

Stundenplan

Stand: 04.05.2024

Montag, 12.04.2021	Dienstag, 13.04.2021	Mittwoch, 14.04.2021	Donnerstag, 15.04.2021	Freitag, 16.04.2021	Samstag, 17.04.2021	Sonntag, 18.04.2021
08:00-09:00 TRAININGSPLÄNE @ home (alle Abteilungen) Ort: Outdoor und/oder at Home 09:15 - 09:50 Bauch-Beine-Po PUR @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM) 10:00 - 10:40 Wirbelsäulen-Gymnastik @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM) 10:00 - 13:00 Rehasport-Sprechstunde (telefonisch) Ort: Telefon-Sprechzeit 14:00 - 15:00 Gesund zu Hause (Videos) Ort: digitales Angebot (Video) 15:00 - 16:00 Vitalfuß @ Home (Video) Ort: digitales Angebot (Video) 16:45-18:00 Fußballkindergarten Ort: Sportplatz Ellenreihe 88 17:00-18:30 M14-3 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg 17:00-18:30 M12-1 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg 17:00-18:30 M10 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	08:00-09:00 Complete Body Workout at Home (Video) Ort: digitales Angebot (Video) 10:00 - 13:00 Persönliche Sportberatung (telefonisch) Ort: Telefon-Sprechzeit 10:00-10:40 Body in Balance @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM) 16:00 - 17:30 Fussball - 2. E Ort: Gropiusring 43 16:30 - 17:00 Sporteln (Workout) mit Nicole für die "Großen" (zoom) Ort: ZOOM 17:00-18:30 JBBL Ort: HOOP, Sporthalle Steilshoop, Gropiusring 43, 22309 Hamburg 17:00-18:30 W12-2 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg 17:00-18:30 W12-1 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg 17:00-18:30 M12-3 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	06:00-07:00 Fitness at Home (Video) Ort: digitales Angebot (Video) 07:00-08:00 Fit & Move at Home (Video) Ort: digitales Angebot (Video) 08:00-09:00 Zumba at Home (Video) Ort: digitales Angebot (Video) 09:50-11:05 Fitness mit Birgit 1 / Wirbelsäulengymnastik @ home (Zoom) KOOPERATION Ort: Online (ZOOM) 10:00 - 13:00 Persönliche Sportberatung (telefonisch) Ort: Telefon-Sprechzeit 12:00-13:00 Gemeinsam aktiv (eigenverantwortliche Aktivität zu zweit) Ort: Outdoor und/oder at Home 16:30 - 17:00 Sporteln mit Nicole für die "Kleinen" (zoom) Ort: ZOOM 17:00-18:30 M14-3 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg 17:00-18:30 M12-1 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	08:00-09:00 Sportliche Anregungen und Informationen für Ältere (alle Abteilungen) Ort: Outdoor und/oder at Home 16:00 - 17:30 Fussball - 2. E Ort: Gropiusring 43 16:30 - 17:00 Ballett/Tänzerische Früherziehung ab 5 Jahre (Zoom) Ort: Online (ZOOM) 17:00-18:30 W12-2 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg 17:00-18:30 M12-3 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg 17:30 - 18:00 Ballett Kinder ab 8 Jahre (Zoom) Ort: Online (ZOOM) 17:30-18:00 Rücken-Yoga @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM) 17:30-19:15 Team-Meeting Gesundheitssport (Zoom) Ort: Online (ZOOM) 17:30-19:30 M14-1 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg	07:00-08:00 Kurz-Meditation at Home (Video) Ort: digitales Angebot (Video) 08:15-09:15 Kundalini Yoga @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM) 09:50-11:05 Fitness mit Birgit 2 / Wirbelsäulengymnastik @ home (Zoom) KOOPERATION Ort: Online (ZOOM) 16:00-19:00 Workshop Vereinsentwicklung Ort: ZOOM 16:30-18:00 Leichtathletik Training Ort: Gropiusring 43 16:45-17:30 Fußballkindergarten Ort: Sportplatz Ellenreihe 88 17:00 - 17:30 Judo-Fitness für Kinder @ home (Zoom) Ort: ZOOM 17:00-18:30 W12-1 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg 17:00-18:30 W16-2 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg 17:30-19:00 M16-2 Ort: HOOP, Sporthalle Steilshoop, Gropiusring 43, 22309 Hamburg	10:00 - 10:40 Fit am Samstag @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM) 11:00 - 11:40 Dehnung & Entspannung @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM) 14:00-15:00 BSV-Frühjahrs-Challenge (alle Abteilungen) Ort: Outdoor und/oder at Home 19:00 Bleibt in Bewegung! Das BSV-Walking und Joggingstreckennetz Ort: BSV - Zentrum	09:45 - 16:45 BSV-Gesundheitstag @ home (Zoom) für ALLE BSV-Mitglieder Ort: Online (ZOOM) 13:00 - 13:45 Yoga-Elements Ort: Online (ZOOM)

Montag, 12.04.2021	Dienstag, 13.04.2021	Mittwoch, 14.04.2021	Donnerstag, 15.04.2021	Freitag, 16.04.2021	Samstag, 17.04.2021	Sonntag, 18.04.2021
18:00 - 18:40 Zumba @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM)	17:15 - 18:00 Warm-Up und Dehnung für Geräturnkids und alle anderen mit Pitt (zoom) Ort: ZOOM	17:00-18:30 W10 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg	17:30-19:30 JBBL Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg	17:30-19:00 M12-2 Ort: HOOP, Sporthalle Steilshoop, Gropiusring 43, 22309 Hamburg		
18:30-20:00 W14-1 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	17:30-19:30 M14-1 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	17:00-18:30 M10 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg	18:00 - 19:00 Online-Workout @ home (Instagram) Ort: Online / Instagram (BSV)	18:00 - 18:45 BodyFit @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM)		
18:30-20:00 M16-3 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg	18:00-19:00 Body Fit @ home (Zoom) KOOPERATION Ort: Online (ZOOM)	17:15-18:00 Judo Outdoor-Training U12 Ort: Sportplatz Ellernreihe 88	18:00-18:30 Resilienz-Training @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM)	18:00 -19:30 M14-2 Ort: HOOP, Sporthalle Steilshoop, Gropiusring 43, 22309 Hamburg		
18:30-20:00 M18-2 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	18:30 - 19:30 Online-Workout @ home (Instagram) Ort: Online / Instagram (BSV)	18:00-18:45 BSV-Tanz @ home (Zoom) für ALLE jung & junggeblieben Ort: Online (ZOOM)	18:30 - 19:30 Ballett Jugendliche/Erwachsene (Zoom) Ort: Online (ZOOM)	18:30-20:00 M16-1 Ort: HOOP, Sporthalle Steilshoop, Gropiusring 43, 22309 Hamburg		
18:30-20:00 W16-2 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	18:30-20:00 M16-2 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	18:15-19:15 Judo Outdoor-Training U15 Ort: Sportplatz Ellernreihe 88	18:30-20:00 W14-1 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	18:30-20:00 JBBL Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg		
19:00-21:00 Vorstandssitzung Ort: ZOOM	18:30-20:00 W16-1 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg	18:30-20:00 JBBL Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	18:30-20:00 M18-1 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	18:30-20:00 W16-1 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg		
20:00 - 21:00 Pilatoning @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM)	18:30-20:00 W18 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg	18:30-20:00 M16-3 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	20:00-21:30 RLN Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	18:30-20:00 W18 Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg		
20:00-21:30 1. Damen Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	19:00-20:00 M12-1 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasiums, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	18:45-19:25 Fit & Move @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM)	20:00-21:30 5. Herren Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg	19:00 - 19:45 Judo-Fitness @ home (Zoom) Ort: ZOOM		
20:00-21:30 3. Herren Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg		19:00-20:30 Hatha Yoga @ home (Zoom) Ort: Online (ZOOM)		20:00-21:30 3. Herren Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg		

Montag, 12.04.2021	Dienstag, 13.04.2021	Mittwoch, 14.04.2021	Donnerstag, 15.04.2021	Freitag, 16.04.2021	Samstag, 17.04.2021	Sonntag, 18.04.2021
20:00-21:30 M18-1 Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	20:00-21:30 2. Herren Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	20:00-21:30 1. Damen Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	20:15-21:45 2. Herren Ort: HOOP, Sporthalle Steilshoop, Gropiusring 43, 22309 Hamburg	20:00-21:30 6. Herren Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg		
20:00-21:30 5. Herren Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	20:00-21:30 2. Damen Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg	20:00-21:30 4. Herren Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg		20:00-21:30 2. Damen Ort: MÜTZ, Sporthalle der Stadtteilschule Bramfeld, Bramfelder Dorfplatz 5, 22179 Hamburg		
	20:00-21:30 7. Herren Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg	20:00-21:30 6. Herren Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg		20:00-21:30 7. Herren Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg		
	20:00-21:30 Maxis (Ü35) Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg			20:00-21:30 Maxis (Ü35) Ort: HÖKO, Sporthalle des Johannes-Brahms-Gymnasium, Höhnkoppelort 24, 22179 Hamburg		
	20:15-21:45 RLN Ort: HOOP, Sporthalle Steilshoop, Gropiusring 43, 22309 Hamburg			20:00-21:45 4. Herren Ort: HOOP, Sporthalle Steilshoop, Gropiusring 43, 22309 Hamburg		