



- Freizeitsport
- Leistungssport
- Integrationssport
- Rehabilitationssport

Sportgruppenheft

für Menschen mit Behinderung oder chronischer Erkrankung

Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Hamburg e.V.

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

www.brs-hamburg.de



Innovationen können

Wir haben ein ambitioniertes Ziel: Bis 2030 wollen wir 20 neue Medikamente entwickeln.

Leben verändern.



Für die Medizin der Zukunft

Mit über 190 Projekten in der Entwicklung sind wir führend in der Branche. Allein dieses Jahr erwarten wir entscheidende Studienergebnisse für sieben neue Medikamente – und weitere für unser bestehendes Portfolio. Unser Antrieb? Wissenschaft mit echtem Mehrwert. Wir entwickeln lebensverändernde Therapien gegen Krebs, seltene und chronische Erkrankungen. Unser Ziel? Für das Leben von Millionen von Menschen einen Unterschied machen. Über das Jahr 2030 hinaus.

INHALTSVERZEICHNIS

Liebe Leser	5
Was ist Rehabilitationssport?	6

Teil I Anerkannte Rehabilitationssportgruppen

Orthopädische Gymnastik/Rücken- bzw. Wirbelsäulengymnastik	11
Schwimmen/Wassergymnastik	31
Asthma-/Lungensport	35
Sport in der Krebsnachsorge	40
Sport bei neurol. Erkrankungen.....	41
Diabetes-Sport.....	43
Rollstuhlsport (auch im Wasser).....	43
Spezielle Rehasport-Angebote	44
Herzsport.....	47

Teil II Behindertensportgruppen

Badminton	53
Basketball, Faustball, Flugball, Volleyball	53
Blindensport	54
Bosseln	56
Fußball + Fußballtennis	56
Gymnastik	57

Kegeln + Bowling	58
Sport für Menschen mit geistiger Behinderung	58
Sport im Wasser, Schwimmen + Wassergymnastik	60
Tennis + Tischtennis	61
Weitere Sportangebote für Menschen mit Behinderung	61

Teil III Inklusions- und Integrationssport

Erwachsene	64
Jugendliche Erwachsene und Gruppen ohne Altersbegrenzung ...	65
Klein- und Kindergartenkinder	67
Schulkinder	68
Sport für Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung	69
Wassersport	71

Adressen der Mitglieder des BRSH

Weitere Anschriften

Impressum	86
-----------------	----

IHRE WEGWEISER ZUM BERUFLICHEN ERFOLG

| BFW Berufsförderungswerk |

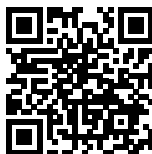
Unser Ziel: Qualifizierung und Integration von
Erwachsenen in den Arbeitsmarkt

| BTZ Berufliches Trainingszentrum |

Unser Ziel: Berufliche Rehabilitation von
Menschen nach psychischen Erkrankungen/Krisen

| BBW Berufsbildungswerk |

Unser Ziel: Junge Menschen mit psychischen
oder körperlichen Einschränkungen erhalten
eine unterstützte Berufsausbildung



KOSTENLOSE & UNVERBINDLICHE BERATUNG
– JETZT ANFRAGEN!



Gemeinsam gehen wir den Weg
zu Ihrem beruflichen Erfolg.

Wir sind für Sie da!



Berufsbildungswerk
Hamburg

www bbw-hamburg.de



Berufsförderungswerk
Hamburg

www.bfw-hamburg.de



Berufliches Trainingszentrum
Hamburg

www.btz-hamburg.de

Gesellschaften
des CJD-Konzerns

cjd
Das Bildungs- und
Sozialunternehmen

LIEBE LESER,

vor Ihnen liegt das Sportgruppenheft 2026 des Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbands Hamburg e.V. (BRS Hamburg).

Der BRS Hamburg ist der Sportfachverband für Behinderten- und Rehabilitations-sport in Hamburg und ist Mitglied im Hamburger Sportbund (HSB) und im Deutschen Behindertensportverband (DBS). Er wird durch die Sozialbehörde (Amt für Soziales und Integration) institutionell gefördert. Einige Behinderten- und Rehabili-tationssportangebote werden durch das Versorgungsamt der Sozialbehörde, durch das Landessportamt der Behörde für Inneres und Sport sowie durch den HSB un-terstützt und gefördert. Förderer und Partner im Leistungssport sind neben dem HSB und dem DBS das Landessportamt Hamburg und die Stiftung Leistungssport. Die Alexander-Otto-Sportstiftung fördert besondere Behindertensportprojekte mit dem jährlichen Werner-Otto-Behindertensportpreis.

Das vorliegende Heft soll Ihnen die Möglichkeit geben, sich einen Überblick über die zahlreichen und abwechslungsreichen Angebote der im BRS Hamburg organi-sierten Sportanbieter zu verschaffen.

In Hamburg haben Sie die Möglichkeit, im Leistungssport an Ihre Grenzen zu gehen oder aber auch einfach Spaß am Freizeitsport in einer Breitensportgruppe für Be-hinderte zu haben. Ebenso haben Sie die Möglichkeit, in anerkannten Rehabilitati-onssportgruppen etwas für Ihre Gesundheit zu tun oder in Inklusions-Sportgruppen gemeinsam mit Behinderten und Nichtbehinderten Sport zu machen.

Verschaffen Sie sich mit Hilfe dieses Sportgruppenhefts einen ersten Überblick und nehmen Sie Kontakt zu den Anbietern auf, um Näheres zu erfahren.

Das Sportgruppenheft ist in drei Teile auf gegliedert:

Im ersten Teil finden Sie alle Sportangebote, die als Rehabilitationssportgruppen gegenüber den Rehabilitationsträgern (gesetzliche Kranken-, Renten- und Unfall-versicherungen) anerkannt sind.

Der zweite Teil beinhaltet alle weiteren Sportangebote für Menschen mit Behinde-rung (Breiten- und Leistungssport).

Im dritten Teil finden Sie die Integrations- und Inklusionssportangebote für Men-schen mit einer mentalen oder sozialen Beeinträchtigung.

WAS IST REHASPORT?

Beim Rehabilitationssport handelt es sich um eine ergänzende Leistung zur medizinischen Rehabilitation, die den Versicherten der gesetzlichen Krankenkassen, der Rentenversicherung und der Unfallversicherung von den jeweiligen Rehabilitationsträgern angeboten wird. Der Rehasport richtet sich an Menschen mit oder mit drohender Behinderung sowie chronischen Erkrankungen.

Ziel des Rehabilitationssports ist es, gemeinsam mit anderen durch Bewegung, Sport und Spiel den Verlauf von Krankheiten positiv zu beeinflussen. Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit sollen verbessert und dadurch das Selbstbewusstsein gestärkt werden. Den Rehasportlern soll dadurch eine bessere Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ermöglicht werden.

Dabei soll der ärztlich verordnete Rehabilitationssport als Hilfe zur Selbsthilfe verstanden werden. Die Teilnehmer sollen lernen, selbst die Verantwortung für ihre Gesundheit zu übernehmen, um zu einem langfristigen, regelmäßigen und eigenverantwortlichen Bewegungstraining motiviert zu werden.



**HAMBURGER
KREBSGESELLSCHAFT E.V.**

WIR BIETEN

- Psychoonkologische Unterstützung
- Informationen zur Krankheit Krebs
- Beratung & Hilfe bei sozialen Fragen
- Nachsorgekurse & Veranstaltungen

BERATUNGSSTELLE EPPENDORF
Butenfeld 18
22529 Hamburg
Tel. 040 – 41 34 75 68-0
Email: info@krebshamburg.de

BERATUNGSSTELLE HARBURG
Schloßmühlendamm 3
21073 Hamburg
040 – 30 09 22 27
Email: harburg@krebshamburg.de

Bei allen Fragen rund um das Thema Krebs sind wir für Sie da! www.krebshamburg.de

Auch der Austausch mit den anderen Teilnehmern, die alle von ähnlichen Erkrankungen oder Behinderungen betroffen sind, stellt eine wichtige Komponente dar.

Die Qualität der angebotenen Gruppen wird dabei von besonders qualifizierten Übungsleitenden sowie dem betreuenden Arzt/der betreuenden Ärztin sichergestellt. Die Gruppen bedürfen einer besonderen Anerkennung nach bundeseinheitlichen Kriterien, die im Auftrag der Leistungsträger von den Landesverbänden übernommen wird.

Die Übernahme der Kosten ist zwischen den Anbietern und Leistungsträgern geregelt und erfolgt nach dem Sachleistungsprinzip. Das bedeutet, dass durch den Rehasportler keine Zuzahlungen zu leisten sind. Beachten Sie jedoch, dass eine regelmäßige Teilnahme erforderlich ist, da die Gruppen ansonsten nicht kostendeckend betrieben werden können.

Ziel des Rehabilitationssports ist es, Sie zu einer langfristigen und eigenverantwortlichen Teilnahme am Bewegungstraining zu motivieren. Es kann natürlich bereits während der Laufzeit eine Mitgliedschaft von Ihnen abgeschlossen werden, durch die Sie weitere Angebote nutzen können und den Anbieter unterstützen. Dies geschieht jedoch stets auf freiwilliger Basis.

Zu den festgelegten Rehabilitationssportarten zählen Gymnastik, Gymnastik im Wasser, Schwimmen, Ausdauer- und Kraftausdauerübungen (kein Gerätetraining) und Bewegungsspiele. Die Nutzung der jeweiligen Angebote ist abhängig von den dokumentierten Diagnosen, zum Beispiel bei orthopädischen Erkrankungen, Herz-Kreislauf- oder Lungenerkrankungen.

Der verordnende Arzt entscheidet dabei, welche Sportart geeignet und welche Intensität der sportlichen Belastung angemessen ist.

Im ersten Teil des vorliegenden Sportgruppenhefts können Sie sich einen Überblick über das umfassende Angebot in Hamburg und Umgebung machen.



Ihr Weg zum Rehabilitationssport

1) Ihr Arzt (Haus- oder Facharzt) verordnet Ihnen Rehabilitationssport (Formblatt 56)

Achten Sie darauf, dass das Formular vollständig ausgefüllt und mit der Unterschrift Ihres Arztes sowie dessen Stempel versehen ist.

Die Verordnung unterliegt nicht der Heilmittelverordnung und belastet dadurch nicht das Budget des Arztes.

2) Sie suchen sich ein passendes Rehabilitationssportangebot aus und nehmen Kontakt zum Anbieter auf.

Anhand der Ihnen vorliegenden Verordnung suchen Sie sich nun ein passendes Rehabilitationssportangebot aus. Hierbei hilft Ihnen das vorliegende Sportgruppenheft.

Nehmen Sie telefonisch Kontakt zu dem Anbieter auf. Dieser klärt mit Ihnen ab, ob die gewählte Gruppe für Sie passend ist und bespricht mit Ihnen den möglichen Beginn.

3) Tragen Sie den gewählten Anbieter als Leistungserbringer im entsprechenden Feld auf der Verordnung ein.

Nachdem Sie den Anbieter an der vorgesehenen Stelle auf der Verordnung eingetragen haben, vergessen Sie nicht, an der vorgesehenen Stelle zu unterschreiben.

4) Legen Sie die Verordnung Ihrer Krankenkasse zur Genehmigung vor.

5) Sobald Sie die genehmigte Verordnung wieder vorliegen haben, beginnen Sie nach Absprache mit dem Anbieter mit dem Rehabilitationssport.

Die Krankenkasse trägt für den genehmigten Zeitraum vollständig die Kosten für die Teilnahme am Rehabilitationssport.

Bitte beachten Sie, dass eine regelmäßige Teilnahme notwendig ist.

Wir helfen Ihnen gerne weiter, wenn

- Ihrem Arzt Rehabilitationssport unbekannt ist und/oder er Fragen dazu hat.
- Sie Verordnungsvordrucke zugesandt bekommen möchten.
- Sie ein passendes Sportangebot in Ihrer Nähe suchen.
- Sie eine Verordnung über die Renten- oder Unfallversicherung haben.

NICHT als Rehabilitationssport verordnet werden können Sportangebote, die vorrangig oder ausschließlich

- Beratung und Einübung technischer Hilfsmittel, wie z. B. bei Rollstühlen,
- Selbstverteidigungsübungen und Übungen aus dem Kampfsport
- Übungen an technischen Geräten, die zum Muskelaufbau oder zur Ausdauersteigerung dienen (Ausnahme: Fahrradergometer beim Herzsport),

umfassen.

Für Informationen und bei Fragen nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf.

Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Hamburg e.V.

Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg

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

Mail: mail@brs-hamburg.de

Internet: www.brs-hamburg.de



Stationäre Patient*innenversorgung
im Fachbereich Innere Medizin



Oskar-Schlemmer-Str. 9-17
22115 Hamburg
Tel 040 71591 322
info@stadtteilklinik-hamburg.de
www.stadtteilklinik-hamburg.de



SIGNAL IDUNA 
füreinander da

Da für Alles-Geber.

Seit über 110 Jahren begleiten wir Kundinnen und Kunden als verlässlicher Partner für alle Versicherungs- und Finanzfragen durch ihr Leben. Mit maßgeschneiderten Dienstleistungen, erstklassigem Service und persönlicher Beratung. Und das alles selbstverständlich direkt in Ihrer Nähe. Denn darauf können Sie sich bei SIGNAL IDUNA verlassen: dass wir immer für Sie da sind.

Teil I - Anerkannte Rehabilitationssportgruppen des BRS Hamburg e.V.

(Stand: 16.12.2025)

ORTHOPÄDISCHE GYMNASTIK / RÜCKEN- BZW. WIRBELSÄULENGYMNASTIK

1. SC Norderstedt e.V.

Orthopädischer Rehasport

Mo. 09:30 - 10:30 (R-24-04)

Sportpark Scharpenmoor 55

Frau Magnes-Greve

Tel. 040-943 694 98

22848 Norderstedt

Ahrensburger TSV von 1874 e.V.

Physio-Fitness

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

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

Orthopädischer Rehasport

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

Mo. 13:00 - 14:00 (R-127-08)

Do. 09:30 - 10:30 (R-127-10)

Fr. 09:00 - 10:00 (R-127-07)

ATSV-Tanzsporthalle, Reeshoop 48

Frau von Gliszczynski,

Tel. 04102-46 07 94

22926 Ahrensburg

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

Sport bei Osteoporose

Mi. 16:30 - 17:30 (R-19-05)

Rehasport Rücken

Di. 11:00 - 11:45 (R-19-24)

AMTV-Zentrum Rahlstedter Str. 159

Herr Lemm, Tel. 040-675 95 084

22143 Hamburg-Rahlstedt

Knie- Stabilisation

Mi. 15:00 - 16:00 (R-19-07)

Do. 15:30 - 16:30 (R-19-14)

Rehasport Rücken

Mo. 10:15 - 11:15 (R-19-15)

Di. 09:15 - 10:15 (R-19-16)

Di. 10:30 - 11:30 (R-19-17)

Di. 16:00 - 17:00 (R-19-04)

Mi. 09:15 - 10:15 (R-19-18)

Mi. 16:00 - 17:00 (R-19-23)

Mi. 17:00 - 18:00 (R-19-11)

Do. 09:15 - 10:15 (R-19-12)

Do. 10:30 - 11:30 (R-19-19)

Do. 16:15 - 17:15 (R-19-08)

Do. 17:15 - 18:15 (R-19-10)

Sport bei Schulterproblematik

Mo. 09:00 - 10:00 (R-19-21)

Mi. 11:45 - 12:45 (R-19-09)

Rahlstedter Bahnhofstr. 7a

Herr Lemm, Tel. 040-675 95 084

22143 Hamburg-Rahlstedt

Bahrenfelder TV von 1898 e.V.

Orthopädische Gymnastik

Mo. 18:00 - 19:00 (R-26-07)

Di. 18:00 - 19:00 (R-26-13)

Mi. 16:30 - 17:30 (R-26-06)

Mi. 16:45 - 17:45 (R-26-08)

Do. 08:15 - 09:00 (R-26-11)

Do. 10:00 - 10:45 (R-26-12)

Fr. 10:30 - 11:30 (R-26-10)
Bahrenfelder Chaussee 166a
Herr Prinz, Tel. 04106-640 76 50
22761 Hamburg-Bahrenfeld

BELLA Ladys Gym & Personaltraining

Rehasport Orthopädie

Mo. 09:15 - 10:00 (R-172-01)
Mo. 17:00 - 17:45 (R-172-02)
Mo. 19:00 - 19:45 (R-172-03)
Di. 11:15 - 12:00 (R-172-04)
Di. 17:00 - 17:45 (R-172-05)
Di. 19:00 - 19:45 (R-172-06)
Mi. 11:15 - 12:00 (R-172-07)
Mi. 12:15 - 13:00 (R-172-08)
Do. 10:15 - 11:00 (R-172-09)
Do. 11:15 - 12:00 (R-172-10)
Lüttkamp 23
Frau Brandstötter, Tel. 040-84 44 94
22547 Hamburg-Lurup

BEWEGUNGLeben e.V.

Rehasport Orthopädie

Mo. 15:30 - 16:15 (R-186-05)
Mo. 17:00 - 17:45 (R-186-08)
Mo. 18:00 - 18:45 (R-186-09)
Mo. 19:00 - 19:45 (R-186-01)
Di. 14:30 - 15:15 (R-186-06)
Di. 16:00 - 16:45 (R-186-02)
Di. 19:00 - 19:45 (R-186-10)
Do. 11:00 - 11:45 (R-186-04)
Do. 18:00 - 18:45 (R-186-11)
Fr. 14:00 - 14:45 (R-186-07)

Rehasport Wirbelsäulengymnastik

Di. 09:00 - 09:45 (R-186-03)
ELIXIA, Essener Str. 4
Rezeption, Tel. 040-530 35 050
22419 Hamburg-Langenhorn

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Rehasport Orthopädie

Mo. 12:00 - 12:45 (R-49-05)
Di. 08:15 - 09:00 (R-49-21)
Di. 13:00 - 13:45 (R-49-10)
Di. 18:00 - 18:45 (R-49-20)
Mi. 09:15 - 10:00 (R-49-18)
Mi. 12:00 - 12:45 (R-49-13)
Mi. 17:00 - 17:45 (R-49-17)
Mi. 18:00 - 18:45 (R-49-09)
Mi. 19:00 - 19:45 (R-49-12)
Do. 13:00 - 13:45 (R-49-15)
Do. 15:00 - 15:45 (R-49-08)
Do. 18:45 - 19:30 (R-49-23)
Fr. 12:00 - 12:45 (R-49-07)
GESundFIT, Erich-Ziegel-Ring 44
Frau Kuhnt, Tel. 040-636 472 35
Info-Sprechstunde Mo. 10:45-11:45
22309 Hamburg-Steilshoop

Orthopädischer Rehasport mit Schwerpunkt Line Dance

Sa. 10:00 - 10:45 (R-49-19)
BSV-Zentrum, Ellernreihe 88
Frau Kuhnt, Tel. 040-636 472 35
Info-Sprechstunde Mo. 10:45-11:45
22179 Hamburg-Bramfeld

BSG Süderelbe e.V.

Gymnastik

Mi. 18:00 - 20:00 (R-04-01)
Sporthalle Ornschweg 22
Herr Scholven, Tel. 040-701 79 13
21149 Hamburg-Neugraben-Fischbek

BSG Wilhelmsburg + Harburg e.V.

Gymnastik

Mi. 17:00 - 17:45 (R-03-18)
Mi. 17:45 - 18:30 (R-03-01)
Mi. 18:30 - 19:15 (R-03-12)

Sporthalle Schule Elfenwiese 3
Frau Arps, Tel. 0175-269 74 39
21077 Hamburg-Marmstorf

Gymnastik

Di. 16:00 - 16:45 (R-03-05)
Di. 17:00 - 17:45 (R-03-15)
Sporthalle Bonifatiusstraße 2
Frau Arps, Tel. 0175-269 74 39
21107 Hamburg-Wilhelmsburg

Caprice Fitnessclub Team Sport Management GmbH & Co. KG

Orthopädische Gymnastik - nur für Frauen

Mo. 18:30 - 19:15 (R-125-01)
Mi. 10:00 - 10:45 (R-125-05)
Do. 10:00 - 10:45 (R-125-02)
Do. 17:00 - 17:45 (R-125-07)

Orthopädische Gymnastik

Mo. 19:30 - 20:15 (R-125-06)
Mi. 10:00 - 10:45 (R-125-04)
Do. 17:00 - 17:45 (R-125-03)
Billstedter Hauptstr. 1-15
Frau Ajeti, Tel. 040-73 67 57 51
22111 Hamburg-Billstedt

Duvenstedter SV von 1969 e.V.

Rehasport Orthopädie

Di. 18:15 - 19:30 (R-11-01)
Sporthalle der Grundschule
Duvenstedt, Duvenstedter Markt 10
Geschäftsstelle Tel. 040-607 19 69
22397 Hamburg-Duvenstedt

Rehasport Orthopädie

Mo. 11:15 - 12:00 (R-11-19)
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. 11:45 - 12:45 (R-11 15)

Fr. 11:15 - 12:30 (R-11-22)

Rehasport Orthopädie - Hockergymnastik

Mo. 10:30 - 11:15 (R-11-21)
Max-Kramp-Haus, Duvenstedter Markt 8
Geschäftsstelle Tel. 040-607 19 69
22397 Hamburg-Duvenstedt

Eimsbütteler TV e.V.

Orthopädische Trainingsgruppe

Mi. 13:30 - 14:15 (R-30-57)

Rehasport Orthopädie

Mo. 12:00 - 12:45 (R-30-38)
Mo. 13:00 - 13:45 (R-30-55)
Mo. 17:00 - 17:45 (R-30-09)
Mo. 18:00 - 18:45 (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 - 19:45 (R-30-41)
Do. 08:30 - 09:30 (R-30-20)
Do. 09:30 - 10:15 (R-30-16)
Do. 17:15 - 18:00 (R-30-21)
Do. 18:00 - 18:45 (R-30-17)

Hockergymnastik

Mo. 12:00 - 12:45 (R-30-51)
Mo. 13:00 - 13:45 (R-30-52)
ETV-Studio, Bundesstr. 96
Büro Rehasport, Tel. 040-40 17 69 54
20144 Hamburg-Eimsbüttel

Wirbelsäulengymnastik für Übergewichtige

Mo. 19:30 - 20:30 (R-30-35)
Di. 18:30 - 19:30 (R-30-29)
Di. 19:30 - 20:30 (R-30-30)
Schön-Klinik, Denhaide 120
Büro Rehasport, Tel. 040-40 17 69 54
22081 Hamburg-Barmbek-Süd

Walking

Do. 19:30 - 20:30 (R-30-33)
Haupteingang der Schön-Klinik
Hamburg-Eilbek, Dehnhaiide 120
Büro Rehasport, Tel. 040-40 17 69 54
22081 Hamburg-Barmbek-Süd

Rehasport Orthopädie

Di. 13:00 - 13:45 (R-30-47)
Di. 14:00 - 14:45 (R-30-48)
Do. 11:30 - 12:30 (R-30-43)
Do. 12:30 - 13:30 (R-30-44)
Do. 17:00 - 17:45 (R-30-45)
Do. 18:00 - 18:45 (R-30-46)

Hockergymnastik

Di. 15:00 - 15:45 (R-30-53)
ETV-Sportzentrum Hoheluft,
Lokstedter Steindamm 75
Büro Rehasport, Tel. 040-40 17 69 54
22529 Hamburg-Lokstedt

ENDO Rehazentrum GmbH

Rehasport Orthopädie

Mi. 17:30 - 18:15 (R-179-01)
Fr. 09:00 - 09:45 (R-179-02)
Holstenstr. 2
Geschäftsstelle Tel. 040-319 710 40
22767 Hamburg-Altona-Altstadt

Fitness Lounge GmbH

Muskel-/Gelenkgymnastik für Frauen

Mo. 09:30 - 10:15 (R-108-03)
Mo. 10:30 - 11:15 (R-108-17)
Mo. 11:30 - 12:15 (R-108-32)
Mi. 13:00 - 13:45 (R-108-22)
Mo. 15:00 - 15:45 (R-108-05)
Do. 15:00 - 15:45 (R-108-24)
Di. 16:00 - 16:45 (R-108-34)
Di. 17:00 - 17:45 (R-108-25)
Mi. 09:30 - 10:15 (R-108-12)

Mi. 10:30 - 11:15 (R-108-21)
Mi. 12:00 - 12:45 (R-108-13)
Mi. 16:00 - 16:45 (R-108-06)
Do. 10:30 - 11:15 (R-108-20)
Do. 16:00 - 16:45 (R-108-35)
Hans-Fitze-Str. 4
Frau Greve, Tel. 040-360 99 20 20
21073 Hamburg-Harburg

Fitness-Center Form-Fit

Inh. H.-W. Rößler

Rückenschule

Mo. 17:30 - 18:30 (R-68-03)
Mi. 11:00 - 11:45 (R-68-01)
Do. 16:00 - 16:45 (R-68-07)
Do. 16:45 - 17:30 (R-68-02)
Cuxhavener Str. 293b
Herr Rößler, Tel. 040-701 37 98
21149 Hamburg-Neugraben-Fischbek

Gelenkstabilisierung/Kräftigung

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

Rückenschule, Gymnastik, Kräftigung

Mo. 16:30 - 17:15 (R-68-06)
Di. 09:15 - 10:00 (R-68-10)

Rehasport Pezziball

Fr. 10:00 - 10:45 (R-68-11)

Pezziballgymnastik & Rücken

Mo. 10:00 - 10:45 (R-68-08)
Do. 10:00 - 10:45 (R-68-09)
Form Fit, Cuxhavener Str. 293b
Herr Rößler, Tel. 040-701 37 98
21149 Hamburg-Neugraben-Fischbek

Gesundheitssport Hamburg e.V.

Flexx Wirbelsäulengymnastik

Mo. 09:00 - 09:45 (R-48-39)
Mo. 09:45 - 10:30 (R-48-33)
Mo. 16:30 - 17:15 (R-48-34)
Mo. 17:30 - 18:15 (R-48-40)

Di. 09:30 - 10:15 (R-48-43)
 Di. 17:00 - 17:45 (R-48-42)
 Mi. 08:45 - 09:30 (R-48-35)
 Mi. 09:45 - 10:30 (R-48-36)
 Mi. 17:15 - 18:00 (R-48-41)
 Fr. 08:45 - 09:30 (R-48-37)
 Fr. 09:45 - 10:30 (R-48-38)
 Saitama Physio Fit, Hopfenmarkt 28
 Büro, Tel. 040-44 46 28
 20457 Hamburg-Altstadt

Rehasport Orthopädie

Mi. 11:50 - 12:50 (R-48-44)

Rückengymnastik

Mo. 10:45 - 11:45 (R-48-26)
 Mo. 18:30 - 19:30 (R-48-22)
 Mi. 10:45 - 11:45 (R-48-27)
 Do. 18:40 - 19:40 (R-48-24)
 Turnhalle Sport.Fitness.Wellness,
 Weidestraße 122b
 Herr Sundermann, Tel. 040-696 451 82
 22083 Hamburg-Barmbek-Süd

Gymnastik- und Turnverein von 1972 e.V.

Orthopädie

Di. 19:00 - 20:00 (R-37-02)
 Schule Steinfeldtstraße 1
 Herr Witt, Tel. 040-712 40 33
 22119 Hamburg-Billstedt

Hamburger SV e.V., Abt. Gesundheitssport

Orthopädische Gymnastik

Fr. 10:30 - 11:30 (R-05-107)
 Fr. 11:45 - 12:45 (R-05-100)
 Fr. 13:00 - 13:45 (R-05-101)
 HSV-Sporthalle Ulzburger Str. 94
 Frau Komm, Tel. 040-415 51 617
 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

Büro, Tel. 040-254 28 62

20535 Hamburg-Hamm-Nord

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Sport bei Osteoporose

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

Orthopädische Gymnastik

Di. 11:00 - 12:00 (R-18-09)

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

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

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

Sportzentr. HT 16, Sievekingdamm 1

Rehasport-Büro, Tel. 040-251 749 20

20535 Hamburg-Hamm-Nord

Harburger TB von 1865 e.V.

Reha Orthopädie

Mo. 18:00 - 18:45 (R-55-12)

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

Vahrenwinkelweg 28

Geschäftsstelle, Tel. 040-79 14 33 23

21075 Hamburg-Heimfeld

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Orthopädische Gymnastik

Mo. 12:00 - 13:00 (R-69-29)

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

HNT 2, Cuxhavener Straße 253

Geschäftsstelle, Tel. 040-729 613 88

21149 Hamburg-Neugraben-Fischbek

Orthopädische Gymnastik

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

Di. 11:30 - 12:15 (R-69-05)
 Di. 16:30 - 17:30 (R-69-12)
 Di. 17:30 - 18:30 (R-69-22)
 HNT 1, Cuxhavener Straße 253
 Geschäftsstelle, Tel. 040-729 613 88
 21149 Hamburg-Neugraben-Fischbek

Orthopädische Gymnastik

Mo. 12:00 - 13:00 (R-69-28)
 Mi. 09:00 - 09:45 (R-69-33)
 Mi. 10:00 - 11:00 (R-69-30)
 Mi. 11:15 - 12:15 (R-69-31)
 Mi. 12:15 - 13:15 (R-69-23)
 Fr. 12:15 - 13:00 (R-69-34)
 FitHus, Am Johannisland 2
 Geschäftsstelle, Tel. 040-729 613 88
 21147 Hamburg-Neugraben-Fischbek

Orthopädische Gymnastik

Mi. 18:00 - 19:00 (R-69-27)
 Gymhalle Hausbruch,
 Hausbrucher Bahnhofstr. 19
 Geschäftsstelle, Tel. 040-729 613 88
 22147 Hamburg-Hausbruch

Wirbelsäulengymnastik

Di. 17:00 - 17:45 (R-69-21)
 Di. 18:00 - 19:00 (R-69-19)
 Lange Striepen 51
 (Zugang über Luhering 22)
 Geschäftsstelle, Tel. 040-729 613 88
 21147 Hamburg-Hausbruch

HAUS IM PARK - Begegnungszentrum im Park gGmbH

Rehasport Orthopädie

Mo. 09:30 - 10:15 (R-188-01)
 Mi. 10:15 - 11:00 (R-188-02)
 Haus im Park, Gräpelweg 8
 Frau Bauer, Tel. 040-780 11 717
 21029 Hamburg-Bergedorf

Hoisbütteler SV von 1955 e.V.

Orthopädischer Rehasport

Mo. 17:00 - 17:45 (R-177-10)
 Mo. 18:00 - 18:45 (R-177-01)
 Di. 16:00 - 16:45 (R-177-11)
 Turnhalle GS Hoisbüttel, Teichweg 27
 Geschäftsstelle, Tel. 040-605 03 01
 22949 Ammersbek

Orthopädischer Rehasport

Mi. 16:15 - 17:00 (R-177-04)
 Mi. 17:15 - 18:00 (R-177-13)
 Fr. 17:00 - 17:45 (R-177-14)
 Fr. 18:00 - 18:45 (R-177-15)
 Studio Vereinsheim Bullenredder 9
 Geschäftsstelle, Tel. 040-605 03 01
 22949 Ammersbek

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Wirbelsäulengymnastik

Di. 09:45 - 10:30 (R-01-19)
 Di. 10:35 - 11:20 (R-01-23)
 Wandsbeker Königstr. 65
 Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88
 22041 Hamburg-Wandsbek

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 18:30 - 19:30 (R-01-21)
 Eckernförderstr. 70
 Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88
 22769 Hamburg-Bahrenfeld

Gymnastik/Stuhlgymnastik

Mo. 10:00 - 11:00 (R-01-29)
 Wohnanlage Berner Au,
 Berner Heerweg 137
 Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88
 22159 Hamburg-Farmsen/Berne

Gymnastik

Mi. 18:30 - 19:30 (R-01-30)
 Sporthalle Fischbeker Moor 6

Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88
21149 Hamburg-Fischbek

Inklusions-Sport-Verein Alsterdorf e.V

Ü60 - Fit in Alsterdorf

Mi. 16:00 - 17:00 (R-154-04)
Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8
Frau Fuchs, Tel. 040-507 73 703
22337 Hamburg-Ohlsdorf

juka dojo Fitness Club Rahlstedt GmbH

Orthopädischer Rehasport

Mo. 12:15 - 13:00 (R-180-07)
Mo. 13:00 - 13:45 (R-180-08)
Di. 14:30 - 15:15 (R-180-05)
Di. 15:30 - 16:15 (R-180-06)
Mi. 11:30 - 12:15 (R-180-01)
Mi. 12:30 - 13:15 (R-180-03)
Do. 09:00 - 09:45 (R-180-04)
Do. 17:30 - 18:15 (R-180-02)
Schweriner Str. 8-12
Frau Höfermann-Gramkow,
Tel. 040-677 50 44
22143 Hamburg-Rahlstedt

Lady-Fit Hamburg

Orthopädische Gymnastik

- nur für Frauen

Mo. 10:30 - 11:15 (R-80-05)
Di. 17:15 - 18:00 (R-80-02)
Do. 11:00 - 11:45 (R-80-04)
Do. 17:30 - 18:15 (R-80-03)
Droopweg 25
Frau Gerloff, Tel. 040-250 47 53
20537 Hamburg-Hamm-Mitte

MARIS-Damen-Aktiv-Studio

Orthopädische Gymnastik

- nur für Frauen

Di. 09:00 - 09:45 (R-124-03)
Di. 16:00 - 16:45 (R-124-02)
Di. 17:00 - 17:45 (R-124-01)
Fr. 09:00 - 09:45 (R-124-04)
Fabriciusstr. 25
Rezeption, Tel. 040-691 11 12
22177 Hamburg-Bramfeld

MEDALIFE GmbH

Rehasport Orthopädie

Di. 10:30 - 11:30 (R-115-01)
Di. 18:30 - 19:30 (R-115-02)
Mi. 11:00 - 12:00 (R-115-07)
Mi. 17:15 - 18:15 (R-115-08)
Do. 17:15 - 18:15 (R-115-05)
Fr. 10:00 - 11:00 (R-115-03)

Wirbelsäulengymnastik

Mo. 17:30 - 18:30 (R-115-04)
Sportstudio Borsteler Bogen 27f
Herr Petersen, Tel. 040-553 78 22
22453 Hamburg-Niendorf

Meiendorfer SV von 1949 e.V.

Wirbelsäulen-/Haltungsschäden

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

Rehasport Orthopädie

Mi. 09:00 - 10:00 (R-95-06)
MSV-Halle, Deepenhorn 5
Frau Settler, Tel. 040-678 80 82
22145 Hamburg-Rahlstedt

Wirbelsäulen-/Haltungsschäden

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

Rehasport Orthopädie

Di. 16:30 - 17:30 (R-95-08)
Fr. 10:20 - 11:20 (R-95-05)
Fr. 11:20 - 12:20 (R-95-10)

Osteoporose

Di. 15:30 - 16:30 (R-95-07)
Finnmarkring 12a, Raum 2

Frau Settler, Tel. 040-678 80 82
22145 Hamburg-Rahlstedt

Rehasport Orthopädie

Do. 18:15 - 19:15 (R-95-11)
Gymnastikhalle Grundschule
Islandstraße 25
Frau Settler, Tel. 040-678 80 82
22145 Hamburg-Rahlstedt

Mo San Sport- u. Freizeit-Center e.V.

Orthopädischer Rehasport

Mo. 10:00 - 11:00 (R-192-01)
Mi. 10:00 - 11:00 (R-192-02)
Fr. 10:00 - 11:00 (R-192-03)
Oldesloer Str. 64
Frau Dzemali, Tel. 0172-39 10 072
22457 Hamburg-Schnelsen

moves fitness

Rehasport Orthopädie

Mo. 10:00 - 10:45 (R-194-01)
Mo. 11:30 - 12:15 (R-194-02)
Mo. 17:45 - 18:30 (R-194-03)
Di. 11:15 - 12:00 (R-194-04)
Di. 16:30 - 17:15 (R-194-05)
Di. 17:30 - 18:15 (R-194-06)
Mi. 09:00 - 09:45 (R-194-07)
Mi. 10:00 - 10:45 (R-194-08)
Mi. 17:00 - 17:45 (R-194-09)
Mi. 18:00 - 18:45 (R-194-10)
Do. 09:00 - 09:45 (R-194-11)
Do. 10:00 - 10:45 (R-194-12)
Do. 11:00 - 11:45 (R-194-13)
Fr. 09:00 - 09:45 (R-194-14)
Fr. 16:30 - 17:15 (R-194-15)
Kursana-Seniorenresidenz,
Ernst-Mittelbach-Ring 47
Herr Wunderwald, Tel. 0175-87 45 712
22455 Hamburg-Niendorf

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Orthopädische Gymnastik

Mo. 12:00 - 12:45 (R-44-27)
Mo. 13:00 - 13:45 (R-44-12)
Di. 12:00 - 12:45 (R-44-08)
Di. 13:00 - 13:45 (R-44-16)
Mi. 08:15 - 09:00 (R-44-21)
Mi. 16:15 - 17:00 (R-44-26)
Mi. 17:15 - 18:00 (R-44-07)
Do. 13:00 - 13:45 (R-44-18)
Fr. 13:00 - 13:45 (R-44-11)
Fr. 19:15 - 20:00 (R-44-09)
So. 09:15 - 10:00 (R-44-17)
So. 10:15 - 11:00 (R-44-06)
Adyton, Sachsenweg 78
Herr Soldat, Tel. 040-55 42 16 25
22455 Hamburg-Niendorf

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)
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)
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)
 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)
 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)
 Sa. 11:00 - 11:45 (R-135-48)
 Physio Sports, Elbgaustraße 126-128
 Herr Hachmann, Tel. 040-840 55 955
 22547 Hamburg-Lurup

Physiotherapie Wencke Dossmann
Sanfte Wirbelsäulengymnastik für Alle
 Do. 15:00 - 16:00 (R-52-03)
 Stadtbahnstraße 43
 Frau Dossmann, Tel. 040-600 133 60
 22393 Hamburg-Sasel

Pro motion Reha-Sport e.V.
Funktionelle Gymnastik
 Mo. 09:00 - 09:45 (R-94-24)
 Mo. 10:00 - 10:45 (R-94-11)
 Mo. 11:00 - 11:45 (R-94-15)
 Di. 08:00 - 08:45 (R-94-17)

Di. 09:00 - 09:45 (R-94-04)
 Di. 10:00 - 10:45 (R-94-05)
 Di. 18:15 - 19:00 (R-94-09)
 Mi. 10:00 - 10:45 (R-94-12)
 Mi. 11:00 - 11:45 (R-94-19)
 Mi. 12:00 - 12:45 (R-94-22)
 Mi. 17:00 - 17:45 (R-94-02)
 Mi. 18:15 - 19:00 (R-94-13)
 Mi. 19:15 - 20:00 (R-94-07)
 Do. 09:00 - 09:45 (R-94-06)
 Do. 10:00 - 10:45 (R-94-03)
 Do. 17:30 - 18:15 (R-94-25)
 Physiotherapie Praxis Laun,
 Niedersachsenweg 1-3
 Frau Quandt, Tel. 040-764 35 72
 21079 Hamburg-Rönneburg

ProReha aktiv Hamburg e.V.
Wirbelsäulengymnastik
 Mo. 10:05 - 10:50 (R-53-236)
 Mo. 11:05 - 11:50 (R-53-56)
 Mo. 16:05 - 16:50 (R-53-187)
 Mo. 17:05 - 17:50 (R-53-237)
 Di. 11:05 - 11:50 (R-53-206)
 Di. 15:05 - 15:50 (R-53-204)
 Di. 16:05 - 16:50 (R-53-255)
 Di. 19:05 - 19:50 (R-53-58)
 Di. 20:10 - 20:55 (R-53-210)
 Mi. 16:05 - 16:50 (R-53-257)
 Do. 10:05 - 10:50 (R-53-205)
 Do. 17:05 - 17:50 (R-53-208)

Hockergymnastik
 Di. 10:05 - 10:50 (R-53-147)
 Mi. 11:05 - 11:50 (R-53-234)
 Mi. 14:05 - 14:50 (R-53-186)
 Do. 12:05 - 12:50 (R-53-235)
 Fr. 10:05 - 10:50 (R-53-173)
Fit ab 70
 Mo. 14:05 - 14:50 (R-53-185)

Rund um Fit

Mo. 09:05 - 09:50 (R-53-213)
 Di. 14:05 - 14:50 (R-53-136)
 Di. 17:05 - 17:50 (R-53-214)
 Mi. 08:05 - 08:50 (R-53-211)
 Mi. 12:05 - 12:50 (R-53-215)
 Mi. 17:05 - 17:50 (R-53-241)
 Mi. 19:05 - 19:50 (R-53-212)
 Do. 08:05 - 08:50 (R-53-218)
 Do. 11:05 - 11:50 (R-53-220)
 Fr. 11:05 - 11:50 (R-53-190)
 Reha-Zentrum im Hammonia-Bad,
 Lerchenfeld 14
 Rezeption, Tel. 040-28 41 02 80
 22081 Hamburg-Uhlenhorst

RBS Elbgemeinden e.V.

Reha-Rückengymnastik

Mo. 16:00 - 17:00 (R-02-02)
 Fr. 16:30 - 17:30 (R-02-01)
 Musäusstr. 29
 Frau Sadovski, Tel. 0172-41 37 251
 22589 Hamburg-Iserbrook

Reha+fit e.V.

Stärkung des Stütz- und Bewegungsapparates

Mo. 17:30 - 18:15 (R-114-24)
 Mo. 18:30 - 19:15 (R-114-08)
 Mi. 12:15 - 13:00 (R-114-15)
 Mi. 14:15 - 15:00 (R-114-04)
 Do. 11:30 - 12:15 (R-114-12)
 Frohmestraße 11
 Geschäftsstelle, Tel. 040-572 040 10
 22457 Hamburg-Schnelsen

Rehaline e.V.

Reha Orthopädie

Mo. 10:00 - 10:45 (R-163-01)
 Mo. 18:15 - 19:00 (R-163-02)
 Mi. 10:00 - 10:45 (R-163-03)
 Mi. 18:15 - 19:00 (R-163-04)

Yoga und Entspannung

Di. 17:30 - 18:15 (R-163-07)
 Cuxhavener Str. 346
 Geschäftsstelle Tel. 040-52 59 51 63
 21149 Hamburg-Neugraben

Rissener SV von 1949 e.V.

Orthopädische Rehasportgruppe

Di. 10:00 - 11:00 (R-96-08)
 Mi. 17:00 - 18:00 (R-96-10)
 Do. 18:30 - 19:30 (R-96-04)
 Fr. 10:00 - 11:00 (R-96-07)
 Fr. 11:00 - 12:00 (R-96-03)
 Marschweg 75

Gesundheits- und Rehabilitationssport im Verein!



ProReha aktiv Hamburg e.V.
 c/o RZH Reha-Zentrum im Hammonia Bad GmbH
 Lerchenfeld 14 • 22081 Hamburg
 Tel. (0 40) 28 410 28-0
 Fax (0 40) 28 410 28-20
 E-Mail: rezeption@reha-hammonia.bad.de

Gymnastikkurse, z. B.:

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

Gerätetraining
 für Rehasportler zum Vorzugspreis!

Geschäftsstelle, Tel. 040-81 27 46
22559 Hamburg-Rissen

Orthopädische Rehasportgruppe

Mi. 18:15 - 19:15 (R-96-09)

Marschweg 10

Geschäftsstelle, Tel. 040-81 27 46
22559 Hamburg-Rissen

Royal Sports FC Schwencke GmbH

Orthopädische Gymnastik

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

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

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

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

Do. 13:00 - 13:45 (R-101-08)

Royal Sports Club, Eulenkrugstr. 68

Frau Aldag, Tel. 040-609 18 00

22359 Hamburg-Volksdorf

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Rehasport Orthopädie

Mo. 09:00 - 09:45 (R-70-08)

Mo. 10:00 - 10:45 (R-70-15)

Di. 09:15 - 10:00 (R-70-34)

Di. 10:15 - 11:00 (R-70-35)

Di. 11:15 - 12:00 (R-70-36)

Mi. 09:15 - 10:00 (R-70-03)

Mi. 10:00 - 10:45 (R-70-14)

Do. 09:45 - 10:30 (R-70-37)

Do. 10:30 - 11:15 (R-70-09)

Do. 13:00 - 14:00 (R-70-38)

Fr. 10:00 - 10:45 (R-70-05)

Fr. 11:00 - 12:00 (R-70-04)

Fr. 18:00 - 18:45 (R-70-22)

Rehasport Wirbelsäule

Mo. 11:00 - 11:45 (R-70-06)

Rehasport Orthopädie

SP Gelenkschäden/Endoprothesen

Mo. 12:00 - 12:45 (R-70-16)

Lüttkoppel 1

Herr Dr. Neuland, Tel. 300 62 99-202

22335 Hamburg-Fuhlsbüttel

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)

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

Reha Schulter/Nacken

Mo. 10:00 - 11:00 (R-27-21)

Reha Hüfte/Knie

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

Reha Hüfte/Knie /Rücken

Mi. 13:50 - 14:35 (R-27-28)

Reha Schulter/Nacken/Rücken

Mo. 08:50 - 09:50 (R-27-25)

OTB-Sporthalle Eichenredder 8

Sportbüro, Tel. 040-606 14 14

22399 Hamburg-Poppenbüttel

Rücken-Reha

Mi. 19:05 - 20:05 (R-27-11)

Ortho-Fit (Reha Orthopädie)

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

Endoprothesengymnastik

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

Ortho-Reha

Mo. 09:35 - 10:35 (R-27-26)

Reha - mobil und beweglich

Do. 17:50 - 18:50 (R-27-27)

Hockersport

Mo. 12:30 - 13:30 (R-27-22)

Sitzgymnastik

Mi. 12:15 - 13:00 (R-27-23)

Do. 13:30 - 14:30 (R-27-29)
Bültenhalle, Bültenkoppel 1
Sportbüro, Tel. 040-606 14 14
22399 Hamburg-Poppenbüttel

SC Urania von 1931 e.V.

Rehasport Orthopädie

Mo. 18:30 - 19:15 (R-178-01)
Do. 15:00 - 15:45 (R-178-03)

Rehasport Orthopädie für Frauen

Mo. 09:30 - 10:15 (R-178-03)
Do. 10:30 - 11:15 (R-178-04)
Sportzentrum, Habichtstr. 14
Frau Weise, Tel. 040-691 50 69
22305 Hamburg-Barmbek-Nord

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

Gelenkschule mit Spiraldynamik und Tai Chi

Fr. 17:00 - 18:30 (R-45-08)
Gymnastikhalle
Kirchwerder Hausdeich 341
Frau Hadamitzky, Tel. 040-723 85 46
21037 Hamburg-Kirchwerder

SGR Asklepios e.V.

Fitness-Gym

Di. 13:00 - 13:45 (R-97-150)
Mi. 13:00 - 13:45 (R-97-153)
Do. 09:00 - 09:45 (R-97-151)

Hockergymnastik

Fr. 12:00 - 12:45 (R-97-152)
Therapiezentrum Rissen (TZR),
Suurheid 20, Haus 4b
Büro, Tel. 040-819 14 300
22559 Hamburg-Rissen

SGR Lokstedt/Eimsbüttel e.V.

Gymnastik - Schwerpunkt Schulter, Rücken, Knie

Mo. 17:45 - 18:30 (R-112-01)
Do. 17:45 - 18:30 (R-112-03)
Moves Woman, Sorthmannweg 20
Fr. Knopf/H. Stille, Tel. 040-226 258 33
22529 Hamburg-Lokstedt

Sportspaß e.V.

Rehasport Orthopädie

Mo. 15:30 - 16:15 (R-63-16)
Mo. 16:30 - 17:15 (R-63-17)
Di. 16:00 - 16:45 (R-63-18)
Mi. 12:30 - 13:15 (R-63-09)
Mi. 13:30 - 14:15 (R-63-10)
Do. 16:15 - 17:00 (R-63-21)
Fr. 12:15 - 13:00 (R-63-12)
Fr. 13:15 - 14:00 (R-63-13)
Sportcenter Holsteinischer Kamp 87
Fr. Suchodoll, Tel. 040-555 016 66 30
22081 Hamburg-Barmbek-Süd

STC Ambulantes Therapiezentrum Walddörfer GmbH

Funktionsgymnastik

Mo. 16:15 - 17:00 (R-75-01)
Mi. 14:40 - 15:25 (R-75-09)
Mi. 18:15 - 19:00 (R-75-02)
Fr. 14:15 - 15:00 (R-75-10)

Rehasport, Funktionsgymnastik

Mo. 16:15 - 17:00 (R-75-13)
Di. 19:00 - 19:45 (R-75-14)

Funktionelle Gymnastik,

Bewegungsspiele

Di. 14:00 - 14:45 (R-75-05)

Wirbelsäulengymnastik

Do. 19:00 - 19:45 (R-75-21)
STC Walddörfer, Wiesenkamp 22 b-c
Frau Cremer, Tel. 040-507 970 00
22359 Hamburg-Volksdorf

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.
Osteoporose-Training

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

Fit ab 50

Mo. 10:45 - 11:30 (R-22-108)

Mi. 09:45 - 10:30 (R-22-86)

Rücken und Entspannung

Mo. 08:45 - 09:30 (R-22-60)

Mo. 09:45 - 10:30 (R-22-114)

Mo. 09:30 - 10:30 (R-22-41)

Mo. 13:45 - 14:30 (R-22-109)

Mo. 16:30 - 17:30 (R-22-111)

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

Di. 08:30 - 09:30 (R-22-82)

Di. 09:45 - 10:30 (R-22-112)

Di. 10:45 - 11:30 (R-22-44)

Di. 18:00 - 18:45 (R-22-79)

Mi. 08:45 - 09:30 (R-22-97)

Mi. 10:45 - 11:30 (R-22-115)

Mi. 16:30 - 17:30 (R-22-113)

Mi. 17:30 - 18:30 (R-22-81)

Do. 08:45 - 09:30 (R-22-63)

Do. 09:30 - 10:30 (R-22-55)

Do. 17:30 - 18:30 (R-22-116)

Do. 17:45 - 18:30 (R-22-47)

Fr. 08:30 - 09:30 (R-22-80)

Fr. 09:45 - 10:30 (R-22-95)

Fr. 10:45 - 11:30 (R-22-96)

Fr. 19:30 - 20:30 (R-22-57)

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

So. 09:45 - 10:30 (R-22-117)

Rücken intensiv

Mo. 17:45 - 18:30 (R-22-78)

Orthopädisches Training,
Schwerpunkt Schulter/Nacken

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

Do. 13:45 - 14:30 (R-22-54)

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

Orthopädisches Training,
Schwerpunkt Hüfte, Knie, Füße

Di. 11:30 - 12:15 (R-22-106)

Orthopädisches Training,
Schwerpunkt Hüfte und Knie

Di. 11:30 - 12:15 (R-22-91)

Mi. 13:45 - 14:30 (R-22-45)

Fr. 15:15 - 16:00 (R-22-48)

Reha-Gymnastik Yoga und Pilates

Do. 09:45 - 10:30 (R-22-83)

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

Sa. 09:45 - 10:30 (R-22-107)

Reha-Gymnastik und kleine Spiele

Mi. 11:45 - 12:30 (R-22-105)

Mi. 12:30 - 13:30 (R-22-85)

Bauch und Rücken intensiv

Mi. 18:30 - 19:30 (R-22-88)

Do. 19:30 - 20:30 (R-22-87)

VITALIFE SVE - Gesundheitszentrum

Steinwiesenweg 30

Frau Neumann, 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. 11:15 - 12:00 (R-22-73)

Do. 09:00 - 09:45 (R-22-74)

Do. 11:00 - 11:45 (R-22-75)

GesundAktiv-Zentrum Furtweg 51

Frau Neumann, Tel. 040-570 00 715
22523 Hamburg-Eidelstedt

Orthopädisches Training

Mi. 16:15 - 17:00 (R-22-127)

Rücken und Entspannung

Mo. 16:30 - 17:30 (R-22-110)

Lißy-Haus, Oliver-Liße-Straße 2

Frau Neumann, Tel. 040-570 00 715
22523 Hamburg-Eidelstedt

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Rückengymnastik

Di. 09:30 - 10:15 (R-43-28)

Di. 11:30 - 12:15 (R-43-07)

Di. 17:30 - 18:15 (R-43-24)

Mi. 19:00 - 19:45 (R-43-38)

Sitzgymnastik

Di. 10:30 - 11:15 (R-43-39)

GWE Sporthaus Julius-Vosseler-Str. 195

Rehasport-Büro, Tel. 040-41 42 47 00

22527 Hamburg-Lokstedt

Rückengymnastik

Do. 09:00 - 09:45 (R-43-60)

Fr. 15:00 - 15:45 (R-43-59)

Rücken-Fitness, Rückengymnastik

Do. 10:00 - 10:45 (R-43-29)

DANKE für die Unterstützung
bei der Herausgabe dieser Broschüre.

H3H
HANSEATISCHE
Baugenossenschaft
Hamburg

Do. 12:00 - 12:45 (R-43-46)

Fr. 16:00 - 16:45 (R-43-48)

Sitzgymnastik

Do. 11:00 - 11:45 (R-43-43)

GWE Sportzentrum, Lutterothstr. 43

Rehasport-Büro, Tel. 040-41 42 47 00

22527 Hamburg-Eimsbüttel

Rehasport am Abend – Orthopädie

Di. 18:30 - 19:15 (R-43-64)

Di. 19:15 - 20:00 (R-43-65)

Gymnastikhalle, Vizelinstraße 50

Rehasport-Büro, Tel. 040-41 42 47 00

22529 Hamburg-Eimsbüttel

SV Lurup-Hamburg von 1923 e.V.

Orthopädische Rehasportgruppe

Mo. 11:00 - 12:00 (R-150-02)

Mo. 17:00 - 18:00 (R-150-09)

Mi. 09:00 - 10:00 (R-150-04)

Mi. 15:00 - 16:00 (R-150-07)

Fr. 10:00 - 11:00 (R-150-11)

Kursraum Flurstr. 7

Geschäftsstelle, Tel. 040-986 70 300

22549 Hamburg-Lurup

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Reha-Rückengymnastik

Do. 11:10 - 12:10 (R-39-03)

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

Vereinsheim des SVNA, Katendeich 14

Frau Spychalla, Tel. 040-735 32 00

21035 Hamburg-Nettelburg

Tanzbrücke Hamburg e.V.

Orthopädische Gymnastik

Mi. 14:00 - 15:00 (R-40-02)

Haldesdorfer Str. 46

Frau Dergatcheva, Tel. 040-606 40 30

22179 Hamburg-Bramfeld

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Orthopädische Gymnastik

Mo. 09:15 - 10:00 (R-35-65)
 Mo. 10:15 - 11:00 (R-35-06)
 Mo. 11:00 - 12:00 (R-35-146)
 Mo. 16:15 - 17:00 (R-35-148)
 Mo. 17:00 - 17:45 (R-35-66)
 Mo. 17:45 - 18:30 (R-35-60)
 Di. 18:00 - 18:45 (R-35-10)
 Di. 08:45 - 09:30 (R-35-61)
 Mi. 09:00 - 09:45 (R-35-67)
 Mi. 10:00 - 11:00 (R-35-149)
 Do. 08:30 - 09:15 (R-35-130)
 Do. 09:15 - 10:00 (R-35-131)
 Do. 10:00 - 10:45 (R-35-127)
 Do. 10:30 - 11:30 (R-35-75)
 Do. 18:00 - 18:45 (R-35-132)
 Do. 18:45 - 19:30 (R-35-133)
 Do. 19:00 - 20:00 (R-35-40)
 Do. 18:30 - 19:15 (R-35-71)
 Do. 19:15 - 20:00 (R-35-72)
 Fr. 09:30 - 10:15 (R-35-138)

Reha Wirbelsäule

Mi. 10:00 - 10:45 (R-35-07)

Wirbelsäulengymnastik

Fr. 17:00 - 17:45 (R-35-59)

Orthopädische Gymnastik im Sitzen

Di. 11:30 - 12:30 (R-35-79)
 TSG Sportforum,
 Billwerder Billdeich 607
 Frau Müller, Tel. 040-401 13 63 61
 Sprechzeit: Mo. 12:00-14:00 Uhr, Mi.
 16:00-17:30 Uhr, Do. 14:00-15:30 Uhr
 21033 Hamburg-Bergedorf

Reha Wirbelsäule

Di. 09:00 - 10:00 (R-35-153)
 Di. 10:00 - 11:00 (R-35-154)
 Di. 11:00 - 12:00 (R-35-150)

Mi. 18:15 - 19:15 (R-35-152)

Do. 10:00 - 11:00 (R-35-151)

Fr. 09:00 - 10:00 (R-35-56)

Fr. 10:00 - 11:00 (R-35-57)

Fr. 11:00 - 12:00 (R-35-58)

Reha Orthopädie

Mi. 10:00 - 11:00 (R-35-134)

TSG Sportzentrum, Bult 8
 Frau Derwahl, Tel. 040-401 13 64 03
 21029 Hamburg-Bergedorf

Orthopädische Trainingsgruppe

Mo. 12:30 - 13:15 (R-35-51)

Di. 11:15 - 12:00 (R-35-96)

Di. 17:15 - 18:00 (R-35-97)

Do. 11:15 - 12:00 (R-35-98)

be-Fit, Reetwerder 25
 Frau Stolze, Tel. 040-70 70 38 66
 21029 Hamburg-Bergedorf

Orthopädische Gymnastik

Di. 09:30 - 10:15 (R-35-135)

Mi. 09:00 - 09:45 (R-35-129)

Mi. 10:00 - 10:45 (R-35-136)

TSG-Kissland, An der Wache 11
 Herr Feigel, Tel. 040-401 13 64 33
 21465 Wentorf

TSV DUWO 08 e.V.

Orthopädie Rehasport

Sa. 11:00 - 12:00 (R-181-01)
 Schule am Walde, Kupferredder 12
 Herr Bünz, Tel. 605 53 12
 22397 Hamburg-Wohldorf-Ohlstedt

TSV Hohenhorst von 1963 e.V.

Reha-Mobil

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

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

Orthopädie

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

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

Wirbelsäulengymnastik

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. 18:00 - 18:45 (R-34-07)

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)

Kielkoppelstr. 9 a/b

Frau Nürnberg, Tel. 040-98 23 43 26

22149 Hamburg-Rahlstedt

TSV Stellingen von 1888 e.V.

Reha Orthopädie

Di. 12:30 - 13:30 (R-161-01)

Di. 13:30 - 14:30 (R-161-02)

Mi. 13:30 - 14:30 (R-161-03)

Mi. 17:15 - 18:15 (R-161-04)

Sportplatzring 47

Geschäftsstelle, Tel. 040-54 48 60

22527 Hamburg-Stellingen

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

Geschäftsstelle, Tel. 040-20 37 04

22089 Hamburg-Eilbek

Orthopädische Gymnastik

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

Turnhalle (Rit 6), Eilbek, Ritterstr. 9

Geschäftsstelle, Tel. 040-20 37 04

22089 Hamburg-Eilbek

Orthopädische Gymnastik

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

Gymnastikraum (Rit 6), Ritterstr. 9

Geschäftsstelle, Tel. 040-20 37 04

22089 Hamburg-Eilbek

Turnerschaft Harburg von 1865

Reha Wirbelsäule

Mo. 17:45 - 18:30 (R-29-15)

Mo. 11:05 - 11:50 (R-29-08)

Mo. 17:45 - 18:30 (R-29-09)

Mo. 12:00 - 12:45 (R-29-10)

Di. 18:30 - 19:15 (R-29-17)

Di. 19:15 - 20:00 (R-29-18)

Mi. 16:00 - 16:45 (R-29-16)

Do. 11:00 - 11:45 (R-29-19)

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

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

Fr. 10:00 - 10:45 (R-29-07)

Fr. 15:45 - 16:30 (R-29-14)

Hocker-Gymnastik

Do. 12:00 - 12:45 (R-29-20)

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)

Gymnastikraum, Vahrenwinkelweg 39

Frau Hohensee, Tel. 040-70 10 84 56

21075 Hamburg-Eißendorf

TuS Berne e.V.

Orthopädischer Rehasport

Do. 17:00 - 17:45 (R-07-03)

Do. 18:00 - 18:45 (R-07-02)

Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6

Geschäftsstelle, Tel. 040-60 44 28 80

22159 Hamburg-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. 040-57 37 82

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. 18:15 - 19:00 (R-141-03)

Sportzentr. Seevetal, Mühlenweg 70
Geschäftsstelle, Tel. 04105-690 82 88
21217 Seevetal

TuS Germania Schnelsen v. 1921 e.V.

Reha Orthopädie

Di. 09:30 - 10:30 (R-123-01)

Mi. 10:30 - 11:30 (R-123-03)

Do. 18:00 - 19:00 (R-123-02)

Fr. 09:00 - 10:00 (R-123-04)

Königskinderweg 67a

Frau Günther, Tel. 040-550 31 84

22457 Hamburg-Schnelsen

TuS Harburg-Wilhelmsburg v. 1894 e.V.

Reha Rücken

Do. 16:45 - 17:30 (R-41-69)

Sportzentrum Bostelbeker Damm 2

Geschäftsstelle, Tel. 040-790 16 60

21079 Hamburg-Heimfeld

Reha Orthopädie

Mo. 08:15 - 09:00 (R-41-29)

Mo. 10:00 - 10:45 (R-41-74)

Mo. 11:30 - 12:15 (R-41-75)

Di. 16:00 - 16:45 (R-41-09)

Di. 16:45 - 17:30 (R-41-11)

Do. 11:45 - 12:30 (R-41-15)

Do. 16:00 - 16:45 (R-41-19)

Do. 16:45 - 17:30 (R-41-69)

Core und Mobility

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

Reha progressive Muskelentspannung

Mi. 14:00 - 14:45 (R-41-83)

Mehrzweckhalle Bostelbeker Damm 2

Geschäftsstelle, Tel. 040-790 16 60

21079 Hamburg-Heimfeld

Reha Rücken

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. 040-790 16 60

21075 Hamburg-Heimfeld

Reha Piloga

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

Reha Hockergymnastik

Mo. 10:45 - 11:30 (R-41-58)

Do. 11:00 - 11:45 (R-41-82)

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

Bostelbeker Damm 2

Geschäftsstelle, Tel. 040-790 16 60

21079 Hamburg-Heimfeld

TV Lokstedt von 1892 e.V.

Rehasport Orthopädie

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

Do. 10:30 - 11:20 (R-32-03)

Rehasport Orthopädie

mit Entspannung

Do. 09:30 - 10:20 (R-32-04)

Vereinshalle Döhrntwiete 20

Sportbüro, Tel. 040-56 48 70

22529 Hamburg-Lokstedt

VITREA Rehaszentrum Harburg GmbH

Rehasportgruppe Walking

Mo. 15:00 - 16:30 (R-151-01)

Rücken-Fit

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

Rehasport „Rund um Fit“

Fr. 15:45 - 16:30 (R-151-21)

Fr. 16:30 - 17:15 (R-151-22)

Fr. 17:15 - 18:00 (R-151-23)

Rehaszentrum Harburg, Sand 18-22

Rezeption, Tel. 040-766 55 06

21073 Hamburg-Harburg

Rehasport „Rund um Fit“

Mi. 09:45 - 10:30 (R-151-18)

Mi. 10:30 - 11:15 (R-151-19)

Mi. 11:15 - 12:00 (R-151-20)

Mi. 12:00 - 12:45 (R-151-24)

Do. 12:30 - 13:15 (R-151-08)

Tanzhaus Hesse, Am Wall 23

Rezeption, Tel. 040-766 55 06

21073 Hamburg-Harburg

VITREA Rehaszentrum

Norderstedt GmbH

Rehasport Orthopädie

Mo. 16:15 - 17:00 (R-152-01)

Mo. 18:15 - 19:00 (R-152-03)

Mi. 15:15 - 16:00 (R-152-07)

Mi. 16:15 - 17:00 (R-152-08)

Rehasport Orthopädie

(Schwerpunkt Rücken)

Mi. 18:15 - 19:00 (R-152-10)

Fr. 15:15 - 16:00 (R-152-14)

Rehasport Orthopädie

(Schulter/Arme/HWS)

Fr. 16:35 - 17:20 (R-152-15)

Rehaszentrum Norderstedt,

Stettiner Str. 16

Frau Große, Tel. 040-523 30 28

22850 Norderstedt

Verein für Rehasport und Gesundheitsförderung e.V. (VfRG)

Rehasport Orthopädie

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

Di. 11:00 - 11:45 (R-155-10)

Di. 17:00 - 17:45 (R-155-44)

Mi. 12:00 - 12:45 (R-155-48)

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

Do. 12:20 - 13:05 (R-155-22)

Fr. 10:00 - 10:45 (R-155-49)

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

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

Fr. 17:00 - 17:45 (R-155-40)

Sa. 12:00 - 12:45 (R-155-43)

Sa. 13:00 - 13:45 (R-155-35)

Ortho 50+

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

Gelenkmobil

Di. 16:00 - 16:45 (R-155-28)

Hockergymnastik

Mi. 10:00 - 10:45 (R-155-14)

Rücken stark

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

Fr. 18:00 - 18:45 (R-155-16)

Wirbelsäulengymnastik

Mi. 19:20 - 20:05 (R-155-15)

Rückenfit für Vielsitzer

Mo. 17:00 - 17:45 (R-155-45)

Hocker 70+

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

Mobility

Do. 16:00 - 16:45 (R-155-29)

Rücken-Fit

Mi. 20:15 - 21:00 (R-155-18)

Fr. 19:00 - 19:45 (R-155-26)

Sa. 11:00 - 11:45 (R-155-19)

Rehasport Osteoporose und Galileotherapie

Mi. 11:00 - 11:45 (R-155-17)
123fit, Rahlstedter Str. 24
Herr Piekarski, Tel. 040-607 31 866
22149 Hamburg-Rahlstedt

VfL Hamburg von 1893 e.V.

Rehasport Orthopädie

Mi. 10:00 - 11:00 (R-36-05)
Mi. 17:15 - 18:15 (R-36-02)
Barmbeker Str. 62
Sportbüro, Tel. 040-279 83 77
22303 Hamburg-Winterhude

Rehasport Orthopädie

Di. 18:45 - 19:45 (R-36-04)
Schulsporthalle Poßmoorweg 22
Sportbüro, Tel. 040-279 83 77
22301 Hamburg-Winterhude

Walddorfer SV von 1924 e.V.

Orthopädie

Mo. 10:00 - 11:00 (R-46-22)
Mo. 11:00 - 12:00 (R-46-08)
Mo. 13:00 - 14:00 (R-46-05)
Di. 10:00 - 11:00 (R-46-26)
Di. 11:00 - 12:00 (R-46-31)
Mi. 12:00 - 13:00 (R-46-17)
Mi. 11:00 - 12:00 (R-46-18)
Mi. 15:00 - 16:00 (R-46-09)
Mi. 16:00 - 17:00 (R-46-19)
Do. 09:15 - 10:15 (R-46-32)
Fr. 09:30 - 10:30 (R-46-06)
Sportforum Halenreihe 32-34
Walddorfer SV, Tel. 040-64 50 62-0
22359 Hamburg-Volksdorf

Orthopädie

Mo. 19:30 - 20:30 (R-46-30)
Sporthalle Schule Eulenkrugstr. 166

Walddorfer SV, Tel. 040-64 50 62-0
22359 Hamburg-Volksdorf

Orthopädie

Di. 10:00 - 11:00 (R-46-14)
Di. 11:00 - 12:00 (R-46-15)
Zweifelhalle Berner Au,
Meiendorfer Mühlenweg 35
Walddorfer SV, Tel. 040-64 50 62-0
22393 Hamburg-Sasel

Wandsbeker TB von 1861 J.P.

Gutes für den Rücken

Do. 18:30 - 19:30 (R-23-02)
WTB-Sporthalle, Gustav-Adolf-Str. 1
Frau Sommer, Tel. 040-68 68 46
22043 Hamburg-Marienthal



BAUGENOSSENSCHAFT
Hamburger Wohnen

*So sorglos können
Hamburger Wohnen.*

Mehr zum Wohnen in der starken Gemeinschaft
unserer Baugenossenschaft finden Sie unter
www.hamburgerwohnen.de

Ihr Zuhause mit Zukunft!

Rückenfit

Mi. 19:45 - 20:45 (R-23-03)
Fitnesshalle des WTB,
Gustav-Adolf-Straße 1
Frau Sommer, Tel. 040-68 68 46
22041 Hamburg-Wandsbek

Wedeler TSV e.V.

Orthopädischer Rehasport

Di. 10:00 - 10:45 (R-33-30)
Mi. 10:15 - 11:00 (R-33-48)
Do. 11:30 - 12:15 (R-33-17)
Fr. 10:15 - 11:00 (R-33-36)
Fr. 11:00 - 11:45 (R-33-35)
Fr. 12:00 - 12:45 (R-33-32)

Gelenk- und Arthrose-Sport

Do. 08:30 - 09:15 (R-33-07)
TSV Halle, Schulauer Straße 63
Frau Linow, Tel. 04103-701 65 08
Sprechzeiten Mo.-Do. 09:00-12:00 Uhr
22880 Wedel

Orthopädischer Rehasport

Mo. 12:00 - 12:45 (R-33-15)
Di. 15:00 - 15:45 (R-33-44)
Di. 16:00 - 16:45 (R-33-34)
Do. 10:30 - 11:15 (R-33-04)
Do. 17:30 - 18:30 (R-33-16)
Fr. 11:00 - 11:45 (R-33-26)
Fr. 10:15 - 11:00 (R-33-42)
Fr. 16:00 - 16:45 (R-33-43)

Gymnastikraum Bekstr. 22
Frau Linow, Tel. 04103-701 65 08
Sprechzeiten Mo.-Do. 09:00-12:00 Uhr
22880 Wedel

Orthopädischer Rehasport

Mo. 09:00 - 09:45 (R-33-22)
Mo. 10:00 - 10:45 (R-33-23)
Mo. 12:00 - 12:45 (R-33-24)

Di. 16:20 - 17:05 (R-33-25)
Do. 18:30 - 19:30 (R-33-20)
Do. 19:30 - 20:15 (R-33-37)
Tanzsaal Vereinshaus, Bekstr. 22
Frau Linow, Tel. 04103-701 65 08
Sprechzeiten Mo.-Do. 09:00-12:00 Uhr
22880 Wedel

Yours! e.V.

Reha-Rückengymnastik

Di. 15:30 - 16:15 (R-132-13)
Di. 16:15 - 17:00 (R-132-14)
Fr. 14:00 - 14:45 (R-132-11)
Fr. 15:00 - 15:45 (R-132-12)
Fr. 16:00 - 16:45 (R-132-04)
Fr. 17:00 - 17:45 (R-132-05)

Wirbelsäulengymnastik

Do. 15:00 - 15:45 (R-132-15)

Reha-Osteoporosegymnastik

Mo. 10:00 - 10:45 (R-132-07)

Reha-Rücken- und

Osteoporosegymnastik

Mo. 12:45 - 13:30 (R-132-08)

Mobilisationsgymnastik

Di. 14:30 - 15:15 (R-132-10)

Rücken-Pilates

Mi. 17:30 - 18:15 (R-132-09)

Bremer Str. 320

Frau Kähler-Treder, Tel. 04105-830 33
21077 Hamburg-Marmstorf



SCHWIMMEN/WASSERGYMNASTIK

BSG Süderelbe e.V.

Wassergymnastik

Do. 16:15 - 17:15 (R-04-02)
Hallenbad Ernst-Moritz-Arndt-Str. 20
Herr Scholven, Tel. 040-701 79 13
21629 Neu Wulmsdorf

BSG Wilhelmsburg + Harburg e.V.

Wassergymnastik

Mo. 17:30 - 18:15 (R-03-02)
Mo. 18:15 - 19:00 (R-03-07)
Mo. 19:00 - 19:45 (R-03-08)
Di. 17:30 - 18:15 (R-03-03)
Di. 18:15 - 19:00 (R-03-09)
Di. 19:00 - 19:45 (R-03-10)
Fr. 18:30 - 19:15 (R-03-04)
Fr. 19:15 - 20:00 (R-03-13)
Fr. 20:00 - 20:45 (R-03-14)
Schwimmhalle Schule Elfenwiese 3
Frau Arps, Tel. 0175-26 97 439
21077 Hamburg-Marmstorf

Wassergymnastik

Mi. 19:45 - 20:30 (R-03-06)
Mi. 20:30 - 21:15 (R-03-17)
Inselpark Schwimmhalle,
Kurt-Emmerich-Platz 12
Frau Arps, Tel. 0175-26 97 439
21109 Hamburg-Wilhelmsburg

Eimsbütteler TV e.V.

Orthopädischer Rehasport im Wasser

Do. 19:00 - 19:45 (R-30-49)
Do. 19:45 - 20:30 (R-30-50)
Alsterschwimmhalle,
Sechslingspforte 15
Büro Rehasport, Tel. 040-40 17 69 54
22087 Hamburg-Hohenfelde

gesund + munter e.V.

Wassergymnastik

Mo. 11:00 - 12:00 (R-17-12)
Mo. 12:00 - 13:00 (R-17-11)
Mo. 13:00 - 14:00 (R-17-08)
Mo. 14:00 - 15:00 (R-17-04)
Mo. 15:00 - 16:00 (R-17-05)
Mo. 16:00 - 17:00 (R-17-09)
Do. 13:00 - 14:00 (R-17-01)
Do. 14:00 - 15:00 (R-17-02)
Do. 15:00 - 16:00 (R-17-03)
Do. 16:00 - 17:00 (R-17-06)
Do. 17:00 - 18:00 (R-17-07)
Do. 18:00 - 19:00 (R-17-10)
Bäderland Festland, Holstenstraße 30
Frau Vick, Tel. 0170-38 47 648
22767 Hamburg-Altona

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Schwimmen und Wassergymnastik

Do. 20:00 - 20:50 (R-01-24)
Schwimmhalle Neugrabener Markt 9
Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88
21149 Hamburg-Hausbruch

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 Budapest Str. 29
Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88
20359 Hamburg-Sankt Pauli

Schwimmen und Wassergymnastik

Mi. 20:00 - 20:50 (R-01-11)
Elbgastr. 110
Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88
22523 Hamburg-Eidelstedt

Schwimmen und Wassergymnastik

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

Schwimmbad Wendemuthstr.

Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88

22041 Hamburg-Wandsbek

Schwimmen

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

Schwimmhalle Inselpark Wilhelms-
burg, Kurt-Emmerich-Platz 12

Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 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. 040-85 75 88

22459 Hamburg-Niendorf

Wassergymnastik Orthopädie

Di. 19:00 - 19:45 (R-01-31)

Di. 19:45 - 20:30 (R-01-32)

Di. 20:30 - 21:15 (R-01-33)

Bäderland Alsterschwimmhalle

Sechslingspforte 15

Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88

22087 Hamburg-Hohenfelde

Integrationssport mit

Wassergymnastik und Schwimmen

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

Bartholomäusstraße 95

Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88

22083 Hamburg-Barmbek-Süd

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Wassergymnastik

Fr. 17:30 - 18:15 (R-44-29)

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

ADYTON, Sachsenweg 78

Herr Soldat, Tel. 040-55 42 16 25

22455 Hamburg-Niendorf

Rehavital-Gesundheitssport Hamburg e.V.

Wassergymnastik

Di. 18:00 - 18:45 (R-73-82)

Di. 18:30 - 19:15 (R-73-83)

Di. 19:00 - 19:45 (R-73-84)

Di. 19:30 - 20:15 (R-73-85)

Do. 13:00 - 13:45 (R-73-87)

Do. 13:30 - 14:15 (R-73-88)

Do. 14:00 - 14:45 (R-73-89)

Do. 14:30 - 15:15 (R-73-90)

Fr. 14:00 - 14:45 (R-73-79)

Fr. 14:30 - 15:15 (R-73-80)

Fr. 15:00 - 15:45 (R-73-81)

Schwimmhalle Brüder-Grimm-Schule

Seeadlerstieg 15-17

Vereinsbüro, Tel. 040-348 395 92

22119 Hamburg-Billstedt

Wassergymnastik

Mi. 08:00 - 08:45 (R-73-61)

Mi. 08:30 - 09:15 (R-73-62)

Mi. 09:00 - 09:45 (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. 040-348 395 92

22415 Hamburg-Langenhorn

Wassergymnastik

Mo. 19:00 - 19:45 (R-73-91)

Mo. 19:45 - 20:30 (R-73-92)

Bäderland Alsterschwimmhalle

Sechslingspforte 15

Vereinsbüro, Tel. 040-348 395 92

22087 Hamburg-Hohenfelde

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Orthopädische Wassergymnastik

Di. 08:30 - 09:15 (R-22-64)
 Di. 09:15 - 10:00 (R-22-65)
 Di. 10:00 - 10:45 (R-22-66)
 Mi. 13:45 - 14:30 (R-22-99)
 Do. 18:00 - 18:45 (R-22-100)
 Fr. 13:00 - 13:45 (R-22-98)

Wassergymnastik

Mo. 08:15 - 09:00 (R-22-36)
 Mo. 09:00 - 09:45 (R-22-37)
 Di. 11:30 - 12:15 (R-22-119)
 Di. 13:45 - 14:30 (R-22-120)
 Di. 13:00 - 13:45 (R-22-121)
 Mi. 08:30 - 09:15 (R-22-122)
 Mi. 09:15 - 10:00 (R-22-123)
 Mi. 11:30 - 12:15 (R-22-124)
 Mi. 12:15 - 13:00 (R-22-125)
 Mi. 13:00 - 13:45 (R-22-126)
 Do. 18:45 - 19:30 (R-22-52)
 Do. 19:30 - 20:15 (R-22-50)
 Fr. 13:45 - 14:30 (R-22-118)

Stadtteilschule Eidelstedt,
 Lohkampstr. 145

Frau Neumann, Tel. 040-570 00 715
 22523 Hamburg-Eidelstedt

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Wassergymnastik

Mo. 15:15 - 16:00 (R-43-11)
 Mo. 16:05 - 16:50 (R-43-06)
 Mo. 16:55 - 17:40 (R-43-34)
 Di. 14:25 - 15:10 (R-43-58)
 Di. 15:15 - 16:00 (R-43-55)
 Di. 16:05 - 16:50 (R-43-54)
 Di. 16:55 - 17:40 (R-43-53)
 Do. 14:25 - 15:10 (R-43-42)
 Do. 15:15 - 16:00 (R-43-26)
 Do. 16:05 - 16:50 (R-43-49)

Do. 16:55 - 17:40 (R-43-50)
 Fr. 15:15 - 16:00 (R-43-36)
 Fr. 16:05 - 16:50 (R-43-05)
 Fr. 16:55 - 17:40 (R-43-35)
 Sportwerk Hagenbeckstr. 124
 Rehasport-Büro, Tel. 040-41 42 47 00
 22527 Hamburg-Stellingen

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
 Rehasport-Büro, Tel. 040-41 42 47 00
 22455 Hamburg-Niendorf

SV Lurup-Hamburg v. 1923 e.V.

Reha Aqua Gym

Di. 12:45 - 13:30 (R-150-18)
 Di. 13:30 - 14:15 (R-150-19)
 LuFisch, Swatten Weg 10c
 Geschäftsstelle, Tel. 040-986 70 300
 22547 Hamburg-Lurup

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Reha-Wassergymnastik Orthopädie

Mo. 10:45 - 11:30 (R-35-62)
 Mo. 12:15 - 13:00 (R-35-63)
 Mo. 17:15 - 18:00 (R-35-12)
 Mo. 18:00 - 18:45 (R-35-74)
 Mi. 10:00 - 10:45 (R-35-69)
 Mi. 10:45 - 11:30 (R-35-70)
 Mi. 11:30 - 12:15 (R-35-37)
 Do. 10:00 - 10:45 (R-35-73)
 Do. 10:45 - 11:30 (R-35-08)
 Fr. 17:15 - 18:00 (R-35-64)
 Fr. 18:00 - 18:45 (R-35-38)
 TSG Sportfor., Billwerder Billdeich 607

Fr. Müller/H. Hug, Tel. 040-725 495 16
21033 Hamburg-Bergedorf

Orthopädische Trainingsgruppe im Wasser

Mo. 09:15 - 10:00 (R-35-140)
Di. 09:15 - 10:00 (R-35-147)
Mi. 09:15 - 10:00 (R-35-141)
Do. 09:15 - 10:00 (R-35-137)
be.Fit im Bille-Bad, Reetwerder 25
Frau Stolze, Tel. 040-401 13 64 11
21029 Hamburg-Bergedorf

TSV Stellingen von 1888 e.V.

Rehasport im Wasser – Orthopädie

Do. 12:00 - 13:00 (R-161-05)
Do. 13:00 - 14:00 (R-161-06)
Residenz an der Mühlenau
Reichsbahnstr. 20

Geschäftsstelle, Tel. 040-54 48 60
22525 Hamburg-Stellingen

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

Orthopädischer Rehasport im Wasser

Mi. 18:55 - 19:40 (R-25-16)
Mi. 19:35 - 20:20 (R-25-17)
Mi. 20:15 - 21:00 (R-25-18)
Bäderland Alsterschwimmhalle
Sechslingspforte 15
Geschäftsstelle, Tel. 040-20 37 04
22087 Hamburg-Hohenfelde

TuS Harburg-Wilhelmsburg v. 1894 e.V.

Aqua Reha

Mo. 19:00 - 19:45 (R-41-22)
Mo. 19:45 - 20:30 (R-41-59)
Di. 07:45 - 08:30 (R-41-23)



Sport für alle

Inklusion heißt für uns **gleichberechtigte Teilhabe** von Menschen **mit und ohne Behinderung** in allen Lebensbereichen.

Als „Active City“ setzt Hamburg den Aktionsplan „**Inklusion und Sport**“ schrittweise um und veröffentlicht die **Barrierefreiheit öffentlicher Sportstätten** in der „Active City Map“.

Hamburg setzt bei seiner Bewerbung um Olympische und Paralympische Spiele auf transparente Information sowie eine starke Einbindung der Hamburgerinnen und Hamburger. **Wir wünschen uns paralympische Wettkämpfe im Herzen unserer Stadt.**

Hamburg war mit sechs Sportlerinnen bei den **Paralympischen Spielen 2024** in Paris vertreten.

Im **Kompetenzzentrum für ein barrierefreies Hamburg** am Alsterdorfer Markt können sich Privatpersonen, Vereine, Firmen und Verwaltung beraten lassen.

Bis Ende 2027 werden in Hamburg **90 neue Sporthallen barrierearm** gebaut.

SPD-Fraktion, Rathausmarkt 1, 20095 Hamburg, T 040 42831-1325
info@spd-fraktion.hamburg.de, www.spd-fraktion-hamburg.de
yuttana Contributor Studio/Shutterstock.com

SPD
FRAKTION
HAMBURG

Di. 08:30 - 09:15 (R-41-39)
 Di. 13:00 - 13:45 (R-41-47)
 Di. 13:45 - 14:30 (R-41-70)
 Mi. 07:45 - 08:30 (R-41-73)
 Fr. 07:45 - 08:30 (R-41-76)
 Fr. 10:45 - 11:30 (R-41-49)
 Fr. 11:30 - 12:15 (R-41-44)
 Fr. 12:15 - 13:00 (R-41-79)
 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. 040-790 16 60
 21079 Hamburg-Heimfeld

VITREA Rehazentrum Harburg GmbH

Rehasportgruppe Bewegungsbad

Di. 16:00 - 16:45 (R-151-10)
 Rehazentrum Harburg, Sand 18-22
 Rezeption, Tel. 040-766 55 06
 21073 Hamburg-Harburg

Wedeler TSV e.V.

Orthopädischer Rehasport im Wasser

Mi. 08:15 - 09:00 (R-33-47)
 Mi. 13:00 - 13:45 (R-33-49)
 Badebucht Wedel, Am Freibad 1
 Frau Linow, Tel. 04103-70 16 508
 Sprechzeiten Mo.-Do. 09:00-12:00 Uhr
 22880 Wedel

ASTHMA-/LUNGENSORT (auch im Wasser)

1. SC Norderstedt e.V.

Lungensport

Di. 17:15 - 18:30 (R-24-01)
 Turnhalle, Grundschule Niendorfer Str.
 Fr. Magnes-Greve, Tel. 040-943 694 98
 22848 Norderstedt

Lungensport

Mo. 11:30 - 12:30 (R-24-03)
 Sportpark Scharpenmoor 55
 Fr. Magnes-Greve, Tel. 040-943 694 98
 22848 Norderstedt

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

Lungensport

Mi. 14:30 - 15:30 (R-19-01)
 Mi. 15:30 - 16:30 (R-19-02)
 AMTV-Zentrum, Rahlstedter Str. 159
 Herr Lemm, Tel. 040-675 95 084
 22143 Hamburg-Rahlstedt

Lungensport

Mi. 10:30 - 11:30 (R-19-13)
 Rahlstedter Bahnhofstr. 7a
 Herr Lemm, Tel. 040-675 95 084
 22143 Hamburg-Rahlstedt

Atem-Sport Hamburg e.V.

Lungensport

Sa. 10:00 - 10:45 (R-47-24)
 Sa. 11:00 - 11:45 (R-47-22)
 Sa. 12:00 - 12:45 (R-47-23)
 TuRBO, Langenhorner Chaussee 623
 Frau Lindemann, Tel. 0176-83 02 22 14
 22419 Hamburg-Langenhorn

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Lungensportgruppe

Do. 18:00 - 19:00 (R-49-06)
 Große Sporthalle, Schule Hegholt 44
 Frau Meins, Tel. 040-641 41 44

22179 Hamburg-Bramfeld

Lungensportgruppe

Do. 18:00 - 18:45 (R-49-22)

Kleine Sporthalle, Schule Hegholt 44

Frau Meins, Tel. 040-641 41 44

22179 Hamburg-Bramfeld

Lungensportgruppe

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

Mi. 15:00 - 15:45 (R-49-16)

GESundFIT, Erich-Ziegel-Ring 44

Frau Kuhnt, Tel. 040-636 47 235

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

22309 Hamburg-Steilshoop

Duvenstedter SV von 1969 e.V.

Lungensport

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

Do. 10:20 - 11:35 (R-11-14)

Max-Kramp-Haus,

Duvenstedter Markt 8

Geschäftsstelle, Tel. 040-607 19 69

22397 Hamburg-Duvenstedt

Eimsbütteler TV e.V.

Lungensport

Di. 13:00 - 13:45 (R-30-56)

Do. 12:15 - 13:00 (R-30-54)

ETV-Sportzentrum Bundesstraße 96

Büro Rehasport, Tel. 040-40 17 69 54

20144 Hamburg-Eimsbüttel

Hamburger SV e.V.,

Abt. Gesundheitssport

Lungensport

Di. 13:45 - 14:45 (R-05-102)



DAS VIELFÄLTIGSTE SPORTANGEBOT HAMBURG.

- Zwei Sportzentren
- Zwei Fitnessstudios
- Über 300 Fitnesskurse
- Prävention
- Rehasport
- Inklusionssport



**ETV
HAMBURG**

**ETV-Sportzentrum
Bundesstraße
Bundesstraße 96**

**ETV-Sportzentrum
Hoheluft
Lokstedter Steindamm 77**

ETV-HAMBURG.DE

040-4017690

**GANZ SCHÖN
SPORTLICH**

HSV-Sporthalle, Ulzburger Str. 94
Frau Komm, Tel. 040-415 51 617
22850 Norderstedt

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Lungensport

Mo. 13:15 - 14:30 (R-18-30)
Do. 11:45 - 13:00 (R-18-21)
Do. 13:00 - 13:45 (R-18-03)
Sportzentr. HT 16, Sievekingdamm 1
Rehasport-Büro, Tel. 040-251 749 20
20535 Hamburg-Hamm-Nord

Harburger TB von 1865 e.V.

Lungensport

Di. 17:00 - 18:00 (R-55-11)
Do. 09:15 - 10:15 (R-55-01)
Do. 10:30 - 11:30 (R-55-03)
Fr. 11:00 - 12:00 (R-55-09)
Fr. 12:00 - 12:45 (R-55-10)
Vahrenwinkelweg 28
Geschäftsstelle Tel. 040-79 14 33 23
21075 Hamburg-Heimfeld

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Lungensport

Mo. 16:00 - 17:30 (R-69-01)
HNT 2, Cuxhavener Str. 253
Geschäftsstelle, Tel. 040-729 613 88
21149 Hamburg-Neugraben-Fischbek

Lungensport

Di. 12:30 - 13:30 (R-69-18)
HNT 1, Cuxhavener Str. 253
Geschäftsstelle Tel. 040-729 613 88
21147 Hamburg-Neugraben-Fischbek

Meiendorfer SV von 1949 e.V.

Atemwegserkrankungen

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

Do. 12:00 - 13:00 (R-95-09)
MSV-Halle, Deepenhorn 5
Frau Settler, Tel. 040-678 80 82
22145 Hamburg-Rahlstedt

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Lungensport

Di. 16:15 - 17:00 (R-44-01)
Di. 17:00 - 17:45 (R-44-28)
Kleine Sporthalle,
Bindfeldweg 37
Frau Pahlke, Tel. 040-554 216 14
22459 Hamburg-Niendorf

Lungensport

Mo. 13:30 - 14:30 (R-44-23)
Sportzentrum Bondenwald 14c
Frau Pahlke, Tel. 040-554 216 14
22453 Hamburg-Niendorf

Physiotherapie Wencke Dossmann

Lungensport

Di. 11:00 - 12:00 (R-52-02)
Stadtbahnstr. 43
Frau Dossmann, Tel. 040-600 133 60
22393 Hamburg-Sasel

Rissener SV von 1949 e.V.

Lungen-Reha-Sportgruppe

Di. 11:00 - 12:00 (R-96-02)
Di. 12:00 - 13:00 (R-96-11)
Marschweg 75
Geschäftsstelle, Tel. 040-81 27 46
22559 Hamburg-Rissen

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Lungensport

Do. 11:15 - 12:15 (R-70-39)
Sa. 10:30 - 11:30 (R-70-01)
Sa. 11:30 - 12:30 (R-70-02)
Lüttkoppel 1

H. Dr. Neuland, Tel. 040-300 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. 12:30 - 13:45 (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. 040-606 14 14
22399 Hamburg-Poppenbüttel

STC Ambulantes Therapiezentrum Walddorfer GmbH

Lungensport

Di. 15:00 - 16:00 (R-75-03)
STC Walddorfer, Wiesenkamp 22 b-c
Frau Cremer, Tel. 040-507 970 00
22359 Hamburg-Volksdorf

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Lungensport

Di. 13:45 - 14:30 (R-22-22)
Do. 11:45 - 12:30 (R-22-56)

Atemgymnastik

Mo. 11:45 - 12:30 (R-22-39)
Mo. 12:30 - 13:30 (R-22-104)
VITALIFE SVE - Gesundheitszentrum
Steinwiesenweg 30
Frau Neumann, Tel. 040-570 00 715
22527 Hamburg-Eidelstedt

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Asthma-/Lungensport im Sitzen

Mi. 17:00 - 17:45 (R-43-41)

Asthma-/Lungensport

Mo. 09:30 - 10:15 (R-43-56)

Mo. 10:30 - 11:15 (R-43-52)

Mo. 11:30 - 12:15 (R-43-57)

Mo. 12:30 - 13:15 (R-43-63)

Bewegungsraum

Julius-Vosseler-Str. 195

Rehasport-Büro, Tel. 040-41 42 47 00

22527 Hamburg-Lokstedt

SV Lurup-Hamburg von 1923 e.V.

Lungensport

Mo. 12:15 - 13:15 (R-150-15)

Mo. 13:30 - 14:30 (R-150-17)

Mi. 16:45 - 17:45 (R-150-21)

Kursraum Flurstr. 7

Geschäftsstelle Tel. 040-986 70 300

22549 Hamburg-Lurup

SV Nettelburg/Allermöhe von 1930 e.V.

Lungensport

Di. 16:00 - 17:00 (R-39-01)

Di. 17:00 - 18:00 (R-39-02)

Schulsportthalle Fiddingshagen 11

Frau Spychalla, Tel. 040-735 32 00

21035 Hamburg-Nettelburg

Tanzbrücke Hamburg e.V.

Lungensport

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

Halldesdorfer Str. 46

Frau Dergatcheva, Tel. 040-606 40 30

22179 Hamburg-Bramfeld

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Asthma-/Lungensport

Mo. 19:00 - 20:00 (R-35-01)

Di. 17:00 - 17:45 (R-35-14)

TSG-Sportzentrum, Bult 8

Frau Remhof, Tel. 040-721 77 74

21029 Hamburg-Bergedorf

Lungensport

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

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

TSG Sportzentrum, Bult 8

Frau Derwahl, Tel. 040-401 13 64 03

21029 Hamburg-Bergedorf

TSV Hohenhorst von 1963 e.V.

Asthma-/Lungensport

Do. 13:30 - 14:30 (R-34-20)

Kielkoppelstr. 9a/b

Frau Nürnberg, Tel. 040-98 23 43 26

22149 Hamburg-Rahlstedt

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

Lungensport

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

Mo. 12:00 - 13:00 (R-25-07)

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

Di. 13:00 - 14:00 (R-25-15)

Turnhalle Eilbek, Ritterstr. 9

Geschäftsstelle, Tel. 040-20 37 04

22089 Hamburg-Eilbek



Verein für Rehasport und Gesundheitsförderung e.V. (VfRG)

Rehasport Lungensport

Mo. 16:00 - 16:45 (R-155-34)

Di. 13:00 - 13:45 (R-155-47)

Do. 17:00 - 17:45 (R-155-42)

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

123fit, Rahlstedter Str. 24

Herr Piekarski, Tel. 040-60 73 18 66

22149 Hamburg-Rahlstedt

Walddorfer SV von 1924 e.V.

Lungensport

Mo. 12:00 - 13:00 (R-46-04)

Fr. 10:30 - 11:30 (R-46-03)

Halenreie 32-34

Walddorfer SV, Tel. 040-64 50 62-0

22359 Hamburg-Volksdorf

Wedeler TSV e.V.

Lungen-Asthma-Sport

Mo. 08:45 - 09:30 (R-33-10)

Lungensport

Mo. 08:45 - 09:30 (R-33-40)

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

Mi. 10:00 - 10:45 (R-33-41)

TSV Halle, Schulauer Straße 63

Frau Linow, Tel. 04103-701 65 08

Sprechzeiten Mo.-Do. 09:00-12:00 Uhr

22880 Wedel

Lungensport

Do. 16:40 - 17:25 (R-33-50)

Tanzsaal, Bekstr. 22

Frau Linow, Tel. 04103-701 65 08

Sprechzeiten Mo.-Do. 09:00-12:00 Uhr

22880 Wedel

SPORT IN DER KREBSNACHSORGE (auch im Wasser)

1. SC Norderstedt e.V.

Krebsnachsorge

Mo. 10:30 - 11:30 (R-24-05)
Sportpark Scharpenmoor 55
Fr. Magnes-Greve, Tel. 040-943 694 98
22848 Norderstedt

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)

Krebsnachsorge für Frauen

Mo. 09:30 - 10:15 (R-30-42)

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
Büro Rehasport, Tel. 040-40 17 69 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)
Sportzentrum HT 16, Sievekingdamm 1
Rehasport-Büro, Tel. 040-251 749 20
20535 Hamburg-Hamm-Nord

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Rehasport für Menschen mit Krebs

Mo. 11:00 - 12:00 (R-69-26)

FitHus, Am Johannisland 2
Geschäftsstelle, Tel. 040-729 613 88
21147 Hamburg-Neugraben-Fischbek

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Beckenbodengymnastik für Männer

Mo. 18:30 - 19:30 (R-01-18)
Ehestorfer Weg 14
Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88
21075 Hamburg-Eißendorf

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Bewegung und Sport

bei Krebserkrankungen

Di. 08:00 - 09:00 (R-44-24)
Sportzentrum Bondenwald 14c
Frau Pahlke, Tel. 040-554 216 14
22453 Hamburg-Niendorf

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Krebsnachsorge

Do. 14:00 - 15:00 (R-70-33)
Lüttkoppel 1
H. Dr. Neuland, Tel. 040-300 62 99-202
22335 Hamburg-Fuhlsbüttel

STC Ambulantes Therapiezentrum Walddörfer GmbH

Sport in der Krebsnachsorge

Mo. 15:30 - 16:30 (R-75-08)
STC Walddörfer, Wiesenkamp 22 b-c
Frau Cremer, Tel. 040-507 970 00
22359 Hamburg-Volksdorf

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Krebsnachsorge

Mi. 08:30 - 09:30 (R-22-02)

VITALIFE SVE - Gesundheitszentrum
Steinwiesenweg 30
Frau Neumann, Tel. 040-570 00 715
22527 Hamburg-Eidelstedt

**SV Grün-Weiß Eimsbüttel
von 1901 e.V.**

Fit trotz Krebs - mit Wassergym.
Fr. 10:30 - 11:15 (R-43-31)
Schwimmschule Niendorf
Paul-Sorge-Straße 133-135
Rehasport-Büro, Tel. 040-41 42 47 00
22455 Hamburg-Niendorf

SV Lurup-Hamburg von 1923 e.V.

Onkologische Rehasportgruppe
Mi. 18:00 - 19:00 (R-150-13)
Kursraum Flurstr. 7
Geschäftsstelle, Tel. 040-986 70 300
22549 Hamburg-Lurup

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Krebsnachsorge
Do. 11:00 - 11:45 (R-35-128)
TSG Sportf., Billwerder Billdeich 607
Frau Müller, Tel. 040-401 13 63 61

Sprechzeit: Mo. 12:00-14:00 Uhr, Mi.
16:00-17:30 Uhr, Do. 14:00-15:30 Uhr
21033 Hamburg-Bergedorf

**Verein für Rehasport und
Gesundheitsförderung e.V. (VfRG)**

Rehasport in der Krebsnachsorge
Do. 11:30 - 12:15 (R-155-07)
123fit, Rahlstedter Str. 24
Herr Piekarski, Tel. 040-60 73 18 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. 040-68 68 46
22043 Hamburg-Marienthal

Wedeler TSV e.V.

Sport in der Krebsnachsorge
Di. 17:00 - 17:45 (R-33-28)
Tanzsaal Vereinshaus, Bekstr. 22
Frau Linow, Tel. 04103-701 65 08
Sprechzeiten Mo.-Do. 09:00-12:00 Uhr
22880 Wedel

SPORT BEI NEUROLOGISCHEN ERKRANKUNGEN

**Deutsche Parkinson Vereinigung e.V.
Hamburg**

Rehasport bei Parkinson
Mo. 10:00 - 11:00 (R-183-01)
Kulturhaus Eidelstedt,
Alte Elbgaustraße 12
Frau Bachmann, Tel. 0176-55 94 25 30
22523 Hamburg-Eidelstedt

Rehasport bei Parkinson

Mo. 15:00 - 16:00 (R-183-02)
Gemeinschaftsraum Stadt Glinde
Willinghusener Weg 78
Frau Bachmann, Tel. 0176-55 94 25 30
21509 Glinde

Rehasport bei Parkinson

Mo. 16:00 - 17:00 (R-183-03)

Christ-König-Saal,
Bei der Lutherbuche 36
Frau Bachmann, Tel. 0176-55 94 25 30
22529 Hamburg-Lokstedt

Rehasport bei Parkinson

Di. 15:30 - 16:30 (R-183-04)
Pflegen & Wohnen,
Am Husarendenkmal 16
Frau Bachmann, Tel. 0176-55 94 25 30
22043 Hamburg-Horn

Rehasport bei Parkinson

Di. 11:15 - 12:15 (R-183-05)
DRK Haus Ottensen, Holstenring 6
Frau Bachmann, Tel. 0176-55 94 25 30
22763 Hamburg-Ottensen

Rehasport bei Parkinson

Di. 15:00 - 16:00 (R-183-06)
Gemeindsaal Petri & Pauli Bergedorf,
Schloßstraße 5
Frau Bachmann, Tel. 0176-55 94 25 30
21029 Hamburg-Bergedorf

Rehasport bei Parkinson

Di. 15:00 - 16:00 (R-183-07)
Gemeindehaus Christophorus,
Poppenbüttler Stieg 25
Frau Bachmann, Tel. 0176-55 94 25 30
22339 Hamburg-Hummelsbüttel



Rehasport bei Parkinson

Mi. 09:30 - 10:30 (R-183-08)
AWO Tagesstätte Farmsen,
Feldschmiede 15
Frau Bachmann, Tel. 0176-55 94 25 30
22159 Hamburg-Farmsen

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Gymnastik nach Schlaganfall

Fr. 10:30 - 12:00 (R-69-32)
FitHus, Am Johannisland 2
Geschäftsstelle - Tel. 040 729 613 88
21147 Hamburg-Neugrabener-Fischbek

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

MS-Sportgruppe

Fr. 17:00 - 17:45 (R-43-32)
Sporthalle Lutterothstr. 43
Rehasport-Büro, Tel. 040-41 42 47 00
22527 Hamburg-Eimsbüttel

TSG Bergedorf v. 1860 e.V.

MS Sport

Mo. 16:00 - 16:45 (R-35-142)
TSG Sportforum,
Billwerder Billdeich 607
Herr Rehage, Tel. 040-401 13 63
21033 Hamburg-Bergedorf

Wedeler TSV e.V.

Neurologischer Rehasport

Do. 11:00 - 11:45 (R-33-09)
Fr. 12:00 - 12:45 (R-33-39)
TSV Halle, Schulauer Straße 63
Frau Linow, Tel. 04103-701 65 08
Sprechzeiten Mo.-Do. 09:00-12:00 Uhr
22880 Wedel

DIABETES-SPORT

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Diabetes-Sportgruppe

Mo. 10:00 - 11:00 (R-69-02)
FitHus, Am Johannisland 2
Geschäftsstelle, Tel. 040-729 613 88
21147 Hamburg-Neugraben-Fischbek

Rissener SV von 1949 e.V.

Rehasport bei Diabetes

Mi. 12:45 - 13:45 (R-96-12)
Marschweg 75
Geschäftsstelle, Tel. 040-81 27 46
22559 Hamburg-Rissen

TuS Berne e.V.

Diabetes und Bewegung

Do. 15:00 - 16:30 (R-07-01)
Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6
Frau Giesselbach, Tel. 040-647 83 71
22159 Hamburg-Farmsen-Berne

VfL Hamburg von 1893 e.V.

Bewegung kontra Diabetes

Di. 10:45 - 12:15 (R-36-01)
Barmbeker Str. 62
Sportbüro, Tel. 040-279 83 77
22303 Hamburg-Winterhude

ROLLSTUHLSPORT

(auch im Wasser)

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

Rollstuhlport für Kinder

Fr. 18:30 - 19:15 (R-129-01)

Rollstuhlport für Jugendliche

Fr. 19:15 - 20:00 (R-129-02)

Rollstuhlport für Erwachsene

Fr. 18:30 - 19:15 (R-129-14)

Fr. 19:15 - 20:00 (R-129-03)

Sporthalle Berufliche Schule BS01,
Ankelmannstr. 12
Geschäftsstelle, Tel. 040-46 64 00 09
20537 Hamburg-Borgfelde

Rollstuhltischtennis

Mo. 17:30 - 18:15 (R-129-04)

Mi. 17:45 - 18:30 (R-129-19)



Elektrollstuhlport für Erwachsene

Mi. 17:00 - 17:45 (R-129-07)

Mi. 18:30 - 19:15 (R-129-08)

Sporthalle Campus Kieler Straße,
Eckernförder Str. 70
Geschäftsstelle, Tel. 040-46 64 00 09
22769 Hamburg-Altona-Nord

Rollstuhltischtennis

Do. 17:00 - 17:45 (R-129-12)

Sporthalle Stadtteilschule Lohbrügge,
Leuschnerstr. 84
Geschäftsstelle, Tel. 040-46 64 00 09
21031 Hamburg-Lohbrügge

Schwimmen für Kinder

Mi. 15:30 - 16:30 (R-129-10)

Schwimmen für Jugendliche und Erwachsene

Mo. 18:30 - 19:30 (R-129-16)

Mo. 17:00 - 17:45 (R-129-17)

Mi. 15:30 - 16:30 (R-129-18)

Mi. 16:30 - 17:15 (R-129-11)

Fr. 16:30 - 17:15 (R-129-15)

Alsterschwimmhalle,

Sechslingspforte 15

Geschäftsstelle, Tel. 040-46 64 00 09

22087 Hamburg-Hohenfelde

Hamburger SV e.V.,

Abt. Rollstuhlsport

Rollstuhl-Basketball 2

Mo. 20:00 - 22:00 (R-05-25)

Do. 18:30 - 20:00 (R-05-28)

Rollstuhl-Basketball 3

Di. 18:30 - 20:00 (R-05-24)

Do. 20:00 - 22:00 (R-05-29)



Rollstuhl-Basketball 4

Di. 17:00 - 18:30 (R-05-27)

Rollstuhl-Basketball

Kinder- und Jugendgruppen

Do. 17:30 - 19:30 (R-05-08)

Sporthalle Horner Weg 89

Fr. Pfeiffer, Tel. 0172-84 10 212

22111 Hamburg-Horn

Wheelsoccer

Fr. 18:00 - 19:30 (R-05-26)

Schule Reinbeker Redder 274

Fr. Pfeiffer, Tel. 0172-84 10 212

21031 Hamburg-Lohbrügge

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Rollstuhl-Basketball Anfänger

Fr. 19:00 - 21:00 (R-22-103)

Rollstuhl-Basketball Fortgeschrittene

Do. 20:00 - 21:30 (R-22-102)

Rollstuhl-Basketball

Hobbygruppe (ohne Wettkampf)

Do. 19:00 - 20:15 (R-22-101)

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

Herr Schlegel, Tel. 040-570 00 721

22337 Hamburg-Alsterdorf

SPEZIELLE REHASPORT-ANGEBOTE

AVK-Selbsthilfegruppe Hamburg e.V.

Gehtraining bei Gefäßerkrankung

Mi. 16:45 - 17:30 (R-110-01)

Mi. 17:30 - 18:15 (R-110-02)

Asklepios Klinik St. Georg,

Lohmühlenstr. 5

Frau Riegger, Tel. 040-722 17 87

20099 Hamburg-St. Georg

Eimsbütteler TV e.V.

Ballsportgruppe

bei psychischen Erkrankungen

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

Bewegungs- und Körperwahrnehmungsguppe (bei psychischen Erkrankungen)

Di. 14:00 - 15:00 (R-30-27)

ETV-Sportzentrum Bundesstraße 96
Büro Rehasport, Tel. 040-40 17 69 54
20144 Hamburg-Eimsbüttel

Wassergymnastik + Entspannung bei psychischer Behinderung

Mo. 13:45 - 14:45 (R-30-23)

Turmweg 33
Büro Rehasport, Tel. 040-40 17 69 54
20148 Hamburg-Rotherbaum

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Bewegung für psychisch kranke Menschen

Do. 12:30 - 13:30 (R-69-24)

FitHus, Am Johannisland 2
Geschäftsstelle, Tel. 040-72 96 13 88
21147 Hamburg-Neugraben-Fischbek

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Sport mit Sehgeschädigten und Mehrfachbehinderten

Mo. 17:00 - 19:30 (R-01-02)

Blindenschule Borgweg 17a
Geschäftsstelle HVS, Tel. 040-85 75 88
22303 Hamburg-Winterhude

InklusionsSport-Verein Alsterdorf e.V.

Freizeitsport für junge Erwachsene zwischen 16 und 35 Jahren (für Menschen mit geistiger Behinderung)

Do. 17:15 - 18:15 (R-154-01)

Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8

Frau Fuchs, Tel. 040-507 73 703

22337 Hamburg-Ohlsdorf

Fit ohne Grenzen

(Bewegungsspiele und Gymnastik für Menschen mit Behinderung ab 18 Jahre)

Mi. 18:00 - 19:00 (R-154-02)

Haus der Familie, Bei der Schilleroper 15
Frau Fuchs, Tel. 040-507 73 703
22767 Hamburg-St. Pauli

Bewegungsstunde für Menschen mit Behinderung

Mi. 17:00 - 17:45 (R-154-03)

Sprach- und Bewegungszentrum Wilhelmsburg, Rotenhäuser Damm 40
Frau Fuchs, Tel. 040-507 73 703
21107 Hamburg-Wilhelmsburg

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

Therapiesport

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

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

Turnhalle Eilbek, Ritterstr. 9
Geschäftsstelle, Tel. 040-20 37 04
22089 Hamburg-Eilbek

Verein für Rehasport und Gesundheitsförderung e.V. (VfRG)

Rehasport

bei psychischer Erkrankung

Do. 19:00 - 19:45 (R-155-46)

Rehasport Kinder

Sa. 10:00 - 10:45 (R-155-20)

123fit, Rahlstedter Str. 24
Herr Piekarski, Tel. 040-60 73 18 66
22149 Hamburg-Rahlstedt

SORGE FÜR KINDER IST VORSORGE FÜR DIE ZUKUNFT

Unter diesem Motto vergibt die HanseMerkur seit 1980 alljährlich den mit insgesamt 55.000 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.



**JETZT BIS
ZUM 30.09.2026
BEWERBEN!**



Informationen zur Bewerbung unter:
<https://hansemerkur.de/kinderschutz>

HanseMerkur
Siegfried-Wedells-Platz 1
20354 Hamburg

HERZSPORT

Ahrensburger TSV von 1874 e.V.

Herzsport

Do. 12:00 - 13:15 (H-127-03)

Do. 13:15 - 14:30 (H-127-04)

ATSV Tanzsporthalle, Reeshoop 48

Herr Nowak, Tel. 04102-98 27 46

22926 Ahrensburg

Herzsport

Di. 18:30 - 19:45 (H-127-01)

Di. 19:45 - 21:00 (H-127-02)

Fr. 18:00 - 19:00 (H-127-05)

Fr. 19:00 - 20:00 (H-127-06)

Sporthalle der Woldenhornschule
Schulstraße 1

Herr Nowak, Tel. 04102-98 27 46

22926 Ahrensburg

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

Ambulanter Herzsport

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

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

AMTV-Zentrum, Rahlstedter Str. 159

Herr Lemm, Tel. 040-675 95 084

22143 Hamburg-Rahlstedt

Ambulanter Herzsport

Mi. 17:30 - 18:30 (H-19-03)

Tennishalle, Stapelfelder Str. 145

Herr Lemm, Tel. 040-675 95 084

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

Herr Prinz, Tel. 04106-640 76 50

22761 Hamburg-Bahrenfeld

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Ambulanter Herzsport

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. 10:30 - 11:30 (H-30-01)

Mo. 11:30 - 12:30 (H-30-07)

Mo. 12:30 - 13:30 (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)

ETV-Sportzentrum, Bundesstraße 96

Büro Rehasport, Tel. 040-40 17 69 54

20144 Hamburg-Eimsbüttel



**Information über
weitere Herzgruppen:**

Herz InForm

Humboldtstr. 56, 22083 Hamburg

Tel. 040-22 80 23 64

www.herzinform.de

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

Herzsport

Di. 16:00 - 17:00 (H-37-01)

Di. 17:00 - 18:00 (H-37-02)

Schule Steinfeldstraße 1

Herr Witt, Tel. 040-712 40 33

22119 Hamburg-Billstedt

Hamburger SV e.V.,

Abt. Gesundheitssport

Reha-Herzsportgruppe

(weiterführend)

Mo. 13:30 - 14:30 (H-05-01)

Mo. 14:45 - 15:45 (H-05-02)

HSV-Sporthalle, Ulzburger Str. 94

Frau Komm, Tel. 040-415 51 617

22850 Norderstedt

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Herzsport 50-75 Watt

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

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

Sportzentrum HT 16, Sievekingdamm 7

Rehasport-Büro, Tel. 040-251 749 20

20535 Hamburg-Hamm-Nord

Hamburger Turngesellschaft

Barmbeck-Uhlenhorst e.V.

Herzsport 100 Watt

Do. 19:15 - 20:15 (H-170-03)

Herzsport 50 Watt

Do. 18:15 - 19:15 (H-170-01)

Klinikweg 10

Frau Camien, Tel. 040-299 50 78

22081 Hamburg-Barmbek-Süd

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

Geschäftsstelle, Tel. 040-79 14 33 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

Geschäftsstelle, Tel. 040-729 613 88

21147 Hamburg-Hausbruch

Niendorfer TSV von 1919 e.V.

Rehabilitationssport Herz

Mo. 12:30 - 13:30 (H-44-01)

Sportzentrum Bondenwald 14c

Frau Pahlke, Tel. 040-55 42 61 14

22453 Hamburg-Niendorf

Rehabilitationssport Herz

Mi. 19:00 - 20:00 (H-44-03)

Mi. 20:00 - 21:00 (H-44-04)

MZH Schule Bindfeldweg 37

Frau Pahlke, Tel. 040-55 42 61 14

22459 Hamburg-Niendorf

Herzsport

Di. 18:00 - 19:00 (H-44-05)

Di. 19:00 - 20:00 (H-44-06)

Sporthalle Schule Bindfeldweg 37

Frau Pahlke, Tel. 040-55 42 61 14

22459 Hamburg-Niendorf

Rissener SV von 1949 e.V.

Ambulanter Herzsport

Mi. 09:15 - 10:15 (H-96-01)

Mi. 10:25 - 11:25 (H-96-02)

Mi. 11:30 - 12:30 (H-96-03)

Marschweg 75
Geschäftsstelle, Tel. 040-81 27 46
22559 Hamburg-Rissen

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Herzsport

Mo. 17:00 - 18:15 (H-70-01)
Mo. 18:15 - 19:30 (H-70-02)
Mi. 16:00 - 17:15 (H-70-05)
Mi. 17:15 - 18:30 (H-70-06)
Mi. 18:30 - 19:45 (H-70-07)
Sporthalle Krohnstieg 107
Herr Mems, Tel. 0173-93 85 925
22415 Hamburg-Langenhorn

Herzsport

Di. 17:30 - 18:45 (H-70-03)
Di. 19:00 - 20:15 (H-70-04)
Sporthalle Eschenweg 1
Herr Mems, Tel. 0173-93 85 925
22335 Hamburg-Fuhlsbüttel

Herzsport

Fr. 10:15 - 11:30 (H-70-08)
Sporthalle Lüttkoppel 1
Herr Mems, Tel. 0173-93 85 925
22335 Hamburg-Fuhlsbüttel

SC Eilbek von 1913 e.V.

Herzsport

Mi. 18:00 - 19:00 (H-187-01)
Sporthalle Schellingstr. 45
Herr Simon, Tel. 0177-500 82 66
22089 Hamburg-Eilbek

SC Poppenbüttel von 1930 e.V.

Herzsport

Mi. 17:30 - 18:30 (H-27-01)
Mi. 18:30 - 19:30 (H-27-06)
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. 040-606 14 14
22399 Hamburg-Poppenbüttel

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

Herzsport

Di. 17:00 - 18:00 (H-45-01)
Di. 18:00 - 19:00 (H-45-02)
Sporthalle Fünfhausen,
Sporthallenweg 7
Frau Beier, Tel. 040-723 99 29
21037 Hamburg-Kirchwerder

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Herzgruppe

Di. 15:30 - 16:30 (H-22-01)
Di. 16:35 - 17:35 (H-22-02)
Di. 14:30 - 15:30 (H-22-03)
Di. 18:30 - 19:30 (H-22-07)
Do. 13:30 - 14:30 (H-22-04)
Do. 14:30 - 15:30 (H-22-05)
Do. 15:30 - 16:30 (H-22-06)
Do. 16:35 - 17:35 (H-22-08)
VITALIFE SVE - Gesundheitszentrum
Steinwiesenweg 30
Frau Neumann, Tel. 040-570 00 715
22527 Hamburg-Eidelstedt

SV Lurup-Hamburg v. 1923 e.V.

Ambulanter Herzsport

Do. 18:00 - 19:00 (H-150-01)
Do. 19:00 - 20:00 (H-150-02)
Kursraum Franzosenkoppel 118
Geschäftsstelle, Tel. 040-986 70 300
22547 Hamburg-Lurup

**SV Nettelburg/Allermöhe
von 1930 e.V.**

Herzsport

Di. 16:00 - 17:00 (H-39-01)

Di. 17:00 - 18:20 (H-39-03)

Vereinsheim des SVNA, Katendeich 14

Frau Spychalla, Tel. 040-735 32 00

21035 Hamburg-Nettelburg

Herzsport

Do. 17:15 - 18:15 (H-39-02)

Schulsportthalle Fiddingshagen 11

Frau Spychalla, Tel. 040-735 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. 040-411 72 794

20357 Hamburg-Sternschanze

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Herzsport

Mo. 10:00 - 11:00 (H-35-01)

Mo. 11:00 - 12:00 (H-35-02)

Mi. 10:00 - 11:00 (H-35-03)

Mi. 11:00 - 12:00 (H-35-04)

TSG Sportzentrum, Bult 8 (Gym1)

Frau Derwahl, Tel. 040-401 136 403

21029 Hamburg-Bergedorf

Herzsport

Mo. 09:00 - 10:00 (H-35-05)

Mo. 10:00 - 11:00 (H-35-06)

Mo. 11:00 - 12:00 (H-35-07)

Mi. 11:00 - 12:00 (H-35-04)

TSG Sportzentrum, Bult 8 (Gym2)

Frau Derwahl, Tel. 040-401 136 403



Wir investieren, Sie profitieren –
freuen Sie sich auf mehr Komfort,
mehr Service, mehr Urlaub.



21029 Hamburg-Bergedorf

Herzsport

Di. 19:00 - 20:00 (H-35-08)

Do. 17:30 - 18:30 (H-35-09)

Do. 18:30 - 19:30 (H-35-10)

Sporthalle EHS + Spieringstr. -

Ernst-Henning-Str. 20

Frau Derwahl, Tel. 040-401 136 403

21029 Hamburg-Bergedorf

TSV DUWO 08 e.V.

Herzsport

Mi. 17:00 - 18:00 (H-181-01)

Sa. 09:00 - 10:00 (H-181-02)

Sa. 10:00 - 11:00 (H-181-03)

Schule am Walde, Kupferredder 12

Herr Bünz, Tel. 0470-605 53 12

22397 Hamburg-Wohldorf-Ohlstedt

TSV Sasel von 1925 e.V.

Herzsport

Di. 17:00 - 18:00 (H-167-01)

Di. 18:00 - 19:00 (H-167-02)

Di. 19:00 - 20:00 (H-167-03)

Sporthalle Redder 4

Frau Gausmann, Tel. 040-600 31 67

22393 Hamburg-Sasel

TSV Wandsetal Hamburg v. 1890 e.V.

Herzsportgruppe

Do. 17:00 - 18:00 (H-51-01)

Do. 18:00 - 19:00 (H-51-02)

Schulsporthalle Matthias-Claudius-

Gymnasium, Witthöffstr. 8

Herr Rehmer, Tel. 040-693 34 49

22041 Hamburg-Wandsbek

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

Herzsport

Mi. 18:00 - 19:00 (H-25-02)

Fr. 13:00 - 14:00 (H-25-05)

Turnhalle (Rit 1 oder 2), Ritterstr. 9

Geschäftsstelle, Tel. 040-20 37 04

22089 Hamburg-Eilbek

Herzsport

Mi. 19:15 - 20:15 (H-25-03)

Turnhalle Schellingstr. 45

Geschäftsstelle, Tel. 040-20 37 04

22089 Hamburg-Eilbek

Turnerschaft Harburg von 1865

Herzsport

Do. 18:30 - 19:30 (H-29-01)

Do. 19:30 - 20:30 (H-29-02)

Sporthalle Hans-Dewitz-Ring 21

Frau Hohensee, Tel. 040-70 10 84 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

Geschäftsstelle, Tel. 040-60 44 28 80

22147 Hamburg-Rahlstedt

Herzsport

Di. 17:30 - 18:30 (H-07-03)

Di. 18:30 - 19:30 (H-07-04)

Sporthalle Schule Bekassinenau 32

Geschäftsstelle, Tel. 040-60 44 28 80

22147 Hamburg-Rahlstedt

Herzsport

Mi. 16:30 - 17:30 (H-07-05)

Schule Karlshöhe, Thomas-Mann-Str. 2

Geschäftsstelle, Tel. 040-60 44 28 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. 040-550 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)

Vereinshalle Döhrntwiete 20

Sportbüro, Tel. 040-56 48 70

22529 Hamburg-Lokstedt

Uhlenhorster SC Paloma v. 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. 040-29 41 26

22083 Hamburg-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. 040-279 83 77

22303 Hamburg-Winterhude

Walddorfer SV von 1924 e.V.

Herzsport

Mo. 08:30 - 09:30 (H-46-01)

Mo. 09:00 - 10:00 (H-46-10)

Mo. 09:30 - 10:30 (H-46-02)

Di. 09:00 - 10:00 (H-46-06)

Di. 10:00 - 11:00 (H-46-07)

Di. 11:00 - 12:00 (H-46-08)

Walddorfer SV, Halenreihe 32-34

Walddorfer SV, Tel. 040-645 06 20

22359 Hamburg-Volksdorf

Wandsbeker TSV Concordia e.V.

Herzsport-Rehabilitationssport

Do. 16:30 - 17:30 (H-176-01)

Do. 17:30 - 18:30 (H-176-02)

Do. 18:30 - 19:30 (H-176-03)

Fr. 17:00 - 18:00 (H-176-04)

Sporthalle d. Schule Denksteinweg 17

Geschäftsstelle, Tel. 040-653 47 13

22043 Hamburg-Jenfeld

Wedeler TSV e.V.

Herzsport Hockergruppe

Mi. 11:00 - 12:00 (H-33-01)

Herzsport

Mo. 18:00 - 19:00 (H-33-05)

Mo. 19:00 - 20:00 (H-33-07)

Mi. 11:00 - 12:00 (H-33-08)

Herzsport 50 Watt

Mo. 19:00 - 20:00 (H-33-03)

Mi. 12:00 - 13:00 (H-33-04)

Herzsport 50-75 Watt

Mi. 11:00 - 12:00 (H-33-06)

TSV-Halle, Schulauer Str. 63

Frau Linow, Tel. 04103-701 65 08

Sprechzeiten Mo.-Do. 09:00-12:00 Uhr

22880 Wedel

Herzsport 50 Watt

Mo. 18:00 - 19:00 (H-33-02)

Gymnastikraum Bekstr. 22

Frau Linow, Tel. 04103-701 65 08

Sprechzeiten Mo.-Do. 09:00-12:00 Uhr

22880 Wedel

Teil II - Behindertensportgruppen

(Stand: 5.12.2025)

BADMINTON

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 85 75 88

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

Sporthalle Ehestorfer Weg 14a

21075 Hamburg-Eißendorf

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

Sporthalle Woellmerstr. 1

21075 Hamburg-Heimfeld



Wedeler TSV e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 04103-2200

Rolli-Badminton

Di. 19:30 - 22:00 (B-33-01)

Sporthalle, Ernst Barlach-Gemein-

schaftsschule, Bergstraße 1

22880 Wedel

BASKETBALL - FAUSTBALL

FLUGBALL - VOLLEYBALL

VfL Pinneberg

Frau Peek, Tel. 0177-40 44 444

sitzvolleyball@vg-hapi.de

Sitzvolleyball

Mo. 20:00 - 22:00 (B-182-01)

Sporthalle Grundschule

Bickbargen 115

25469 Halstenbek

Sozialverband Deutschland
Landesverband Hamburg

SOVD

Reha? Pflege? Behinderung?

**Wir schützen Sie
vor den Folgen
sozialer Härte!**

A photograph of a woman with long red hair holding a small white card with a black smiley face in front of her mouth.

**Damit Sie auch in
Zukunft lächeln**

Jetzt Mitglied werden:
sovd-hh.de

Pestalozzistr. 38
22305 Hamburg

Tel. 040 6116070
info@sovd-hh.de

BLINDENSPORT

Blinden- und Sehbehindertenverein Hamburg e.V.

Showdown (Tischball)

Mo. 17:00 - 20:00 (B-138-01)

Techniktraining

Fr. 17:00 - 20:00 (B-137-02)

für Anfänger und Interessierte

Herr Hirstodulidis,

Tel. 0151-729 242 47

Yoga

Di. 10:00 - 11:30 (B-138-03)

Mi. 17:00 - 18:30 (B-138-04)

Frau Lehmann, Tel. 0163-698 55 08

Frau Noel, Tel. 040-659 163

Louis-Braille-Center

Holsteinischer Kamp 26

22081 Hamburg-Barmbek

FC St. Pauli von 1910 e.V.

Tor- und Goalball

Mo. 19:00 - 21:00 (B-54-01) **Torball**

Fr. 19:00 - 21:00 (B-54-02)

Torball/Goalball nach Absprache

Frau Lüken, Tel. 0179-123 52 86

tor-goalball@stpauli-tuga.de

Sporthalle des Bildungszentrums

für Blinde und Sehbehinderte

Borgweg 17a

22303 Hamburg-Winterhude



Inklusive Blindenfußball-Trainings- gruppe „Basis“ – für alle Altersstufen und alle Sehfähigkeitsstufen

Di. 16:00 - 17:30 (B-54-07)

Trainer Herr Schmidt,

Tel. 0162-575 47 42,

Spieler Herr Celebi,

Tel. 0170-996 35 37

Sporthalle des Bildungszentrums
für Blinde und Sehbehinderte

Borgweg 17a

22303 Hamburg-Winterhude

Blindenfußball

Leistungstraining

Di. 17:30 - 20:00 (B-54-03)

Fr. 16:00 - 19:00 (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

Bildungszentrum für Blinde und

Sehbehinderte, Borgweg 17a

22303 Hamburg-Winterhude

Blindenfußball individual Training für Anfänger*innen,

Rekonvaleszent*innen und Wettkampfspieler*innen

Do. 16:00 - 18:00 (B-54-08)

jonas.dawid@fcstpauli.com

blindenfussball@fcstpauli.com

Sportplatz des Bildungszentrums

für Blinde und Sehbehinderte

Borgweg 17a

22303 Hamburg-Winterhude

TANDEM-SPORT

Wir sind ...

... ein Verein mit ca. 100 Mitgliedern und vielen aktiven Freunden im Alter zwischen 25 und über 80 Jahren.

Jeder seh-eingeschränkte, blinde und sehende Mensch kann bei uns Mitglied werden.

Wir wollen ...

... den Spaß am Radfahren verbinden von seh-eingeschränkten und blinden Menschen.

Das Tandemfahren bietet eine ideale Gelegenheit zu Kooperation und Kommunikation.

Wir haben ...

... 40 Jahre Vereinserfahrungen
... über 40 Vereinstandems

Wir machen ...

... gemütliche Kurztouren:
bis 50 km in der Woche und an Wochenenden
... anspruchsvolle Langtouren:
60 km – 80 km
... sportliche Touren:
100 km – 110 km

Wer möchte, kann auch sein eigenes Tandem mitbringen.

... erlebnisreiche Wanderungen in den Wintermonaten

Als ehrenamtliche Begleitung (Pilot) ...

... trainierst du auf dem Tandem vorne sitzend deine Kondition und ermöglichst gleichzeitig einem blinden oder seh-eingeschränkten Menschen, das Gleiche zu tun.

... fährst du auch ohne Mitgliedschaft in unserem Verein mit.

Als mitfahrende Person ...

... kannst du dich einmal so richtig austoben und dabei die Natur hautnah miterleben.

... organisiert der Verein die passende Begleitperson für dich auf dem Tandem. Gern kannst du deine vorne sitzende Begleitung auch selbst mitbringen.

Informationen bei:

Tandemclub
Weiße Speiche
Hamburg e.V.
Ulli Staniiullo
(Tourenwart)

Tel. 040-831 64 01

www.tandemclub.de

E Mail: vorstand@tandemclub.de



**Hast du Interesse?
Dann mach einfach mit!**

BOSSELN

BSG Wilhelmsburg und Harburg e.V.

Bosseln

Fr. 18:00 - 20:00 (B-03-02)
Frau Meier, Tel. 040-769 69 251
Sporthalle I, Dratelnstraße
21109 Hamburg-Wilhelmsburg



FUSSBALL + FUSSBALLTENNIS

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

Herr Harders,
E-Mail: vorstand@hssv-hamburg.de

Fußball Herren

Fr. 16:30 - 20:00 (B-28-03)
Sporthalle Holmbrook
22605 Hamburg-Othmarschen

Harburger TB v. 1865 e.V.

Fußball n. Special Olympics-Kriterien

ab 14 Jahre
Trainingszeiten und Ort bitte in der
Geschäftsstelle erfragen:
Tel. 040-79 14 33 23
21075 Hamburg-Heimfeld

Hoisbütteler SV von 1955 e.V.

Frau Boye, Tel. 040-605 03 01

Fußball

Di. 17:45 - 18:45 (B-177-07)
Sporthalle Teichweg 27
22949 Ammersbek

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

Fußballtennis

Di. 18:30 - 21:00 (B-01-26)
Steinadlerweg 26
22119 Hamburg-Billstedt

Fußballtennis

Fr. 19:00 - 22:00 (B-01-24)
Schule Goosacker
22549 Hamburg-Osdorf

Inklusions-Sport-Verein Alsterdorf e.V.

Herr Fürst, Tel. 040-50 77 37 03

Freizeitfußball

Di. 20:00 - 22:00 (B-154-11)

Fußballtraining

Mi. 18:00 - 20:00 (B-154-12)
Barakiel-Halle
Elisabeth-Flügge-Str. 8
22337 Hamburg-Alsterdorf

SC Poppenbüttel

Geschäftsstelle, Tel. 040-606 14 14

Walking Football

Do. 19:00 - 20:00 (B-27-03)

Kleiner Kunstrasen, Bültenkoppel 1
22399 Hamburg-Poppenbüttel



SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 040-735 32 00

Walking Football

Do. 16:00 - 17:30 (B-39-02)

Sporthalle/Sportpl. Henriette-Herz-Ring
21035 Hamburg-Bergedorf

Walking Football

Fr. 14-tägig 14:00 16:00 (I-39-1)

Carla-Teigeler-Haus, An den Dünen
21033 Hamburg-Bergedorf

GYMNASTIK

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 85 75 88

Stuhlgymnastik und Spiele

Do. 10:00 - 10:45 (B-01-58)

Saal der Seniorenwohnanlage
Wandsbeker Königstraße 65
22041 Hamburg-Wandsbek

Wirbelsäulengymnastik,

Bosseln, Faustball

Di. 18:30 - 20:00 (B-01-44)

Sporthalle, Eckernförder Straße 70
22769 Hamburg-Altona

Gymnastik und Ballspiele

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

Sporthalle, Fischbeker Moor 6
21149 Hamburg-Fischbek

SC Poppenbüttel

Geschäftsstelle, Tel. 040-606 14 14

Sitzgymnastik

Mi. 13:30 - 14:15 (B-27-01)

Bültenhalle, Bültenkoppel 1
22399 Hamburg-Poppenbüttel



KEGELN UND BOWLING

BSG Wilhelmsburg und Harburg e.V.

Frau Meier, Tel. 040-769 69 251

Kegeln

Do. 14:30 - 17:30 (B-03-04)
Sahlings Gasthof, Friedhofstr. 10
21073 Hamburg-Harburg

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

Herr Drews, drews.p@gmx.de

Bowling

jeden 2. Sonntag
10:00 - 14:00 (B-28-07)
Bauerstraße 1-3
22605 Hamburg-Othmarschen

RBS Elbgemeinden e.V.

Frau Hille, Tel. 040-89 44 32

Kegeln (Erwachsene)

einmal im Monat
Do. 17:00 - 19:00 (B-02-04)
Lokal Olympik, Rugenbarg 18
22549 Hamburg-Osdorf



SPORT FÜR MENSCHEN MIT GEISTIGER BEHINDERUNG

Hoisbütteler SV von 1955 e.V.

Frau Boye, Tel. 040-605 03 01

Floorball

Di. 16:45 - 17:45 (B-177-06)
Sporthalle Teichweg 27
22949 Ammersbek

InKraft - inklusives Fitness-Studio

Di. 16:30 - 19:00 (B-177-09)
Vereinsheim Hoisbüttel
Bullenredder 9
22949 Ammersbek



HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 85 75 88

Spiel und Spaß

bei schwerer geistiger Behinderung

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

Schwimmhalle, Bartholomäusstr. 95
22083 Hamburg-Barmbek-Süd

Phoenix Sport e.V.

Phoenix Sport, Tel. 280 52 822

Schwimmen

(Jugendliche und Erwachsene)

So. 15:45 - 17:15 (B-107-03)

Am Dulsbergbad 5

22049 Hamburg-Dulsberg



Klettern, Gruppe 2

Jugendliche/Erwachsene

Fr. 16:30 - 17:45 (B-107-12)

HT 16, Sievekingdamm 1

20535 Hamburg-Hamm-Nord

Walking (Jugendliche/Erwachsene)

Mo. 18:15 - 19:30 (B-107-09)

Im grünen Zentrum Lohbrügge

21031 Hamburg-Bergedorf

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 735 32 00

Fußball/Leichtathletik

nach Special Olympics-Kriterien

ab 14 Jahre

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

Sporthalle/Sportplatz

Henriette-Herz-Ring

21035 Hamburg-Bergedorf



TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Kontakt Tel. 040-40 11 36 300

Psychomotorik ab 16 Jahre

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

Turnhalle Anton-Ree-Schule

Ebner-Eschenbach-Weg 45

21035 Hamburg-Allermöhe

Spiel und Spaß im Wasser

Psychomotorische Bewegung

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

Schwimmbad im TSG Sportforum

Billwerder Billdeich 607

21033 Hamburg-Bergedorf



Image-Broschüren, Magazine, Jahresberichte

Auswahl unserer Kooperationspartner



Verlag Andreas Stenger
Soziales Marketing

Dietrich-Bonhoeffer-Weg 1
D-61273 Wehrheim

Telefon:
+49 (0)60 81 / 46 999 64

stenger@sozialesmarketing.de
www.sozialesmarketing.de

SPORT IM WASSER

SCHWIMMEN + WASSERGYMNASTIK

BSG Wilhelmsburg und Harburg e.V.

Frau R. Arps, Tel. 0175-26 97 439

Wassergymnastik

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

Inselpark-Schwimmhalle

Wilhelmsburg

21109 Hamburg-Wilhelmsburg

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 040-85 75 88

Schwimmen

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

Schwimmhalle Simrockstraße 45

22589 Hamburg-Blankenese

Schwimmen, Wassergymnastik

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

Schwimmhalle Fabriciusstraße 223

22177 Hamburg-Bramfeld

Schwimmen,

auch für Sehbehinderte und Blinde

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

Schwimmhalle im Grünen Grunde 1

22337 Hamburg-Ohlsdorf

Schwimmen, Wassergymnastik

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

Rahlstedter Bahnhofstraße 52

22149 Hamburg-Rahlstedt

Schwimmen

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

Schwimmhalle Kurt-Emmerich-Platz 12

21109 Hamburg-Wilhelmsburg

Wassergymnastik

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

Schwimmen

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

Schwimmhalle Budapester Str. 29

20359 Hamburg-St. Pauli

Schwimmen

Mi. 20:00 - 20:50 (B-01-48)

Schwimmhalle Elbgaustr. 110

22523 Hamburg-Lurup

Schwimmen + Wassergymnastik

Do. 19:00 - 20:00 (B-01-49)

Schwimmhalle Reedwerder 25

21029 Hamburg-Bergedorf

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

Kontakt Tel. 040-40 11 36 300

Schwimmen Freizeitgruppe

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

Bille Bad Reedwerder 25

21029 Hamburg-Bergedorf



TENNIS + TISCHTENNIS

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

E-Mail: vorstand@hssv-hamburg.de

Tischtennis ab 16 Jahre

Di. 18:00 - 21:30 (B-28-04)

Sporthalle Holmbrook

22605 Hamburg-Othmarschen



Mümmelmannsberger SV Hamburg von 1974 e.V. (MSV Hamburg)

Geschäftsstelle, Tel. 040-715 33 36

Tischtennis

für Jugendliche und Erwachsene

Do. 17:30 - 21:45 (B-14-01)

Turnhalle Schule Rahewinkel

22115 Hamburg-Billstedt

WEITERE SPORTANGEBOTE FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

Altrahlstedter MTV von 1893 e.V.

Frau Schacht, anschacht@gmx.de

Handball ,unified Handballer*innen‘

Sa. 10:00 - 12:00 (B-19-01)

Schulsporthalle Gyula-Trebitsch-

Schule, Barenkrug 16

22159 Hamburg-Rahlstedt

Club Saltatio Hamburg e.V.

Frau Stier, Tel. 0176-63 60 24 65

Rollstuhltanzen

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

Aula, Nydamer Weg 44

22145 Hamburg-Rahlstedt



Eimsbütteler TV e.V.

Frau Harloff, Tel. 040-40 17 69 55

Aikido für Menschen mit MS (ab 15 J.)

Do. 08:00 - 09:00 (B-30-13)

Para Judo für Jugendliche ab 16 Jahre

Di. 18:30 - 20:00 (B-30-01)

ETV-Sportzentrum Bundesstraße,

Bundesstraße 96 (Dojo II)

20144 Hamburg-Eimsbüttel



Aikido für Menschen mit MS (ab 15 J.)

Mi. 09:00 - 10:00 (B-30-12)

Hamburg Haus, Doormannsweg 12

20259 Hamburg-Eimsbüttel

FC St. Pauli von 1910 e.V.

Handball (Alter 14-80)

für geistig & körperlich beeinträchtigte und nicht beeinträchtigte Frauen und Männer

Sa. 10:00 - 12:00 (B-54-01)

Sporthalle des Wirtschafts-

gymnasiums, Budapest Str. 58

20359 Hamburg-St. Pauli

Geesthachter Schützengesellschaft von 1895 e.V.

Bogensport Geesthacht

E-Mail: bogensport@gsg1895.de

Bogensport ab 12 Jahre

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



Hamburger Gehörlosen SV von 1904 e.V. (HGSV)

Der HGSV bietet für alle
Gebärdensprachenutzer*innen
(Gehörlose, Schwerhörige, Ertaubte,
Taubblinde und gebärdensprach kompetent Hörende)

Kinder- und Jugendsport:

Leichtathletik, Basketball, Volleyball,
Tischtennis, Kinderturnen, Fußball +
Futsal (U10, U15 und U18)

Erwachsenensport:

Badminton, Basketball, Breitengesundheitssport, Curling, Fußball & Futsal (U21/Ü32/Ü40/Altherren), Handball, Radsport, Rommé & Skat, Rudersport, Schach, Schwimmen und Wasserball, Tennis & Padel, Tischtennis, Volleyball, Segelsport, Frauensport (funktionale Gymnastik usw.), Leichtathletik, Taubblindensport

Bei Interesse bitte melden unter

E-Mail: geschaeftsstelle@hgsv.de

Tel.-Nr. (AB) 040-880 93 59

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

Herr Böning, Tel. 550 83 44

Schach

jeden 3. Mittwoch im Monat

von 18:00 - 20:00 (B-28-09)

Vereinshaus Wagnerstraße 42

22081 Hamburg-Barmbek

Herr Harders

E-Mail: vorstand@hssv-hamburg.de

Darts, Minigolf

nach Vereinbarung

22605 Hamburg-Othmarschen

Hamburger SV e.V.

Herr Stender, Tel. 040-41 55 16 00

Amputierten-Fußball

jeden 4. Samstag

Sportanlage Ulzburger Str. 94

22846 Norderstedt

Inklusions-Sport-Verein Alsterdorf e.V.

Herr Fürst, Tel. 040-50 77 37 03

Ü60 - Fit in Alsterdorf

Mi. 16:00 - 17:00 (B-154-14)

Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8

22337 Hamburg-Alsterdorf

Frau Fuchs, Tel. 040-50 77 37 03

Yoga für Anfänger

Mo. 17:00 - 18:00 (B-154-15)

Gemeinschaftsraum Koops-Quartier

Elisabeth-Flügge-Straße 6c-d

22337 Hamburg-Alsterdorf

Bogensport im BRSH

Ansprechpartner

Herr Müller

Tel. 04176-75 26



SC Poppenbüttel

Geschäftsstelle, Tel. 040-606 14 14

Gehschule

Mi. 11:00 - 12:30 (B-27-02)

Kleiner Kunstrasen, Bültenkoppel 1

22399 Hamburg-Poppenbüttel

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Frau Richter, Tel. 570 007-20

Trampolin Kinder ab 6 Jahre

(nur mit Voranmeldung)

Do. 17:30 - 19:00 (B-22-35)

Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8
22337 Hamburg-Alsterdorf

Trampolin Kinder

Mo. 17:00 - 18:15 (B-22-40)

Di. 17:00 - 18:15 (B-22-42)

Trampolin Erwachsene

Mo. 18:15 - 19:30 (B-22-41)

Di. 18:15 - 19:30 (B-22-43)

Fahrenort 76

22457 Hamburg-Lurup

Frau Rigoll, Tel. 232 636 38

Taekwondo (6-10 Jahre)

Sa. 10:30 - 12:00 (B-22-44)

Kampfsportzentrum, Redingskamp 25
22523 Hamburg-Eidelstedt

SV Lurup-Hamburg von 1923 e.V.

Frau Manti u. Herr Silkenath

Tel. 0179-17 17 556

Bogensport (Sommer)

Jugendliche + Erwachsene

Mi. 19:30 - 21:30 (B-150-01)

Sportpark Vorhornweg

22549 Hamburg-Lurup



Bogensport (Winter)

Jugendliche + Erwachsene

Mi. 19:30 - 21:30 (B-150-02)

Halle Böttcherkamp 144

22549 Hamburg-Lurup

Herr Overkamp, Tel. 0162-27 51 444

Inklusionsgruppe

Mo. 18:30 - 19:30 (B-150-03)

Halle Böttcherkamp 144

22549 Hamburg-Lurup

VfL Pinneberg e.V.

Frau Peek, Tel. 0177-40 44 444

sitzvolleyball@vg-hapi.de

Sitzvolleyball

Mo. 20:00 - 22:00 (B-182-01)

Sporthalle Grundschule

Bickbargen 115

25469 Halstenbek

Wandsbeker Schützengilde e.V. von 1637

Kontakt Tel. 040-68 63 63

(freitags ab 18 Uhr)



Schießen

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

Schießsportzentrum,

Marienthaler Str. 178

20535 Hamburg-Hamm



Teil III - Inklusions- und Integrationssport

(Stand: 6.12.2025)

ERWACHSENE

Hamburger SV e.V.

Rollstuhlbasketball

BG Baskets 2 (Erwachsene)

Mo. 20:00 - 22:00 (I-05-04)

Do. 20:00 - 22:00 (I-05-05)

HSV-Amateursport

Herr Classen, Tel. 040-41 55 16 00

E-Mail: sport@hsv.de

Sporthalle Horner Weg 89

22111 Hamburg-Horn



Breitensport - Spiele ohne Sieger

(Erwachsene)

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

Teamsport/Floorball

(Erwachsene)

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

Frau Richter, Tel. 570 007-20

Carsten-Rehder-Str. 43

(Eingang Breite Str.)

22767 Hamburg-Altona

InklusionsSportverein Alsterdorf e.V.

Klettern für Erwachsene

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

Herr Fürst, Tel. 040-50 77 37 03

Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8

22337 Hamburg-Alsterdorf

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Fußballgruppe integrativ

(Erwachsene)

Do. 17:00 - 18:00 (I-43-03)

Joel Brülke, leoj2joel@gmail.com

Sporthalle Christian-Förster Str. 21

22527 Hamburg-Eimsbüttel

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Fußballgruppe integrativ

(Erwachsene)

Mi. 18:00 - 19:30 (I-22-11)

Frau Richter, Tel. 570 007-20

Fußballplatz, Furtweg 51

22523 Hamburg-Eidelstedt



JUGENDL. ERWACHSENE UND GRUPPEN OHNE ALTERSBEGRENZUNG

Eimsbütteler TV e.V.

Fitness inklusiv (ab 16 Jahre)

Do. 18:00 - 19:00 (I-30-15)
Frau Harloff, Tel. 040-40 17 69 55
ETV-Sportzentrum Bundesstraße 96
(Dojo I)
20144 Hamburg-Eimsbüttel

Schwimmen inklusiv (ab 12 Jahre)

Mo. 17:00 - 18:00 (I-30-16)
Di. 18:00 - 19:30 (I-30-17)
Frau Ottenberg, Tel. 040-40 17 69 22
Bäderland Festland, Holstenstraße 30
22767 Hamburg-Altona

Aquaball (ab 14 Jahre)

Fr. 19:30 - 20:30 (I-30-18)
Herr Schlüter, Tel. 040-40 17 69 22
ETV Schwimmschule, Turmweg 33
20148 Hamburg-Rotherbaum

Hamburger SV e.V.

HSV-Amateursport
E-Mail: sport@hsv.de

Wheelsoccer

Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Fr. 18:00 - 19:30 (I-05-01)
Frau Sebrantke, Tel. 040-41 55 16 00
Reinbeker Redder 274
22111 Hamburg-Horn

Rollstuhlbasketball

Freizeitgruppe für alle

Do. 17:30 - 19:30 (I-05-08)
Herr Rudys, Tel. 040-41 55 16 00
Sporthalle Horner Weg 89
22111 Hamburg-Horn



Rollstuhlbasketball BG Baskets 3

Jugendliche und Erwachsene

Di. 18:30 - 20:00 (I-05-10)
Do. 18:30 - 20:00 (I-05-11)
Herr Eickemeyer
Sporthalle Horner Weg 88
22111 Hamburg-Horn



Inklusives Darts

Das Training findet jeden ersten Donnerstag im Monat um 18:00 Uhr sowie jeden letzten Montag im Monat statt.
Geschäftsstelle, Tel. 040-79 14 33 23
Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8
22337 Hamburg-Alsterdorf

Hoisbütteler SV von 1955 e.V.

InKraft - inklusives Fitness-Studio

Mo.-Fr. 09:00 - 12:00 (I-177-01)
Mo.-Fr. 16:00 - 21:00 (I-177-02)
Sa. 10:00 - 16:00 (I-177-04)
So. 10:00 - 14:00 (I-177-05)

Frau Boye, Tel. 040-605 03 01

Fitness Studio Hoisbüttel

Bullenredder 9

22949 Ammersbek

Sport Spiel Spaß

Di. 16:30 - 19:00 (I-177-08)
Frau Boye, Tel. 040-605 03 01
Sporthalle Teichweg 27
22949 Ammersbek

InklusionsSportverein Alsterdorf e.V.

Herr Fürst, Tel. 040-50 77 37 03

Freizeitsport für junge Erwachsene

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

Fitness für Einsteiger

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

Badminton

Di. 18:00 - 20:00 (I-154-04)

Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8
22337 Hamburg-Alsterdorf

Montags-Turnen für alle

Mo. 14:00 - 15:00 (I-154-08)
Evangelische Stiftung Alsterdorf
Alsterdorfer Markt 18
22298 Hamburg-Alsterdorf

Bewegungsstunde

Mi. 17:00 - 17:45 (R-154-09)
Sprach- und Bewegungszentrum (SBZ)
Rotenhäuser Damm 40
21107 Hamburg-Wilhelmsburg

Fit ohne Grenzen

Mi. 18:00 - 19:00 (I-154-10)
Haus der Familie
Bei der Schilleroper 15
22767 Hamburg-Altona

Phoenix Sport e.V.

Phoenix Sport, Tel. 280 52 822

Basketball

Do. 17:45 - 19:00 (I-107-07)
Sporthalle, Leuschnerstraße 84
21031 Hamburg-Bergedorf

Yoga und Entspannung

Mo. 18:30 - 19:45 (I-107-14)

Fitness-Zirkel-Training

Mo. 18:30 - 19:45 (B-107-13)
Gymnastikhalle
Grundschule Mendelstraße
21031 Hamburg-Bergedorf

Schwimmen Fortgeschrittene
(Jugendliche und Erwachsene)

Mo. 15:45 - 17:15 (I-107-14)

Bille Bad, Reetwerder 25
21029 Hamburg-Bergedorf



SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Geschäftsstelle, Tel. 040-30 06 29 90

Offenes Angebot: Ballspiele für Jung und Alt - inklusiv
(sehr niederschwellig)

Di. 16:00 - 17:00 (I-70-01)
Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8
22337 Hamburg-Alsterdorf

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Handballgruppe integrativ
(8 bis 80 Jahre)

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

Rollstuhlbasketball Freizeit
ab 16 Jahre

Do. 19:00 - 20:15 (I-22-42)
Frau Richter, Tel. 570 007-20
Sporthalle Julius-Leber-Schule
Halstenbeker Str. 41
22457 Hamburg-Schnelsen



Rollstuhlsport für Kinder und Jugendliche (ab 8 Jahre)

Mo. 17:00 - 18:30 (B-22-46)
Frau Richter, Tel. 570 007-20
Große Sporthalle Julius-Leber-Schule
Halstenbeker Straße 41
22457 Hamburg-Schnelsen

Rollstuhlbasketball

Einsteiger ab 10 Jahre

Fr. 18:00 - 20:00 (I-22-33)
Herr Ertl, Tel. 0162-622 41 33
Sporthalle, Elisabeth-Flügge-Str. 8b
22523 Hamburg-Alsterdorf

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Fußballgruppe integrativ (6-12 Jahre)

Di. 17:00 - 17:55 (I-43-01)

Fynn Egloff, f.egloff@gweimsbuettel.de

Sporthalle Lutterothstraße 43

22527 Hamburg-Eimsbüttel

Fußballgruppe integrativ (16-18 J.)

Do. 17:00 - 18:00 (I-43-02)

Joel Brülke, leo2joel@gmail.com

Sporthalle Christian-Förster Str. 21

22527 Hamburg-Eimsbüttel

TriBühne e.V.

Circus

(Jugendliche + Erwachsene ab 16 Jahre mit Down-Syndrom)

Di. 17:00 - 18:30 (I-12-01)

Herr de Vries, Tel. 040-85 15 79 09

TriBühne e.V., Stresemannstraße 374b

22761 Hamburg-Bahrenfeld



Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Sport, Bewegung, Spaß

für behinderte und

nicht behinderte Menschen

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

Frau Senst, Tel. 0157-59 12 55 88

Sporthalle, Hans-Dewitz-Ring 21

21075 Hamburg-Heimfeld

Inklusion - Sport, Spiel, Spaß

Fit für die Vielfalt

Mi. 19:00 - 20:30 (B-29-06)

Frau Senst, Tel. 0157-5912 5588

Woellmerstraße 1

21075 Hamburg-Harburg

Walddörfer SV von 1924 e.V.

Walddörfer SV, Tel. 64 50 62-0

Inklusionssportgruppe ab 18 Jahre

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

Einfeldhalle (rechte Halle)

Ahrensburger Weg 28

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)

Mo. 17:00 - 18:00 (I-22-45)

Offenes Turnangebot

Mini Club 2 (1 bis 3 Jahre)

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

Offenes Turnangebot

Mini Club 2 (1 bis 5 Jahre)

Fr. 17:00 - 18:00 (I-22-44)

Frau Richter, Tel. 040-57 00 07-20

Sporthalle Rungwisch 23

22523 Hamburg-Eidelstedt

SCHULKINDER

Eimsbütteler TV e.V.

ID Judo (7-13 Jahre)

Di. 16:30 - 17:30 (I-30-02)

ID Judo (ab 14 Jahre)

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

Frau Harloff, Tel. 040-40 17 69 55

ETV-Sportzentr. Bundesstr. 96 (Dojo II)

20144 Hamburg-Eimsbüttel

Schwimmen: Seepferdchenkurs

(inklusiv) 5 -8 Jahre

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

Schwimmen: Seepferdchenkurs

5-12 Jahre (f. Kinder m. Handicap)

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

Flipperkurs inklusiv

8-10 Jahre (Vorbereitung Bronze)

Mi. 18:00 - 18:45 (I-30-07)

Schwimmschul-Team, Tel. 40 17 69 22

ETV Schwimmschule, Turmweg 33

20148 Hamburg-Rotherbaum

Aquaball

Youngsters 8 bis 13 Jahre

Fr. 18:30 - 19:30 (I-30-11)

Herr Schlüter, Tel. 040-40 17 69 22

ETV Schwimmschule, Turmweg 33

20148 Hamburg-Rotherbaum

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Psychomotorische Kindergruppe

(5 bis 8 Jahre)

Do. 16:15 - 17:30 (I-22-07)

Fußballgruppe integrativ

(12 bis 18 Jahre)

Di. 17:30 - 19:00 (I-22-10)



Frau Richter, Tel. 040-570 007-20

Sporthalle Rungwisch 23

22523 Hamburg-Eidelstedt

Psychomotorische Kindergruppe

(6 bis 12 Jahre)

Di. 16:45 - 18:15 (I-22-16)

Frau Richter, Tel. 040-570 007-20

Carsten-Rehder-Str. 43

(Eingang Breite Str.)

22767 Hamburg-Altona

Psychomotorik/Kleine Spiele

(ab 5 Jahre)

Mi. 16:00 - 17:15 (I-22-22)

Psychomotorik/Kleine Spiele

(ab 10 Jahre)

Di. 16:00 - 17:15 (I-22-20)

Rollstuhlsport (ab 5 Jahre)

Mi. 17:15 - 18:30 (I-22-24)

Ballspiele (ab 8 Jahre)

Do. 16:00 - 17:15 (I-22-25)

Frau Müller, Tel. 0151-17 25 74 93

Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8

22337 Hamburg-Alsterdorf

Inklusives Klettern (12 bis 16 Jahre)

Fr. 16:00 - 17:30 (I-22-28)

Kontakt: Tel. 0151-17 25 74 93

Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8

22337 Hamburg-Alsterdorf

Tanz mit uns! Inklusives Tanzprojekt

Mädchen und Jungen ab 10 Jahre

Di. 17:15 - 18:45 (I-22-27)

Frau Richter, Tel. 570 007-20

Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b

22337 Hamburg-Alsterdorf



Schwimmgruppe (Kinder mit Einschränkungen) - kleine Gruppen

Fr. 16:00 - 16:45 (I-22-14)

Wassergewöhnungsgruppe / Schwimmgruppe Kinder

kleine Gruppen

Mo. 16:00 - 16:45 (I-22-30)

Mo. 16:45 - 17:30 (I-22-31)

Mi. 16:00 - 16:45 (I-22-36)

Mi. 16:45 - 17:30 (I-22-37)

Fr. 15:15 - 16:00 (I-22-40)

Fr. 16:00 - 16:45 (I-22-41)

Nähere Informationen/Anmeldung

Frau Richter, Tel. 040-570 007-20

Lehrschwimmbecken i. d. Lohkampstr.

22523 Hamburg-Eidelstedt



TriBühne e.V.

Circus Inklusionsgruppe (Kinder 6 bis 12 Jahre)

Fr. 15:00 - 16:30 (I-12-03)

Circus Inklusionsgruppe (Kinder/Jugendliche 12 bis 16 Jahre)

Fr. 16:30 - 18:00 (I-12-02)

Herr de Vries, Tel. 85 15 79 09

Stresemannstraße 374 b

22761 Hamburg-Bahrenfeld



SPORT FÜR KINDER UND JUGENDLICHE MIT UND OHNE BEHINDERUNG

Eimsbütteler TV e.V.

Kindertanz inklusiv (3-4 Jahre)

Fr. 15:00 - 15:45 (I-30-19)

Kindertanz inklusiv (5-7 Jahre)

Fr. 15:45 - 16:30 (I-30-20)

Frau Witt, Tel. 040-401 769-930

ETV Sportzentrum Gym II

Bundesstraße 96

20144 Hamburg-Eimsbüttel

Hamburger TB v. 1862 e.V.

Seepferdchen Schwimmkurse integrativ (Kinder mit Sehbehinderung)

Di. 08:00 - 13:30 (I-10-01)

(weitere Zeiten auf Anfrage)

Geschäftsstelle, Tel. 040-25 42 862

BZBS Lehrschwimmbecken

Borgweg 17a

22303 Hamburg-Winterhude

Phoenix Sport e.V.

Schwimmen für Anfänger (Kinder und Jugendliche)

Mo. 15:45 - 17:15 (I-107-02)

Phoenix Sport, Tel. 280 52 822

Bille Bad, Reetwerder 25

21029 Hamburg-Bergedorf

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Ballspiele von 6-16 Jahren – inklusiv

Di. 17:00 - 18:00 (I-70-02)

Geschäftsstelle, Tel. 040-30 06 29 90

Barakiel-Halle, Elisabeth-Flügge-Str. 8
22337 Hamburg-Alsterdorf

Tennis inklusiv – Jugendliche

Di. 15:00 - 16:00 (I-70-03)

Geschäftsstelle, Tel. 040-30 06 29 90

Tennisanlage Beckermannweg 25
22419 Hamburg-Langenhorn

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Fußball ab 14 Jahre

Mi. 16:00 - 17:15 (I-22-23)

Frau Müller, Tel. 0151-17 25 74 93

Sporthalle Elisabeth-Flügge-Str. 8b

22337 Hamburg-Alsterdorf

Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Sport, Bewegung, Spaß für behinderte und nicht behinderte Menschen (Kinder bis 13 Jahre)

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

**Sport, Bewegung, Spaß
Psychomotorik**



VERLAG
we
to

Der Reha macht es leichter.

Und das seit
über 30 Jahren!

Der Reha-Einkaufsführer, seit über 30 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**

(Motorik + Wahrnehmung)

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

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

Frau Senst, Tel. 0157-5912 5588

Sporthalle, Woellmerstraße 1

21075 Hamburg-Heimfeld

Fußball (5-10 Jahre)

Thomas Kubena, Tel. 0179-67 18 367

Mi. 17:00 - 18:00

April - Oktober

Sportplatz Vahrenwinkelweg 39

21075 Hamburg-Heimfeld



November - März

Triftstraße 43

21073 Hamburg-Heimfeld

Wedeler TSV e.V.

Fußball inklusiv

(Angebot für alle Kinder/Jugendlichen zwischen 6-16 Jahre)

Do. 17:00 - 18:15 (I-33-01)

Sommer: Sportpl., Schulauer Straße P2

Winter: Sporthalle, Bekstraße 18

Geschäftsstelle, Tel. 04103-2200

22880 Wedel

WASSERSPORT

FC St. Pauli von 1910 e.V.

Inklusives Segeln

Inklusives Schnuppersegeln

(1 x Monat)

Inklusives Segeln lernen (2 x Monat)

Inklusives Teamtraining (2 x Monat)

inclusion@fcstpauli-segeln.de

Auf der Alster

22087 Hamburg-Mitte



Ansprechpartner:

Herr Classen, Tel. 0151-17 01 56 97

E-Mail: niko.classen@gmx.de

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Drachenboot (Erwachsene)

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

im Sommer Wassertraining,

im Winter Hallen-Fitness-Training

(Zeiten in d. Geschäftsstelle anfragen)

Geschäftsstelle, Tel. 040-735 32 00

Drachenbootzentrum Eichbaumsee

21035 Hamburg-Bergedorf

Hamburger Kanu-Club e.V.

Para Kanu / Leistungssport

Dienstag und Donnerstag

17:30 - 20:00 (I-128-01)

(jedes Jahr vom 01.04. bis 15.10.)

Tel. 0173-90 72 668 - Frau Ostheimer,

Frau Köper, Herr Classen

Barcastraße 13/Sechslingspforte

22087 Hamburg-Hohenfelde

Para Kanu

Mo. 18:00 - 20:00 (I-128-02)

Di. 18:00 - 20:00 (I-128-03)



Adressen der Mitglieder des BRSH

(Stand: 16.12.2025)

1. SC Norderstedt e.V.

Scharpenmoor 55
22848 Norderstedt
Tel. 52 87 66 94
Tel. 94 36 94 98
Fax 52 87 66 96
info@1-sc-norderstedt.de
geschaeftsstelle@1scn.de

AC Sporttherapie Training Hamburg

Anja Claußnitzer
Rübenkamp 305
22337 Hamburg
Tel. 0177/96 55 95 89
anja_claussnitzer@sporttherapie-training.de

Ahrensburger TSV von 1874 e.V.

Reeshoop 48
22926 Ahrensburg
Tel. 04102/47 15 43
Fax 04102/47 15 45
info@atsv.de

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

Holtenklinker Straße 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

Atem-Sport Hamburg e.V.

c/o Petra Lindemann
Waldweg 55
22393 Hamburg
Tel. 0176/83 02 22 14
info@atem-sport.de
petra.lindemann@online.de

AVK-Selbsthilfegruppe Hamburg e.V.

c/o Ursula Riegger
Hermann-Körner-Str. 80
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 40 16 35 27
c.prinz@btv-hamburg.de

BELLA Ladys Gym & Personal Training

Inh. Isabella Brandstötter
Lüttkamp 23
22547 Hamburg
Tel. 0173/188 51 25
i.brandstoetter@hotmail.de

BEWEGUNGLeben e.V.

Oberer Sandbrink 31
31558 Hagenburg
Tel. 05033/98 01 98
bewegungleben@web.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 v. 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

**Caprice Fitnessclub, Team Sport
Management GmbH & Co. KG**

Billstedter Hauptstr. 1-15
22111 Hamburg
Tel. 73 67 57 51
Fax 73 67 57 52
info@caprice-fitness.de

Club Saltatio Hamburg e.V.

Frau Kerstin Jühlke
Weseler Weg 2
22045 Hamburg
Tel. 37 08 89 16
Fax 37 08 89 17
info@saltatio.de

**Der Hamburger und Germania Ruder
Club e.V.**

Alsterufer 21
20354 Hamburg
Tel. 44 87 94
Fax 45 03 54 65
info@der-club.de

**Deutsche Parkinson Vereinigung e.V.
Landesgruppe Hamburg**

Moselstr. 31
41464 Neuss
Tel. 02131-74 20 70
kontakt@dpv-bundesverband.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

ENDO Rehazentrum GmbH

Holstenstr. 2
22767 Hamburg
Tel. 040/31 97 10 55 Hr. Reich
Tel. 040/31 97 10 40 Termine
Fax 040/31 97 10 49
rzhe.info@helios-gesundheit.de

FC St. Pauli v. 1910 e.V.

Harald-Stender-Platz 1
20359 Hamburg
Tel. 31 78 74-0
Fax 31 78 74-29
info@fcstpauli.com

Fitness Lounge GmbH

Hans-Fitze-Straße 4
21073 Hamburg
Tel. 360 99 20 20
greve@fitnesslounge.hamburg.de

Fitness-Center Form-Fit

Inh. H.W. Rößler
Cuxhavener Straße 293 b
21149 Hamburg
Tel. 701 37 98
info@form-fit.de

Geesthachter Schützengesellschaft von 1895 e.V.

Elbstraße 2a
21502 Geesthacht
Tel. 04152/717 70
info@geesthachter-schuetzengesellschaft.de

gesund und munter e.V.

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

Gesundheitssport Hamburg e.V.

c/o Saitama Physio Fit
Hopfenmarkt 28
20457 Hamburg
Tel. 444 628
saitama@gmx.net

Gymnastik- und Turnverein 1972 e.V.

Postfach 74 03 62
22093 Hamburg
Tel. 712 40 33 (Herr Witt)
Tel. 0157/714 23 578 (Herr Molitor)
info@gtv72.de

Hamburger Gehörlosen SV v. 1904 e.V.

Bernadottestraße 126-128
22605 Hamburg
Tel. 880 93 59
geschaeftsstelle@hgsv.de

Hamburger Kanu-Club e.V.

Barcastraße 13
22087 Hamburg
Tel. 220 90 05
Fax 21 99 99 70
info@hamburger-kanu-club.de

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

Wagnerstraße 42
22081 Hamburg
Tel. 29 16 05
Fax 29 97 265
vorstand@hssv-hamburg.de

Hamburger SV e.V.

Uwe-Seeler-Allee 9
22525 Hamburg
Tel. 41 36 18 05
Fax 41 55 16 01
sport@hsv.de

Hamburger TB von 1862 e.V.

c/o Naturbad Kiwittsmoor
Hohe Liedt 9
22417 Hamburg
Tel. 254 28 62
Fax 254 28 68
verwaltung@htb62.de

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Sievekingdamm 1
20535 Hamburg
Tel. 25 17 49 20
Fax 25 88 59
info@ht16.de

Hamburger Turngesellschaft

Barmbeck-Uhlenhorst e.V. von 1876

Klinikweg 10
22081 Hamburg
Tel. 299 50 78
Fax 20 97 21 51
htbusport@htbu-ev.de

Harburger TB v. 1865 e.V.

Vahrenwinkelweg 28
21075 Hamburg
Tel. 79 14 33 23
Fax 79 14 33 24
info@htb65.de

HAUS IM PARK

Begegnungszentrum im Park gGmbH

Gräpelweg 8
21029 Hamburg
Tel. 78 01 17 17
Fax 78 01 14 30
info@haus-im-park.com

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Cuxhavener Straße 253
21149 Hamburg
Tel. 701 74 43
Tel. 729 613 88
Fax 701 22 10
gesundheitssport@hntonline.de

Hoisbütteler SV von 1955 e.V.

Bullenredder 9
22949 Ammersbek
Tel. 605 03 01
Fax 60 55 07 01
verein@hoisbuetteler-sv.de

HVS Integrativsport Hamburg e.V.

Breite Straße 122
22767 Hamburg
Tel. 85 75 88
(Mo-Do 12-16 Uhr)
Fax 851 21 81
hvs-ev@t-online.de

Inklusions-Sport-Verein Alsterdorf e.V.

Christina Göpfert
c/o ESA - Bereich Sport und Inklusion
Paul-Stritter-Weg 7
22297 Hamburg
Tel. 5077 3559
Tel. 5077 3703
Fax 5077 4111
c.goepfert@alsterdorf.de

juka dojo Fitness Club Rahlstedt GmbH

Schweriner Str. 8-12
22143 Hamburg
Tel. 677 50 44
Fax 677 90 27
info.rahlstedt@juka-doju.de

Lady fit Hamburg

Frau Susanne Gerloff
Droopweg 25
20537 Hamburg
Tel. 250 47 53
Fax 25 49 01 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

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

Mo San Sport und Freizeit Center e.V.

Osloer Straße 64
22457 Hamburg
Tel. 29 06 04 24
info@mosan.de

moves fitness

c/o Stefan Wunderwald
 Rothenbaumchaussee 77
 20148 Hamburg
 Tel. 55 26 07 45
info@moves-fitness.de

Mümmelmannsberger SV Hamburg v. 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 16 55
info@niendorfer-tsv.de

Norddeutscher Regatta Verein e.V.

Schöne Aussicht 37
 22085 Hamburg
 Tel. 55 77 99 50
 Fax 55 77 99 519
mail@nrv.de

Phoenix Sport e.V.

Doktorberg 30
 21029 Hamburg
 Tel. 28 05 28 22
 Fax 28 05 28 22
info@phoenix-sport-hamburg.de

Physio Sports Therapie GbR

Elbgaustraße 128
 22547 Hamburg
 Tel. 84 05 59 55
 Fax 84 05 59 56
info@physio-sports.net

Physiotherapie Wencke Dossmann

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

pro motion Rehasport e.V.

Niedersachsenweg 3
 21079 Hamburg
 Tel. 764 35 72
 Fax 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. 284 10 28-0
 Fax 284 10 28-20
c.spiegel@reha-hammonia-bad.de

RBS Elbgemeinden e.V.

Frau Banu Senman
 Bahrenfelder Steindamm 99
 22761 Hamburg
 Tel. 0176/32 56 07 58
rbs_ev@hamburg.de

BSG Wilhelmsburg und Harburg e.V.

Frau Ute Meier
An den Höfen 26
21217 Seevetal
Tel. 769 69 251
ute-werner.meier@t-online.de

Reha+fit e.V.

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

Rehaline e.V.

Cuxhavener Straße 346
21149 Hamburg
Tel. 52 59 51 63
Fax 701 21 243
info@rehaline-ev.de

Rehavital-Gesundheitssport Hamburg e.V.

Paul-Stritter-Weg 9
22297 Hamburg
Tel. 348 395 92
Fax 50 77 33 84
m.schulze3@alsterdorf.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
Eulenkrogstraße 68
22359 Hamburg
Tel. 609 18 00
Fax 60 91 80 18
info@royalsports.de

Ruder-Club Bergedorf e.V.

Schleusendamm 20
21037 Hamburg
Tel. 723 27 38
1.vorsitz@rc-bergedorf.de

**Ruder-Gesellschaft Hansa e.V.
seit 1872**

Schöne Aussicht 39
22085 Hamburg
Tel. 229 01 22
Fax 22 71 64 51
info@rghansa.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 Eilbek von 1913 e.V.

Fichtestraße 38
22089 Hamburg
Tel. 229 85 12
info@sceilbek.de

SC Poppenbüttel von 1930 e.V

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

SC Urania von 1931 e.V.

Habichtstraße 14
22305 Hamburg
Tel. 691 50 69
Fax 69 79 64 67
info@scurania.de

SC Vier- und Marschlande v. 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 12
21149 Hamburg
Tel. 796 49 98
Fax 796 38 95
sschachler@t-online.de

SGR Asklepios e.V. Bad Schwartau

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

sportspaß e.V.

Westphalensweg 11
20099 Hamburg
Tel. 41 09 37-0
Tel. 555 01 666 30
Fax 41 09 37-11
lisa.suchodoll@sportspass.de

**STC Ambulantes Therapiezentrum
Walddörfer GmbH**

Wiesenkamp 22 b - c
22359 Hamburg
Tel. 50 79 70 00
Fax 50 79 70 01
info@sport-therapie-centrum.de

SV Eidelstedt Hamburg von 1880 e.V.

Redingskamp 25
22523 Hamburg
Tel. 570 00 710
Tel. 570 00 715 Fr. Neumann
Tel. 570 00 742 Hr. Bauer
Fax 570 00 711
info@sve-hamburg.de

SV Grün-Weiß Eimsbüttel v. 1901 e.V.

Julius-Vosseler-Straße 195
22527 Hamburg
Tel. 414 24 70-0
Fax 414 24 70-29
info@gweimsbuettel.de

SV Lurup-Hamburg von 1923 e.V.

Flurstraße 7
22549 Hamburg
Tel. 831 55 46
Fax 832 04 07
geschaefsstelle@svlurup.de

SV Nettelburg/Allermöhe v. 1930 e.V.

Katendeich 14
21035 Hamburg
Tel. 735 32 00
Fax 735 79 37
info@svna.de

SV Polizei Hamburg von 1920 e.V.

Sternschanze 4
20357 Hamburg
Tel. 411 72 794
Fax 511 74 31
svphamburg@t-online.de

SV Poseidon Hamburg e.V.

Olloweg 51
22527 Hamburg
Tel. 570 55 22
Fax 57 45 13
info@poseidon-hamburg.de

Tandemclub Weiße Speiche Hamburg e.V.

c/o Arno Sander
Bei der Lutherbuche 20 I
22529 Hamburg
vorstand@tandemclub.de

Tanzbrücke Hamburg e.V.

Hallesdorfer Straße 46
22179 Hamburg
Tel. 697 049 88
info@tanz-bruecke.de

TriBühne e.V.

Stresemannstraße 374b
22761 Hamburg
Tel. 69 79 37 59
Fax 639 737 16
info@tribuehne.net

TSG Bergedorf von 1860 e.V.

TSG Sportforum
Billwerder Billdeich 607
21033 Hamburg
Tel. 406 11 36-300
Fax 406 11 36-390
info@tsg-bergedorf.de

TSV DUWO 08 e.V.

Sthamerstraße 30
22397 Hamburg
Tel. 605 53 12
info@duwo08.de

TSV Hohenhorst von 1963 e.V.

Kielkoppelstraße 9b
22149 Hamburg
Tel. 672 04 63
Fax 67 58 85 51
info@tsv-hohenhorst.de

TSV Sasel von 1925 e.V.

Saseler Parkweg 14
22393 Hamburg
Tel. 601 16 17
Fax 63 97 73 34
hannes_gausmann@web.de

TSV Stellingen von 1888 e.V.

Sportplatzring 47
22527 Hamburg
Tel. 54 48 60
Fax 54 76 52 60
geschaeftsstelle@tsv-stellingen.de

TSV Wandsetal Hamburg v. 1890 e.V.

Stephanstraße 5
22047 Hamburg
Tel. 693 34 49
Fax 693 40 13
info@tsvwandsetal.de

Turnerbund Hamburg-Eilbeck e.V.

Ritterstraße 9
22089 Hamburg
Tel. 20 37 04
Fax 20 79 96
info@th-eilbeck.de

Turnerschaft Harburg von 1865 e.V.

Vahrenwinkelweg 39
21075 Hamburg
Tel. 70 10 84 56
Fax 70 10 84 57
info@tshsport.de

TuS Berne e.V.

Berner Allee 64a
22159 Hamburg
Tel. 60 44 288-0
Fax 60 44 288-9
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 67a
22457 Hamburg
Tel. 550 31 84
Fax 559 29 639
info@germaniaschnelsenweb.de

TuS Harburg-Wilhelmsburg v. 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 v. 1909 e.V.

Brucknerstraße 24
22083 Hamburg
Tel. 29 41 26
Fax 29 68 88
info@uscpaloma.de

VITREA Rehazentrum Harburg GmbH

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

VITREA Rehazentrum Norderstedt GmbH

Stettiner Straße 16
22850 Norderstedt
Tel. 523 30 28
Fax 528 24 05
info.rzn@vamed-gesundheit.de

Verein für Rehasport und Gesundheitsförderung e.V.

Im Lipperfeld 3h
46047 Oberhausen
Tel. 0208/740 908 89 allgemein
Tel. 0208/828 680 94 Durchwahl
Fax 0208/740 699 87
info@vfrg.de

VfL Hamburg von 1893 e.V.

Barmbeker Straße 62
22303 Hamburg
Tel. 279 83 77
Fax 279 00 37
info@vfl93.de

VfL Pinneberg e.V.

Fahltskamp 53
25421 Pinneberg
Tel. 04101/55 602-0
Fax 04101/55 602-22
info@vfl-pinneberg.de

VFS – Verein zur Förderung inklusiver Sportgestaltung e.V.

c/o Stefan Ebert
Triftweg 14
21279 Drestedt
Tel. 0173/53 64 118
stefanebert_privat@gmx.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. v. 1637

Marienthaler Straße 178
22043 Hamburg
Tel. 21 90 49 90
petra.bruhn@gmx.de

Wandsbeker TB von 1861 J.P.

Kneesestraße 7
22041 Hamburg
Tel. 68 54 82
Fax 68 911 818
info@wtb61.de

Wandsbeker TSV Concordia e.V.

Bekkamp 25
22045 Hamburg
Tel. 653 47 13
Fax 65 49 32 73
kontakt@wtstv-concordia.de

Wedeler TSV e.V.

Hasenkamp 1
22880 Wedel
Tel. 04103/22 00
Fax 04103/70 96 64
info@wedeler-tsv.de

Wilhelmsburger Ruder-Club v. 1895 e.V.

Vogelhüttendeich 120
21107 Hamburg
Tel. 765 23 97
gosh_1.vorsitzender-wrc@t-online.de

Yours! Präventions- und Rehabilitations-Sportverein e.V.

Unner de Bult 39
21220 Seevetal
Tel. 04105/830 33
isa.kaehler@yours-rehasport.de



WEITERE ANSCHRIFTEN

Barrierefrei Leben e.V.

Alsterdorfer Markt 7
22297 Hamburg
Tel. 040/29 99 56-0
empfang@barrierefrei-leben.de
www.barrierefrei-leben.de

Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V.

Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover
Tel. 0511/59 29 91-90
Fax 0511/59 29 91-60
www.bsn-ev.de

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG) Landesverband Hamburg e.V.

Eppendorfer Weg 154-156
20263 Hamburg
Tel. 040/422 44 33
Fax 040/422 44 40
info@dmsg-hamburg.de
www.dmsg-hamburg.de

Deutsche Rheuma-Liga Landesverband Hamburg e.V.

Dehnhaiide 120 / Haus 8
Schön Klinik Hamburg-Eilbek
22081 Hamburg
Tel. 040/669 07 65-15 oder -16
info@rheuma-liga-hamburg.de
www.rheuma-liga-hamburg.de

Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Schulstraße 22
33311 Gütersloh
Tel. 05241/97 70-0
Fax 05241/97 70-777
info@schlaganfall-hilfe.de
www.schlaganfall-hilfe.de

Deutscher Behindertensportverband e.V. (DBS)

Bundesgeschäftsstelle
- im Hause der Gold-Kraemer-Stiftung -
Tulpenweg 2-4
50226 Frechen
Tel. 02234/60 00 0
Fax 02234/60 00 150
dbs@dbs-npc.de
www.dbs-npc.de

Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V. (DRS)

Bundesgeschäftsstelle
c/o BK Klinikum Duisburg
Großenbaumer Allee 270a
47249 Duisburg
Tel. 0203/72 97 00 92
info@rollstuhlsport.de
www.rollstuhlsport.de

DRS-Bundeszentrale Hamburg

c/o BUK Hamburg
Bergedorfer Str. 10
21033 Hamburg
Tel. 040/73 06-13 81
Fax 040/73 06-13 90
presse@rollstuhlsport.de

Evangelische Stiftung Alsterdorf

Sport und Inklusion
Paul-Stritter-Weg 7
22297 Hamburg
Tel. 040/50 77 36 54
Fax 040/50 77 41 11
www.sport-alsterdorf.de

Hamburger Assistenzgenossenschaft eG

Stresemannstr. 23
22769 Hamburg
Tel. 040/306 97 90
Fax 040/306 97 910
kontakt@hag-eg.de
www.hag.eg.de

Hamburger Krebsgesellschaft e.V.

Butenfeld 18
22529 Hamburg
Tel. 040/41 34 75 68-0
Fax 040/41 34 75 68-20
info@krebshamburg.de
www.krebshamburg.de

Hamburger Schwimmverband e.V.

Eulenkamp 75
22049 Hamburg
Tel. 040/639 15-666
Fax 040/639 15-667
geschaeftsstelle@hamburger-schwimmverband.de
www.hamburger-schwimmverband.de

Hamburger Sportbund e.V.

Schäferkampsallee 1
20357 Hamburg
Tel. 040/419 08-0
Fax 040/419 08-274
hsb@hamburger-sportbund.de
www.hamburger-sportbund.de

Herz InForm

**Arbeitsgemeinschaft
Herz und Kreislauf Hamburg**
Humboldtstr. 56
22083 Hamburg
Tel. 040/22 80 23 64
Fax 040/22 96 50 5
info@herzinform.de
www.herzinform.de

KISS Hamburg e.V.

**Kontakt- und Informationsstellen
für Selbsthilfegruppen**
Schloßstraße 12
22041 Hamburg
Tel. 040/39 92 63 40-41
Beratungstelefon: 040/39 57 67
kiss@paritaet-hamburg.de
www.kiss-hh.de

Leben mit Behinderung Hamburg e.V.

Südring 36
22303 Hamburg
Tel. 040/270 790-0
Fax 040/270 790-948
info@lmbhh.de
www.lmbhh.de

Rehabilitations- und Behinderten- sportverband Schleswig-Holstein e.V.

Friedrich-Ebert-Straße 9
24837 Schleswig
Tel. 04621/276 89
Fax 04621/276 67
info@rbsv-sh.de
www.rbsv-sh.de

Senatskoordination für die Gleichstellung behinderter Menschen

Osterbekstraße 96

22083 Hamburg

Tel. 040/428 63-57 24

E-Fax 040/42 79-618 78

inklusionsbuero@bwfgb.hamburg.dewww.hamburg.de/skbm**Special Olympics Deutschland in Hamburg e.V.**

Schäferkampsallee 1

20357 Hamburg

Tel. 040/419 08-137

Fax 040/419 08-274

info@hamburg.specialolympics.dewww.hamburg.specialolympics.de**SoVD Sozialverband Deutschland e.V. Landesverband Hamburg**

Pestalozzistr. 38

22305 Hamburg

Tel. 040/611 60-70

Fax 040/611 60-750

info@sovd-hh.dewww.sovd-hh.de**Verband für Turnen und Freizeit e.V.**

Schäferkampsallee 1

20357 Hamburg

Tel. 040/41908-237 VTF

Tel. 040/41908-233 Gym-Akademie

Tel. 040/41908-277 Aktivprogramm

info@vtf-hamburg.dewww.vtf-hamburg.deDie Broschüre ist auch im Internet unter <https://sozialesmarketing.de> veröffentlicht.

IMPRESSUM

Herausgeber: Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Hamburg**Redaktion:** Jürgen Sayk, BRS Hamburg**1. Vorsitzender:** Thomas Fromm**Geschäftsführer:** Andreas Meyer

Schäferkampsallee 1 • 20357 Hamburg • Tel. (040) 419 08-155

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-** Verlag Andreas Stenger - Soziales Marketing -**verwaltung:** Dietrich-Bonhoeffer-Weg 1 • 61273 WehrheimTel. (0 60 81) 4 69 99 64 • E-Mail: stenger@sozialesmarketing.dewww.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**Druck:** Saxoprint GmbH • Enderstr. 92 c • 01277 DresdenE-Mail: service@saxoprint.de

Bildnachweis: BRS Hamburg, TH Eilbeck, Stefan Groenveld

**SEIT ÜBER
10 JAHREN
EIN GEWINN FÜR DEN
HAMBURGER
SPORT**

Seit 2013 Partner des
Breiten- und Leistungs-
sports in Hamburg.

Weitere Informationen unter www.lotto-hh.de/sportfoerderung

 **LOTTO®**
Hamburg



WO DU IN HAMBURG BARRIEREFREI RUMTURNEN KANNST.

hamburg-activecity.de

Die neue Funktion für noch mehr Bewegung in Hamburg – markiere barrierefreie Sport- und Bewegungsorte in der Active City Karte und hilf uns, das Angebot ständig zu verbessern.

