

Seniorenportangebote in der Region

Hier finden Sie eine kleine Auswahl von Angeboten:

Senioren-gymnastik

Montag:

11:15 Eintracht Hildesheim
14:30 Sporthalle Achtum
15:15 DRK Professor-König-Heim

Dienstag:

13:30 Turnhalle Renataschule
14:20 Sporthalle Elisabethschule
18:00 Sporthalle Waldorfschule

Aquafit

Montag: 11:00 Uhr Ameos Klinik Schwimmhalle
Dienstag: 09:30 /18:00 Uhr Schwimmhalle Himmelsthür
Freitag: 09:30/10:00 Uhr Wasserparadies Hildesheim

Solebad Bad Salzdetfurth

Solebadstraße
Tel.:05063 90091

Weitere Informationen zu regionalen Angeboten
können Sie im Senioren- und Pflegestützpunkt
Niedersachsen

Bischof-Janssen-Str. 31
in Hildesheim erhalten

Sprechzeiten:

Mo 8:30 - 15:00 Uhr

Di 8:30 - 12:30 Uhr

Mi 08:30 - 13:30 Uhr

Do 8:30 - 16:30 Uhr und nach Vereinbarung

Fr 8:30 - 12:30 Uhr

05121 309-1591 und -1592

www.landkreishildesheim.de/senioren oder
www.senioren-beratungsnetz-hildesheim.de
oder www.kreissportbund-hildesheim.de



Sport- Angebote für Senioren in der Gemeinde Diekholzen

Weitere Informationen:

Seniorenservicebüro Diekholzen:

Martina Brauer
Alfelder Straße 5
31199 Diekholzen
05121 202-11
Martina.Brauer@diekholzen.de

Sprechzeiten:

Mo	08:00 Uhr – 12:00 Uhr 13:30 Uhr – 15:30 Uhr
Di	geschlossen
Mi	08:00 Uhr – 12:00 Uhr 13:30 Uhr – 15:30 Uhr
Do	13:30 Uhr – 18:00 Uhr
Fr	08:00 Uhr – 12:00 Uhr

Internet: www.diekholzen.de

Stand: 01.05.2017



© Sabine Hurdler

Sportangebote für Seniorinnen und Senioren in der Gemeinde Diekholzen

Aktiv gesund und älter werden...

lautet das Motto für unsere Seniorinnen und Senioren in der Gemeinde Diekholzen. In einer stetig älter werdenden Gesellschaft nehmen Sport und Bewegung eine immer wichtigere Rolle ein, wenn es um die zu erhaltende Selbstständigkeit der Seniorinnen und Senioren geht. Mit diesem Flyer möchten wir Sie über mögliche Sportangebote in der Gemeinde, als auch in der Region informieren.



Gemeindeangebote für Senioren:

Diekholzen:

SV Hildesia Diekholzen:

Senioren Gymnastik in der Steinberghalle
Dienstags: 08:30 Uhr,
Mitgliedsbeitrag: 20 € vierteljährig
Ansprechpartner: U. Sucker, 05121 267978
www.sv-hildesia-diekholzen.de

Harzclub Zweigverein Hildesheim:

Dienstags 10:00-15:00 Uhr Wanderung,
(Treffpunkt Beusterhütte)
Ansprechpartner: W. Hensel, 05121 22110
www.harzclub-hildesheim.de

Erzgebirgsverein Hildesheim:

Kleine Wanderungen,
Treffpunkt ist die Glückauf Hütte Diekholzen,
jeden Donnerstag von 14:00-17:30 Uhr
Ansprechpartnerin: B. Roy-Feiler, 05121 45307
www.erzgebirgsverein.de

RK Diekholzen:

Senioren gymnastik, dienstags 14:00 Uhr in der
Schulsporthalle Diekholzen
Ansprechpartner: H. Kehe, 05121 261903



Söhre:

Sportfreunde Söhre:

Gesundheitssport: dienstags 19:00 Uhr
Frauengymnastik: mittwochs 19:00 Uhr
Alle Kurse finden in der Sporthalle in Söhre statt,
Vereinsbeitrag monatlich für Rentner 5 €
Ansprechpartnerin: M. Peciuch, 05121 264792
www.sportfreunde-soehre.de

Barienrode:

SC Barienrode:

Senioren gymnastik: montags 09:00 Uhr
Wirbelsäulengymnastik: dienstags 08:00 Uhr
Beckenbodengymnastik: dienstags 09:00 Uhr
Gymnastik für Männer: donnerstags 17:30 Uhr
Funktionsgymnastik: donnerstags 19:00 Uhr
Wellness-Gymnastik: donnerstags 20:00 Uhr
Alle Kurse finden in der Sporthalle Barienrode statt
Ansprechpartner: Hanna Schäfer
www.sc-barienrode.com

Egenstedt:

Sportverein Egenstedt:

Walking: donnerstags 18:00 Uhr
(Treffpunkt Bushaltestelle)
Badminton: mittwochs Steinberghalle
Tischtennis: montags Heimstatt Röderhof
Ansprechpartner: T. Schenkemeyer, 01797572540

