



Unser **ACTIVE CITY SUMMER-** Programm vom 01. Juli – 30. September 2022

Bitte für alle Angebote anmelden!

Montag 20:00-21:00 Uhr

Outdoor-Zirkeltraining mit Ralf
(Outdoor / Kursraum GESundFIT) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg

Dienstag 11:00-12:00 Uhr (nicht am 16.8., 23.8.)

Yoga mit Hanna
(Outdoor / Kursraum GESundFIT) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg

Dienstag 18:45-19:30 Uhr (nicht am 26.7., 23.8., 20.9., 27.9.)

Qigong mit Martina
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: Wiese Bramfelder See (bei der Bewegunginsel)

Mittwoch 08:15-09:15 Uhr

Online Kundalini Yoga (für Senioren) mit Anke
(Zoom-Meeting – [Einwahl-Link im Mitgliederportal](#)) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg

Donnerstag 09:00-09:45 Uhr (nicht am 15.9.)

Pilates & Faszien mit Christa
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: BSV-Zentrum SPORTPLATZ / Ostfläche 2, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Donnerstag 10:15-11:15 Uhr (nicht am 15.9.)

Qigong mit Christa
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: Sportplatz / Kunstrasen, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Unser **ACTIVE CITY SUMMER-** Programm vom 01. Juli – 30. September 2022

Bitte für alle Angebote anmelden!

Donnerstag 17:30-18:30 Uhr

Outdoor-Workout mit Sanni / Julia
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: Sportplatz / Ostfläche 2, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Donnerstag 18:30-19:15 Uhr (nicht am 25.7., 11.8.)

Natural Movement mit Roman
(Outdoor / Kursraum GESundFIT) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg

Freitag 08:15-09:30 Uhr

Yoga mit Linda / Hanna
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: Sportplatz / Ostfläche 2 / Sportraum 1, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Samstag 14:00-14:45 Uhr (nur bei ausreichenden Anmeldungen)

Bauchtanz für Anfänger mit Iulija
(BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: Sportraum 1, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Sonntag, 31.7.2022 14:00-18:00 Uhr (1 Termin)

Workshop: Selbstverteidigung für Einsteiger mit Micha
(Outdoor / Kursraum GESundFIT) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg

Donnerstag 19:30-21:00 Uhr (4 Termine: 11.8.-1.9.2022)

Kurs: Selbstverteidigung für Einsteiger mit Micha
(Outdoor / Kursraum GESundFIT) ACTIVE CITY SUMMER
Ort: Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg

