



Gesundheitssport im Verein

Qualitätsgeprüfte Angebote



www.gesundheitssport-hamburg.de

Qualitätsgeprüfter Gesundheitssport im Verein

Gesundheit braucht Bewegung! Die Notwendigkeit von Bewegung im Alltag steckt schon in dem uralten Sprichwort "Wer rastet, der rostet"! Bewegung ist ein wirkungsvolles Rezept für die Gesundheit und die beste Prävention, um vielen typischen gesundheitlichen Defiziten vorzubeugen. So ganz nebenbei verleiht Bewegung ein positives Lebensgefühl und reduziert den alltäglichen Stress.

Auf den folgenden Seiten finden Sie die Kontaktadressen aller Hamburger Turn- und Sportvereine, die qualitätsgeprüfte Gesundheitssportkurse anbieten. Die mit einem Gütesiegel zertifizierten Angebote erfüllen strenge Qualitätskriterien in Bezug auf die Trainerausbildung und die Angebotsinhalte.

Die Gütesiegel:



Pluspunkt Gesundheit.DTB
Verband für Turnen und Freizeit



Sport Pro Gesundheit
Hamburger Sportbund und
Hamburger Tischtennisverband



Gesund & fit im Wasser
Hamburger Schwimmverband

Die Krankenkassen erkennen viele dieser Angebote an und erstatten ihren Versicherten bis zu 80% der Kursgebühr.

Worauf warten Sie noch?

Bringen Sie gesunde Bewegung in Ihr Leben. Mit dieser Broschüre finden Sie den passenden Sportverein in der Nähe Ihres Wohnortes oder Arbeitsplatzes. Diese sind nach Bezirken und dort jeweils alphabetisch sortiert.

Welche zertifizierten Kurse der Sportverein Ihrer Wahl anbietet, erfahren Sie durch direkten Kontakt mit ihm oder im Internet unter:

www.gesundheitssport-hamburg.de.
Aktuell gibt es in Hamburg etwa 300 zertifizierte Angebote. Wählen Sie zwischen Aqua-

Jogging und Nordic Walking, Cardio-Fit und Rückentraining, Pilates, Yoga, Qigong und vielem mehr.

Viel Spaß beim Entdecken von mehr Lebensgefühl und Gesundheit!



Ihr VTF Hamburg
Verband für Turnen und Freizeit



Auf www.gesundheitssport-hamburg.de können Sie sich über aktuelle Fitness- und Gesundheitssportangebote der Vereine im jeweiligen Stadtgebiet informieren. Klicken Sie hierzu auf die entsprechenden Stadtteile auf der Karte. Durch Klicken auf den Vereinsnamen erhalten Sie weitere Informationen zu den Angeboten.

Mit freundlicher Unterstützung

- Ärztammer Hamburg
- Hausärzterverband Hamburg
- Hamburger Sportärztebund
- Kassenärztliche Vereinigung
- Herz Inform
- HAG
- mach2



▼▼ ALTONA

Bahrenfelder Turnverein von 1898 e.V.

Bahrenfelder Chaussee 166a | 22761 Hamburg | 040/8903761
| Fax 040/8903761 | jensnuzkowski@web.de
| www.bahrenfelder-turnverein.de

Blankeneser MTV von 1883 e.V.

Simrockstraße 107 | 22589 Hamburg | 040/8706852 | Fax 040/8706852
info@blankeneser-mtv.de | www.blankeneser-mtv.de

FTSV Komet Blankenese von 1907 e.V.

Schenefelder Landstraße 85 | 22589 Hamburg | 040/8703440
| Fax 040/8703441 | komet@komet-blankenese.de
| www.komet-blankenese.de

Hankook e.V.

Nieland 10 | 22525 Hamburg | 040/4903272 | Fax 040/43181561
| info@hankook-sportcenter.de | www.hankook-sportcenter.de

Nienstedtener Turnverein von 1894 e.V.

Flaßbargen 107b | 22549 Hamburg | 040/8323804 | Fax 040/8325422
| Nienstedtener-turnverein@hamburg.de | www.nienstedtener-turnverein.de

Spielvereinigung Blau-Weiß 96 Schenefeld e.V.

Achter de Weiden | 22869 Schenefeld | 040/8405446
| Fax 040/8301776 | info@bw96.de | www.bw96.de

Verein Aktive Freizeit e.V.

Bertrand-Russell-Straße 4 | 22761 Hamburg | 040/8906010
| Fax 040/89060160 | info@vafev.de | www.vafev.de

▼▼ BERGEDORF

ASV Bergedorf-Lohbrügge von 1885 e.V.

Krusestr. 7 | 21033 Hamburg | 040/7381885 | info@bergedorf85.de
| www.bergedorf85.de

Betriebssportgemeinschaft Postamt 2

Korachstr. 9 | 21031 Hamburg | 040/32506989 | edgar.rehberg@gmx.de
| www.bsg-postamt2.de

Pferdegemeinschaft Hamwarde e.V.

Dorfstr. 38 | 21502 Hamburg

Schwimmgemeinschaft Bille

Binnenfeldredder 52 | 21031 Hamburg | info@sgbille.de | www.sgbille.de

*Fragen Sie
Ihren Hausarzt
nach dem
Bewegungs-Rezept!*

Ärzte und Sportvereine – Partner für Gesundheit

Das Bewegungs-Rezept

Von Ihrem Arzt empfohlen:

- Mobilisation und Kräftigung
- Herz-Kreislauftraining
- Entspannung und Stressreduktion
- spezielles Angebot

Praxisstempel

Telefonische Beratung und Vereinsauskunft erhalten Sie unter **040/41908-111**
Im Internet finden Sie Ihr Sportangebot unter **www.gesundheitssport-hamburg.de**

Logos: Hamburg Sportcenter, Hamburg Sportverbund, KfV, and others.

SC Vier- und Marschlande von 1899 e.V.

Auf dem Sülzbrack 2 | 21037 Hamburg | 040/7239929
| Fax 040/7239903 | turnen@scvm.de | www.scvm.de

SC Wentorf von 1906 e.V.

Am Sportplatz 10 | 21465 Wentorf | 040/7204245 | Fax 040/
7201570 | info@sc-wentorf.de | www.sc-wentorf.de

SGR Wentorf

Am Casinopark 8 | 21465 Wentorf | 040/72544331 | Fax 040/
73923511 | sgr@vitalcenterwentorf.de | www.vitalcenterwentorf.de

SV Altengamme von 1928 e.V.

Altengammer Hauptdeich 44 | 21039 Hamburg | 040/79410080
| Fax 040/79410081 | info@sv-altengamme.de | www.sv-altengamme.de

SV Nettelnburg/Allermöhe von 1930 e.V.

Katendeich 14 | 21035 Hamburg | 040/7353200 | Fax 040/7357937
| info@svna.de | www.svna.de

TSG Sportzentrum BULT

Bult 8 | 21029 Hamburg | 040/72 410-167 | Fax 040/72 410-169
| bult@tsg-bergedorf.de | www.tsg-bergedorf.de



TSG Bergedorf Sportforum

Billwerder Billdeich 607 | 21033 Hamburg | 040/72 54 950 | Fax
040/72549521 | sportforum@tsg-bergedorf.de | www.tsg-bergedorf.de

VfL Börnsen von 1954 e.V.

Haidweg 10a | 21039 Börnsen | 040/7208015
| jens.naundorf@vfl-boernsen.de | www.vfl-boernsen.de

VfL Lohbrügge von 1892 e.V.

Binnenfeldredder 9 | 21031 Hamburg | 040/72410280 | Fax 040/
72410281 | geschaeftsstelle@vfl-lohbruegge.de | www.vfl-lohbruegge.de

▼▼ EIMSBÜTTEL

ESV Grün-Weiss Hamburg von 1901 e.V.

Julius-Vosseler-Straße 195 | 22527 Hamburg | 040/5601245
| Fax 040/5602108 | verwaltung@gweimsbuettel.de
| www.gweimsbuettel.de

ETV Eimsbütteler Turnverband e.V.

Bundesstraße 96 | 20144 Hamburg | 040/4017690 | Fax 040/40176969
| info@etv-hamburg.de | www.etv-hamburg.de

ETV-Studio Fitness- und Gesundheitszentrum

Bundesstraße 96 | 20144 Hamburg | 040/40176951 | Fax 040/40176969
| studio@etv-hamburg.de | www.etv-studio.de

GesundAktiv im SV Eidelstedt

Steinwiesenweg 30 | 22527 Hamburg | 040/5710091 | Fax 040/5708274
| gesundaktiv@sv-eidelstedt.de | www.gesundaktiv-in-eidelstedt.de



TSV Stellingen von 1888 e.V.

Sportplatzring 47 | 22527 Hamburg | 040/544860 | Fax 040/54765260
| geschaeftsstelle@tsv-stellingen.de | www.tsv-stellingen.de

Turnverein Lokstedt von 1892 e.V.

Döhrntwiete 20 | 22529 Hamburg | 040/564870 | Fax 040/54880564
| info@tv-lokstedt.de

TuS Eidelstedt von 1969 e.V.

Königstr. 29a | 25469 Halstenbek | 040/5712758 | Fax 040/5712708

Hamburg-Harvestehuder Turnverein von 1872 e.V.

Postfach 323327 | 20118 Hamburg | 040/41093287 | Fax 040/41093292
| info@hht1872.de | www.hht1872.de

Hamburger Inline-Skating Schule e.V.

Mollerstraße 2 | 20148 Hamburg | 040/428383605 | Fax 040/428386861
| info@inline-skating-schule.de | www.inline-skating-schule.de

Niendorfer Turn- und Sportverein von 1919 e.V.

Sachsenweg 78 | 22455 Hamburg | 040/5542160
| Fax 040/55421655 | info@niendorfer-tsv.de | www.nts-v.de

Sport-Club Victoria von 1895 e.V.

Lokstedter Steindamm 87 | 22529 Hamburg | 040/4225160
| Fax 040/42912306 | sc-victoriahh@t-online.de | www.sc-victoria.de

SV Eidelstedt von 1880 e.V.

Redingskamp 25 | 22523 Hamburg | 040/5700070
| Fax 040/57000711 | info@sv-eidelstedt.de | www.sv-eidelstedt.de

▼▼ HAMBURG-MITTE

Hamburg-St.Pauli Turnverein r.V.

Peterstr. 15 | 20355 Hamburg | 040/ 340125
| sport@st-pauli-turnverein.org | www.st-pauli-turnverein.org

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Siebekindamm 7 | 20535 Hamburg | 040/2517490 | Fax 040/258859
| info@ht16.de | www.ht16.de

SG Gruner + Jahr e.V.

Am Baumwall 11 | 20459 Hamburg | 040/37032639
| Fax 040/37035640 | alpers.katja@guj.de | www.sg.guj.de

TuS Finkenwerder 1893 e.V.

Focksweg 14 | 21129 Hamburg | 040/7425811 | Fax 040/74214154
| geschaeftsstelle@tusfinkenwerder.de | www.tusfinkenwerder.de



▼▼ HAMBURG NORD

Hamburger Schwimmclub r.V. von 1879

Im Grünen Grunde 1a | 22337 Hamburg | 040/5009527 | Fax 040/30062647
| Info@HamburgerSC.de | www.hamburgersc.de

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Lüttkoppel 1 | 22335 Hamburg | 040/505718 | Fax 040/59350884
| sportclub@t-online.de | www.sportclub1.de

SC Urania von 1931 e.V.

Habichtstr. 14 | 22305 Hamburg | 040/6915069 | Fax 040/69796467
| info@scurania.de | www.scurania.de

Uhlenhorster Sportclub Paloma

Brucknerstr. 24 | 22083 Hamburg | 040/294126
| Fax 040/296888 | info@paloma-aktuell.de | www.uscpaloma.de

Verein für Gesundheit und Vitalität e.V.

Fehrsweg 4 | 22335 Hamburg | 040/53320370

VfL Hamburg von 1893 e.V.

Barmbeker Straße 62 | 22303 Hamburg | 040/2798377
| Fax 040/2790037 | info@vfl93.de | www.vfl93.de

▼▼ HARBURG

Freie Sportvereinigung Harburg von 1893 e.V.

Vinzenzweg 20 | 21077 Hamburg | 040/779414 | Fax 040/30034750
| info@fsvharburg.de | www.fsvharburg.de

Harburger SC von 1904/1907 e.V.

Hölscherweg 11 | 21077 Hamburg | 040/7603148 | Fax 040/7603169
| info@harburgersc.de | www.harburgersc.de

Harburger Turnerbund von 1865 e.V.

Vahrenwinkelweg 28 | 21075 Hamburg | 040/79143323
| Fax 040/79143324 | htb65@t-online.de | www.harburger-turnerbund.de

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Cuxhavener Str. 253 | 21149 Hamburg | 040/7017443
| Fax 040/7012210 | sportbuero@hntonline.de | www.hntonline.de

SV Este 06/70 e.V.

Arp-Schnitger Stieg 37c | 21129 Hamburg | 040/7458047
| info@sveste0670.de | www.sveste0670.de

SV Grün-Weiss Harburg von 1920 e.V.

Langenbeker Weg 1c | 21077 Hamburg | 040/7607779 | Fax 040/
7609879 | verein@svgruen-weissharburg.de
| www.svgruen-weissharburg.de

Turnverein Fischbek von 1921 e.V.

Ohrnsweg 50 | 21149 Hamburg | 040/7025457 | Fax 040/70201333
| sportbuero@tv-fischbek.de | www.tv-fischbek.de

TuS Harburg-Wilhelmsburg von 1894 e.V.

Bostelbeker Damm 2 | 21050 Hamburg | 040/7901660
| Fax 040/79016620 | webmaster@tus-harburg.de | www.tus-harburg.de

▼▼ WANDSBEK

AMTV-Hamburg von 1893 e.V.

Rahlstedter Straße 159 | 22143 Hamburg | 040/6759506
| Fax 040/67595080 | info@amtv.de | www.amtv.de

Bramfelder SV von 1945 e.V.

Ellernreihe 88 | 22179 Hamburg | 040/64 14 144 | Fax 040/6424047
| info@bramfelder-sv.net | www.bramfelder-sv.de

Farmsener Turnverein von 1926 e.V.

Berner Heerweg 187b | 22159 Hamburg | 040/6455 11 14
| Fax 040/6455 11 15 | buero@farmsener-tv.de | www.farmsener-tv.de

GFG Steilshoop e.V.

Hummelsbütteler Landstraße 100 | 22339 Hamburg | 040/599132
| Fax 040/599132 | info@gfg-steilshoop.de | www.gfg-steilshoop.de

Hummelsbütteler Sportverein von 1929 e.V.

Hummelsbüttler Hauptstraße 102 | 22339 Hamburg | 040/5381044
| Fax 040/5381044 | hummelsbSV@t-online.de | www.hummel-sportverein.de

Meiendorfer Sportverein von 1949 e.V.

Deepenhorn 5 | 22145 Hamburg | 040/6788082 | Fax 040/6793057
| info@meiendorfersv.de | www.meiendorfersv.de

SC Condor von 1956 e.V.

Berner Heerweg 188 | 22159 Hamburg | 040/6432749
| Fax 040/6454803 | spb@sport-club-condor.de
| www.sport-club-condor.de

SC Poppenbüttel von 1930 e.V.

Bültenkoppel 1 | 22399 Hamburg | 040/6061414 | Fax 040/6024235
| geschaeftsstelle@scpoppenbuettel.de | www.scpoppenbuettel.de

TSC Wellingsbüttel von 1937 e.V.

Waldingstraße 91 | 22391 Hamburg | 040/6401114 | Fax 040/6408282
| geschaeftsstelle@tscwellingsbuettel.de | www.tscwellingsbuettel.de

TSV Wandsbek-Jenfeld von 1881 e.V.

Bekkamp 27 | 22045 Hamburg | 040/6534713 | Fax 040/65493273
| kontakt@wandsbek-jenfeld81.de | www.wandsbek-jenfeld81.de

TSV Wandsetal von 1890 e.V.

Stephanstraße 5 | 22047 Hamburg | 040/6933449 | Fax 040/6934013
| info@tsvwandsetal.de | www.tsvwandsetal.de

TuS Berne e.V.

Berner Allee 64a | 22159 Hamburg | 040/60442880 | Fax 040/60442889
| service@tusberne.de | www.tusberne.de

Walddorfer SV von 1924 e.V.

Halenreihe 32 | 22359 Hamburg | 040/6450620 | Fax 040/64506210
| info@walddoerfer-sv.de | www.walddoerfer-sv.de

Wandsbeker Männer-Turnverein von 1872 e.V.

Wilsonstr. 43 | 22045 Hamburg | 040/667977 | Fax 040/667977
| MTV1872@t-online.de | www.wandsbek72.de



So schön kann Gesundheit sein!
www.vtf-aktivprogramm.de

So schön kann Lernen sein!
www.gym-akademie.de



Die schönste Art gesund zu leben

Gaumenfreuden und eine schöne Umgebung – so einfach kann Ihre persönliche Gesundheitsreform sein. Genießen Sie die Atmosphäre in First-Class-Hotels und entdecken Sie vor allem sich selbst. Professionelle Betreuung und individuell auf Sie abgestimmte Bewegungsprogramme schützen nicht nur Ihren Körper, sondern sind auch eine wahre Anleitung zum Glücklichen. Lassen Sie sich vom Aktivprogramm Körper und Seele ganzheitlich zur Gesundheit verführen. www.vtf-aktivprogramm.de

So schön kann Lernen sein

Wenn Sie Ihren Horizont erweitern und Ihr Wissen gern an andere weitergeben wollen, sollten Sie sich das umfangreiche Aus- und Fortbildungsprogramm der Gym-Akademie nicht entgehen lassen. Hier erfahren Sie wissenschaftlich fundiert und praxisorientiert alles rund um das Thema Gesundheit und noch viel mehr. www.gym-akademie.de

Verband für Turnen und Freizeit e.V. | Schäferkampsallee 1 | 20357 Hamburg | 040/41 908 239 | beigel@vtf-hamburg.de

Gestaltung: Lüders - Werbung & Consulting | Fotos: corbis, photocase.com: curacion | frau becker | Frollein S. | Gerti G., Rieke Roßmann, shotshop.com, VTF