



## Hamburger Turnerschaft von 1816

Die Hamburger Turnerschaft bewahrt mit ca. 5.000 Mitgliedern als ältester Sportverein der Welt seine Tradition, Menschen jeden Alters zu bewegen. Ob Wettkampf-, Fitness-, Kinder-, Senioren- oder Rehabilitationssport – mit 20 Sportarten und mehr als 90 Fitness- und Seniorenkursen bietet die HT16 ein breites Angebot für Jung und Alt im vereinseigenen Sportzentrum auf 3000m<sup>2</sup> Sportfläche unter einem Dach.

### HT – das heißt auch „Hervorragend Trainieren“

Auf 2 Ebenen ist unser Fitness- & Gesundheitszentrum beheimatet. Kraft- und Ausdauertraining an modernsten Geräten, inklusive Functionaltrainingsbereich und Außensportterrasse, erwarten Sie auf mehr als 700 m<sup>2</sup> Trainingsfläche in spektakulärem Ambiente mit Blick über Hamburg. Vier große Kursräume mit Tageslicht und Echtholzfußböden stehen für unser umfassendes Fitnesskurs-Programm sowie unsere Senioren- und Rehasportangebote bereit. Unser kompetentes Trainer-Team motiviert Sie und unterstützt Sie bei der Erreichung ihrer Ziele.

Für Erholung nach dem Sport oder einfach Entspannung nach einem anstrengenden Tag bietet unser Wellnessbereich alle erdenklichen Annehmlichkeiten. Es erwartet Sie eine Panoramasauna mit Blick ins Grüne, eine Bio-Sauna, ein Dampfbad und eine große Außenterrasse.

**Hamburger Turnerschaft – Freude an Bewegung!**



## Kontakt



**Hamburger Turnerschaft von 1816 r. V.**  
Sportzentrum  
Sievekingdamm 1, 20535 Hamburg



Telefon: 040 . 25 17 49 – 0  
E-Mail: [info@ht16.de](mailto:info@ht16.de) / [fitness@ht16.de](mailto:fitness@ht16.de)



[www.HT16.de](http://www.HT16.de)



<b>Montag</b>	7.00 – 22.30 Uhr
<b>Dienstag</b>	7.00 – 22.30 Uhr
<b>Mittwoch</b>	7.00 – 22.30 Uhr
<b>Donnerstag</b>	7.00 – 22.30 Uhr
<b>Freitag</b>	7.00 – 22.30 Uhr
<b>Samstag + Sonntag</b>	9.00 – 20.00 Uhr



[www.facebook.com/HamburgerTurnerschaft.HT16/](https://www.facebook.com/HamburgerTurnerschaft.HT16/)



## BEITRAGSÜBERSICHT

Hamburger Turnerschaft von 1816



## KINDER UND JUGENDLICHE

<b>Stufe 7</b>	36 Euro pro Monat
Gerätturnen Leistung	RSG Leistung
<b>Stufe 5</b>	26 Euro pro Monat
Ballett	RSG Fortgeschritten
Gerätturnen Fortgeschritten	
<b>Stufe 4</b>	23 Euro pro Monat
Schwimmen Leistung	
<b>Stufe 3</b>	21 Euro pro Monat
Judo	RSG Anfänger
Mutter-Tochter-Gymnastik	Schwimmen Fortgeschritten
Parkour	
<b>Stufe 2</b>	16 Euro pro Monat
Capoeira	Kinderturnen
Badminton	Kreativer Kindertanz
Basketball	Leichtathletik
Boxen	Mädchenfußball
Gerätturnen Anfänger	Schwimmen Anfänger
Handball	Sportfuxxe
Hip Hop	Tischtennis
Karate	
<b>Stufe 1</b>	11 Euro pro Monat
Fußball	Passive Mitgliedschaft

### Kids in die Clubs

Das Förderprogramm der Hamburger Sportjugend ermöglicht Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren aus Familien mit geringem Einkommen eine beitragsfreie oder ermäßigte Mitgliedschaft. Bitte nehmen Sie Kontakt mit Jana Kähler auf – sie berät Sie gerne.

**Kontakt:** jana.kaehler@ht16.de oder 040 . 251749 – 21



## FITNESS- UND GESUNDHEITSSPORT Erwachsene

<b>Stufe 8</b>	49 Euro pro Monat
Gerätetraining*	
<b>Stufe 7</b>	36 Euro pro Monat
Fitnesskurse (siehe Kursplan)	
Reha-Sport: Herzsport mit Verordnung	
<b>Stufe 6</b>	31 Euro pro Monat
Reha-Sport: Herzsport ohne Verordnung	
<b>Stufe 5</b>	26 Euro pro Monat
Senioren-sport	
Reha-Sport: Krebsnachsorge	Orthopädie
Lungensport	Osteoporose
<b>Stufe 3</b>	21 Euro pro Monat
Senioren-sport: Freizeit Basketball & Volleyball	Nordic Walking
Gymnastik Querkamp	Tischtennis-Senioren
<b>Stufe 1</b>	11 Euro pro Monat
Passive Mitgliedschaft	

RSG = Rhythmische Sportgymnastik

## WETTKAMPFSPORT Erwachsene

<b>Stufe 6</b>	31 Euro pro Monat
Tennis Hammer Park	
<b>Stufe 5</b>	26 Euro pro Monat
Badminton	Karate
Boxen	Parkour
Dance / Tanzsport	Schwimmen
Judo	Triathlon
<b>Stufe 4</b>	23 Euro pro Monat
Gerätturnen	
<b>Stufe 3</b>	21 Euro pro Monat
Basketball	Tischtennis
Capoeira	Volleyball
Handball	
<b>Stufe 2</b>	16 Euro pro Monat
Fußball	
<b>Stufe 1</b>	11 Euro pro Monat
Passive Mitgliedschaft	

### Information

Die Aufnahmegebühr beträgt 20 Euro.

\*Für das Gerätetraining ist zusätzlich ein Startpaket inkl. Einweisung notwendig.

**Ab Stufe 5 ist die Saunanutzung inklusive.**

Alle Stufen, die unter der gewählten Stufe liegen, können kostenfrei mitgenutzt werden. Beispiel: Sie wählen Boxen aus Stufe 5, so können Sie alle Sportarten von Stufe 1 bis Stufe 5 im Gesundheits- und auch Wettkampfsport nutzen.

**Rabatte** Rabatt auf die Summe der Einzelbeiträge

**Schüler bis zu 30 %**

Ab dem vollendeten 18. Lebensjahr, Auszubildende und Studierende bis zur Vollendung des 28. Lebensjahres.

(20 % Rabatt auf den Betrag der Stufen 7 und 8 und 30 % auf die Stufen 1 bis 6)

**Geschwister 15 %**

Bis zum vollendeten 18. Lebensjahr erhält jedes Kind den Rabatt auf den Beitrag für Jugendliche, das 4. jugendliche Geschwisterkind und alle Weiteren sind beitragsfrei.

**Familie 25 %**

1 Erwachsene mit bis zu 2 Kindern bis 18 Jahre oder 2 Erwachsene mit einem Kind bis 18 Jahre, das 4. Mitglied und alle Weiteren sind beitragsfrei.

(Erwachsene: Sorgeberechtigte der Kinder)

**Ehepaare 15 %**

Gilt für alle eingetragenen Lebenspartnerschaften.