SPORTPROGRAMM KINDER UND JUGEND

VEREINS ZENTRUM
miteinander Verein

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09.00 – 12.00		9.00 –10.30 PEKiP[1] Seminarraum	10.15 – 11.15 Baby-Athleten 6-18 Monate + Eltern Große Halle	10.00 – 11.00 Baby-Athleten 6-18 Monate + Eltern Kleine Halle	9.30 – 10.30 Krabbel-Athleten 3-9 Monate + Eltern Seminarraum	10.00 – 11.00 Windel-Athleten 1-3 Jahre + Eltern Kleine Halle	10.15 – 11.15 Fun Fußball OUTDOOR 6-8 Jahre (ACHTUNG: ganzjährig draußen)
		11.00 – 12.00 Baby-Athleten 6-18 Monate + Eltern Kleine Halle	10.30 – 11.30 Krabbel-Athleten 3-9 Monate + Eltern Seminarraum	11.00 – 12.00 Windel-Athleten 1-3 Jahre + Eltern Kleine Halle	10.00 – 11.00 Fit mit Baby Erw. & Baby bis zum Laufalter Kleine Halle	10.00 – 11.00 Capoeira 3-5 Jahre + Eltern Große Halle 2	11.15 – 12.15 Fun Fußball OUTDOOR 9-12 Jahre (ACHTUNG: ganzjährig draußen)
		11.00 –12.30 PEKiP[1] Seminarraum	11.15 – 12.15 Windel-Athleten 1-3 Jahre + Eltern Große Halle		10.45 – 11.45 Krabbel-Athleten 3-9 Monate + Eltern Seminarraum	11.00 – 12.00 Kombi-Athleten 1-5 Jahre + Eltern Kleine Halle	
		13.30 –15.00 PEKiP[1] Seminarraum			11.00 – 12.00 Windel-Athleten 1-3 Jahre + Eltern Kleine Halle	11.00 – 12.00 Capoeira 6-12 Jahre Große Halle 2	
12.00 – 17.00	14.30 – 15.30 Baby-Athleten 6-18 Monate + Eltern Große Halle	14.30 – 15.30 Windel-Athleten 1-3 Jahre + Eltern Kleine Halle	14.30 – 15.30 Großeltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre + Großeltern Große Halle 2	14.30 – 15.30 Kombi-Athleten 1-5 Jahre + Eltern Große Halle 2	12.30 –14.00 PEKiP[1] Seminarraum		
	14.30 – 15.30 Kombi-Athleten 1-5 Jahre + Eltern Kleine Halle	15.00 – 15.45 Fun Fußball 4-6 Jahre Große Halle	14.45 – 15.45 NEU Sport-Mix 4-6 Jahre Große Halle 1	14.45 – 15.45 Fun Fußball 4-6 Jahre Große Halle 1	14.15 –15.45 PEKiP[1] Seminarraum		
	14.45 – 15.30 NEU Bewegungsabenteurer 4-6 Jahre Große Halle 1	15.30 – 16.30 Kombi-Athleten 1-5 Jahre + Eltern Kleine Halle	15.00 – 16.00 Windel-Athleten 1-3 Jahre + Eltern Kleine Halle	15.00 – 16.00 Windel-Athleten 1-3 Jahre + Eltern Kleine Halle	15.00 – 16.00 Kombi-Athleten 1-5 Jahre + Eltern Kleine Halle		
	15.30 – 16.15 Windel-Athleten 1-3 Jahre + Eltern Kleine Halle	15.30 –17.00 PEKiP[1] Seminarraum	15.45 – 16.45 Fun Fußball 1 4-6 Jahre Große Halle 1	15.30 – 16.30 Kombi-Athleten 1-5 Jahre + Eltern Große Halle 2	15.00 – 16.00 Trampolin 4-6 Jahre Große Halle 1		
	15.45 – 16.45 Fun Fußball 6-8 Jahre Große Halle 2	15.45 – 16.45 Fun Fußball 6-8 Jahre Große Halle 1	15.45 – 16.45 Fun Fußball 2 4-6 Jahre Große Halle 2	15.45 – 16.45 Tanzturner 6-8 Jahre Große Halle 1	15.00 – 16.00 Fun Fußball 4-6 Jahre Große Halle 2		
	15.45 – 16.45 Mädchen-Fun Fußball 6-8 Jahre Große Halle 1	15.45 – 16.45 Fun Fußball 4-6 Jahre Große Halle 2	16.00 – 17.00 Kombi-Athleten 1-5 Jahre + Eltern Kleine Halle	16.00 – 17.00 Kombi-Athleten 1-5 Jahre + Eltern Kleine Halle	15.00 – 16.00 Fun Fußball OUTDOOR 6-8 Jahre (ACHTUNG: ganzjährig draußen)		
	16.15 – 17.15 Kombi-Athleten 1-5 Jahre + Eltern Kleine Halle	16.45 – 17.45 Ballspiele 4-6 Jahre Kleine Halle	16.45 – 17.45 Fun Fußball 6-8 Jahre Große Halle 2	16.30 – 17.30 Zwerg-Athleten 3-6 Jahre Große Halle 2	16.00 – 17.00 Windel-Athleten 1-3 Jahre + Eltern Kleine Halle		
	16.45 – 17.45 Fun Fußball 9-12 Jahre Große Halle 2	16.45 – 17.45 Fun Fußball 4-6 Jahre Große Halle 1		16.45 – 17.45 Ballspiele 4-6 Jahre Große Halle 1	16.00 – 17.00 Ballspiele 4-6 Jahre Große Halle 2		
	16.45 – 17.45 NEU Mädchen-Fun Fußball 9-12 Jahre Große Halle 1	16.45 – 17.45 Fun Fußball 6-8 Jahre Große Halle 2			16.00 – 17.00 Trampolin 4-6 Jahre Große Halle 1		
		16.45 – 17.45 NEU Fun Fußball OUTDOOR 9-12 Jahre (ACHTUNG: ganzjährig draußen)	17.00 – 18.00 Trampolin 6-10 Jahre Große Halle 1		16.00 – 17.00 Fun Fußball OUTDOOR 6-8 Jahre (ACHTUNG: ganzjährig draußen)		
17.00 – 19.00	17.15 – 18.15 Parkour 6-8 Jahre Kleine Halle	17.45 – 18.45 Basketball-Mix 8-12 Jahre Große Halle 2	17.00 – 18.00 Zwerg-Athleten 3-6 Jahre Kleine Halle	17.00 – 17.45 Zwerg-Athleten 3-6 Jahre Kleine Halle	16.00 –17.30 PEKiP[1] Seminarraum		
		17.45 – 18.30 Sport-Mix 8-12 Jahre kleine Halle	18.00 – 19.30 Turnen/Trampolin 7-14 Jahre Große Halle 1	17.45 – 18.30 Parkour ab 6 - 10 Jahren Kleine Halle	17.00 – 18.00 Kids Power Hour 8-15 Jahre kleine Halle		
		17.45 – 18.45 Fun Fußball 9-12 Jahre Große Halle 1	18.00 – 19.00 KiCK-Fitness[3] 8-16 Jahre Große Halle 2	17.45 – 18.30 NEU Sport-Mix 8-12 Jahre Große Halle 2	17.00 – 18.30 Trampolin 7-12 Jahre Große Halle 1		
		18.00 – 19.00 NEU Power Hour 13-17 Jahre Kursraum	18.00 – 19.00 NEU Fun Fußball OUTDOOR 13-15 Jahre (ACHTUNG: ganzjährig draußen)	17.45 – 18.45 Sport-Mix 6-8 Jahre Große Halle 1			

Stand November 2026, Änderungen vorbehalten

Für die Teilnahme an den Sportangeboten ist eine einmalige Online-Anmeldung notwendig.
Mit einem KLICK auf den entsprechenden Angebotsnamen meldet Ihr Euch an! Die Buchung ist nur mit einer aktiven Mitgliedschaft möglich.
Nach wiederholter Nicht-Teilnahme wird die Anmeldung storniert und der Platz für wartende Mitglieder neu vergeben.

[1]Teilnahme nur mit Online-Anmeldung möglich. Das Angebot startet zu einem bestimmten Zeitpunkt - Anmeldefrist. Nähere Informationen zu den Kursen/zur Kindersportschule siehe Homepage Kinder & Jugend.
[2]Mindestens vier TerilnehmerInnen erforderlich. Bei Fragen sprecht uns gerne an! Tag und Uhrzeit können abweichen.
[3]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.

HIER ERHALTEN SIE WEITERE INFORMATIONEN ZUM GESAMTEN SPORTPROGRAMM:
E-Mail: 96kindersport@hannover1896.de
Telefon: 0511.96 900 900

ANGEBOTSBESCHREIBUNGEN

VEREINS ZENTRUM
miteinander Verein

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.

KRABBEL-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 ihren 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 sind 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 Entspannungsinseln durch tolle Kurzgeschichten. Die ersten Sportstunden ohne Eltern ...

BEWEGUNGSABENTEURER 4 – 6 JAHRE

Bei den Bewegungsabenteurern wird Bewegung zum Abenteuer! Durch spannende Bewegungsgeschichten, abwechslungsreiche Spiele und kleine Challenges entdecken die Kinder spielerisch ihre Fähigkeiten. Dabei werden ganz nebenbei Koordination, Gleichgewicht, Kraft, Ausdauer und Geschicklichkeit gefördert – mit viel Spaß, Teamgeist und Fair Play.

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, 6 – 10, 7 – 12 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 4 – 6, 6 – 8, 8 – 12 JAHRE

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

GROSSELTERN-KIND-TURNEN 1 – 5 JAHRE

Bei diesem Angebot verbringen Großeltern gemeinsam mit ihren Enkelkindern eine spannende Zeit in unserer Sporthalle. Abenteuerliche Bewegungslandschaften und kreative Spiele laden zum gemeinsamen Toben ein – und schaffen gleichzeitig kleine Verschnaufpausen für die Großeltern. Der Spaß und das gemeinsame Miteinander stehen beim „Großeltern-Kind-Turnen" im Mittelpunkt.

FUN FUSSBALL 4 – 6, 6 – 8, 9 – 12 JAHRE

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 6 – 8, 9 – 12, 13 - 15 JAHRE (GANZJÄHRIG DRAUSSEN!)

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

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, Koordination 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 / 6 - 10 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.

TURNEN / TRAMPOLIN 8 – 14 JAHRE

Beim Turnen werden verschiedene Fähigkeiten wie Kraft, Beweglichkeit und Körperbeherrschung geschult. Purzelbäume, Saltos, Handstände und Radschlagen stehen hierbei im Fokus. Auf den kleinen und großen Trampolinen werden vor allem Techniken für das richtige Springen und Abrollen geübt. Dazu begleiten viele Spiele sowie Grundsprünge auf dem Trampolin die Stunden. Ganz wichtig: Der Spaß kommt dabei nicht zu kurz!"

KICK-FITNESS 8 – 16 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

Dieser Kurs richtet sich an Mütter nach der Entbindung und nach abgeschlossener Rückbildung. Durch gezielte Kräftigungs- und Muskelaufbauübungen werden die Körpermitte gestärkt, die Fitness verbessert und neue Kraft für den Alltag gewonnen. Die Babys sind während des Kurses mit dabei und können in entspannter Atmosphäre in der Nähe sein. Startet gemeinsam mit Euren Babys in einen aktiven Alltag und tut Euch und Eurem Körper etwas Gutes!

BASKETBALL-MIX 8-12 JAHRE

In dem Angebot erlernen Kinder im Alter zwischen 8-12 Jahren die ersten Schritte des Basketballs. Von dribbeln, passen, fangen, werfen und stoppen werden den Kindern die Grundlagen des Basketballsports vermittelt. Dabei steht der Spaß an im Vordergrund.

KIDS POWER HOUR 8-15 JAHRE

In der Kids Power Hour erwartet euch ein dynamisches Training, das Kraft, Ausdauer und vielseitige Bewegungen vereint. Hier werden Kinder im Alter von 8 bis 15 Jahren in abwechslungsreichen Einheiten gefordert und gefördert. Ob beim intensiven Zirkeltraining oder beim Erlernen neuer Fähigkeiten wie z. B. Seilklettern – das Training stärkt den ganzen Körper und schult gleichzeitig Koordination und Beweglichkeit. Durch gezielte Übungen lernen die Kinder, ihre eigenen Grenzen zu überwinden und mit jeder Herausforderung zu wachsen. Spielerisch verbessern sie ihre Fitness und entwickeln Stärke, Ausdauer und Selbstvertrauen. Dabei steht der Spaß immer im Vordergrund.

TANZTURNER 6-8 JAHRE

In unserem abwechslungsreichen Kurs „Tanzturner" kombinieren wir rhythmische Bewegungen, tänzerische Elemente und grundlegende turnerische Fähigkeiten, um die motorische Entwicklung und Koordination der Teilnehmenden zu fördern. Gemeinsam lernen sie Choreografien und stärken dabei nicht nur ihr Selbstvertrauen, sondern entwickeln auch einen gemeinsamen Teamgeist. Durch das offene Kurskonzept wird der Kreativität der Kinder keine Grenzen gesetzt. Wir freuen uns auf Euch!

POWER HOUR 13 - 17 JAHRE

In der Power Hour erwartet Euch ein abwechslungsreiches Training, das Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination und Beweglichkeit miteinander verbindet. Jugendliche im Alter von 13 bis 17 Jahren trainieren in vielseitigen Einheiten mit dem eigenen Körpergewicht sowie verschiedenen Sportgeräten und verbessern dabei ihre allgemeine Fitness. Ob Zirkeltraining, abwechslungsreiche Workouts oder spannende Fitness-Challenges – jede Trainingseinheit bietet neue Impulse und sorgt für jede Menge Abwechslung.