bergedorf.de

Reha am Kaifu GmbH

Bundesstr. 107 b
20144 Hamburg
Tel. 694 01 59
Fax 695 63 95

**Rehabilitationspraxis Rahlstedt
Hengameh Kamyab**

Rahlstedter Bahnhofstr. 23-25
22143 Hamburg
Tel. 63 66 53 53
Fax 63 66 53 54
info@rehapraxis-kamyab.de

RehaCentrum Hamburg GmbH

Heidenkampsweg 41
20097 Hamburg
Tel. 253 063 802
Fax 253 063 864
s.ritter@rehabhamburg.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

Rehazentrum Harburg GmbH

Sand 18-22
21073 Hamburg
Tel. 766 55 06
Fax 766 65 24
info.RHHH@helios-gesundheit.de

Rehazentrum Norderstedt GmbH

Stettiner Str. 16
22850 Norderstedt
Tel. 040-523 30 28
Fax 040-528 24 05
rehazentrum-nord@t-online.de

Rissener SV von 1949 e.V.

Marschweg 85
22559 Hamburg
Tel. 81 27 46
Fax 81 99 05 15
rsv@rissen.de

Royal Sports FC Schwencke GmbH

z. Hd. Frau T. Aldag
Eulenkrugstr. 68
22359 Hamburg
Tel. 609 180-0
Fax 609 180 18
info@royalsports.de

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Geschäftsstelle
Lüttkoppel 1
22335 Hamburg
Tel. 300 62 99-0
Fax 300 62 99-199
info@scala-sportclub.de

SC Poppenbüttel von 1930 e.V

Bültenkoppel 1
22399 Hamburg
Tel. 606 14 14
Fax 602 42 35
geschaeftsstelle@scpoppenbuettel.de

**SC Vier- und Marschlande
von 1899 e.V.**

Auf dem Sülzbrack 2
21037 Hamburg
Tel. 723 99 29
Fax 723 99 03
vorstand@scvm.de

**Schützenverein Hausbruch Alt- und
Neuwiedenthal von 1898 e.V.**

Ehestorfer Heuweg 14
21149 Hamburg
Tel. 040-796 49 98
Fax 040-796 38 95
sschachler@t-online.de

SGR Asklepios e.V.

Am Kurpark 3
23611 Bad Schwartau
Tel. 0451-2004-710
Fax 0451-2004-156
info@sgr-asklepios.com

**SGR Lokstedt & Eimsbüttel -
Sportverein für Gesundheit und
Rehabilitation e.V.**

Sorthmannweg 20
22529 Hamburg
Tel. 22 62 58 33
lokstedt@moves-training.de

Sportline Fitness und Soccer GmbH

Am Neugrabener Bahnhof 34
21149 Hamburg
Tel. 040-702 40 99
Fax 040-701 21 243
info@sportline-hamburg.de

**Sportschlau - Bewegung mit
Spaß und Köpfchen e.V.**

Susanne Bunk
Beim Alten Schützenhof 5
22083 Hamburg
Tel. 227 62 35
post@sportschlau.de

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Redingskamp 25
22523 Hamburg
Tel. 570 00 710
Fax 570 00 711
info@sve-hamburg.de

SV Großhansdorf e.V. von 1942

Kortenkamp 6a
22927 Großhansdorf
Tel. 04102-623 05
Fax 04102-46 76 44
info@sv-grosshansdorf.de

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Julius-Vosseler-Str. 195
22527 Hamburg
Tel. 414 24 70-0
Fax 414 24 70-29
info@gweimsbuettel.de

SV Lurup-Hamburg von 1923 e.V.

Flurstr. 7
22549 Hamburg
Tel. 831 55 46
Fax 832 04 07
geschaeftsstelle@svlurup.de

SV Polizei Hamburg von 1920 e.V.

Sternschanze 4
20357 Hamburg
Tel. 411 727 94
Fax 511 74 31
svphamburg@t-online.de

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Katendeich 14
21035 Hamburg
Tel. 735 32 00
Fax 735 79 37
info@svna.de

SV St. Georg von 1895 e.V.

Hammer Steindamm 130
20535 Hamburg
Tel. 21 23 53
Fax 219 029 33
info@svstg.de

SV Trelde-Kakenstorf von 1950 e.V.

Geschäftsstelle
Bachstr. 3
21255 Kakenstorf
Tel. 04186-8491
Fax 04186-895 575
info@sv-trelde-kakenstorf.de

**Tandemclub Weiße Speiche
Hamburg e.V.**

Herr G. Scheithauer
Uhuweg 7
22527 Hamburg
Tel. 570 60 93

Tanzbrücke Hamburg e.V.

Bramfelder Str. 116-118
22305 Hamburg
Tel. 697 049 88
info@tanz-bruecke.de

Therapiezentrum Eilbek

Conventstr. 12
22089 Hamburg
Tel. 386 792 38
Fax 386 792 37
info@therapiezentrum-eilbek.de

Therapiezentrum Farmsen

Inh. Irene Gilligan
Fiedrich-Ebert-Damm 311
22159 Hamburg
Tel. 645 12 37
Fax 645 093 89

TriBühne e.V.

Stresemannstr. 374 B
22761 Hamburg
Tel. 69 79 37 59
Fax 63 97 37 16
info@tribuehne.net

TSC Wellingsbüttel von 1937 e.V.

Waldingstraße 91
22391 Hamburg
Tel. 640 11 14
Fax 640 82 82
geschaeftsstelle@tscwellingsbuettel.de

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

TSG Sportforum
Billwerder Billdeich 607
21033 Hamburg
Tel. 724 144-0
Tel. 725 495-17
Fax 724 144-21
info@tsg-bergedorf.de

TSV Hohenhorst von 1963 e.V.

Kielkoppelstraße 9b
22149 Hamburg
Tel. 672 04 63
Fax 675 885 51
info@tsv-hohenhorst.de

TSV Wandsetal Hamburg v. 1890 e.V.

Stephanstr. 5
22047 Hamburg
Tel. 693 34 49
Fax 693 40 13
info@tsvwandsetal.de

Turnerbund Hamburg-Eilbeck e.V.

Ritterstraße 9
22089 Hamburg
Tel. 203 704
Fax 207 996
info@th-eilbeck.de

Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Vahrenwinkelweg 39
21075 Hamburg
Tel. 70 10 84 56
Fax 70 10 84 57
info@tshsport.de

TuS Berne e.V.

Berner Allee 64 a
22159 Hamburg
Tel. 60 442 88-0
Fax 60 442 88-9
service@tusberne.de

TuS Eidelstedt von 1969 e.V.

c/o Sebastian Krayenborg
Königstraße 29a
25469 Halstenbek
Tel. 571 27 58
Fax 0212-513 166 788
info@tuseidelstedt.de

TuS Fleestedt von 1911 e.V.

Mühlenweg 70
21217 Seevetal
Tel. 04105-690 82 88
info@tusfleestedt.de

TuS Germania Schnelsen v. 1921 e.V.

Königskinderweg 67 a
22457 Hamburg
Tel. 550 31 84
Fax 559 29 639
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
management@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

Uhlenhorster SC Paloma von 1909 e.V.

Brucknerstraße 24
22083 Hamburg
Tel. 29 41 26
Fax 29 68 88
info@uscpaloma.de

Verein für Gesundheit & Vitalität e.V.

c/o VITAMED Fitnessclub
Krohnstieg 41-43
22415 Hamburg
Tel. 040-539 317 97
office@vitamed-hh.de

**Verein für Gesundheitssport
und Sporttherapie e.V.
Hamburg/Dortmund**

Lemsahler Landstr. 223
22397 Hamburg
Tel. 507 970-00
info@sport-therapie-centrum.de

**Verein für Rehasport und
Gesundheitsförderung e.V.**

Im Lipperfeld 3h
46047 Oberhausen
Tel. 0208-740 908 89
Fax 0208-740 699 87
info@vfrg.de

VfL Hamburg von 1893 e.V.

Barmbeker Str. 62
22303 Hamburg
Tel. 279 83 77
Fax 279 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. 219 049 90
petra.bruhn@gmx.de

Wandsbeker TB von 1861 J.P.

Kneesestraße 7
22041 Hamburg
Tel. 68 54 82
Fax 68 911 818
info@wtb61.de

Wedeler TSV e.V.

Bekstraße 22
22880 Wedel
Tel. 04103-22 00
Fax 04103-70 96 64
info@wedeler-tsv.de

**Wilhelmsburger Ruder-Club
von 1895 e.V.**

Vogelhüttendeich 120
21107 Hamburg
Tel. 765 23 97
gosh_1.vorsitzender-wrc@t-online.de

**Yours! Präventions- und
Rehabilitationssportverein e.V.**

Bremer Str. 320
21077 Hamburg
Tel. 04105-670 487
isa.kaehler@yours-rehasport.de

WEITERE ANSCHRIFTEN

AG Lungensport e.V. Hamburg

Hasselmannsweg 3
22926 Ahrensburg
Tel. 0176-535 759 25
ag-lungensport-hh@alice-dsl.de
www.lungensport.de

Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V.

Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover
Tel. 0511-1268-51 00
Fax 0511-1268-451 00
www.bsn-ev.de

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG) Landesverband Hamburg e.V.

Eppendorfer Weg 154-156
20253 Hamburg
Tel. 040-422 44 33
Fax 040-422 44 40
info@dmsg-hamburg.de
www.dmsg-hamburg.de

Deutsche Parkinson-Vereinigung e.V. Parkinsongruppe Hamburg

Stühmtwiete 46
22175 Hamburg
Tel. 040-640 60 03
Fax 040-639 195 01
hamburg@parkinson-mail.de
www.hamburg-parkinson.de

Deutsche Rheuma-Liga Landesverband Hamburg e.V.

Dehnhaiide 120
Klinikum Eilbek
22081 Hamburg
Tel. 040-669 07 65-15 oder -16
www.rheuma-liga-hamburg.de

Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Carl-Bertelsmann-Str. 256
33311 Gütersloh
Tel. 01805-093 093
Fax 01805-094 094
info@schlaganfall-hilfe.de
www.schlaganfall-hilfe.de

Deutscher Behindertensport- verband e.V. (DBS)

Bundesgeschäftsstelle - im Hause der
Gold-Kräemer-Stiftung -
Tulpenweg 2-4
50226 Frechen
Tel. 02234-60 000
Fax 02234-60 00150
www.dbs-npc.de

Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V. (DRS)

Bundesgeschäftsstelle
Friedrich-Alfred-Str. 10
47055 Duisburg
Tel. 0203-71 74 182
Fax 0203-71 74 181
info@rollstuhlsport.de
www.rollstuhlsport.de

DRS-Bundeszentrale Hamburg

c/o BUK Hamburg
Bergedorfer Str. 10
21033 Hamburg
Tel. 040-7306-1381
Fax 040-7306-1390

Hamburger Krebsgesellschaft e.V.

Butenfeld 18
22529 Hamburg
Tel. 040-460 42 22
Fax 040-460 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. 040-696 524 60
Fax 040-696 524 57
geschaefsstelle@hamburger-schwimmverband.de
www.hamburger-schwimmverband.de

Hamburger Sportbund e.V.

Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg
Tel. 419 08-0
Fax 419 08-274
hsb@hamburger-sportbund.de
www.hamburger-sportbund.de

Herz InForm

Arbeitsgemeinschaft Herz- und Kreislauf Hamburg

zzt. 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. 492 92 201
Fax 39 60 98

KISS - Kontakt- und Informations- Stellen für Selbsthilfegruppen

KISS Barmbek

Fuhlsbüttlerstr. 401
22765 Hamburg
Tel. 639 73 446
Fax 639 73 428

KISS - Kontakt- und Informations- Stellen für Selbsthilfegruppen

KISS Harburg

Neue Straße 27
21073 Hamburg
Tel. 300 87 322
Fax 300 87 320

KISS - Kontakt- und Informations- Stellen für Selbsthilfegruppen

KISS Wandsbek

Berner Heerweg 183
22159 Hamburg
Tel. 492 92 508
Fax 645 31 274

Leben mit Behinderung Hamburg e.V.

Südring 36
22303 Hamburg
Tel. 270 790-0
Fax 270 790-948
www.lmbhh.de

**Rehabilitations- und Behinderten-
sportverband Schleswig-Holstein e.V.**

Schubstraße 89c
24837 Schleswig
Tel. 04621-27 689
Fax 04621-27 667
rbsv-sh@foni.net
www.rbsv-sh.de

**Senatskoordination für die
Gleichstellung behinderter Menschen**

Osterbekstraße 96
22083 Hamburg

Tel. 040-42863-5725
Fax 040-42863-5727
behindertengleichstellung@basfi-hamburg.de

**Special Olympics Deutschland
in Hamburg e.V.**

Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg
Tel. 040-419 08-137
Fax 040-419 08-274
info@hamburg.specialolympics.de

Verband für Turnen und Freizeit e.V.

Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg
Infotelefon
Gesundheitssport 419 08-277
Gesundheitswochen 419 08-246
www.vtf-hamburg.de



VERLAG
a
we
to

**Der Reha macht
es leichter.**
Und das seit 25 Jahren!

Der Reha-Einkaufsführer, seit 25 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**

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 -
 Rüsselsheimer Straße 22 • 60326 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



Image-Broschüren, Magazine, Jahresberichte

Auswahl unserer Kooperationspartner



Verlag Herrmann & Stenger GbR
 Soziales Marketing

Rüsselsheimer Str. 22
 D-60326 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



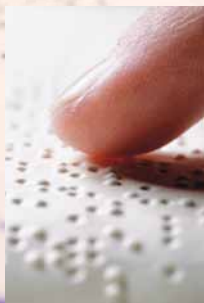
Schon gehört? SIGNAL IDUNA
bietet **besten Service.**



Mit über 3.000 Service-Agenturen in ganz Deutschland ist SIGNAL IDUNA immer in Ihrer Nähe und berät Sie individuell und ganzheitlich. Im persönlichen Gespräch, telefonisch oder online – wie Sie es wünschen.

Infos unter www.signal-iduna.de

SIGNAL IDUNA 
gut zu wissen



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