



## *Sport und Spaß statt Körperkult*

*Mit unserem neuen Angebot möchten wir besonders muslimische Mädchen und Frauen ansprechen.*

*Stärken Sie Körper und Seele, beugen Sie Rückenschmerzen und chronischen Erkrankungen vor und profitieren Sie von einer verbesserten Figur, mit einer Gymnastik unter qualifizierter Anleitung in einer männerfreien Zone.*

*Treiben Sie Sport auch in gewohnter Kleidung: Bei uns stehen statt Körperkult Spaß, Gesundheit und Austausch im Vordergrund.*

*Wir wollen in angenehmer Atmosphäre Gesundheit und Selbstbewusstsein stärken, Übergewicht abbauen und das Wohlbefinden steigern. Ohne Grenzen und Barrieren – mit Sport und Spaß!*

## *Gösteriş değil, sağlıklı spor*

*Yeni öneri ve tekliflerimizle müsliman bayanlara seslenmek istiyoruz.*

*Vücudunuzu ve ruhunuzu güçlendirin, sırt ağrılarından ve kronik hastalıklardan uzaklaşın, daha güzel ve daha sağlıklı vücuda sahip olun. Fizik tedavi uzmanlarımızın gözetimi altında, „Männer freie Zone“, yani „Erkeksiz Bölgesinde“ bir Spor salonunda kadınlar için özel günlerde - erkeklerden ayrı - rahat edeceğiniz bir ortamda ve giysilerinizle spor yapabilirsiniz.*

*Sporla kendinize olan güveninizi artırıp fazla kilolarınızı atmanıza ve kendinizi genelde daha iyi hissetmenize yardımcı olmak istiyoruz.*



## Hanımlara müjde!

### Sağlıklı yaşam için Camiimizde spor dersleri!

Mittwochs: 18.00 – 19.00 Uhr

Her Çarşamba: 18.00 – 19.00 da

**Elisabeth Selbert Haus Stille Straße 9, 30952 Ronnenberg**

Dienstags: 18.30 – 19.30 Uhr

Freitags: 18.30 – 19.30 Uhr

Salı: 18.30 – 19.30 da

Cuma: 18.30 – 19.30 da

**Behinderten Sportverein Langenhagen e.V. Rathenaustraße 2, 30853 Langenhagen**

Freitags: 08:30 – 09:30 Uhr

Cuma: 08.30 – 09.30 da

**Freizeitheim Linden Windheimstrasse 4, 30451 Hannover**

Eine Kostenübernahme durch die Krankenkasse ist möglich. *Hastalık sigortanız tarafından masraflar karşılanabilir.*

**Behinderten Sportverein Langenhagen e.V.**

Rathenaustraße 2, 30853 Langenhagen

Tel. (0511) 89 79 555

Ansprechpartnerin: **Nicole Riesch**



**FREIZEITHEIM  
LINDEN**



**Elisabeth Selbert Haus**  
Frauenzentrum

Stille Straße 8 | 30952 Ronnenberg