

Angaben zur Einrichtung

Life Line Freizeithof List

Lister Damm 3

30163 Hannover

Ansprechpartner/in: **Christine Jass**

Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch: 9:00 - 13:00 und 15:30 - 21:30 Uhr

Dienstag, Donnerstag: 9:00 - 21:30 Uhr

Freitag: 15:30 - 21:30 Uhr

Samstag: 14:00 - 19:00 Uhr

Telefon: **0511 669594**

Fax: **0511 669595**

E-Mail: info@lifeline-hannover.de

Internet: *keine Angabe*

Kurzbeschreibung:

Seit 35 Jahren Fitness, Bewegung und Sport in der List. Kurse, gesundheitlich ausgerichtet für Senioren und alle, die am Vormittag trainieren wollen. Muskelaufbau und Gymnastik, speziell Mo., Mi. und Do. 11.00 Uhr Osteoporosegym.

Nordic-Walking, Pilates, Yoga, Balance als Sturzprävention,

Betreuung durch Diplom-Sportlehrerinnen. Zusammenarbeit mit allen Krankenkassen.

www.lifeline-hannover.de

Träger der Einrichtung:

Elisabeth Jass