## MTV Groß-Buchholz von 1898 e.\









**Gesund & Fit** 

## Trainingszeiten-Übersicht

Gesund & Fit						
Gruppe	Tag	Von	Bis	Ort	Trainer	
Regelmäßige Angebote					,	
Aerobic / Stepaerobic II	Мо	18:30	19:30	Albert-Liebmann Schule	Alpers, Kerstin	
Frauen-Fitness	Di	20:00	21:00	BBS Cora Berliner	Koch, Christine	
Senioren ab 60	Di	16:15	17:30	IGS-Roderbruch, Halle II	Schmidt, Ina	
Walking für Jedermann	Do	09:00	10:15	Parkplatz 'An der Breiten Wiese'	Koch, Christine	
Gesund und Fit (offen für Nicht-Mitglieder)						
65plus - Älter werden und beweglich bleiben	Mo.	15:30	16:30	Heinrich-Ernst Stötzner Schule	Merkel, Horst	
	Anmeldung / Vormerkung über Kursportal					
Bewegung und Entspannung zum Feierabend	Mo.	19:00	20:00	Heinrich-Ernst Stötzner Schule	Merkel, Horst	
	Anmeldung / Vormerkung über Kursportal					
Pilates	Мо	08:30	09:30	MTV-Halle Rotekreuzstraße	Koch, Christine	
	Anmeldung / \		_	•		
Pilates	Мо	09:30	10:30	MTV-Halle Rotekreuzstraße	Koch, Christine	
	Anmeldung / Vormerkung über Kursportal					
Pilates	Мо	10:30	11:30	MTV-Halle Rotekreuzstraße	Koch, Christine	
	Anmeldung / \		_	-		
Power Workout	Di.	19:30		IGS-Roderbruch, Halle II	Winter, Liska	
	Anmeldung / \		_	•		
Skigymnastik für Jedermann/-frau (Nov - März)	Mi	19:00	20:00	Heinrich-Ernst Stötzner Schule	Koch, Christine	
	Anmeldung zu nächstem Kurs über Kursportal, jährlich von Herbstferien bis Osterferien					
Skigymnastik für Jedermann/-frau (Nov- März)	Мо	19:00	20:00	Heinrich-Ernst Stötzner Schule	Stamm, Barbara	
	Anmeldung zu nächstem Kurs über Kursportal, jährlich von Herbstferien bis Osterferien					
Sommer-Fitness - Outdoor	Di	18:15	19:30	IGS Roderbruch, Außenanlage	Koch, Christine	
	Anmeldung üb	er Kurspo	rtal			
Vinyasa Flow Yoga	Do	17:30	18:45	Käthe-Kollwitz Schule, Gymnastikhalle	Schacht, Tina	
	Anmeldung üb	er Kurspo	rtal			
Präventionssport-Kurse (offe		-				
Lungenfunktionstraining mit Blasrohrsport	Do	17:00	19:00	Gerhart-Hauptmann Schule	·	
D., 1 E.,			_	ursportal, nur im Winterhalbja		
Rücken-Fit	Mi	19:00	20:00	GS Groß-Buchholzer- Kirchweg	Janke, Anke	
	Anmeldung / Vormerkung über Kursportal					
Rücken-Fit	Fr	09:15	10:00	MTV-Halle Rotekreuzstraße	Müller-Ruth, Sylke	
	Anmeldung zu	nächsten	n Kurs üt	per Kursportal		

## **Trainingsorte**

Bezeichnung	Strasse	Plz / Ort
Albert-Liebmann Schule	Paracelsusweg 12	30655 Hannover
	2	Stand: 05.12.2025 - 06:44

Bezeichnung	Strasse	Plz / Ort		
BBS Cora Berliner	Nussriede 4	30627 Hannover		
Gerhart-Hauptmann Schule	Hermann-Bahlsen-Allee 3	30655 Hannover		
GS Groß-Buchholzer-Kirchweg	Groß-Buchholzer-Kirchweg 53	30655 Hannover		
	Eingang Bleidornstr. / Ecke Hesemannstr. hinter Bunker			
Heinrich-Ernst Stötzner Schule	Neue Landstr. 27	30655 Hannover		
IGS Roderbruch, Außenanlage	Rotekreuzstr. 23	30627 Hannover		
IGS-Roderbruch, Halle II	Rotekreuzstr. 23	30627 Hannover		
Käthe-Kollwitz Schule, Gymnastikhalle	Podbielskistr. 230	30655 Hannover		
	Von der Außensportfläche ganz linken Eingang, durch die Tür ganz am Ende vom Gang gehen, dann links, Zugang in die Gymnastikhalle durch die Umkleideräume die Treppe herunter.			
MTV-Halle Rotekreuzstraße	Rotekreuzstr. 25 Eingang über Tennisanlage	30627 Hannover		
Parkplatz 'An der Breiten Wiese'				

Stand: 05.12.2025 - 06:44

3