



Ausgabe 3 -
November 2021

HNT EXPRESS

+++ Das HNT Infoblatt mit den aktuellsten News und Angeboten! +++

**Finde bei uns
Deinen
Sport !**

**Jetzt noch den
Active City
80 Euro
Gutschein
sichern!**

+ Infos auf Seite 3 +

So geht Sport heute!

Das HNT-Sportangebot

**Aerobic, Fitness
& Trendsport**

Aikido

Ballett

Basketball

Beach-Volleyball

Boxen

Cross Training

Darts

Floorball

Fußball

Geräteturnen

Gesundheitssport

HipHop

Inlineskating

Irish Dance

Ju-Jutsu

Judo

Karate

Kinderturnen

Leichtathletik

Line Dance

Nordic Walking

Pilates

Rehasport

Schwimmen

Seniorenfreizeit

Ski & Surf

Sportspiele

Sportspool

Sportstudio „FitHus“

Tanzen

Standard & Latein

Tennis

Tischtennis

Volleyball

Wandern

Yoga

Zumba

**Alle Informationen, Orte und Zeiten auf
hntonline.de und im HNT-Sportbüro**

Cuxhavener Straße 253 • Telefon 040 7017443

FitHus steigt um auf 2G

Ab **1. November** gilt im HNT-Sportstudio im BGZ Süderelbe die 2G-Regel. Abstandsregeln, Personenbegrenzungen und die Maskenpflicht fallen weg. Keine gesperrten Geräte mehr, keine Personenbegrenzung im Saunabereich. Und auch die beliebten Fitnesskurse sind nicht mehr auf wenige Teilnehmer begrenzt. Voraussetzung dafür ist, dass die Besucher ab sofort einen **gültigen Impf- oder Genesenennachweis** vorlegen.

Ein aktueller negativer Testnachweis ist entsprechend der gesetzlichen 2G-Vorgaben **nicht** mehr ausreichend. Dass dadurch einzelne Personen von der Nutzung des FitHus ausgeschlossen werden, bedauern wir sehr. Die letzten Wochen haben jedoch gezeigt, dass ein Großteil der FitHus-Mitglieder bereits vollständig geimpft ist. Diesen bieten wir mit der 2G-Einführung wieder mehr Freiheiten und Möglichkeiten. Weitere Infos zu den 2G-Voraussetzungen und -Regeln gibt es auf **fithus.de** oder direkt im FitHus, Telefon 040 7015774.



#SPORT VEREINT UNS

ACTIVE CITY STARTER-GUTSCHEIN

LIEBLINGS VEREIN.DE Jetzt Mitglied im Sportverein werden und 80 Euro Active City Starter-Gutschein sichern.

HSB HAMBURGER SPORTBUND

Ein Großteil des HNT-Angebots ist wieder angelaufen. Wir sind wieder gemeinsam aktiv. Für die großartige Gemeinschaft im Verein wollen wir jetzt möglichst viele (wieder) begeistern. Unterstützt werden wir dabei von der Stadt Hamburg, dem Hamburger Sportbund (HSB) und dem Verband für Turnen und Freizeit (VTF). HSB und VTF und die Hansestadt haben die Aktion **#sportVEREINTuns** initiiert und betonen damit, wofür Sportvereine stehen: Bewegung, Spaß, Gemeinschaft, Engagement und gesellschaftlicher Austausch. Sie animieren dazu **wieder in die Vereine einzutreten**. Ein wichtiger Teil der Kampagne sind **20.000 Active City Starter-Gutschein im Wert von je 80 Euro**. Diese können Neumitglieder **auch bei der HNT** einlösen. Und so funktioniert's:

Active City Starter-Gutschein auf activecity.hamburg.de online anfordern. Den Gutschein mit der HNT-Anmeldung per Post, eingescannt per E-Mail oder persönlich im HNT-Sportbüro, in unserem HNT-Sportstudio FitHus oder bei den jeweiligen Übungsleitern abgeben. Die 80 Euro werden dann eurem Beitragskonto gutgeschrieben.

Am **Sonntag, 14. November** öffnen Hamburgs Sportvereine ihre Türen und informieren kostenlos über ihre Bewegungsangebote für **Kinder von 1 bis 7 Jahren**. Auch die HNT ist selbstverständlich mit dabei und bietet am **Kinderturn-Sonntag von 10 bis 13 Uhr** ein tolles Mitmach- und Informationsprogramm an. Während die Kinder selbst ausprobieren können, wie viel Spaß Bewegung macht, erhalten die Eltern einen Einblick in die HNT-Kinderturnangebote. In den **Vereinshallen der HNT, Cuxhavener Straße 253**, gibt es eine spannende Bewegungslandschaft sowie kleine Überraschungen für die Kinder. Der Tag wird von den qualifizierten HNT-Übungsleiterinnen begleitet. Turnschuhe und Sportsachen müssen bitte mitgebracht werden. Übrigens: Für alle Kinder, die am Kinderturn-Sonntag zur HNT angemeldet werden, sparen die Eltern den Aufnahmebeitrag und der Mitgliedsbeitrag entfällt bis zum Jahresende. Auch zu „Kids in die Clubs“ gibt es Infos: ein Angebot, dass Kindern aus Familien mit geringem Einkommen die Mitgliedschaft im Sportverein ermöglicht. Weitere Infos im HNT-Sportbüro, Telefon 040 7017443 oder E-Mail sportbuero@hntonline.de.



**Zinslosigkeit ja –
Perspektivlosigkeit nein!**

Montag, 8. November 2021, 19:00 Uhr

mit Dr. Holger Bahr, DekaBank
im **LIVESTREAM** an einem Ort
Ihrer Wahl. **Seien Sie dabei.**

**14. Sparkassen-
Investmenttag**



Sparkasse
Harburg-Buxtehude

**Direkt
anmelden
unter:**
spkhh.de/events



Neue Aktiv-Angebote!

Kunstturnen, Akrobatik und mehr für Mädchen von 5 bis 9 sowie ab 14 Jahren in unseren neuen **Sportspool-Gruppen** am Donnerstag. Zwischen 17.00 und 20.30 Uhr in der Sporthalle des Gymnasiums Süderelbe.



Noch mehr Spaß für die ganz Kleinen: Kommt in unsere beiden **neuen Gruppen für Eltern-Kind-Turnen** sowie **Kinderturnen** am Dienstagnachmittag. Zwischen 16.30 und 18.30 Uhr in der Sporthalle Neugraben.



Musik an und richtig auspowern: Beim **Zumba** treffen moderne Beats auf wirkungsvolle Fitnessübungen. Unser **neuer Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger** findet zwischen 17.30 und 18.30 Uhr in der Falkenberghalle statt.

Die japanische Kampfkunst **Aikido** ist ein friedfertiger Weg sich selbst zu schützen und gleichzeitig ausgeglichener durch das Leben zu gehen. Jetzt in unseren **neuen Anfänger-Gruppen für Kinder und Erwachsene** ausprobieren, Mittwochs zwischen 17 und 20 Uhr in der Sporthalle Operberg.

Service Hour in English, Arabic and Kurdish

Die HNT ist anerkannter Stützpunktverein der Initiative „Integration durch Sport“ des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Die damit verbundene Förderung nutzen wir für unterschiedliche Projekte, Angebote und Veranstaltungen, mit denen wir unseren Sport noch bunter machen. Ihr habt Fragen zum Thema Integration oder möchtet Teil der vielfältigen HNT-Familie werden? Dann besucht gerne die Beratungszeit im HNT-Sportbüro. Montags von 16 bis 19 Uhr steht unser Mitarbeiter Rival kostenlos für Fragen auf Englisch, Arabisch und Kurdisch zur Verfügung. 

Für Interessierte ist der **Line Dance Anfänger-Workshop** ab **16. November** eine tolle Möglichkeit, erste Schritte zu lernen und den Spaß am Line Dance zu entdecken. Anders als beim Paartanz stehen die Tänzerinnen und Tänzer beim Line Dance in Reihen neben- und hintereinander. Getanzt wird nach einer genau ausgearbeiteten Choreographie mit ganz unterschiedlichen Schrittfolgen. Der HNT-Workshop umfasst **zehn Abende** à 90 Minuten, immer dienstags von 17.30 Uhr bis 19 Uhr in der Falkenberghalle (Heidrand 5). Der Workshop wird nach **2G-Regeln** durchgeführt. Teilnahmebeitrag für Nichtmitglieder einmalig 60 Euro, für HNT-Mitglieder 50 Euro und für Mitglieder der HNT-Tanzabteilung 40 Euro. Weitere Infos: E-Mail linedance@hntonline.de. Anmeldung ganz einfach online auf hntonline.de/workshops-events.



Weitere Infos zu allen neuen HNT-Angeboten gibt es im HNT-Sportbüro, auf hntonline.de/restart und hntonline.de/workshops-events

Our HNT Sports Club is recognized by the German Olympic Sports Federation (DOSB) for the „Integration through Sport“ program. We use the given financial and material support for various projects, programs and activities to make our sports more colorful. Do you have questions about integration or want to be part of the diverse HNT family? Then visit the „HNT sports office“ during consultation hours. Our employee Rival can answer your questions in English, Arabic and Kurdish every Monday from 4pm to 7pm. The service is free. 



HNT EXPRESS

Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V.

Sport - Fitness - Freizeit
Gesundheit - Reha - Kurse
Mitgliedschaft - Beiträge
Termine - Vermietung

Das HNT-Sportbüro im HNT-Vereinshaus

Cuxhavener Straße 253
21149 Hamburg

Telefon 040 7017443

Telefax 040 7012210

E-Mail sportbuero@hntonline.de

Öffnungszeiten

Mo bis Do

9 bis 11 Uhr & 16 bis 19 Uhr

Fr 9 bis 12 Uhr

HNT-Spendenkonto
IBAN DE96 2075 0000 0004 0152 28

HNT Sportstudio FitHus im BGZ Süderelbe

Am Johannisland 2
21147 Hamburg

Telefon 040 7015774

Telefax 040 7014871

E-Mail fithus@hntonline.de

Öffnungszeiten

Mo bis Fr

8 bis 22 Uhr

Sa und So

10 bis 18 Uhr



Impressum

HNT EXPRESS, 3/2021, November 2021, herausgegeben vom Präsidium der Hausbruch-Neugrabener Turnerschaft von 1911 e.V. (HNT). Cuxhavener Straße 253, 21149 Hamburg, Telefon 040 7017443. Redaktion: Klaus Jakobs (verantwortlich), Matthias Greve, Alexander Mohr. Gestaltung: Matthias Greve. Alle Rechte vorbehalten. Bildquelle: HNT-Archiv