

Unser ACTIVE CITY SUMMER- Programm vom 01. Juli – 30. September 2023

Bitte für alle Angebote anmelden!



Montag 10:00-11:00 Uhr

Walking (zügiges Tempo) mit Mario

(Outdoor / BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER-SPECIAL

Ort: Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Termine: 3.7., 10.7., 17.7., 24.7., 31.7., 7.8., 14.8., 4.9., 11.9., 18.9., 25.9.

Montag 11:00-12:00 Uhr

(Nordic) Walking (langsames Tempo / Einsteiger) mit Mario

(Outdoor / BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER-SPECIAL

Ort: Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Termine: 3.7., 10.7., 17.7., 24.7., 31.7., 7.8., 14.8., 4.9., 11.9., 18.9., 25.9.

Dienstag 18:15-19:00 Uhr

Qigong mit Martina / Roman

(BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER

Ort: Ellernreihe 88, 22179 Hamburg (Outdoor am Bramfelder See/
Bewegungsinsel bei gutem Wetter)

Termine: 4.7., 11.7., 25.7., 8.8., 15.8., 22.8., 29.8., 5.9., 12.9.

Dienstag 10:00-10:45 Uhr

Complete Body Workout mit Claudia

(BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER

Ort: BSV-Zentrum, Sportraum 1, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Termine: 4.7., 11.7., 18.7., 8.8., 15.8., 22.8., 29.8., 5.9., 12.9., 19.9., 26.9.

Dienstag 11:00-12:00 Uhr

Golden Age Aerobic mit Claudia

(BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER

Ort: BSV-Zentrum, Sportraum 1, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Termine: 4.7., 11.7., 18.7., 8.8., 15.8., 22.8., 29.8., 5.9., 12.9., 19.9., 26.9.

Dienstag 18:00-19:00 Uhr

Oldschool Calisthenics mit Roman

(GESundFIT) ACTIVE CITY SUMMER-SPECIAL

Ort: GESundFIT, Terrasse / Kursraum, Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg

Termine: 4.7., 11.7., 5.9., 12.9., 19.9., 26.9.

Bramfelder Sportverein | Ellernreihe 88 | 22179 Hamburg

info@bramfelder-sv.net | www.bramfelder-sv.com

040 – 641 41 44



Unser ACTIVE CITY SUMMER- Programm vom 01. Juli – 30. September 2023

Bitte für alle Angebote anmelden!



Dienstag 18:30-19:30 Uhr

Outdoor-Workout mit Sanni / Julia

(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER-SPECIAL

Ort: BSV-Zentrum, Sportplatz / Ostfläche 2, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Termine: 18.07., 25.7., 01.08., 08.08., 15.08., 22.08.,

Dienstag 20:00-21:30 Uhr

Krav Maga / Selbstverteidigungs-Training mit Micha

(BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER

Ort: BSV-Zentrum, Sportraum 1, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Termine: 22.8., 29.8., 5.9., 12.9.

Mittwoch 08:15-09:15 Uhr

Online Kundalini Yoga (für Senioren) mit Anke

(Zoom-Meeting) ACTIVE CITY SUMMER

Ort: Zoom-Meeting

Termine: https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?action=events_kalender

Mittwoch 18:00-18:45 Uhr

Fit & Move mit Claudia

(BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER

Ort: BSV-Zentrum, Sportraum 1, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Termine: 5.7., 12.7., 19.7., 9.8., 16.8., 23.8., 30.8., 6.9., 13.9., 20.9., 27.9.

Mittwoch 19:00-19:45 Uhr

Choreo Dance mit Claudia

(BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER

Ort: BSV-Zentrum, Sportraum 1, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Termine: 5.7., 12.7., 19.7., 9.8., 16.8., 23.8., 30.8., 6.9., 13.9., 20.9., 27.9.

Donnerstag 18:45-19:45 Uhr

Faszien Yoga mit Linda

(BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER-SPECIAL

Ort: BSV-Zentrum, Sportraum 2, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Termine: 6.7., 13.7., 20.7., 27.7., 3.8., 17.8., 24.8., 31.8., 7.9., 14.9.

Bramfelder Sportverein | Ellernreihe 88 | 22179 Hamburg

info@bramfelder-sv.net | www.bramfelder-sv.com

040 – 641 41 44



Unser ACTIVE CITY SUMMER- Programm vom 01. Juli – 30. September 2023

Bitte für alle Angebote anmelden!



Donnerstag 18:30-19:30 Uhr

Natural Movement mit Roman

(GESundFIT) ACTIVE CITY SUMMER -SPECIAL

Ort: GESundFIT, Terrasse / Kursraum, Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg

Termine: 6.7., 13.7., 27.7., 10.8., 17.8., 24.8., 31.8., 7.9., 14.9., 21.9., 28.9.

Donnerstag 19:45 – 21:45 Uhr 3x a 2h

Workshop: Selbstverteidigung / Bodenkampf mit Micha

(Bramfelder Sportverein) ACTIVE CITY SUMMER - SPECIAL

Ort: GESundFIT, Kursraum, Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg

Termine: 31.08., 07.09., 14.09.

Freitag 08:15-09:30 Uhr

Hatha Yoga mit Linda / Hanna

ACTIVE CITY SUMMER

Ort: BSV-Zentrum, Sportplatz / Sportraum 1, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Termine: 7.7., 14.7., 21.7., 28.7., 4.8., 18.8., 25.8., 1.9., 8.9., 15.9.

Freitag 16:30-17:30 Uhr

Zirkeltraining mit Ava

(GESundFIT) ACTIVE CITY SUMMER -SPECIAL

Ort: GESundFIT, Terrasse / Kursraum, Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg

Termine: 4.8., 11.8., 18.8., 25.8., 1.9., 8.9., 15.9., 22.9., 29.9.

Samstag 12:30-13:45 Uhr (30.07/27.09 -jeweils Sonntag 17:30-19:15 Uhr)

Line Dance für Anfänger mit Ilse

(BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER

Ort: BSV-Zentrum, Sportraum 1, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Samstag 14:00-15:15 Uhr (nur bei ausreichenden Anmeldungen)

Bauchtanz für Anfänger mit Julia

(BSV-Zentrum) ACTIVE CITY SUMMER

Ort: BSV-Zentrum, Sportraum 1, Ellernreihe 88, 22179 Hamburg

Termine: https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?action=events_kalender

Bramfelder Sportverein | Ellernreihe 88 | 22179 Hamburg

info@bramfelder-sv.net | www.bramfelder-sv.com

040 – 641 41 44



Unsere Sportangebote findest Du hier:



www.bramfelder-sv.com



Bramfelder Sportverein | Ellernreihe 88 | 22179 Hamburg
info@bramfelder-sv.net | www.bramfelder-sv.com
040 – 641 41 44



Direkt zur Anmeldung kommst Du hier:



[https://www.vereinonline.org/Bramfelder Sportverein/?action=events_kalender&art=ListeZ&dialog=](https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?action=events_kalender&art=ListeZ&dialog=)



Bramfelder Sportverein | Ellernreihe 88 | 22179 Hamburg
info@bramfelder-sv.net | www.bramfelder-sv.com
040 – 641 41 44

