

Neben dem regulären Kursprogramm werden auch Workshops und befristete Kurse ausgerichtet, z. B. Ski-Gymnastik, Gesundheits-sport oder Tanz.

Zusatzangebote für Kinder  
z. B. Yoga für Kinder  
Ballett

Bitte Homepage/Aushänge beachten!

In den Ferien werden für Kinder keine Kurse angeboten. Ferienangebote für Erwachsene werden im Vereinshaus durchgeführt. An Feiertagen und in den Weihnachtsferien finden keine regulären Kurse statt.

Für kostenlose Schnupperstunden können Sie sich formlos per Mail oder Telefon anmelden.

Bei den Tanzangeboten für Kinder werden etwaige Wartelisten bei den Trainer\*innen direkt geführt, bitte anlässlich einer Schnupperstunde dort erkundigen.

### Mitgliedsbeiträge (monatlich)

Kinder	€ 6,50*
Erwachsene	€ 9,50

Als einmalige **Aufnahmegebühr** berechnen wir einen Monatsbeitrag.

\*Der St. Pauli Turnverein beteiligt sich an dem Projekt „Kids in die Clubs“.

Nicht alle Familien können sich einen Vereinsbeitrag leisten. Die Hamburger Sportjugend fördert daher Vereine, die Kindern und Jugendlichen bis 18 Jahre aus Familien mit geringem Einkommen ein Sportangebot ohne Monatsbeitrag ermöglichen. Die Aktion wird finanziert aus Spenden des Vereins „Kinder helfen Kindern e. V.“ des Hamburger Abendblatts und öffentlichen Mitteln der Stadt.

Nähere Informationen  
[www.kids-in-die-clubs.de](http://www.kids-in-die-clubs.de)



Hamburg St. Pauli Turnverein r. V.

## Sportprogramm ab Februar 2020

**Änderungen vorbehalten**  
**Bitte Homepage und Aushänge beachten!**

Vereinshaus und Büro  
Peterstr. 15, 20355 Hamburg  
(Ecke Markusstr. beim Großneumarkt)  
Tel.: 040 340125

[sport@st-pauli-turnverein.de](mailto:sport@st-pauli-turnverein.de)  
[www.st-pauli-turnverein.de](http://www.st-pauli-turnverein.de)

### MONTAG

- 10:30 - 11:30 Sport im besten Alter 1  
16:00 - 17:00 Rückenfitness 1  
16:15 - 17:00 Tanzen von klein auf für etwa 3jährige 8  
16:30 - 17:45 Kinderturnen ab 4 Jahre 2 \*e  
17:00 - 19:00 Trendsport 7 \*g  
17:15 - 18:00 Kreativer Kindertanz 4-5 Jahre 8  
17:15 - 18:45 Hatha Yoga 1  
18:00 - 19:30 Parkour, Kinder und Jugendliche, 3 \*h  
**NEU** 18:00 - 19:00 Bauch, Beine, Hirn - Training für Körper und Geist 2  
19:00 - 20:00 Pilates für Einsteiger 1  
19:15 - 20:15 Gymnastik und Entspannung 2  
19:30 - 21:30 Parkour, Erw. und ältere Jugendl. 3 \*h  
20:15 - 21:15 Spielspaß-Gruppe (Rückschlag- und Bewegungsspiele) 2  
20:15 - 21:15 Pilates für Fortgeschrittene 1

### DIENSTAG

- 09:30 - 10:30 Soft-Fitness 1  
10:30 - 11:30 Beckenboden-Training 1  
16:15 - 17:15 Capoeira für Kinder ab 5 2 \*e  
17:00 - 18:00 Stretching und Faszienfitness 1  
17:45 - 18:45 Karate für Kinder ab 8 / Jugendliche (Stilrichtung Wado Ryo) 2 \*e  
18:00 - 20:00 Line-Dance 1 \*d  
19:30 - 21:30 Volleyball 2  
20:00 - 21:30 Basketball für Frauen 3  
20:15 - 21:45 Hatha Yoga 1

### Sportstätten

- 1 Vereinshaus *Peterstr. 15 / Ecke Markusstr.*  
2 Halle *Peterstr.* gegenüber dem Vereinshaus  
3 Halle *Neustädter Str. 60* in der Stadtteilschule am Hafen → untere Halle  
4 Halle *Neustädter Str. 60* in der Stadtteilschule am Hafen → obere Halle  
5 Halle *Dallmannkai 18*, Katharinenschule (Hafencity)  
6 Halle Handelsschule *Holstenwall 14-15 / Eingang Enckeplatz*

### MITTWOCH

- 09:30 - 11:00 Hatha-Yoga 1  
11:15 - 12:15 Yoga im besten Alter 1  
**NEU** 15:15 - 16:15 Kinderballett 6-8 Jahre 1 \*f  
16:15 - 17:00 Kreativer Kindertanz 3-4 Jahre 8  
**NEU** 16:15 - 17:15 Hip Hop 12 - 16 Jahre 1  
17:15 - 18:00 Kreativer Kindertanz 5-6 Jahre 8  
17:15 - 18:15 Kinderballett 9-11 Jahre 1 \*f  
17:45 - 19:15 Geräteturnen für Kinder 2 \*e  
18:00 - 19:00 Capoeira für Erwachsene 5 \*e  
18:15 - 19:15 NIA 1  
19:15 - 20:15 Fitness für Alle 1  
19:15 - 21:30 Basketball-mixed 2  
**NEU** 20:30 - 21:30 Kyokushinkai Karate 1

### DONNERSTAG

- 08:30 - 09:30 PreWork-Pilates 1  
16:15 - 18:15 Eltern-Kind-Turnen 0-4 Jahre 2 \*e  
16:30 - 17:15 Kreativer Kindertanz 4-6 Jahre 1  
17:00 - 18:30 Taiji 8  
17:00 - 19:00 Trendsport 7 \*g  
**NEU** 17:15 - 18:15 Contemporary DanceKids 1  
18:00 - 20:00 Basketball mixed 4  
18:15 - 19:15 Rückenfitness 1  
19:00 - 20:00 After Work(out) im Grünen, Treffpunkt 1  
19:15 - 20:15 Qi Gong 1  
20:00 - 21:30 Futsal (Hallenfußball) Erwachsene 2  
20:00 - 21:30 Badminton 4  
20:00 - 21:30 Basketball Frauen 3 \*b, \*c  
20:15 - 21:30 Yoga für Schwangere / ab 13. Schwangerschafts-woche / auf Anfrage 1  
Interessenten für Geräteturnen (Erwachsene) \*h  
Interessenten für Vertikaltuchtraining (alle) \*k

7 Halle Handelsschule *Holstenwall 16-17*

8 Ballettraum Rudolf-Ross-Grundschule  
Zugang über *Kurze Straße*, Eingang NEBEN dem Schulgebäude. Alle Teilnehmer die nicht im Ballettraum trainieren, benutzen bitte nur den Eingang *Peterstraße*

abends, bisher  
ohne Zeitangabe

### FREITAG

- 08:00 - 09:00 Qi Gong 1  
16:30 - 17:15 Minis am Ball 3-4 Jahre 2 \*a, \*e,  
16:30 - 17:30 HipHop für Kinder 6-11 Jahre 1  
**NEU** 17:15 - 18:00 Kinderfußball 4-6 Jahre 2 \*a, \*e,  
**NEU** 18:00 - 19:00 Kinderfußball 7-10 Jahre 2 \*e  
19:00 - 20:30 Jugendfußball ab 14 Jahre 2 \*e  
18:30 - 20:00 Hatha-Yoga 1

### SONNABEND

- 11:00 - 13:00 Eltern/Kind-Turnen 0-4 Jahre 2 \*e  
13:00 - 14:00 Kinderfußball 7-10 Jahre 2 \*e  
13:00 - 14:00 Bodyworkout 1  
14:00 - 15:00 Bodyworkout 1

### SONNTAG

- 09.30 - 11:30 Eltern/Kind-Turnen 0-4 Jahre 2 \*e  
12:00 - 14:00 Kyokushinkai Karate 1  
12:30 - 14:00 Basketball mixed 2 \*c

- \*a Warteliste! Bitte vorher nachfragen  
\*b nicht jeden Donnerstag - bitte erfragen!  
\*c neue Interessenten bitte bei Christopher melden:  
christopher.suehr@gmail.com  
\*d Grundkenntnisse sollten vorhanden sein, andernfalls bitte formlos zu einem Einführungskurs bei uns anmelden. Sobald sich genügend Interessenten gemeldet haben, können wir einen Kurs einrichten.  
\*e Teilnehmer treffen sich vor dem Eingang und gehen gemeinsam in die Halle / Zeiten siehe Homepage oder Aushang im Vereinshaus  
\*f Zusatzbeitrag € 13,00 monatlich  
\*g z. B. Ultimate Frisbee, Flag Football, Mini Futsal u. a.  
\*h bei Interesse bitte Peer anrufen 0152-56137461  
\*i z. B. Futsal, Handball, Volleyball, Basketball u. a.  
\*k bei Interesse bitte Natalie anrufen 0176-56972821

Alle Altersangaben dienen der Orientierung. Im Einzelfall werden die Trainer ggf. eine andere Gruppe empfehlen.