Landeshauptstadt Hannover
Fachbereich Senioren
Osterstraße 31
30159 Hannover
Tel. 0511 168-42345
E-Mail: senioren@hannover-stadt.de

**Kategorie "Bewegung"**

Neigungsgruppen Eintrag
**Atem und Bewegung**
Ricklinger Stadtweg 46, 30459 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 35
Tel.: 0511 168 49505, Ansprechperson: Bianca Moldenhauer

"Atem und Bewegung" Veranstaltungsort: Senioren - und Pflegestützpunkt Niedersachsen Außenstelle Ricklingen Durchgeführt von: Frau Pfeifer...

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Auf in den Tag - mit Bewegung**
Waldstraße 9, 30629 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 27
Tel.: 0511 168 46725, E-Mail: 57.22.5@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Katja Steffensen

"Auf in den Tag - mit Bewegung", ein in Schwung bringendes Bewegungsangebot in der Begegnungsstätte im Rathaus Misburg, montags Gruppe I von 10:00...

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Auf in den Tag - mit Bewegung**
Waldstraße 9, 30629 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 27
Tel.: 0511 16846725, E-Mail: 57.22.5@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Katja Steffensen

"Auf in den Tag - mit Bewegung", ein in Schwung bringendes Bewegungsangebot in der Begegnungsstätte im Rathaus Misburg, freitags von 12:30 - 13:30...

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Autogenestraining im Park**
Jägerstraße 1, 30167 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 16
Tel.: 0511 168 42900,

bei kaltem Wetter in der Begegnungsstätte Herrenhausen

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Beweglichkeit für Kopf und Körper**

Pfarrlandstraße 3, 30451 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 24
Tel.: 168-42670, E-Mail: 57.22.10@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Frau S. Sahin

Beweglichkeit für Kopf und Körper Möchten Sie Ihren Geist und Körper fit halten? Der Kommunale Seniorenservice Hannover bietet Ihnen ein...

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Bewegung im Sitzen**
An der Wollebahn 1, 30519 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 12
Tel.: 0511 168 45134, Ansprechperson: Rosa Bader

Veranstaltungsort: Freizeitheim Döhren

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Bewegung mit Musik**
Windhorststraße 3 - 4, 30167 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 31
Tel.: 0511 168 43409, Ansprechperson: Léonie Breuckmann

Veranstaltungsort: Kulturzentrum WASMITHERZ e. V. Durchgeführt von: Erika Bondar

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Bewegung mit Yoga Elementen Gruppe 3**
Pfarrlandstraße 3, 30451 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 23 24
Tel.: 0511 168 42670, E-Mail: 57.22.10@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Frau Seher Sahin

Bewegung mit Yoga Elementen Gruppe 3 Leitung: Marina Karapetian Treffpunkt: Begegnungsstätte Pfarrlandstr. 3, 30451 Hannover. Die Teilnahme ist...

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Bewegung mit Yoga-Elementen Gruppe 1**
Pfarrlandstraße 3, 30451 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 24
Tel.: 0511 16842670, Ansprechperson: Frau Sahin

"Bewegung mit Yoga Elementen" Gruppe 1 Wer sich angesprochen fühlt oder mal reinschnuppern möchte, ist herzlich eingeladen. Teilnahme ist...

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Bewegung mit Yogaelementen**
Hainhölzer Markt 1, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 14

Tel.: 0511 168 43409, Ansprechperson: Léonie Breuckmann

Veranstaltungsort: Hanova Wohncafe Durchgeführt von: Marina Karapetjan

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegung nach Musik / Tanzen**

Mühlenberger Markt 5, 30457 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 30

Tel.: 0511 168 43687, Ansprechperson: Bianca Moldenhauer

Veranstaltungsort: Ökumenisches Kirchenzentrum Mühlenberg Kath. Pfarrgemeinde Maximilian Kolbe Durchgeführt von: Elvira Leise...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegung nach Musik / Tanzen**

Mühlenberger Markt 5, 30457 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 30

Tel.: 0511 168 43687, Ansprechperson: Bianca Moldenhauer

Veranstaltungsort: Ökumenisches Kirchenzentrum Mühlenberg Kath. Pfarrgemeinde Maximilian Kolbe Durchgeführt von: Elvira Leise Sportliche...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegung und Gedächtnistraining für türkisch Senior*innen**

Schulenburger Landstraße 20, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 14

Stadtbezirksbüro Schulenburger Landstraße 20 Leitung: Sahibe Sönmez

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegung und Spiel für Seniorinnen und Senioren**

Warburghof 3, 30627 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 13 15 19

Tel.: 0511/168-43684, E-Mail: 57.22.4@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Renate Siebler

Die Gruppe „Bewegung und Spiel: unter kompetenter Anleitung werden abwechslungsreiche Bewegungsübungen zur Dehnung und Stärkung der Muskulatur...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsangebot im Moorkamp**

Moorkamp 18, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

Tel.: 0511 168 45238, E-Mail: 57.22.2a@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Hohnhorst-

Kalisch

Veranstaltungsort: Treffpunkt des Spar- und Bauvereins Durchgeführt von: Lima Demidjonoka Teilnehmer*innen- Anzahl begrenzt, Anmeldung...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsangebot mit Yogaelementen**

Vahrenwalder Straße 92, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

Tel.: 0511 168 45238, E-Mail: 57.22.2a@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Hohnhorst-Kalisch

Veranstaltungsort: Freizeitheim Vahrenwald Durchgeführt von: Lyudmilla Bograd

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsangebot mit Yogaelementen DIGITAL**

Walderseestraße 100, 30177 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 48

Tel.: 0511 168 42652, E-Mail: 57.22.1@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Rabea Ebermann

Das Bewegungsangebot mit Yogaelementen findet in digitaler Form statt.

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsangebot mit Yogaelementen für Einsteiger**

Vahrenwalder Straße 92, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

Tel.: 0511 168 45238, Ansprechperson: Susanne Hohnhorst-Kalisch

Veranstaltungsort: Freizeitheim Vahrenwald Durchgeführt von: Lyudmilla Bograd

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsangebot mit Yogaelementen für Fortgeschrittene**

Vahrenwalder Straße 92, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

Tel.: 0511 168 45238, E-Mail: 57.22.2a@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Hohnhorst-Kalisch

Veranstaltungsort: Freizeitheim Vahrenwald Durchgeführt von: Lyudmilla Bograd

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsangebot mit Yogaelementen für russische Senior*innen**

Vahrenwalder Straße 92, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

Tel.: 0511 168 45238, E-Mail: 57.22.2a@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Hohnhorst-

Kalisch

Veranstaltungsort: Freizeitheim Vahrenwald Durchgeführt von: Lyudmilla Bograd

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsangebot mit Yogaelementen Gruppe 2**

Pfarrlandstraße 3, 30451 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 24

Tel.: 0511 168 426-70, E-Mail: 57.22.10@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Frau Seher Sahin

Bewegungsangebot mit Yoga in der Pfarrlandstraße 3, 30451 Hannover. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung erforderlich.

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsangebot ohne Leistungsdruck**

Vahrenwalder Straße 92, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

Tel.: 0511 168 45238, E-Mail: 57.22.2a@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Hohnhorst-Kalisch

Veranstaltungsort: Freizeitheim Vahrenwald Durchgeführt von: Monika Heuer

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsangebot ohne Leistungsdruck**

Vahrenwalder Straße 92, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

Tel.: 0511 168 45238, E-Mail: 57.22.2a@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Hohnhorst-Kalisch

Veranstaltungsort: online per Zoom Durchgeführt von: Nina Karl

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsgruppe ohne Leistungsdruck**

Vahrenwalderstraße 92, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

E-Mail: 57.22.2a@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Frau Hohnhorst-Kalisch

Gruppenleitung: Frau Monika Heuer

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsübungen**

An der Wollebahn 1, 30519 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 12

Tel.: 0511 168 45134, Ansprechperson: Rosa Bader

Veranstaltungsort: Freizeitheim Döhren

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsübungen**

Geibelstraße 90, 30173 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 39

Tel.: 0511 168 43829, Ansprechperson: Michael Reysin

Bewegungsübungen Leitung: Tatjana Bechthold Margot-Engelke-Zentrum Online per Zoom

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsübungen**

Geibelstraße 90, 30173 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 39

Tel.: 0511 168 43829, Ansprechperson: Michael Reysin

Bewegungsübungen Leitung: Tatjana Bechthold Margot-Engelke-Zentrum Online per Zoom

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsübungen Damen**

Am Sandberge 3, 30539 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 04

Tel.: 0511 168 45876, E-Mail: 57.22.6@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Diana Friedenberg

Veranstaltungsort: Schule am Sandberge *bis einschließlich 21.2.2022 trifft sich die Gruppe um 16 Uhr im Tiergarten! Um Anmeldung wird gebeten!...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsübungen für türkische Senior*innen**

Pfarrlandstraße 3, 30451 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 23 24

Tel.: 0511 168 42670, E-Mail: 57.22.10@Hanover-Stadt.de, Ansprechperson: Frau S. Sahin

Bequeme Kleidung wäre von Vorteil.

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsübungen für türkische Senior*innen**

Pfarrlandstraße 3, 30451 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 23 24

Tel.: 0511 168 42670, E-Mail: 57.22.10@Hannover-Stadt.e, Ansprechperson: Frau S. Sahin

Bequeme Kleidung wäre von Vorteil.

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsübungen Herren**

Am Sandberge 3, 30539 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 04

Tel.: 0511 168 45876, E-Mail: 57.22.6@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Diana Friedenberg

Bewegungsübungen zur Aktivierung von Geist und Körper in einem geselligen Kreis - ausschließlich für Männer Achtung: Bis einschließlich...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bewegungsübungen im Sitzen mit Yogaelementen**

Ricklinger Stadtweg 46, 30459 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 35

Tel.: 0511 168 43687, Ansprechperson: Bianca Moldenhauer

Veranstaltungsort: Senioren - und Pflegestützpunkt Niedersachsen Außenstelle Ricklingen Durchgeführt von: Ursula Luft Sportliche Aktivität

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Biodanza - Tanz der Lebensfreude**

Plauener Straße 23 A, 30179 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 40

Tel.: 0511 168 42690, Ansprechperson: Doris Landeck

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Vahrenheide Durchgeführt von: Ulrike Thelen

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Body Fit: Bewegung mit Spaß**

Rodewaldstraße 17, 30625 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 13 15 19

Tel.: 0511 168 43684, E-Mail: 57.22.4@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Renate Siebler

Body Fit: Bewegung mit Spaß in der Begegnungsstätte Rodewaldstraße

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Boßeln**

Mühlenholzweg 72, 30459 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 35

Tel.: 0511 168 43687, Ansprechperson: Frau Moldenhauer

Boßeln mit Herr Pöhler Treffpunkt: Saarstr. Gegenüber von Haus Nr. 26

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Boule**

Walter-Clemens-Platz 1, 30559 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 02

Tel.: 0511 21978174, Ansprechperson: Kaja Tippenhauer

AWO OV Anderten

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Bunte Runde**

Ricklinger Stadtweg 46, 30459 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 35

Tel.: 0511 168 49505, Ansprechperson: Bianca Moldenhauer

"Bunte Runde" Veranstaltungsort: Senioren - und Pflegestützpunkt Niedersachsen Außenstelle Ricklingen Durchgeführt von: Elfriede Pilz...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Buntes Bewegungsprogramm in Kooperation mit der Jakobikirche**

Kleiner Hillen 3, 30559 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 18

Tel.: 0511 168 4 58 76, E-Mail: 57-quartiersentwicklung-kirchrode@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Diana Friedenberg

Buntes Bewegungsangebot im Stadtteil Dieses Angebot richtet sich an bewegungsfreudige Menschen +-60 Jahren aus dem Stadtteil Kirchrode und...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Fahrradfahrgruppe Westend**

Geveker Kamp 20, 30453 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 01 03 11

Tel.: 0511 168 42651, E-Mail: 57.22.11@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Beike

Programm auf Anfrage Treffpunkt: Geveker Kamp 20 und nach Absprache

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Fahrradgruppe Westend**

Krugstraße 7, 30453 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 01 03 11

Tel.: 0511-168-42651, E-Mail: 57.22.11@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Alexandra Wiechert

Programm auf Anfrage, Treffpunkt Geveker Kamp 20 Leitung Siegmar Surrey, Ingrid Surrey Von April bis Oktober 1 mal im Monat dienstags ab 13:30...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Fahrradtouren**

Eichsfelder Straße 101, 30419 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 09 16 21 22 26 38

Tel.: 0511 168 42900, E-Mail: 57.22.12@hannover-stadt.de,

Fahrradtouren in und um Hannover jeden 3. Sonntag im Monat Treffpunkt beim Brunnen vor dem Stadtteilzentrum Stöcken, Eichsfelder Str. 101 um...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Fit und entspannt in den Tag- Sturzprophylaxe und Funktionsgymnastik**

Deveserstraße 32, 30457 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 45

E-Mail: 57.22.9@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Frau Moldenhauer

dienstags 9:00-10:00 Uhr Treffpunkt: Sportpark Wettbergen Gruppenleitung: Frau Borchers-Hoffmann

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Fit und Gesund 1**

Heinhölzer Markt 1, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 14

Tel.: 0511 168 43409, Ansprechperson: Léonie Breuckmann

Veranstaltungsort: Hanova Wohncafé am Hainhölzer Markt Durchgeführt von: Erika Bondar Gymnastik

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Fit und Gesund 2**

Heinhölzer Markt 1, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 14

Tel.: 0511 168 43409, Ansprechperson: Léonie Breuckmann

Veranstaltungsort: Hanova Wohncafé am Hainhölzer Markt Durchgeführt von: Erika Bondar Gymnastik

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Fitness fürs Gesicht für russischsprachige Seniorinnen**

Vahrenwalder Straße 92, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

Tel.: 0511 168 45238, E-Mail: 57.22.2@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Carolin von Ohlen

Veranstaltungsort: Freizeitheim Vahrenwald Durchgeführt von: Nina Karl

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Funktionstraining für Ältere**

Eichsfelder Straße 95, 30419 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 09 16 21 22 26 38

Tel.: 0511 756588, E-Mail: 57.22.12@hannover-stadt.de,

Funktionstraining für Ältere, Physiopraxis Hotho Anmeldung erforderlich unter 0511 756588 Angebot ist ein Kooperationsangebot mit dem Projekt...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gemeinsam fit bis ins hohe Alter mit Senior*innengymnastik**

Lindenstraße 1 A, 30559 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 02

Tel.: 0511 168 46725, E-Mail: 57.22.5@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Katja Steffensen

Gymnastikangebote in der St. Martin Kirchengemeinde

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gesichtsyoga DIGITAL**

findet nur digital statt , 00000 Digital | Stadtteil / Bezirk: 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41

Tel.: 0511 168 42690, E-Mail: 57.22.3@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Doris Landeck

Der Kommunale Seniorenservice Hannover (KSH) veranstaltet daher montags von 9.30 bis 10.30 Uhr ein Fitnessangebot in digitaler Form, um...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Am Mittelfelde 104, 30519 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 29

Tel.: 0511 168 45134, Ansprechperson: Rosa Bader

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Mittelfeld

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Körtingsdorf 1, 30455 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 03

Tel.: 0511 21978 123, Ansprechperson: Ramona Thomas

Veranstaltungsort: AWO Seniorenzentrum Körtingsdorf

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Tegtmeyerallee 33, 30453 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 01 03 11

Tel.: 0511 168 42651, E-Mail: 57.22.11@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Beike

Gymnastik in der Sporthalle Veranstaltungsort: Sporthalle Ahlem,Tegtmeyerallee 33

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Voltmerstraße 36, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 14

Tel.: 0511 168 43409, Ansprechperson: Léonie Breuckmann

Veranstaltungsort: Kulturtreff Hainholz Durchgeführt von: Erika Bondar Leichte Übungen für Anfänger*innen

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Plauener Straße 23 A, 30179 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 40

Tel.: 0511 168 42690, Ansprechperson: Doris Landeck

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Vahrenheide Durchgeführt von: Julia Tebbe

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Luise-Blume-Straße 1, 30659 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 06

Tel.: 0511 168 42690, Ansprechperson: Doris Landeck

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Luise-Blume-Stiftung Durchgeführt von: Irene Sperlich

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Niggemannweg 18, 30659 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 06

Tel.: 0511 168 42690, Ansprechperson: Doris Landeck

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte der Heilig-Geist-Kirche Durchgeführt von: Helga Meise

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Luise-Blume-Straße 1, 30659 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 06

Tel.: 0511 168 42690, Ansprechperson: Doris Landeck

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Luise-Blume-Stiftung Durchgeführt von: Irene Sperlich

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Plauener Straße 23 A, 30179 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 40

Tel.: 0511 60 40086, Ansprechperson: Rita Köpp

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Vahrenheide Durchgeführt von: Julia Tebbe 6 Monate kostenlos und danach: Beitrag Sportverein

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Anne-Stache-Allee 7, 30459 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 35

Tel.: 0511 168 43687, Ansprechperson: Bianca Moldenhauer

Veranstaltungsort: Stadtteilzentrum Ricklingen, unterer Saal Durchgeführt von: Susanne Behnk Sportliche Aktivität

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Anne-Stache-Allee 7, 30459 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 35

Tel.: 0511 168 43687, Ansprechperson: Bianca Moldenhauer

Veranstaltungsort: Stadtteilzentrum Ricklingen,oberer Saal Durchgeführt von: Susanne Behnk Sportliche Aktivität

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Herrenhäuser Straße 54, 30419 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 09 16 21 22 26 38

Tel.: 0511 168 42900, E-Mail: 57.22.12@hannover-stadt.de,

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Herrenhausen Gymnastik Teilnahme kostenfrei

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Eichsfelder Straße 101, 30419 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 09 16 21 22 26 38

Tel.: 0511 168 42900, E-Mail: 57.22.12@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Leslie Krebs

Veranstaltungsort: Stadtteilzentrum Stöcken, Eichsfelder Str. 101 Teilnahme kostenfrei Gymnastik

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Waldstraße 9, 30629 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 27

Tel.: 0511 168 46725, E-Mail: 57.22.5@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Katja Steffensen

Gymnastik Begegnungsstätte Rathaus Misburg

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Walter-Clemens-Platz 1, 30559 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 02

Tel.: 0511 21978 174, Ansprechperson: Kaja Tippenhauer

Gymnastik Seniorenbüro Torgarten

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Bödekerstraße 48, 30161 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 34

Tel.: 0511 168 42652, E-Mail: 57.22.1@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Rabea Ebermann

Die Gymnastik in beiden Gruppen findet auf dem Stuhl statt, Förderung zur Sturzprophylaxe

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Geibelstraße 90, 30173 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 39

Tel.: 0511 168 43829, Ansprechperson: Michael Reysin

Gymnastik Margot-Engelke-Zentrum Gymnastikhalle im UG

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Pfarrlandstraße 3, 30451 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 24

Tel.: 0511 168 42670, E-Mail: 57.22.10@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Frau Seher Sahin

Sanfte Gymnastik (Sitzgymnastik)

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Pfarrlandstraße 3, 30451 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 24

Tel.: 0511 168 42670, E-Mail: 57.22.10@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Frau Seher Sahin

Gymnastik Angebot mit mehreren Gruppen

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Rodewaldstraße 17, 30625 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 13 15 19

Tel.: 0511 168 43684, E-Mail: 57.22.4@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Renate Siebler

Gymnastik mit Elementen von Gedächtnistraining

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Gymnastik**

Am Klagesmarkt 36, 30159 Hannover
Tel.: 0511 168 42652, E-Mail: 57.22.1@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Rabea Ebermann

Wohncafé Am Klagesmarkt 36 / 1. Stock (barrierefrei) Bequeme Kleidung und eine Matte müssen bitte mitgebracht werden. Das Angebot des...

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Gymnastik am Dienstag**
Tegtmeyerallee 33, 30453 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 01 03 11
Tel.: 0511-168-42651, E-Mail: 57.22.11@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Alexandra Wiechert

Die Gymnastikgruppe unter der Leitung von anke Westphal trifft sich jeden Dienstag Nachmittag von 16 - 17 Uhr in der Sporthalle Ahlem,...

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Gymnastik auf der Matte**
Mühlenberger Markt 1, 30457 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 30
Tel.: 0511 168 43687, Ansprechperson: Bianca Moldenhauer

Veranstaltungsort: Stadtteilzentrum Mühlenberg Weiße Rose Durchgeführt von: Serap Geldec Sportliche Aktivität

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Hocker Tanzen**
Appelstraße 16, 30167 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 32
Tel.: 0511 168 42900, E-Mail: Leslie.Krebs@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Frau Krebs

Gruppenleitung: Tatiana Efimova

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Hocker-Tanzen**
Appelstraße 16, 5.Etage, 30167 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 32
Tel.: 0511 168 43409, Ansprechperson: Léonie Breuckmann

Veranstaltungsort: St.Nikolai-Stifft Durchgeführt von: Tatiana Efimova

---

Neigungsgruppen Eintrag
**Internationale Gymnastikgruppe**
Herrenhäuser Straße 54, 30419 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 09 16 21 22 26 38

Tel.: 0511 168 42900, E-Mail: 57.22.12@hannover-stadt.de,

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Herrenhausen Gymnastik, anschließend gemeinsames Kaffeetrinken

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Kegeln**

Lenther Straße 18, 30455 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 03

Tel.: 0511 49 76 33, Ansprechperson: Agnes Haupt

Veranstaltungsort: Kischer´s Landhaus

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Kegeln**

Tiergartenstraße 23, 30559 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 18

Tel.: 0511 512796, Ansprechperson: Henny Krause-Spanier

Veranstaltungsort: TKH-Gastronomie

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Kegeln**

Tiergartenstraße 23, 30559 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 18

Tel.: 0511 541 5170, Ansprechperson: Gundula König

Veranstaltungsort: TKH-Gastronomie

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Kegeln**

Kirchröderstraße 95, 30625 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 18

Tel.: 0511 168 45876, E-Mail: 57.22.6@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Diana Friedenberg

Veranstaltungsort: Kegelbahn im Restaurant Taormina Es fällt eine Gebühr für die Kegelbahn an. Eine Anmeldung ist erforderlich.

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Kegeln**

Walter-Clemens-Platz 1, 30559 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 02

Tel.: 0511 21978 174, Ansprechperson: Kaja Tippenhauer

Kegeln Seniorenbüro Torgarten

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Kegeln**

Anderter Schützenplatz 7, 30559 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 02

Tel.: 0511 21978 174, Ansprechperson: Kaja Tippenhauer

Kegeln Schützenhaus Anderten

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Kegeln**

Roscherstraße 7, 30161 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 28

Tel.: 0511 168 42652, E-Mail: 57.22.1@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Rabea Ebermann

Kegeln

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Locker vom Hocker**

Kirchbichler Straße 6, 30539 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 47

Tel.: 0511 168 45876, E-Mail: 57.22.6@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Diana Friedenberg

Veranstaltungsort: Mehrzweckhalle Wülferode Ein freudiges Bewegungsangebot, welches im Sitzen stattfindet

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Meditativer Tanz / Kreistänze**

Osterstraße 31, 30159 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 01 03 11

Tel.: 0511 168 42651, E-Mail: 57.22.11@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Beike

Meditativer Tanz (Kreistänze) Veranstaltungsort: Kurt-Partzsch-Begegnungsstätte, Davenstedt Wörmannstr. 70a

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Minigolf**

Osterstraße 31, 30159 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48

Tel.: 0511 168 42651, E-Mail: 57.22.11@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Susanne Beike

Veranstaltungsort: Bahngolfklub Mühlenberg, Ossietzkyring 48a

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Misburger Drahtesel**

Waldstraße 9, 30629 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 27

Tel.: 0511 168 46725, E-Mail: 57.22.5@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Katja Steffensen

Radfahren Frühjahr bis Herbst 1 x monatlich Begegnungsstätte Rathaus Misburg

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Nordic Fit 1 / Anfänger**

(Haltestelle Zoo) 1, 30175 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 48

Tel.: 0511 168 42652, E-Mail: 57.22.1@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Katja Steffensen

Nordic Fit durch die Eilenriede sowie Ausflüge, für Anfänger geeignet

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Nordic Fit 2 / Fortgeschrittene**

(Haltestelle Zoo) 1, 30175 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 48

Tel.: 0511 168 42652, E-Mail: 57.22.1@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Katja Steffensen

Nordic Fit durch die Eilenriede sowie Ausflüge, für Fortgeschrittene geeignet

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Nordic Walking**

Osterstraße 31, 30159 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 27

Tel.: 0511 168 46725, E-Mail: 57.22.5@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Katja Steffensen

Nordic Walking durch den Misburger Wald, Treffpunkt am Bürgerhaus Misburg

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Parkspaziergänge mit Atem-und Hata- Yogaelementen**

keine Angaben ., 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

Tel.: 0511 168 45238, E-Mail: 57.22.2a@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Hohnhorst-Kalisch

Veranstaltungsort: Vahrenwalder Park Durchgeführt von: Lyudmilla Bograd

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Pilates**

Plauener Straße 23 A, 30179 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 40

Tel.: 0511 60 40086, Ansprechperson: Rita Köpp

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Vahrenheide Durchgeführt von: Julia Tebbe Pilates 6 Monate kostenlos und danach: Beitrag Sportverein

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Qigong**

Am Mittelfelde 104, 30519 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 29

Tel.: 0511 21978 123, Ansprechperson: Silke Oppenhausen

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Qigong- chinesische Heilgymnastik**

Osterstraße 31, 30159 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 10

Tel.: 0511 168 42652, E-Mail: 57.22.1@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Rabea Ebermann

Qigong ist Meditation in Bewegung. Durch die langsamen, fließenden Bewegungen werden die Halswirbelsäule, Schultern, Arme, Lendenwirbelsäule,...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Radfahren „Flotte Flitzer”**

Keine Angabe 000, 30657 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 36

Tel.: 0511 168 42690, E-Mail: 57.22.3@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Doris Landeck

Veranstaltungsort: Sahlkamp, Treffpunkt Alte Heide Durchgeführt von: Günther Trauernicht

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Sanfte Gymnastik für die Halswirbelsäule**

Plauenerstraße 23A, 30179 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 40

Tel.: 0511 / 168-42690, E-Mail: 57.22.3@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Doris Landeck

Der Kommunale Seniorenservice Hannover startet am Mittwoch, den 05.02.2025 von 13.30 bis 14.15 Uhr, mit einem neuen Angebot in der...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Sanftes Yoga für Senior*innen**

Schulenburger Landstraße 20, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 32

Tel.: 0511 168 43409, Ansprechperson: Léonie Breuckmann

Veranstaltungsort: Stadtbezirksbüro Durchgeführt von: Ludmilla Dombek

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Selbstverteidigung und Bewegung**

Plauener Straße 23 A, 30179 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 40

Tel.: 0511 168 42690, E-Mail: 57.22.3@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Doris Landeck

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Vahrenheide Durchgeführt von: Gudrun Zinke

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Senior*innen Gymnastik**

Marschnerstraße 34, 30167 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 32

Tel.: 0511 168 43409, Ansprechperson: Léonie Breuckmann

Veranstaltungsort: Katholisches Internationales Zentrum Hannover (KIZH) Durchgeführt von: Irene Rusch

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Senior*innentanz**

Walderseestraße 100, 30177 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 48

Tel.: 0511 168 42652, E-Mail: 57.22.1@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Rabea Ebermann

Spaß machende Bewegung mit gleichzeitigem Gedächtnistraining

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Seniorentanz**

An der Wollebahn 1, 30519 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 12

Tel.: 0511 168 45134, Ansprechperson: Rosa Bader

Veranstaltungsort: Freizeitheim Döhren

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Seniorentanz**

Woermannstraße 70 A, 30455 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 11

Tel.: 0511 21978 123, Ansprechperson: Ramona Thomas

Veranstaltungsort: Kurt-Partzsch- Begegnungsstätte

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Sitzgymnastik**

Krugstraße 7, 30453 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 01 03 11

Tel.: 0511 16842651, E-Mail: 57.22.11@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Beike

Sitzgymnastik Gymnastik auf dem Stuhl Veranstaltungsort: Haus der Begegnung, Krugstr. 7, Ahlem

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Sitzgymnastik für Senior*innen im Wohncafé**

Hainhölzer Markt 1, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 14

Tel.: 0511 168 43409, Ansprechperson: Léonie Breuckmann

Veranstaltungsort: Hanova-Wohncafé Durchgeführt von: Erika Bondar

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Spaziergänge mit Mobilitätsprogramm in der Eilenriede**

Vahrenwalder Straße 92, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 25 41

Tel.: 0511-168 33304, E-Mail: 57.22.2b@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Tatiana Rickert

Neues Angebot "Spaziergänge am Donnerstag" mit einem leichten Dehnungs-, Mobilitätsprogramm findet regelmäßig donnerstags von 10:00 bis 12:00...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Tanz für die Gesundheit**

Hainholzer Markt 1, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 14

Tel.: 0511-168 43409, Ansprechperson: Leonie Breuckmann

Tanz für die Gesundheit im Hanova- Wohncafe, Hainholzer Markt 1 Gruppenleizung: Tatiana Efimova

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Tanzen im Sitzen**

Walderseestraße 100, 30177 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 48

Tel.: 0511 168 42652, E-Mail: 57.22.1@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Rabea Ebermann

Ein tolles, Freude bringendes Angebot mit verschiedenen Tänzen im Sitzen, Förderung zur Sturzprophylaxe Stadtteilzentrum Lister Turm

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Tanzgruppe Latein**

An der Wollebahn 1, 30519 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 12

Tel.: 0511 168 45134, Ansprechperson: Rosa Bader

Veranstaltungsort: Freizeitheim Döhren

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Tanzgruppe Standard**

An der Wollebahn 1, 30519 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 12

Tel.: 0511 168 45134, Ansprechperson: Rosa Bader

Veranstaltungsort: Freizeitheim Döhren

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Tischtennis**

Kirchbichler Straße 11b, 30539 Hannover

Tel.: 0511 168 30551, Ansprechperson: Cornelia Budde

Veranstaltungsort: Sporthalle beim TSV Wülferode

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Tischtennis**

Herrenhäuser Straße 54, 30419 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 09 16 21 22 26 38

Tel.: 0511 168 42900, E-Mail: 57.22.12@hannover-stadt.de,

Tischtennis spielen Teilnahme kostenfrei Begegnungsstätte Herrenhausen großer Gruppenraum

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Tischtennis**

Kirchbichler Straße 6, 30539 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 47

Tel.: 0511 168 45876, E-Mail: 57.22.6@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Diana Friedenberg

Tischtennis in der Sporthalle Kirchbichler Str. 6, beim TSV Wülferode

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Topfit 60+**

Mühlenberger Markt 1, 30457 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 30

Tel.: 0511 168 43687, Ansprechperson: Bianca Moldenhauer

Veranstaltungsort: Stadtteilzentrum Mühlenberg Weiße Rose Durchgeführt von: Serap Geldec Sportliche Aktivität

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Topfit 60+**

Anne-Stache-Allee 7, 30459 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 35

Tel.: 0511 168 43687, Ansprechperson: Bianca Moldenhauer

Veranstaltungsort: Stadtteilzentrum Ricklingen, unterer Saal Durchgeführt von: Serap Geldec Sportliche Aktivität

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Vahrenwalder Radler**

Melanthonstraße ., 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

Tel.: 0511 168 45238, E-Mail: 57.22.2a@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Hohnhorst-Kalisch

Treffpunkt: Melanthonstraße (Rewe Parkplatz) Leitung: Susanne und Johannes Waldmann

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Walking für Fortgeschrittene (Gruppe 2)**

Mühlenholzweg 72, 30459 Hannover

Tel.: 0511 168 43687, Ansprechperson: Frau Moldenhauer

Gruppenleitung: Frau Reichrath freitags 10:00 Uhr Treffpunkt: vor dem Waldschlösschen in Ricklingen

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Wandergruppe "Flotte Sohle"**

Osterstraße 31, 30159 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 24

Tel.: 0511 168 42670, E-Mail: 57.22.10@Hannover-Stadt.de, Ansprechperson: Seher Sahin

Die Wandergruppe "Flotte Sohle" findet jeden 3. Dienstag im Monat von Februar bis November statt. Die Wanderstrecke beläuft sich ca. auf 9 bis 11...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Wandern**

Krugstraße 7, 30453 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 01 03 11

Tel.: 051116842651, E-Mail: 57.22.11@annover-stadt.de, Ansprechperson: Susanne Beike

Wandern, Programmauf Anfrage

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Wandern**

stadtweit 0000, 0000 stadtweit | Stadtteil / Bezirk: 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45

Tel.: 0511 168 42900, E-Mail: 57.22.12@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Leslie Neis

Wandergruppe Wanderungen von ca. 2 Stunden, gemütliches Tempo mit anschließender Einkehr, Programm und Treffpunkt auf Anfrage, Teilnahme auf...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Wandern mit Andern**

Osterstraße 31, 30159 Hannover

E-Mail: 57.22.9@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Frau Moldenhauer

Treffpunkt nach Absprache in der Region Gruppenleitung. Frau Anja Muhs

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Wanderung mit Regine**

Osterstraße 31, 30159 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 32

Treffpunkt: nach Programm Leitung: Regine Hunitzsch

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Wirbelsäulengymnastik - Fit für 100 Digital**

findet nur digital statt 1, 00000 Digital | Stadtteil / Bezirk: 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48

Tel.: 0511 168 42652, E-Mail: 57.22.1@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Rabea Ebermann

Das Angebot findet über eine Videokonferenz digital statt. Wenn Sie Interesse haben melden Sie sich bei der Ansprechperson.

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Yoga (Russisch)**

Hainhölzer Markt 1, 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 14

Tel.: 0511 168 43409, Ansprechperson: Léonie Breuckmann

Veranstaltungsort: Hanova Wohncafe Durchgeführt von: Marina Karapetjan

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Yoga auf dem Stuhl**

Ricklinger Stadtweg 46, 30459 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 35

Tel.: 0511 168 43687, E-Mail: 57.22.9@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Bianca Moldenhauer

Veranstaltungsort: Senioren - und Pflegestützpunkt Niedersachsen Außenstelle Ricklingen

Durchgeführt von: Rosemrie Lindner Sportliche...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Yoga auf und mit dem Stuhl**

Plauenerstraße 23A, 30179 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 40

Tel.: 0511 168 42690, Ansprechperson: Frau Landeck

Yoga auf und mit dem Stuhl für Senior*innen. Unter der fachkundigen Anleitung von Ines Wollbrink, lizenzierte Yogalehrerin IPGM (Institut für...

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Yoga für russische Senior*innen**

Windhorststraße 3 - 4, 30167 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 32

Tel.: 0511 168 43409, Ansprechperson: Léonie Breuckmann

Veranstaltungsort: Kulturzentrum WASMITHERZ e. V. Durchgeführt von: Ludmilla Dombek

---

Neigungsgruppen Eintrag

**Yoga- mit sanften Dehnübungen in den Tag starten**

Mühlenberger Markt 1, 30457 Hannover

Tel.: 0511-16843687, Ansprechperson: Frau Moldenhauer

Gruppenleitung: Ilonka Willudda-Roßa

---

Standard Eintrag

**Ev. Luth. Epiphanias-Kirchengemeinde**

Hägewiesen 117 A, 30657 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 36

Tel.: 0511 908973,

Ev. Luth. Epiphanias-Kirchengemeinde

---

Standard Eintrag

**Frühsport mit Yogaelementen**

Schleswiger Straße 31 , 30165 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 41

Tel.: 0511 4952146, Mobil: 0151-61 26 82 50, E-Mail: schleswiger.viertel@awo-bvh.de, Ansprechperson: Konstanze Löffler

Dienstagsfrüh wecken wir unter fachlicher Anleitung unseren Körper auf mit sanften Bewegungen zum Dehnen, Kräftigen und zur Übung der...

---

Standard Eintrag

**Gymnastik am Mittwoch**

Krugstraße 7, 30453 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 01

Tel.: 0511 168 42651, E-Mail: 57.22.11@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Alexandra Wiechert

Gymnastik Haus der Begegnung, Ahlem, Krugstr. 7 Gymnastik für jedermann und jederfrau, jeder ist willkommen

---

Standard Eintrag

**KulTour Fahrradrikscha - Kostenfreie Kultur- und Begleitungsangebote für Senior*innen in Hannover**

Lohweg 15, 30559 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 10 24 28 32 35 39

Tel.: 0511 959 86 46, E-Mail: rikscha.hannover@malteser.org, Ansprechperson: Andrea Eckhoff-Rosenbaum

Ausflüge mit einer Fahrradrikscha Ob eine Tour durch die Eilenriede, zu den Herrenhäuser Gärten oder einmal um den Maschsee mit Kaffee am...

---

Standard Eintrag

**Radfahren "Die Sattelfesten"**

Plauenerstraße 23A, 30179 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 36

Tel.: 0511 168 42690, E-Mail: 57.22.3@hannover-stadt.de, Ansprechperson: Doris Landeck

Radfahren „Die Sattelfesten” im Monat Leitung: Leonard Pobiarzyn, Otto Schulze Programm auf Anfrage unter Telefon 0511 168 42690

---

Standard Eintrag

**Schillerschule**

Ebellstraße 15, 30625 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 19

Tel.: 0511 556559, E-Mail: info@tv-kleefeld.de,

Gymnastik/Turnen/Spiele Herren ab 60

---

Standard Eintrag

**Seniorenbüro Roderbruch Café Carré (KSH)**

Buchnerstraße 4, 30627 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 13 15 19

Tel.: 0511 220 24 86 , E-Mail: seniorenbuero-roderbruch@htp-tel.de, Ansprechperson: Café Carré Team / Renate Siebler (KSH)

Im Herzen des Stadtteils Roderbruch in einem markanten kleinen Gebäude, das ursprünglich einmal ein Café beherbergte, befindet sich unser...

---

Standard Eintrag

**Seniorengruppe SoVD**

Herrenhäuser Straße 54, 30419 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 16

Tel.: 0511 2792421 , Ansprechperson: Elvira Schmidt und Sabine Kawaletz

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Herrenhausen

---

Standard Eintrag

**Stöckener Bad**

Hogrefestraße 45, 30419 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 38

Tel.: 0511 168 49335, E-Mail: stoeckener-bad@hannover-stadt.de,

Verschiedene Seniorenangebote Aquafitness

---

Standard Eintrag

**Turnerbund Stöcken**

Eichsfelder Straße 26, 30419 Hannover | Stadtteil / Bezirk: 38

Tel.: 0511 795220, E-Mail: info@tb-stoecken.de,

Verschiedene Seniorenangebote Das Sportangebot des Turnerbundes ist groß und vielfältig. Gesundheitssport ist ein Schwerpunkt im Turnerbund...

---

Eine Gewähr für Druckfehler, Vollständigkeit und Aktualität insbesondere bei gesetzlichen Informationen, kann trotz gewissenhafter Überprüfung, nicht übernommen werden. Mit dem Eintrag bzw. der Auflistung ist keine Bewertung der Dienstleistungs-Qualität verbunden.