

# Blau-Weiß 96



## Sport in Schenefeld

### TERMINE

**BW96 FLOORBALL**  
2. Bundesliga  
BW96 - TV Eiche Horn  
Bremen  
Spannendes, richtungsweisendes Heimspiel um den Wiederaufstieg in die 1. Bundesliga  
**Sa 11. Januar 2020, 17:00 Uhr**  
Sporthalle A, Achter de Weiden.

**BW96 STUDIO | KURSE**  
Tag der offenen Tür 2020  
**So 12. Januar 2020, 10:00 - 16:00 Uhr**  
Studio und Kursräume  
Achter de Weiden.

**BW96 BADMINTON**  
Heimspieltag Oberliga  
Badminton Team BW96  
BSG Hamburg West - Blau-Weiß Wittorf-Neumünster II  
**Sa 18. Januar 2020, ab 16:00 Uhr**  
Sporthalle B, Achter de Weiden.

**BW96 VEREIN**  
Neujahrs-Frühschoppen  
124 Jahre BW96 mit Klönschnack für Mitglieder und Freunde des Vereins  
**So 19. Januar 2020, ab 11:00 Uhr**  
Geschäftsstelle BW96, Achter de Weiden.

**BW96 FREIZEIT-AKTIV**  
Radwandern zum European XFEL Betriebsrestaurant  
**Di 21. Januar 2020, 12:30 Uhr**  
Gemeinsame Einkehr  
Treffen: vor den Sporthallen, Achter de Weiden.

**BW96 FREIZEIT-AKTIV**  
Wandern | Den Gerichten hinter die Kulissen geschaut  
Führung OLG Hamburg mit vorheriger gemeinsamer Einkehr  
**Fr 24. Januar 2020, 11:30 Uhr**  
Treffpunkt: Schenefelder Platz, Buslinie 3. Leitung Marga Heitmann.

**BW96 FREIZEIT-AKTIV**  
Erstes Spaziergänger-Treffen 2020 zum gemeinsamen Mittagessen in der Pony Waldschänke  
**Do 30. Januar 2020, 11:30 Uhr**  
Treffpunkt: Wanderparkplatz Uetersener Weg.



Foto: Momentaufnahmen-Hamburg

## Tag der offenen Tür am 12. Januar 2020 von 10:00 bis 16:00 Uhr



**BW96 REHA | BW96 KURSE**

### BW96 STUDIO

Gemeinsam fit!

Nach dem großen Erfolg im letzten Jahr präsentiert sich unsere Abteilung Fitness & Gesundheit wieder allen Interessierten und Neugierigen. Am Sonntag von 10:00 bis 16:00 Uhr stehen die Türen des Studios und der Kursräume offen zum Schauen, Schnuppern und Sport treiben!

**BW96 Studio - Individuelles Training unter professionellen Bedingungen**  
Im BW96 Studio präsentiert

das Trainerteam ein ganzheitliches Trainingskonzept mit unserer professionellen Geräteausstattung. Hier ist auch eine kostenlose Körperanalyse mit individueller Auswertung möglich.

**Schnupperkurse laden zum Mitmachen ein**

Den ganzen Tag über finden Schnupperkurse aus unserem umfangreichen Kursprogramm statt. Sie sind herzlich eingeladen, reinzuschauen und mitzumachen.

### Reha - Sport auf Rezept

Informieren Sie sich in unserem Reha-Bereich über die Möglichkeiten eines Bewegungsangebotes mit ärztlicher Verordnung und Kostenübernahme durch die Krankenkassen.

### Mitgliedschaft abschließen und sparen

Sparen Sie die Aufnahmegebühr in Höhe von 40,- €, wenn Sie am 12.01.2020 eine Mitgliedschaft abschließen.

### „Wir sind ein Familienstudio!“

Bei uns trainieren die Nachwuchssportler schon ab 14 Jahren unter Aufsicht und

mit einem altersgerechten Trainingsprogramm. Eltern haben die Möglichkeit, während ihre Kinder bei Turnen, Fussball und co. sind, selber sportlich aktiv zu werden und so die Zeit optimal zu nutzen. Best Ager finden zahlreiche gesundheitsfördernde Bewegungsangebote in Gruppen, in denen nicht nur beim Sport ein tolles Miteinander gelebt wird. Und wer sich nach dem Job und Alltag einfach nur Auspowern oder Entspannen will, kommt bei unserem vielfältigen Programm ebenfalls voll auf seine Kosten!“

**Svenja Hammerschmidt,**  
Sportliche Leitung Fitness & Gesundheit

### VORSCHAU

**BW96 JUGEND**  
Kinderfasching für alle Kinder ab 3 Jahren mit Turnschuhen. Verkleidet in Abenteuerstationen tanzen und spielen!  
**So 16. Februar 2020, 15:00 - 17:00 Uhr**  
Sporthalle B, Achter de Weiden.

**BW96 JUDO**  
Judoturnier  
**Sa 29. Februar 2020, ganztägig**  
Sporthalle B, Achter de Weiden.

### BW96 SCHNUPPERKURSE

**Sonntag, 12. Januar 2020**  
10:30 **Core & Mobility** K  
11:00 **Strong by Zumba** G3  
11:30 **Langhantel** K  
12:00 **Motion** G3  
12:30 **Indoor Cycling** K  
13:15 **Aroha Vorführung** G3  
13:30 **Aroha** G3  
14:00 **Functional Fit** K  
14:30 **Yoga** K  
(jeweils ca. 30 Min.)

- **Ganzheitliches Trainingskonzept** durch qualifizierte Trainer.
- **Umfangreiches Kursprogramm** mit über 80 Kursen pro Woche.
- **Moderne Ausstattung** aus hochwertigen Studiogeräten und Kursräumen.

### BW96 KURSE Im Januar startet wieder das erste Semester der offenen Kurse

Das Besondere unserer offenen Kurse ist, dass sie auch von Nicht-Mitgliedern besucht werden können. Unser Angebot ist zu Jahresbeginn besonders vielfältig und wir haben neben den etablierten Kursen wie **Yoga, Qi Gong** oder **Aktiv 70+** einige neue Kurse im Programm:

**Core & Mobility** Hier erwartet euch ein funktionelles, abwechslungsreiches Training mit den Schwerpunkten Rumpfstabilität, Mobilität und Beweglichkeit.

**Functional Intensiv** Ein motivierendes, athletisches Workout zum effektiven Training von Kraft und Ausdauer, bei dem Ihr an Eure Grenzen gehen könnt.

**Tai Chi** In diesem Kurs werden alle Bewegungen langsam und fließend ausgeführt, mit dem Ziel Körper und Geist ins Gleichgewicht zu bringen.



**Skigymnastik** Wie jedes Jahr findet ihr auch dieses Mal wieder bis März die optimale Vorbereitung auf die Skisaison durch ein ganzheitliches Training aller wichtigen Muskelgruppen, sowie Ausdauer und Koordination.

**Strong by Zumba®** Erstmals bei BW96 bieten wir die ultimative Mischung aus Kraft-,

Tempo-, und Konditionstraining für alle, die Spaß haben, sich zur Musik auszupowern.

Das komplette Kursprogramm könnt ihr unter [www.bw96.de](http://www.bw96.de) einsehen oder in der Geschäftsstelle erfragen.

Die Kurse laufen bis zu den Osterferien über 11-12 Termine und bedürfen der vorherigen Anmeldung in der Geschäftsstelle. Mitglieder dürfen natürlich ebenfalls mit einer entsprechenden BW96-Kursmitgliedschaft teilnehmen.

Das neue Semester startet dann nach den Osterferien im April 2020. Die Infos hierfür werden rechtzeitig veröffentlicht.

### BW96 TURNEN Neuer Hip Hop Kurs für Kinder

Aufgrund der großen Nachfrage freuen wir uns, ab Februar eine neue Trainingszeit beim Hip Hop Tanzen anbieten zu können. Interessierte können gerne an einem kostenlosen Probetraining teilnehmen.

Neuer Kurs ab **04.02.2020**: Hip Hop 7-9 Jahre, **Dienstag 15:30-16:30 Uhr**, Gymnastikraum G1, Sporthalle Achter de Weiden, Trainerin Inken. Hip Hop 9-13 Jahre, **Montag 17:00-18:00 Uhr**, Gymnastikraum G1, Sporthalle Achter de Weiden, Trainerin Inken.

In den **Ballettgruppen** für Jugendliche am Freitag Nachmittag haben wir noch freie Plätze.



### BW96 wird 125 Jahre! Aufruf zur Mitarbeit

Im kommenden Jahr 2021 wird unser Verein Blau-Weiß 96 Schenefeld e.V. 125 Jahre jung! Aus diesem Anlass starten wir heute mit der Sammlung interessanter historischer Texte, Fotos und Anekdoten für unsere Vereins-Chronik, die 2021 aktualisiert veröffentlicht wird. Bitte unterstützt uns durch Recherche in Euren Kellern und Archiven. Wir freuen uns über jeden „sportlichen“ Beitrag. Nehmt gern Kontakt mit unserer Geschäftsstelle auf: [info@bw96.de](mailto:info@bw96.de)

### Die BW96 Vereinschronik wird fortgeschrieben



### HAUPTSACHE TORE

Das Schenefelder Unternehmen **Christensen Tor- & Türsysteme** installiert und wartet seit über 30 Jahren vom Hamburger Westen aus alle Arten von Garagentoren, Tiefgaragentoren, Werkstatt- und Lagerhallen-Sektionaltoren. Privat oder gewerblich, öffentlich oder industriell. Testen Sie uns!

E-Mail: [info@christensen-group.eu](mailto:info@christensen-group.eu)  
Telefon: 040 822 9920

**Christensen Group**

[www.christensen-group.eu](http://www.christensen-group.eu)



Ihr Erfolg gesteigert durch gezielte Kommunikation. So wie Blau-Weiß 96. Lassen Sie uns sprechen!

[kontakt@dobberstein-mc.de](mailto:kontakt@dobberstein-mc.de) • [www.dobberstein-mc.de](http://www.dobberstein-mc.de)