sport und inklusion
Im Verbund der Evangelischen Stiftung Alsterdorf.

Special Olympics Hamburg Sportliche Aktivierung

Sportliche Aktivierung Angebot im November

Wir wollen uns bewegen. Alle können mitmachen.

Zumba ® Gold im Sitzen

Samstag, 21. und 28. November

von 10.30 bis 11.30

Du bewegst dich gerne zur Musik?

Dann wird dir dieser Kurs viel Spaß machen.

Wo? Stiftung Das Rauhe Haus
Tibarg 24, 22459 Hamburg

Yoga und Entspannung

Jeden Montag von 16 bis 17

Es werden verschiedene Yogaübungen gelernt.

Die Übungen helfen dabei sich besser zu entspannen.

Wo? Treffpunkt Hamburg Süd Sozialkontor
Knoopstraße 1-3, 21073 Hamburg

FC St. Pauli Tischfußball

Mittwoch, 11. November 2026 ab 18.30

Tischfußball wird auf einem Tisch gespielt.

Durch drehen der Spiel-Figuren

wird versucht Tore zu schießen.

Wo? FC St. Pauli Clubheim
Harald-Stender-Platz 1, 20359 Hamburg

SC Poppenbüttel mit Tennis

Jeden Sonntag von 15 bis 16

Tennis ist ein Sport.

Beim Tennis spielt man mit einem Schläger.

Ziel ist es den Ball über das Netz zu schlagen.

Wo? Sport-Club Poppenbüttel v. 1930 e.V.
Kramer-Kay-Weg 1, 22399 Hamburg

@ INFORMATIONEN und ANMELDUNG:
isabella.schmidt@hamburg.specialolympics.de