

SPORTPROGRAMM KINDER UND JUGEND 2020



VEREINSSPORTZENTRUM
STADIONBRÜCKE



SPORT BEI HANNOVER 96

Das Vereinssportzentrum bietet als hochmoderne Sportheimat viele Angebote für alle Altersklassen. Vom klassischen Eltern-Kind-Turnen bis hin zu Trendsportarten – in unseren zwei modern ausgestatteten Sporthallen könnt Ihr ein buntes Sportprogramm nutzen. Die Kinder und Jugendlichen werden motorisch professionell ausgebildet und bei der persönlichen Sportentwicklung unterstützt. Grenzenloser Spaß an der Bewegung wird spielerisch vermittelt. Wir freuen uns auf aufregende Sport- und Bewegungslandschaften mit Euch!

SEI DABEI!

Von Beginn an 96

MONTAG

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
09:00 – 10:00	–	–
10:00 – 11:00	–	–
10:45 – 11:45	Babymassage ^{1/2} (Start ab 14.09.2020)	Vereinssportzentrum (Mehrzweck-Raum)
14:30 – 15:30	Baby-Athleten 6 – 18 Monate + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
15:30 – 16:15	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre	 Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
15:45 – 16:45	Kindersportschule ¹ 2. Klasse	Vereinssportzentrum (Große Halle 1)
	Fun Fußball 6 – 8 Jahre	Vereinssportzentrum (Große Halle 2)
16:15 – 17:15	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
16:45 – 17:45	Kindersportschule ¹ 3. Klasse	Vereinssportzentrum (Große Halle 1)
	Fun Fußball 9 – 12 Jahre	 Vereinssportzentrum (Große Halle 2)
17:30 – 18:30	Parkour 6 – 8 Jahre	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
20:00 – 21:00	–	–

¹ Teilnahme nur mit Online-Anmeldung möglich. Schauen Sie bitte auf unsere Homepage, wann der nächste Kurs startet.

² Mindestens 4 TeilnehmerInnen erforderlich. Bei Interesse sprechen Sie uns gerne an!

Tag und Uhrzeit können abweichen.

DIENSTAG

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
09:00 - 10:30	-	-
11:00 - 12:30	PEKiP ¹	Vereinssportzentrum (Mehrzweck-Raum)
11:00 - 12:00	Baby-Athleten 6 - 18 Monate + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
14:30 - 15:30	Windel-Athleten 1 - 3 Jahre + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
15:45 - 16:45	Kindersportschule ¹ Vorschule und 1. Klasse	Vereinssportzentrum (Große Halle 1)
	Fun Fußball 3 - 6 Jahre	 Vereinssportzentrum (Große Halle 2)
16:45 - 17:45	Fun Fußball 6 - 8 Jahre	Vereinssportzentrum (Große Halle 2)
	Freies Klettern bei 96 8 - 12 Jahre	 Vereinssportzentrum (Große Halle 1)
17:45 - 18:45	Selbstverteidigung 8 - 12 Jahre	Vereinssportzentrum (Große Halle 1)
	Kindersportschule ¹ 4. Klasse	Vereinssportzentrum (Große Halle 2)
18:00 - 19:00	Fun Fußball 9 - 12 Jahre	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)

¹Teilnahme nur mit Online-Anmeldung möglich.
Schauen Sie bitte auf unsere Homepage, wann der nächste Kurs startet.
Änderungen vorbehalten

MITTWOCH

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
09:15 – 10:45	PEKiP ¹	Vereinssportzentrum (Mehrzweck-Raum)
10:00 – 11:00	–	–
11:00 – 12:30	PEKiP ¹	Vereinssportzentrum (Mehrzweck-Raum)
12:00 – 13:00	–	–
13:00 – 14:00	–	–
15:00 – 16:00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
15:45 – 16:45	Fun Fußball 3 – 6 Jahre	Vereinssportzentrum (Große Halle 2)
	Kindersportschule ¹ 2. Klasse	Vereinssportzentrum (Große Halle 1)
16:00 – 17:00	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
16:45 – 17:45	Kindersportschule ¹ 3. Klasse	Vereinssportzentrum (Große Halle 1 und 2)
17:00 – 18:30	Urban Cross-Training ab 14 Jahren	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
18:00 – 19:30	Parkour / Trampolin 8 – 14 Jahre	Vereinssportzentrum (Große Halle 1)

¹Teilnahme nur mit Online-Anmeldung möglich.
Schauen Sie bitte auf unsere Homepage, wann der nächste Kurs startet.
Änderungen vorbehalten

DONNERSTAG

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
09:00 – 10:00	–	–
10:00 – 11:00	Baby-Athleten 6 – 18 Monate + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
10:00 – 11:30	PEKiP ¹	Vereinssportzentrum (Mehrzweck-Raum)
11:00 – 12:00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
13:00 – 14:00	–	–
15:00 – 16:00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
16:00 – 17:00	Kombi-Athleten	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
15:45 – 16:45	Kindersportschule ¹ Vorschule und 1. Klasse	Vereinssportzentrum (Große Halle 1 und 2)
16:45 – 17:45	Sport-Mix ab 6 Jahren	Vereinssportzentrum (Große Halle 1 und 2)
17:00 – 18:00	Zwerg-Athleten 3 – 6 Jahre	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
17:45 – 18:45	Kindersportschule ¹ 4. Klasse	Vereinssportzentrum (Große Halle 1 und 2)
18:00 – 19:00	Headis ab 8 Jahren	 Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
19:30 – 20:30	Headis für Familien ³ Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren	Vereinssportzentrum (Schachfelder)

¹ Teilnahme nur mit Online-Anmeldung möglich. Schauen Sie bitte auf unsere Homepage, wann der nächste Kurs startet.

³ Dieses Angebot ist ausschließlich ein Outdoor-Angebot und findet nur bis zu den Herbstferien statt.

Änderungen vorbehalten

FREITAG

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
10:00 – 11:00	Fit mit Baby Erwachsene + Baby bis zum Laufalter	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
11:00 – 12:00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
12:00 – 13:00	–	–
13:00 – 14:00	–	–
14:00 – 15:00	–	–
15:00 – 16:00	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
	Trampolin 4 – 6 Jahre	Vereinssportzentrum (Große Halle 1 + 2)
16:00 – 17:00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
	Ballspiele ab 4 – 6 Jahren	Vereinssportzentrum (Große Halle 1 + 2)
17:00 – 18:00	KiCK-Fitness 13 – 17 Jahre	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
17:00 – 18:30	Trampolin / Stunt-Show-Training 8 – 12 Jahre	Vereinssportzentrum (Große Halle 1)
18:00 – 19:00	–	–

SAMSTAG

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
09:00 – 10:00	–	–
10:00 – 11:00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
10:00 – 11:30	PEKiP ¹ (Setzt vorerst aus)	Vereinssportzentrum (Mehrzweck-Raum)
11:00 – 12:00	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinssportzentrum (Kleine Halle)
13:00 – 14:00	–	–
14:00 – 15:00	–	–
15:00 – 16:00	–	–
16:00 – 17:00	–	–
17:00 – 18:00	–	–
18:00 – 19:00	–	–
19:00 – 20:00	–	–
20:00 – 21:00	–	–

In den Ferien finden die regulären Sportangebote, außer PEKiP und Babymassage, nicht statt. Besuchen Sie gerne in den Ferien unsere Feriencamps und/oder das Ferienprogramm im Vereinssportzentrum.

¹Teilnahme nur mit Online-Anmeldung möglich.
Schauen Sie bitte auf unsere Homepage, wann der nächste Kurs startet.
Änderungen vorbehalten

SONSTIGE ANGEBOTE

BEWEGTER KINDERGARTEN

Im Rahmen des Projektes „Bewegte Kita“ der Sportjugend Niedersachsen können Sie mit Ihrem Kindergarten eine Kooperation mit uns eingehen. Sie kommen mit Ihrer Gruppe an einem Vormittag in die Räumlichkeiten des Vereinssportzentrums an der Stadionbrücke 9. Dort führen lizenzierte ÜbungsleiterInnen mit Ihnen eine altersgerechte und abwechslungsreiche Sport- / Bewegungseinheit in unseren hochmodernen und einzigartigen Sporthallen durch.

Dabei begleiten viele Sportspiele, vielfältige Bewegungslandschaften, freies Spielen, die Gemeinschaft und ganz viel Spaß die Stunden. Die Erzieher aus Ihrer Kita sind in der Stunde dabei. Tag und Uhrzeit werden bei der Beantragung festgelegt. Möglich sind die Tage Montag bis Donnerstag.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, wenden Sie sich gerne persönlich an uns. Die Konditionen und Laufzeiten einer Kooperation können dann abgesprochen werden. Die Kontaktdaten finden Sie am Ende des Heftes.

Wir freuen uns auf pures Spiel & Spaß mit Ihrer Kita-Gruppe!

FERIENCAMPS

In den Ferien bieten wir Euch ein buntes und spannendes Sport-Spiel-Spaß-Programm an. Betreut von einem motivierten Team warten aufregende Ausflüge, Aktionen und viel Spaß auf Euch.

Nähere Information und die Anmeldung findet ihr unter:

www.hannover96.de/verein

EDDIS KINDERGEBURTSTAG – KINDERGEBURTSTAGE IM VEREINSSPORTZENTRUM

Egal, ob Abenteuer-Landschaft, Geburtstagsspiele oder Eure Lieblingssportart: Ihr habt die Wahl! Verbringt gemeinsam mit Euren Freunden einen sportlichen und aufregenden Kindergeburtstag in einer der hochmodernen Sporthallen oder auf den vielseitig einsetzbaren Außenanlagen des Vereinssportzentrums.

Ihr könnt zwischen drei unterschiedlichen Programmen wählen:

1. Abenteuer-Landschaft
2. Fun-Sport
3. Geburtstagsspiele / bestimmtes Motto

Termine:

Kindergeburtstage im Vereinssportzentrum sind nur an Wochenenden möglich – samstags von 13.00 – 17.00 Uhr und sonntags von 10.00 – 17.00 Uhr. Es können entweder zwei oder drei Stunden gebucht werden.

Preise:

bei 2 Stunden pro Sportpaket: 150 €

bei 3 Stunden pro Sportpaket: 200 €

Wichtige Informationen:

- Teilnahme für 15 Kinder von 4-14 Jahren
(jedes weitere Kind zahlt einen Aufpreis von 5,00 €)
- Wählt zusätzlich ein Verpflegungspaket in der 96-Vereinsgaststätte „96 Stämme“ dazu
- Eine frühzeitige Anfrage ist erforderlich
(spätestens zwei Wochen vor dem Veranstaltungsbeginn)
- Alle Angebote werden von lizenzierten ÜbungsleiterInnen und mindestens einem Elternteil begleitet.

BESCHREIBUNG SPORTANGEBOT

im Vereinssportzentrum von Hannover 96

PEKiP (4 WOCHEN – 12 MONATE)

Im Prager Eltern-Kind-Programm fördern Eltern ihre Kinder ab der 4. – 6. Lebenswoche bis zum ersten Geburtstag. Mit Spiel- und Bewegungsanregungen wird in Gruppenarbeit eine entwicklungsadäquate Begleitung der Kinder geboten. Das Programm findet an zehn Terminen statt und wird von jeweils einem Elternteil begleitet.

BABYMASSAGE (6 WOCHEN – 6 MONATE)

Dieser Kurs ist für Eltern mit Ihren 6 Wochen bis 6 Monate alten Kindern. Sie erlernen alle Griffe, die Sie benötigen, um Ihr Kind auch nach dem Kurs weiterhin regelmäßig zuhause massieren zu können. Der Kurs stärkt die Bindung zwischen Eltern und Kind, stillt das Bedürfnis des Babys nach Berührung und Zärtlichkeit und fördert die motorische Entwicklung. Zudem unterstützen die Massagetechniken die Verdauung.

BABY-ATHLETEN (6 – 18 MONATE)

Die ersten Erfahrungen mit Bällen, Seilen oder verschiedenen Untergründen machen. Die Kleinen sollen robben, rollen, sich hochziehen oder die ersten Schritte erlernen. Dieses Angebot unterstützt und fördert die motorische und soziale Entwicklung der Babys. Außerdem wird beim Turnen die Bindung zwischen Eltern & Kind gestärkt.

WINDEL-ATHLETEN (1 – 3 JAHRE)

In abwechslungsreichen Bewegungslandschaften stabilisieren wir die Bewegungssicherheit der Kleinen und fördern ihr Zutrauen in die eigene Bewegungsfähigkeit. Im Fokus steht der Spaß an der

Bewegung, am Spielen, Klettern oder Balancieren. Unter den Augen der Eltern regen die Trainer die Entwicklung der Fein- und Grobmotorik an.

KOMBI-ATHLETEN (1 – 5 JAHRE)

Bewegungslandschaften entdecken: Gedacht für Geschwisterpaare, damit Groß und Klein zusammen spielen, klettern und entdecken können. Natürlich sind auch Einzelkinder herzlich willkommen. Die Kinder sollen selbstständig ihre motorischen Fähigkeiten entdecken und vertrauen in ihr Tun haben. Die Eltern selbstverständlich als Sicherheit immer dabei.

ZWERG-ATHLETEN (3 – 6 JAHRE)

Durch aktive Themensportstunden wecken wir die Phantasie der Kids. Ein spannender Geräteparcours und die ersten Mannschaftsspiele fördern die Sozialkompetenz im Sport. Wir wecken das individuelle sportliche Interesse der Kinder und bieten Entspannungsiseln durch tolle Kurzgeschichten. Die ersten Sportstunden ohne Eltern ...

BALLSPIELE (4 – 6 JAHRE)

In dieser Stunde dreht sich alles um Bälle. Die Kids lernen den sicheren Umgang mit dem Ball und erleben in einfacher Form spielerisch die Regeln verschiedener Ballsportarten.

TRAMPOLIN (4 – 6 JAHRE)

Bei dem Angebot Trampolin werden vor allem die Grundfertigkeiten Springen und Landen auf den Riesen- und Minitrampolinen gefördert.

Dabei begleiten viele Spiele zum Thema Hüpfen und Springen sowie das Überwinden von Hindernissen, wie ein Sprungpferd oder Kasten, die Sporteinheiten. Hoch hinaus geht es zudem mit kreativen Sprüngen und viel Spaß in der modernen Bungee-Anlage des Vereinssportzentrums.

SPORT-MIX (AB 6 JAHREN)

Hier habt ihr eine „All-in-Stunde“. Sportspiele, Geräte, Bälle, spezielle Sportarten. Ihr könnt mitbestimmen und eure eigene Sportstunde gestalten.

KINDERSPORTSCHULE (VORSCHULALTER BIS GRUNDSCHULALTER, 5 – 10 JAHRE)

Ein Stundenplan der Spaß macht? Bei 96 gibt es das! Im Sportkonzept für Grundschulkinder wird auf Basis eines vielfältigen Angebots auf eine breite motorische Ausbildung geachtet. Sportarten kennenlernen, Spaß an der Bewegung und eigene Stärken und Talente entdecken – all das gibt es bei uns!

FUN FUSSBALL (6 – 8, 9 – 13, AB 14 JAHRE/N)

Kein Leistungsdruck, keine Trainingstermine und Wochenendturniere, sondern Fußballspaß pur. Auf spielerische Art werden hier Passspiel, Dribbling und Torschuss, aber auch das Spielverständnis sowie die konditionellen und koordinativen Fähigkeiten trainiert. Die Freude am Fußballspiel steht hier für Jungen und Mädchen im Vordergrund.

PARKOUR (6 – 8 JAHRE)

Wer Spaß am Balancieren auf Geländern, Springen über Gräben und Mauern sowie Überwinden von Hindernissen in freier Wildbahn hat, der ist beim Parkour-Sport

perfekt aufgehoben. In der Sporthalle werden spielerisch vor allem Techniken für das richtige Springen und Abrollen geübt. Bewegungsfluss und -kontrolle stehen dabei im Vordergrund. Dazu begleiten viele Spiele die Stunden.

TRAMPOLIN / STUNT-SHOW-TRAINING (8 – 12 JAHRE)

Wer gerne Verfolgungsjagden und Kampf-szenen aus Aktionenfilmen nachspielt und unterschiedliche Sprünge auf dem Trampolin kennenlernen möchte, der ist beim Trampolin/Stunt-Show-Training perfekt aufgehoben. Es werden verschiedene Aktionsszenen nachgestellt und Grundsprünge spielerisch geübt. Bewegungsfluss und -kontrolle, Körperwahrnehmung im Raum sowie ganz viel Spiel und Spaß stehen dabei im Vordergrund.

FREIES KLETTERN BEI 96

An unseren einzigartigen Sportgeräten des Vereinssportzentrums geht es hoch hinaus. Ob auf die höchste Stufe unseres Kletterturms (MultiMotionCenter) oder an der Boulderwand des ActionCenters entlang, das Wichtigste ist das Miteinander, das Annehmen neuer Herausforderungen und das Kennenlernen und Überwinden von eigenen Grenzen. Gemeinsam mit anderen Kindern in deinem Alter kannst du unsere vielseitigen Klettermöglichkeiten ausprobieren und neue sportliche Erfahrungen sammeln. Auch die, die sich bisher noch nicht getraut haben zu klettern oder noch nicht die Möglichkeit hatten, diesen spannenden Sport auszuprobieren, können mitmachen. Freude an Bewegung, sowie Spaß am Klettern ist die einzige Voraussetzung.

SELBSTVERTEIDIGUNG (8 – 12 JAHRE)

Ausgebildete Trainer führen spielerisch das Angebot zur Gewaltprävention, realistischen Selbstverteidigung und Selbstbehauptung durch. Der Schwerpunkt ist die Vermeidung und Abwehr von Gefahren und kritischen Situationen, denen Kinder in der Schule und/oder in der Freizeit häufig ausgesetzt sind – Beschimpfungen, Beleidigungen und körperliche Gewalt etc. Durch den Einsatz von Körpersprache und Stimme wird ein deeskalierendes Verhalten trainiert. Außerdem erlernen die Kinder ein selbstbewusstes Auftreten sowie effektive Selbstverteidigungstechniken. Gleichzeitig vermittelt das Angebot, dass die Lösung nicht im Einsatz von Gewalt liegt, sondern im Abbau.

HEADIS (AB 8 JAHREN)

Headis ist „Kopfballtischtennis“. Alles was Ihr zum Spielen der jungen Funsportart braucht, sind eine Tischtennisplatte, ein speziellen Headis-Gummiball, ein Metallnetz und Euren Kopf. Jede Angabe, jeder „Volley“, jeder Ballwechsel – alles wird mit dem Kopf gespielt. Dabei wird Fairplay bei dem athletischen Kopfballspiel groß geschrieben.

PARKOUR / TRAMPOLIN (8 – 14 JAHRE)

Wer Spaß am Balancieren auf Geländern, Springen über Gräben und Mauern sowie Überwinden von Hindernissen in freier Wildbahn hat, der ist beim Parkour/Trampolin-Angebot perfekt aufgehoben. In der Sporthalle werden spielerisch vor allem Techniken für das richtige Springen und Abrollen geübt. Dazu begleiten viele Spiele sowie Grundsprünge auf dem großen Trampolin die Stunden. Ganz wichtig: Der Spaß kommt dabei nicht zu kurz!

KICK-FITNESS (13 – 17 JAHRE)

Dieses Sportangebot ist für übergewichtige Jugendliche oder für Jugendliche, die zu Übergewicht neigen und vorbeugen möchten. Wir begleiten die Jugendlichen mit einem speziellen Bewegungsangebot. Gerade Kinder und Jugendliche, die schon ein- oder mehrfach erfolglos versucht haben, ihr Gewicht zu reduzieren, können wir erfolgreich unterstützen. Wir zeigen ihnen, wie sie ihr Ziel mit Bewegung selbstbewusst erreichen können.

URBAN CROSS-TRAINING (AB 14 JAHREN)

Ein effektives Ganzkörper-Krafttraining für Jugendliche ohne Klein- oder Großgeräte, ausschließlich mit dem eigenen Körpergewicht. Es berücksichtigt im Speziellen den heranwachsenden Körper, seine motorische Entwicklung und die Aspekte Wachstum, Koordination und Ausdauer.

FIT MIT BABY

(ERWACHSENE + BABY BIS ZUM LAUFALTER)

Idealer Kurs für das erste Jahr mit Baby. Sanftes Heranführen an ausgewählte Muskelaufbauübungen. Funktionelle Übungen zur Kräftigung der Bauch-, Bein-, Gesäß- und Rückenmuskulatur bereiten den Körper auf „mehr“ vor.



UNSERE BEITRÄGE:

In unserem Vereinssportzentrum können ausgewählte Sportangebote zu unterschiedlichen Beiträgen durchgeführt werden.

- schwarz:** Für diese Sportangebote fällt der Grundbeitrag einer aktiven Mitgliedschaft (8 €) plus 10 € für die Nutzung der Angebote im Vereinssportzentrum an.
- rot:** Für dieses Angebot fällt der Grundbeitrag einer aktiven Mitgliedschaft (8 €) plus 14 € für die Nutzung der Angebote in der Kindersportschule an.
- grün:** PEKiP-Kurse werden für Mitglieder und Nicht-Mitglieder angeboten. Mitglieder bezahlen den Grundbeitrag einer aktiven Mitgliedschaft (8 €) plus 10 € für die Nutzung der Angebote im Vereinssportzentrum. Zusätzlich fallen einmalig 50 € für die zehn Einheiten an. Nicht-Mitglieder zahlen 125 € pro Kurs.
- blau:** Babymassage-Kurse werden für Mitglieder und Nicht-Mitglieder angeboten. Mitglieder bezahlen den Grundbeitrag einer aktiven Mitgliedschaft (8 €) plus 10 € für die Nutzung der Angebote im Vereinssportzentrum. Zusätzlich fallen einmalig 30 € für die sechs Einheiten an. Nicht-Mitglieder zahlen 80 € pro Kurs.

HIER ERHALTEN SIE ALLE WEITEREN INFORMATIONEN ZUM GESAMTEN SPORTANGEBOT:

www.hannover96.de/verein
www.instagram.com/Hannover96Fitness
www.facebook.com/Hannover96Mitglieder
Telefon: 0511.96900 920
E-Mail: markus.kratz@hannover1896.de

#NIEMALSALLEIN