

# SPORTPROGRAMM KINDER UND JUGEND





## SPORT BEI HANNOVER 96

Das Vereinszentrum 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
9.00 – 10.00	–	–
11.15 – 12.15	–	–
14.30 – 15.30	Baby-Athleten 6 – 18 Monate + Eltern	Vereinszentrum (Große Halle)
	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
15.30 – 16.15	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
15.45 – 16.45	Fun Fußball 6 – 8 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 2)
	Mädchen Fun Fußball 6 – 8 Jahre	 Vereinszentrum (Große Halle 1)
16.15 – 17.15	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
16.45 – 17.45	Fun Fußball 9 – 12 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 2)
	<b>Kindersportschule<sup>1</sup></b> 2. + 3. Klasse	Vereinszentrum (Große Halle 1)
17.30 – 18.30	Parkour 6 – 8 Jahre	Vereinszentrum (Kleine Halle)

**WICHTIG!** Teilnahme an den Kindersportangeboten ist nur mit einer einmaligen Online-Anmeldung und aktiver Mitgliedschaft möglich.

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

<sup>2</sup>Mindestens 4 TeilnehmerInnen erforderlich. Bei Interesse sprechen Sie uns gerne an!

Tag und Uhrzeit können abweichen. Der Kurs startet zu einem bestimmten Zeitpunkt – Anmeldefrist.

# DIENSTAG

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
9.00 – 10.30	PEKiP <sup>1</sup>	Vereinszentrum (Seminarraum)
11.00 – 12.30	PEKiP <sup>1</sup>	Vereinszentrum (Seminarraum)
11.00 – 12.00	Baby-Athleten 6 – 18 Monate + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
14.00 – 15.30	PEKiP <sup>1</sup>	Vereinszentrum (Seminarraum)
14.30 – 15.30	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
15.45 – 16.45	Kindersportschule <sup>1</sup> 1. Klasse	Vereinszentrum (Große Halle 1)
	Fun Fußball 3 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 2)
	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
15.45 – 17.15	PEKiP <sup>1</sup>	Vereinszentrum (Seminarraum)
16.45 – 17.45	Ballspiele 4 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 1)
	Fun Fußball 3 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 2)
	Freies Klettern bei 96 8 – 12 Jahre	Vereinszentrum (Kleine Halle)
17.45 – 18.45	Kindersportschule <sup>1</sup> 4. Klasse	Vereinszentrum (Große Halle 2)
17.45 – 18.45	Fun Fußball 6 – 8 Jahre	Vereinszentrum (Kleine Halle)
17.45 – 18.45	Fun Fußball 9 – 12 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle)

**WICHTIG!** Teilnahme an den Kindersportangeboten ist nur mit einer einmaligen Online-Anmeldung und aktiver Mitgliedschaft möglich.

<sup>1</sup> Teilnahme nur mit Online-Anmeldung möglich. Schauen Sie bitte auf unsere Homepage, wann der nächste Kurs startet. Der Kurs startet zu einem bestimmten Zeitpunkt – Anmeldefrist.

# MITTWOCH

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
9.30 – 10.30	Krabbel-Athleten 3 – 9 Monate + Eltern	Vereinszentrum (Seminarraum)
10.00 – 11.00	Baby-Athleten 6 – 18 Monate + Eltern	Vereinszentrum (Große Halle)
11.00 – 12.00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Große Halle)
14.45 – 15.45	<b>Mini-Kindersportschule<sup>1</sup></b> Vorschulalter	Vereinszentrum (Große Halle 1)
15.00 – 16.00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
15.45 – 16.45	Fun Fußball 3 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 1)
	Fun Fußball 3 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 2)
16.00 – 17.00	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
16.30 – 17:30	Krabbel-Athleten 3 – 9 Monate + Väter	Vereinszentrum (Seminarraum)
16.45 – 17.45	<b>Kindersportschule<sup>1</sup></b> 2. + 3. Klasse	Vereinszentrum (Große Halle 1)
	Fun Fußball 6 – 8 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 2)
17.00 – 17.45	Zwerg-Athleten 3 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Kleine Halle)
18.00 – 19.00	KiCK-Fitness 8 – 14 Jahre	Vereinszentrum (Kleine Halle)
18.00 – 19.30	Trampolin 7 – 14 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 2)

**WICHTIG!** Teilnahme an den Kindersportangeboten ist nur mit einer einmaligen Online-Anmeldung und aktiver Mitgliedschaft möglich.

<sup>1</sup> Teilnahme nur mit Online-Anmeldung möglich. Schauen Sie bitte auf unsere Homepage, wann der nächste Kurs startet. Der Kurs startet zu einem bestimmten Zeitpunkt – Anmeldefrist.

# DONNERSTAG

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
9.00 – 10.30	PEKiP <sup>1</sup>	Vereinszentrum (Seminarraum)
10.00 – 11.00	Baby-Athleten 8 – 18 Monate + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
10.45 – 12.15	PEKiP <sup>1</sup>	Vereinszentrum (Seminarraum)
11.00 – 12.00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
13.45 – 15.15	PEKiP <sup>1</sup>	Vereinszentrum (Seminarraum)
14.30 – 15.30	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Große Halle)
14.45 – 15.45	Fun Fußball 3 – 6 Jahre	 Vereinszentrum (Große Halle 1)
15.00 – 16.00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
15.30 – 16.30	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Große Halle)
15.45 – 16.45	Kindersportschule <sup>1</sup> 1. Klasse	Vereinszentrum (Große Halle 1)
16.00 – 17.00	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
16.45 – 17.45	Sport-Mix 6 – 8 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 1)
	Ballspiele 4 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 2)
17.00 – 17.45	Zwerg-Athleten 3 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Kleine Halle)
17.45 – 18.30	Parkour ab 6 – 10 Jahren	Vereinszentrum (Kleine Halle)
17.45 – 18.45	Kindersportschule <sup>1</sup> 4. Klasse	Vereinszentrum (Große Halle 2)

**WICHTIG!** Teilnahme an den Kindersportangeboten ist nur mit einer einmaligen Online-Anmeldung und aktiver Mitgliedschaft möglich.

<sup>1</sup>Teilnahme nur mit Online-Anmeldung möglich. Schauen Sie bitte auf unsere Homepage, wann der nächste Kurs startet. Der Kurs startet zu einem bestimmten Zeitpunkt – Anmeldefrist.

Änderungen vorbehalten

Stand 04.2024

# FREITAG

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
9.30 – 10.30	Krabbel-Athleten 3 – 9 Monate + Eltern	Vereinszentrum (Seminarraum)
10.00 – 11.00	Fit mit Baby Erwachsene + Baby bis zum Laufalter	Vereinszentrum (Kleine Halle)
10.45 – 11.45	Krabbel-Athleten 3 – 9 Monate + Eltern	Vereinszentrum (Seminarraum)
11.00 – 12.00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
12.00 – 13.00	–	–
15.00 – 16.00	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
	Trampolin 4 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 1)
	Ballspiele 4 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 2)
16.00 – 17.00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
	Ballspiele 4 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 2)
	Trampolin 4 – 6 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 1)
17.00 – 18.00	Sport-Mix 6 – 8 Jahre	 Vereinszentrum (Kleine Halle)
17.00 – 18.30	Trampolin 7 – 12 Jahre	Vereinszentrum (Große Halle 1)

**WICHTIG!** Teilnahme an den Kindersportangeboten ist nur mit einer einmaligen Online-Anmeldung und aktiver Mitgliedschaft möglich.

<sup>3</sup> Bei Teilnahme nur an diesem Angebot fällt ausschließlich der Beitrag der Abteilung Fit&Kids an.

Für die Teilnahme an weiteren Kindersportangeboten im Vereinszentrum ist eine aktive Mitgliedschaft Kindersport Vereinszentrum notwendig.

# SAMSTAG

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
9.00 – 10.00	–	–
10.00 – 11.00	Windel-Athleten 1 – 3 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
11.00 – 11.45	Capoeira 3 – 5 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kursraum)
11.00 – 12.00	Kombi-Athleten 1 – 5 Jahre + Eltern	Vereinszentrum (Kleine Halle)
12.00 – 13.00	Capoeira 6 – 12 Jahre	Vereinszentrum (Kursraum)
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	–	–

**WICHTIG!** Teilnahme an den Kindersportangeboten ist nur mit einer einmaligen Online-Anmeldung und aktiver Mitgliedschaft möglich.

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

Stand 04.2024

# SONNTAG

UHRZEIT	SPORT- / KURSANGEBOT	RAUM
9.00 – 10.00	–	–
10.00 – 11.00	–	–
10.15 – 11.15	Fun Fußball OUTDOOR 6 – 8 Jahre	Vereinszentrum (Soccer-Court, <b>ganzjährig draußen!</b> )
11.15 – 12.15	Fun Fußball OUTDOOR 9 – 12 Jahre	Vereinszentrum (Soccer-Court, <b>ganzjährig draußen!</b> )
13.00 – 14.00	–	–
14.45 – 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	–	–

**WICHTIG!** Teilnahme an den Kindersportangeboten ist nur mit einer einmaligen Online-Anmeldung und aktiver Mitgliedschaft möglich.

In den Ferien finden die regulären Sportangebote, außer PEKiP und Babymassage, nicht statt. Besuchen Sie gerne in den Ferien unsere spannenden Feriencamps und/oder weitere Ferienaktionen im Vereinszentrum.

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

Stand 04.2024

# 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 Vereinszentrums 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 Freitag.

Falls Ihre Kita-Gruppe nicht zu uns kommen kann, dann ist auch eine Durchführung der Bewegten Kita bei Ihnen vor Ort möglich. Vorausgesetzt Sie haben einen Bewegungsraum oder eine Sporthalle in der Nähe.

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 puren Spiel & Spaß mit Ihrer Kita-Gruppe!

## FERIENCAMPS IM FRÜHJAHR, SOMMER UND HERBST

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

Preise:

Mitglieder: 220 Euro pro Woche

Nicht-Mitglieder: 250 Euro pro Woche

Nähere Information und die Anmeldung findet Ihr unter:

[www.96kindersport.de](http://www.96kindersport.de)

## EDDIS KINDERGEBURTSTAG – KINDERGEBURTSTAGE IM VEREINSZENTRUM

Neben der Schatzsuche im Stadion oder der Geburtstagsparty während des Spieltags bietet 96 einen sportlichen und aufregenden Kindergeburtstag in einer der hochmodernen Sporthallen oder auf den vielseitig einsetzbaren Außenanlagen an. Egal, ob Abenteuer-Landschaft, Geburtstagsspiele oder Eure Lieblings sportart:

Ihr habt die Wahl! Ihr könnt zwischen drei unterschiedlichen Programmen wählen:

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

Termine:

Kindergeburtstage im Vereinszentrum sind nur an Wochenenden möglich – samstags von 13.00 – 17.00 Uhr und sonntags von 11.00 – 17.00 Uhr. Es können entweder zwei oder drei Stunden gebucht werden.

Preise:

2 Stunden pro Sportpaket: 200 €

3 Stunden pro Sportpaket: 250 €

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 Vereinszentrum von Hannover 96

### PEKiP (4 WOCHEN – 12 MONATE)

Im Prager Eltern-Kind-Programm fördern Eltern ihre Kinder ab der vierten bis sechsten 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 sechs Wochen bis sechs 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.

### KRABEL-ATHLETEN 3 - 9 MONATE + ELTERN

Bei den „96-Krabbel-Athleten“ sammeln die Kinder gemeinsam mit ihren Eltern die ersten kleinen Bewegungserfahrungen und machen die ersten Schritte zum Eltern-Kind-Turnen in der Sporthalle. Von Anfang erkunden Babys/Kleinkinder mit ihrem natürlichen Bewegungsdrang und mit ihren unterschiedlichen Sinnen ihre Umgebung. Hier setzen die Krabbel-Athleten mit unterschiedlichen Spiel- und Bewegungsanreizen, Musik/Kinderliedern sowie Körperwahrnehmungsübungen in Kleingruppen an. Dabei werden die jüngsten 96-Mitglieder unter Leitung von qualifizierten Übungsleiter/innen in ih-

ren einzelnen Entwicklungsstufen gefördert und betreut. Gleichzeitig werden durch gemeinsame Aktionen erste 96-Freundschaften zwischen den Kindern und den Erwachsenen aufgebaut.

### 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 Entspannungseln 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 Vereinszentrums.

### **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 Grundschulkindern 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 (3 – 6, 6 – 8, 9 – 12 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.

### **FUN FUSSBALL OUTDOOR – GANZJÄHRIG DRAUSSEN! (6 – 8, 9 – 12 JAHRE / N)**

Fußballspaß pur das ganze Jahr draußen auf dem Soccer-Court des Vereinszentrums, egal ob bei Sonne, Regen oder Schnee.

Auf spielerische Art werden hier Passspiel, Dribbling und Torschuss, aber auch das Spielverständnis sowie die konditionellen und koordinativen Fähigkeiten trainiert. Die Freude am Fußballspiel an der frischen Luft steht hier für Jungen und Mädchen im Vordergrund.

### **CAPOEIRA (3 – 5, 6 – 12 JAHRE UND AB 12 JAHREN)**

Capoeira ist eine brasilianische Kampfkunst, die Tanz, Akrobatik und Musik miteinander vereint und in Einklang bringt. Diese einzigartige Mischung aus Bewegung und Kultur verspricht körperliche Aktivität, gepaart mit einem tieferen Verständnis für die brasilianische Kultur und Tradition. Es ist eine ideale Möglichkeit für Kinder und Jugendliche, körperliche Fitness, Koordina-

tion und Teamarbeit zu fordern und zu fördern. Die Capoeira-Kurse werden samstags in zwei Altersgruppen (3–5 Jahre und 6–12 Jahre) unterteilt.

### **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.

### **FREIES KLETTERN BEI 96**

An unseren einzigartigen Sportgeräten des Vereinszentrums 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.

### **TRAMPOLIN (8 – 12 JAHRE)**

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

le 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 Vereinszentrums.

### **TRAMPOLIN (7 – 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!

### **ROUNDNET – GANZJÄHRIG DRAUSSEN! (AB 12 JAHREN)**

Roundnet, auch unter Spikeball bekannt, ist an Volleyball angelehnt und kombiniert Spielwitz und Kreativität mit Koordination, Ballgefühl und Teamgeist. Ein weicher Gummiball wird von zwei zweier-Teams abwechselnd auf ein sich auf dem Boden befindendes Netz gespielt, bis das gegnerische Team diesen nicht mehr zurückspielen kann. Spiele dauern im Schnitt 15 Minuten, und die Grundprinzipien sind schnell gelernt. Hast du Lust ein neuen, spaßigen Sport kennenzulernen und Teil einer coolen Gemeinschaft zu werden? Komm vorbei und probiere es aus!

### **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.

---

### **FIT MIT BABY**

#### **(ERWACHSENE + BABY BIS ZUM LAUFALTER)**

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



## UNSERE BEITRÄGE:

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

	0-5 Jahre	6-17 Jahre
<b>Grundbeitrag</b>	1,50€	3,00€
<b>Zusatzbeitrag*</b>	5,00€	5,00€
<b>Zusatzbeitrag Kindersport</b>	13,50€	12,00€
<b>Zusatzbeitrag Kindersportschule</b>	17,50€	16,00€
<b>PekiP</b>	75,00€ Mitglieder 150,00€ Nicht-Mitglieder	
<b>Babymassage</b>	48,00€ Mitglieder 69,00€ Nicht-Mitglieder	

\*Nur fällig, wenn Ihr in keiner Abteilung seid.

## HIER ERHALTEN SIE ALLE WEITEREN INFORMATIONEN ZUM GESAMTEN SPORTANGEBOT:

[www.96kindersport.de](http://www.96kindersport.de)

[www.instagram.com/hannover96kijunews](https://www.instagram.com/hannover96kijunews)

<https://www.facebook.com/hannover96mitgliedernews>

[www.facebook.com/Hannover96KiJu](https://www.facebook.com/Hannover96KiJu)

Telefon: 0511.96900 900

E-Mail: [96kindersport@hannover1896.de](mailto:96kindersport@hannover1896.de)

**#NIEMALSALLEIN**