



Bewegung im Quartier

- **Übungskurs Achtsamkeit und Mitgefühl**
Montag 18.00-19.15 Uhr
Ort: Stadtteilladen Stöcken
Teilnahme: Anmeldung über den Stadtteilladen.
- **Zumba** Montag 19.45 -20.45 Uhr
Ort: IGS Stöcken
Teilnahme: Anmeldung und Bezahlung der Kursgebühr (10 Termine à 35,00/25,00 €) im Stadtteilladen.
- **Sport und Spaß statt Körperkult** Montag und Donnerstag 11-12 Uhr
Ort: Centrum für Physiotherapie Hotho, Eichsfelder Str. 95
Teilnahme: Anmeldung und Kauf einer 5-er Karte à 12,50 € vor Ort.
- **Walking** Mittwoch 10-11 Uhr
Treffpunkt: Vor dem Stadtteilladen
Teilnahme: Keine Anmeldung und kostenlos.

Ab Mai draußen!

- **Qi Gong** Donnerstag 10-11 Uhr
Ort: Bewegungspark Gemeindeholz
Teilnahme ist kostenlos und ohne Anmeldung möglich. Bei Regen findet das Angebot nicht statt.

Gesund in Stöcken²

(Ein Projekt gefördert aus Mitteln der AOK Niedersachsen)

Stadtteilladen Stöcken

Eichsfelder Straße 101, 30419 Hannover

Tel.: 700 337 61 (Mo.14-16 Uhr)

E-Mail: stadtteilladen.stoecken@web.de