

BEWEGT UND AKTIV IN DER ZWEITEN LEBENSHÄLFTE

Sport- und Bewegungsangebote
der Dresdner Sportvereine und des Dresdner Gesundheitsamtes



Foto: © Robert Kneschke - stock.adobe.com

sport begeistert 



Familienfrieden ist einfach.



Mit dem Generationen-Check.

Weil es nie zu früh
aber oft zu spät ist,
Vollmachten
und Verfügungen
zu regeln.

www.ostsaechsische-sparkasse-dresden.de

Wenn's um Geld geht



Ostsaächsische
Sparkasse Dresden

VEREINE NACH STADTTTEILEN

Grußwort StadtSportBund Dresden e.V.	04	LEUBEN	50
StadtSportBund Dresden e.V.	05	LOSCHWITZ	52
Grußwort Landeshauptstadt Dresden	06	NEUSTADT	56
Gesundheitsförderung & Prävention	07	PIESCHEN	58
Sport- und Gesundheitstag	08	PLAUEN	62
Sportabzeichen-Tag	09	PROHLIS	64
Bewegung im Stadtteil	10	SCHÖNFELD-WEISSIG	70
Walking People	11	WEIXDORF	76
Wie mobil bin ich?	12	Verzeichnis nach Sportarten	78
Übungsprogramm	14	Impressum	83
Mein Übungstagebuch	22		
ÜBERSICHT STADTBZIRKE DRESDEN	26		
LEGENDE	27		
ALTSTADT	28		
BLASEWITZ	36		
COSSEBAUDE, COTTA, GOMPITZ	42		
KLOTZSCHE	48		

BROSCHÜRE DOWNLOADEN

i Sie können unsere Broschüre auch als PDF downloaden und auf Ihrem Smartphone oder Computer speichern. Besuchen Sie uns im Internet unter www.ssb-dresden.de/senioren oder scannen Sie mit Ihrem Smartphone den QR-Code.



Liebe Sportlerinnen und Sportler,

in Kooperation mit den Dresdner Sportvereinen ist es dem StadtSportBund Dresden e.V. gelungen, eine Vielzahl von Sportangeboten im Altersbereich 50+ zusammenzutragen und Ihnen diese in einer Broschüre bereitzustellen.

Sortiert nach Stadtteilen finden Sie schnell das richtige Sportangebot in Ihrer Nähe. Darüber hinaus informieren wir im Folgenden über Veranstaltungen des StadtSportBund Dresden e.V. für die Generation 50+.

Sport ist wichtiger Bestandteil eines gesunden Lebens und trägt zur Erhaltung der eigenen Gesundheit bei. Viele haben das bereits erkannt, mehr als 28.000 Menschen im Altersbereich 50+ sind bereits Mitglied in einem der Dresdner Sportvereine.

Für alle, die noch nicht das richtige Angebot gefunden haben, zeigt diese Broschüre das vielfältige Spektrum des Sporttreibens in der Landeshauptstadt auf.

Für weitere Informationen zu den einzelnen Vereinen sowie deren Angebot wenden Sie sich bitte an die Mitarbeiter des StadtSportBund Dresden e.V. Diese geben Ihnen Auskunft über verschiedene Bewegungsangebote der einzelnen Dresdner Vereine. Bei Hinweisen und Ideen, die zur Ergänzung unserer Broschüre beitragen können, kontaktieren Sie uns bitte.



Ich hoffe, diese Broschüre kann einen Überblick zu den Möglichkeiten im Dresdner Sport verschaffen und trägt dazu bei, erste Kontakte mit den Vereinen zu knüpfen. Der StadtSportBund Dresden e.V. freut sich im Namen seiner Mitgliedsvereine auf Sie.

Lars-Detlef Kluger

Präsident

StadtSportBund Dresden e. V.



sport begeistert 

Der StadtSportBund Dresden e.V. (SSBD) ist die Dachorganisation des Dresdner Sports. Wir vertreten die Interessen unserer gemeinnützigen Mitglieder insbesondere gegenüber der Öffentlichkeit, dem Freistaat Sachsen, der Landeshauptstadt Dresden und den Behörden.

Wir koordinieren die Aktivitäten unserer Mitgliedsvereine, fördern und unterstützen die Zusammenarbeit dieser Mitglieder untereinander und mit den entsprechenden Verbänden. Der Verein tritt dafür ein, den Einwohnern der Stadt Dresden die Möglichkeit zu geben, unter zeitgemäßen Bedingungen Sport zu treiben. Der StadtSportBund Dresden e.V. unterstützt und fördert eine für den Sport erfolgreiche Arbeit auf städt-

ischer und regionaler Ebene und bringt sich aktiv in die sportliche Entwicklung der Stadt Dresden und des Freistaates Sachsen ein. Der Verein vertritt derzeit über 110.000 Sportlerinnen und Sportler, die in 385 Vereinen* organisiert sind. *Stand 10.01.2020

Kontakt:

Tel.: 0351 212 38 30

E-Mail: info@ssb-dresden.de

Web: www.ssb-dresden.de

Sprechzeiten:

Mo von 09.00 - 16.00 Uhr

Di & Mi von 09.00 - 18.00 Uhr

Do & Fr von 09.00 - 16.00 Uhr



**Liebe Dresdnerinnen,
liebe Dresdner,**

Läuferlegende Emil Zatopek hat es treffend auf den Punkt gebracht: „Vogel fliegt, Fisch schwimmt, Mensch läuft.“ Wir Menschen sind für die Bewegung gemacht. Wir müssen uns nur darauf besinnen und unsere Beine benutzen. Denn körperliche Aktivität, vor allem das Gehen, leistet einen großen Beitrag zur Erhaltung unserer Gesundheit und wirkt wie ein gutes Heilmittel.

In der richtigen Dosis beugt körperliche Aktivität zahlreichen Erkrankungen vor, verringert die Entstehung von Übergewicht und Diabetes und kann Sturzrisiken mindern. Zudem bietet die Bewegung in der Gruppe die Möglichkeit, Gleichgesinnte zu treffen. Besonders in der nachberuflichen Lebensphase sollten regelmäßige Bewegung und Sport feste Bestandteile des Alltags sein. Das hält den Geist fit, die Muskulatur stark, die Gelenke stabil und das Herz-Kreislauf-System in Schwung.

Unsere Dresdner Sportlandschaft bietet ein reichhaltiges Angebot an Sportarten und Bewegungsformen von A wie Allgemeinen Sportgruppen bis Z wie Zumba. Seien Sie neugierig und lassen Sie sich von dieser Broschüre inspirieren.

Das Übungsprogramm des Heftes gibt Ihnen die Möglichkeit, selbstständig Bewegungen zur Kräftigung und Körperstabilisation im häuslichen Umfeld oder im Garten durchzuführen.



Foto: © Marlen Mieth

Ich danke dem StadtSportBund Dresden e.V. und dem Gesundheitsamt für dieses tolle Gemeinschaftsprojekt.

Übrigens: Das Gesundheitsamt bietet in der Reihe „Bewegung im Stadtteil“ viele weitere Ideen für die Erkundung unserer Stadt zu Fuß. Dresden bewegt sich. Kommen Sie mit und bleiben Sie gesund!

A handwritten signature in orange ink that reads "Kris Kaufmann".

Dr. Kristin Klaudia Kaufmann
*Bürgermeisterin für Arbeit, Soziales,
Gesundheit und Wohnen*

Die Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention des städtischen Gesundheitsamtes wendet sich mit ihren vielfältigen Angeboten an alle Bürgerinnen und Bürger Dresdens in ihrem alltäglichen Lebensumfeld.

Wir beraten und informieren bei gesundheitlichen Fragen. Darüber hinaus koordinieren und initiieren wir Projekte und Aktivitäten, die zu einer Verbesserung und zur Erhaltung einer gesunden Lebensweise aller Dresdnerinnen und Dresdner beitragen. Eine enge Zusammenarbeit mit zahlreichen Institutionen und Verbänden ist Grundlage unserer Tätigkeit. Unser Ziel ist es, dass sich die Menschen körperlich und seelisch wohlfühlen.

Ansprechpartner:

*Gesundheitsamt Dresden
Ostra-Allee 9
01067 Dresden*

*Bewegungsförderung:
Ansprechpartnerin: Eike Schulze
Tel.: 0351 488 53 24
E-Mail: eschulze@dresden.de*

*WHO-Projekt "Gesunde Städte"
Ansprechpartnerin: Freya Trautmann
Tel.: 0351 488 53 52
E-Mail: ftrautmann@dresden.de*



Mit dem Sport- und Gesundheitstag für die Generation 50+ lädt der StadtSportBund Dresden e.V. Interessenten ein, sich über aktuelle Sportangebote zu informieren.

In Kooperation mit der Landeshauptstadt Dresden sowie den Dresdner Sportvereinen wird über einen gesunden und mobilen Weg durch das Leben aufgeklärt. Vor Ort kann des Weiteren die eigene Fitness auf den Prüfstand gestellt werden. Zudem gibt es viele Hinweise und Anregungen, wie die Bewegung im Alltag gefördert werden kann.

Neben den Mitmach-Angeboten der Dresdner Sportvereine besteht außerdem die Möglichkeit, Erste Hilfe Kenntnisse wieder aufzufrischen oder an Fachvorträgen teilzunehmen. Informationsstände verschie-

dener Partner bieten zusätzliche Beratungsmöglichkeiten an.

Der Besuch der Veranstaltung sowie die Teilnahme an den verschiedenen Angeboten ist kostenfrei.

Ansprechpartner:

StadtSportBund e.V.

Denise Lehmann

Tel.: 0351 212 38 52

E-Mail: d.lehmann@ssb-dresden.de

Gesundheitsamt Dresden

Eike Schulze

Tel: 0351 488 53 24

E-Mail: eschulze@dresden.de



Bereits seit 2013 findet einmal im Jahr der Sportabzeichen-Tag des StadtSportBund Dresden e.V. auf der Sportanlage Bodenbacher Straße 152 statt.

Am Vormittag durchlaufen die Dresdner Schülerinnen und Schüler die verschiedenen Stationen, bevor dann ab 13.30 Uhr alle Sportbegeisterten das Deutsche Sportabzeichen ablegen können.

Neben den vielfältigen Disziplinen in den Bereichen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination gibt es außerdem ein buntes Rahmenprogramm, bei dem sich die Dresdner Vereine und Institutionen mit ihren

Angeboten präsentieren. Mit jährlich mehr als 3.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmern hat sich der Sportabzeichen-Tag in Dresden zu einem festen Bestandteil des Veranstaltungskalenders etabliert.

Ansprechpartner:

Nadja Kaminski

Tel.: 0351 212 38 34

E-Mail: n.kaminski@ssb-dresden.de



Das Projekt „Bewegung im Stadtteil“ bietet die Möglichkeit, die Stadt neu zu erleben und darüber hinaus etwas für die eigene Gesundheit zu tun.

Die verschiedenen Rundgänge durch Dresden halten eine Vielzahl an Entdeckungsmöglichkeiten bereit und laden zum Spaziergehen ein: allein oder in der Gruppe, direkt vor der eigenen Haustür. Für jeden Rundgang gibt es städtische Broschüren, welche Informationen zur Strecke, den verschiedenen Stationen, zur Erreichbarkeit und weitere wichtige Details

enthalten. Alle Spaziergänge sind weitgehend barrierefrei und gut mit dem öffentlichen Personennahverkehr zu erreichen. "Bewegung im Stadtteil" wurde bisher in sechs Dresdner Stadtteilen (Loschwitz-Wachwitz, Plauen, Pieschen, Wilsdruffer Vorstadt und Räcknitz-Zscherntitz) umgesetzt, weitere folgen.

Informationen zu den Broschüren unter:
www.dresden.de/who



Es ist nie zu spät, um loszugehen – „It's never too late to start“ lautet das Motto von „Walking People“. Insgesamt laden fünf Touren von unterschiedlicher Länge in verschiedenen Stadtteilen zum Joggen, Walken oder Spazieren ein.

Für alle Strecken gilt: Sie sind nah am Wohnort gelegen, öffentlich zugänglich und kostenfrei nutzbar. In der städtischen Broschüre „Walking People - Gesundheit beginnt vor der Haustür!“ sind alle Strecken zusammengefasst. Bewegungsinteressierte Menschen finden

darin Hinweise zum Streckenverlauf, zur Benutzung der Strecken in Abhängigkeit von der Jahreszeit, zu Distanzen, zum Aktivitäts- und Anspruchsniveau sowie zum Zugang der Strecken mit dem öffentlichen Nahverkehr. Praktisch ist: die Streckenbeschreibungen können herausgetrennt werden und passen so platzsparend in jede Hosen- oder Jackentasche.

Informationen zu der Broschüre unter:
www.dresden.de/walkingpeople



**Liebe Seniorinnen und Senioren,**

regelmäßige Bewegung ist der Grundstock für körperliche Gesundheit. Nehmen Sie sich täglich Zeit für eine kleine Bewegungseinheit von mindestens 10 Minuten.

Auf den folgenden Seiten finden Sie 7 verschiedene Übungen, die zur Stärkung Ihrer Muskulatur und zur Schulung Ihres Gleichgewichts beitragen. **Bitte beachten Sie bei der Durchführung folgende Hinweise:**

1 Suchen Sie sich für Ihr Training mindestens drei bis vier Übungen heraus. Unser Tipp: Beginnen Sie immer mit einfachen, leichten Übungen.

2 Lesen Sie sich die Übungsbeschreibungen bitte genau durch und entscheiden Sie, ob Sie für Ihre Sicherheit einem Stuhl zum Festhalten benötigen.

3 Die angegebene Wiederholungszahl pro Übung ist nur ein Richtwert. Trainieren Sie unter Beachtung der Tabelle auf der nebenstehenden Seite. Bleiben Sie im grünen Bereich.

4 Den Schwierigkeitsgrad einer Übung können Sie durch folgende Maßnahmen steigern:

- ✓ eine Erhöhung der Wiederholungszahl
- ✓ üben auf unebenem Untergrund (z.B. Sand, Wiese, Matte)
- ✓ Übungsausführung barfuß, ohne Turnschuhe
- ✓ üben mit Zusatzgeräten, Gewichtsmanschetten oder Hanteln





BELASTUNGSEMPFINDEN TRAINING

Ziel einer Bewegungs- bzw. Trainingseinheit ist es, die körperliche Leistungsfähigkeit zu erhalten bzw. zu steigern.

Die nachfolgende Skala soll Ihnen helfen, Ihr individuelles Belastungsempfinden besser einzuschätzen. Ein zu geringer Belastungsreiz führt zu keinem Trainingseffekt, ist die Übung zu schwer, der Belastungsreiz sehr hoch gewählt, kann dies zu gesundheitlichen Problemen führen.

	SUBJEKT. EINSCHÄTZUNG	REIZEMPFINDEN
	Keine Ermüdung der Muskeln, könnte noch länger trainieren, Atmung normal, kaum spürbar	sehr leicht: wählen Sie eine Übung mit höherem Schwierigkeitsgrad aus oder erhöhen Sie bis auf 15 Wiederholungen
	leichte Wärme im Körper, Übungen schaffe ich spielend, Atmung etwas schneller	leicht: Erhöhen Sie den Schwierigkeitsgrad der Übung
	Mir wird warm, beginne zu schwitzen, spüre meine Muskeln, Atmung tiefer & schneller	angenehm: die Übung und die Wiederholungszahl sind optimal gewählt
	deutliche Ermüdung meiner Muskulatur, Muskelschmerz, das Atmen fällt schwer	anstrengend: Wiederholungszahl verringern oder wählen Sie eine leichtere Übung aus
	Muskelüberlastung, Schmerz, Unwohlsein, Abbruch Übung, schwere Atmung bis Atemnot	schwer: die Übung ist nicht geeignet, wählen Sie eine Übung mit geringem Schwierigkeitsgrad aus oder verringern sie die Wiederholungszahl



AUSGANGSPOSITION

Für alle Übungen gilt diese Ausgangsposition:

- ✓ *aufrechte Körperhaltung*
- ✓ *Blick gerade aus*
- ✓ *hüftbreite Standposition*
- ✓ *Arme hängen locker an der Seite*



Legen Sie zwischen den Übungen eine Pause von **mindestens 30 Sekunden** zur Erholung ein.

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen und viel Freude beim Üben! Ihr Dresdner Gesundheitsamt.



SCHWIERIGKEITSGRADE



leicht



mittel



schwer



sehr schwer



AUSGANGSÜBUNG

- 1 Fersen abheben und auf die Fußballen drücken
- 2 Ballenstand halten
- 3 beide Arme nach oben über den Kopf ausstrecken, abwechselnd die Arme 5x beugen und strecken (Äpfel pflücken)
- 4 Fersen und Arme absenken



SCHWIERIGKEIT

5

WIEDERHOLUNGEN



ALTERNATIVE VARIANTE: GEHEN IM BALLENGANG

- 1 auf die Fußballen drücken und die Arme über den Kopf strecken, Körperspannung halten
- 2 10 Schritte im Ballengang vorwärtsgehen und die gestreckten Arme wechselseitig nach hinten kreisen, Oberkörper in aufrechter Position
- 3 *Erhöhte Schwierigkeit bei Fußballengang rückwärts*



SCHWIERIGKEIT

3

WIEDERHOLUNGEN





AUSGANGSÜBUNG

- 1 beide Arme rechtwinklig auf Schulterhöhe zusammenführen
- 2 Ballenstand einnehmen, dabei beide Arme in der gebeugten Haltung weit in die Seiten führen
- 3 Oberkörper bleibt stabil und gerade
- 4 Arme wieder rechtwinklig zusammenführen, Ferse absenken



SCHWIERIGKEIT

10

WIEDERHOLUNGEN



ALTERNATIVE VARIANTE: IN DER HOCKE

- 1 Knie beugen, Gesäß nach hinten unten schieben, Oberkörper aufrecht halten
- 2 Arme rechtwinklig vor dem Körper zusammenführen
- 3 Kniebeuge halten und die Arme 10x öffnen und schließen
- 4 Körper wieder aufrichten



SCHWIERIGKEIT

3

WIEDERHOLUNGEN
DER GESAMTÜBUNG





AUSGANGSÜBUNG

- 1 beide Arme gestreckt in die Seithalte führen
- 2 rechte Ferse direkt vor linke Fußspitze setzen
- 3 Fersen abheben, Körpergewicht auf die Fußballen verlagern
- 4 Gleichgewicht ca. 5 Sekunden halten
- 5 Fersen absetzen



SCHWIERIGKEIT

5

WIEDERHOLUNGEN



ALTERNATIVE VARIANTE: TANDEMGANG

- 1 Tandemstand einnehmen
 - 2 das Körpergewicht auf den vorderen Fuß verlagern
 - 3 den hinteren Fuß abheben und vor die vordere Fußspitze setzen
 - 4 ausbalancieren, ca. 10 Schritte lang fortsetzen
- 📌 *Erhöhte Schwierigkeit bei Tandemgang rückwärts*



SCHWIERIGKEIT

5

WIEDERHOLUNGEN





AUSGANGSÜBUNG

- 1 beide Arme gestreckt in die Seithalte auf Schulterhöhe führen
- 2 das Gewicht auf das rechte Bein verlagern
- 3 linken Fuß vom Boden lösen, Knie beugen und nach oben heben
- 4 ca. 3 Sekunden halten
- 5 Bein wieder strecken und den ganzen Fuß absetzen



SCHWIERIGKEIT

10

WIEDERHOLUNGEN
PRO SEITE

ALTERNATIVE VARIANTE

- 1 beide Arme gestreckt in die Seithalte führen
- 2 Gewicht auf das rechte Bein verlagern
- 3 den linken Fuß langsam abheben, das Knie nach hinten anwinkeln
- 4 das Bein wieder nach unten strecken und absetzen



SCHWIERIGKEIT

10

WIEDERHOLUNGEN
DER GESAMTÜBUNG



AUSGANGSÜBUNG

- 1 Hände liegen locker auf den Oberschenkeln
- 2 Knie und Hüfte beugen
- 3 Gesäß nach unten schieben, Knie sollen nicht über die Fußspitzen ragen
- 4 Oberkörper aufrecht, Blick gerade aus
- 5 3 Sek. halten, langsam aufrichten



SCHWIERIGKEIT

10

WIEDERHOLUNGEN



ALTERNATIVE VARIANTE: AUFHEBEN VON GEGENSTÄNDEN (KNIEBEUGE)

- 1 Arme gestreckt über den Kopf heben
- 2 Knie und Hüfte beugen, die Arme gestreckt mit nach vorn führen
- 3 Arme nach unten führen und den Oberkörper einrollen
- 4 Kopf parallel zum Boden halten
- 5 Körper langsam aufrichten und Beine strecken



SCHWIERIGKEIT

10

WIEDERHOLUNGEN





AUSGANGSÜBUNG

- 1 Arme gestreckt in die Seithalte führen
- 2 einen großen Schritt nach vorn setzen
- 3 die hintere Ferse abheben
- 4 das vordere Knie beugen, das Becken senken, Oberkörper aufrecht
- 5 langsam aufrichten, Beine strecken und wieder beugen



SCHWIERIGKEIT

5

WIEDERHOLUNGEN
PRO SEITE

ALT. VARIANTE: AUFHEBEN VON GEGENSTÄNDEN IM AUSFALLSCHRITT

- 1 rechten Arm gestreckt in die Seite führen, linken Arm in die Hüfte stützen
- 2 linker Fuß setzt großen Schritt nach vorn, das linke Knie langsam beugen
- 3 Oberkörper gerade nach vorn bewegen, mit der rechten Hand den Boden antippen
- 4 den Kopf parallel zum Boden halten
- 5 den rechten Arm wieder zur Seite austrecken und aufrichten



SCHWIERIGKEIT

5

WIEDERHOLUNGEN
PRO SEITE



AUSGANGSÜBUNG

- 1 beide Arme in die Hüfte stützen
- 2 Gewicht auf das rechte Bein verlagern, linke Bein langsam gestreckt zur Seite anheben
- 3 Oberkörper bleibt stabil und gerade
- 4 Position ca. 3 Sekunden halten
- 5 das Bein langsam zurückführen



SCHWIERIGKEIT

10

WIEDERHOLUNGEN



ALTERNATIVE VARIANTE

- 1 beide Hände in die Hüfte stützen
- 2 das rechte Bein gestreckt zur Seite anheben
- 3 das rechte Bein kreuz gestreckt vor dem Standbein
- 4 das rechte Bein wieder zurück in die Seite führen und dann hinter dem Standbein kreuzen



SCHWIERIGKEIT

5

WIEDERHOLUNGEN
PRO SEITE OHNE ABSETZEN

Übersicht

SPORT UND BEWEGUNGSANGEBOTE
DER DRESDNER SPORTVEREINE







STATISTIK

Stadtbezirke: 10

Ortschaften: 9

Einwohner: 1695 pro km²

Grundlage Karte:
Amt für Geodaten und Kataster Dresden



Dresden, abgeleitet vom Wort „Drežďany“ (aus dem Altsorbischen für Sumpfer oder Auwaldbewohner) ist mit 328,48 km² Fläche seit 1990 die Landeshauptstadt des Freistaates Sachsen.

Mit 10 Stadtbezirken und rund 557.000 Einwohnern* ist Dresden, nach Leipzig, die zweitgrößte sächsische Kommune und der Einwohnerzahl nach die zwölftgrößte Stadt

Deutschlands. Archäologische Spuren auf dem späteren Stadtgebiet deuten auf eine Besiedlung schon in der Steinzeit hin. In erhaltenen Urkunden wurde Dresden 1206 erstmals erwähnt und war in der ehemaligen DDR von 1952 bis 1990 Bezirkshauptstadt.

Durch das Stadtgebiet fließt die schiffbare Elbe mit einer Gesamtlänge von rund 30 km.

*Quelle: Wikipedia, Stand 31.12.2019

FARBE	BEZIRK	STADTTEILE MIT SPORTANGEBOTEN	SEITE
	ALTSTADT	Friedrichstadt, Johannstadt, Pirnaische Vorstadt, Wilsdruffer Vorstadt, Seevorstadt West	28
	BLASEWITZ	Blasewitz, Seidnitz, Dobritz, Striesen-Ost, Tolkewitz	36
	COSSEBAUDE COTTA GOMPITZ	Cossebaude, Cotta, Gohlis, Gompitz, Gorbitz, Leutewitz, Löbtau	42
	KLOTZSCHE	Hellerau, Klotzsche	48
	LEUBEN	Dobritz Süd, Leuben	50
	LOSCHWITZ	Bühlau, Loschwitz / Wachwitz, Weißer Hirsch	52
	NEUSTADT	Leipziger Vorstadt, Innere Neustadt	56
	PIESCHEN	Pieschen, Trachau, Übigau	58
	PLAUEN	Südvorstadt	62
	PROHLIS	Leuben, Leubnitz-Neuostra, Lockwitz, Niedersedlitz, Prohlis, Strehlen	64
	SCHÖNFELD- WEIßIG	Gönnsdorf, Weißig	70
	WEIXDORF	Weixdorf	76



14 SPORTANGEBOTE

Stadtteile

- Friedrichstadt
- Johannstadt
- Pirnaische Vorstadt
- Wilsdruffer Vorstadt
- Seevorstadt Ost
- Seevorstadt West

**DRESDNER SV 1953 E.V.****Sportart:****Leichtathletik / Laufgruppe**

Telefon:

01520 - 644 70 08

E-Mail / Webadresse:

www.dsv1953ev.de

Anschrift Verein:

Döbelner Straße 39, 01129 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sportpark Ostra, Platz 6**Pieschener Alle 21
01067 Dresden

Krankenhaus Friedrichstadt

vorhanden

Friedrichstadt**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

Michael Fechner

„Ganzjähriges Training auf der Laufbahn oder im Ostrapark für Freizeitläufer mit Wettkampfabitionen. Training jeweils Di. & Do. von 18.00 bis 19.30 Uhr.“





DRESDNER SPORTCLUB 1898 E.V.

Friedrichstadt

Sportart:**Gesundheitssport**

Telefon:

0351 - 438 22 72

E-Mail / Webadresse:

www.dsc1898.de

Anschrift Verein:

Magdeburger Str. 12, 01067 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sportpark Ostra, DSC-Halle**Magdeburger Straße 12
01067 Dresden

Krankenhaus Friedrichstadt

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

Toni Fercho

„In der DSC-Halle bieten wir Herzsport, Wirbelsäulengymnastik, »Gesunde Füße«, Seniorensport mit Beach-Volleyball, Gefäß-, Lungen-, Diabetes- und Neurogruppen.“



**Sportart:****Aerobic / Steppaerobic**

Telefon:

0351 - 471 51 66

E-Mail / Webadresse:

www.post-sv-dresden.de

Anschrift Verein:

Enderstraße 94, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle BSZ für Technik**Gerokstraße 22
01307 Dresden

Gerokstraße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Sabine Hübner

„Ein beschwingtes Ausdauer und Koordinationstraining (Aerobic). Im Takt von motivierender Musik werden Schrittfolgen auf und um das Step Board durchgeführt (Steppaerobic).“



**SPORT & JUGEND DRESDEN E.V.****Johannstadt****Sportart:****Gesundheits- und Rehasport**

Telefon:

0351 - 470 29 87

E-Mail / Webadresse:

www.kindersport-dd.de

Anschrift Verein:

Tittmannstraße 39, 01309 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle Dinglingerschule**Dinglinger Straße 4,
01307 Dresden

Sport & Jugend Dresden e.V.

Straßburger Platz

nicht vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Geschäftsstelle

„Gesundheitsorientiertes
Training zur Förderung der
allgemeinen körperlichen
Fitness.“

**POSTSPORTVEREIN DRESDEN E.V.****Johannstadt****Sportart:****Gymnastik**

Telefon:

0351 - 471 51 66

E-Mail / Webadresse:

www.post-sv-dresden.de

Anschrift Verein:

Enderstraße 94, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle BSZ für Technik**Gerokstraße 22
01307 Dresden

Gerokstraße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Sabine Hübner

„Abwechslungsreiches
Koordination und
Ausdauertraining mit und
ohne Handgeräte sowie
moderates Kräftigungs- und
Stabilisationstraining für
den ganzen Körper.“

**HSG LOK HTW DRESDEN E.V.****Friedrichstadt****Sportart:****Aerobic**

Telefon:

keine Angaben

E-Mail / Webadresse:

hsg-lok@htw-dresden.de

Anschrift Verein:

Friedrich-List-Platz 1, 01069 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle, B.-Brecht-Gymnasium**Lortzingstraße 1
01307 Dresden

Gabelsberger Straße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Nick Breuer

„Bringen Sie Ihr Herz-
Kreislauf-System mit
rhythmischen Bewegungen
in Schwung.“



Foto: © pixabay.com



TSV DRESDEN E.V.

Seevorstadt Ost

Sportart:**Gymnastik**

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle, Schule „Erich Kästner“**Zinzendorfstraße 4,
01069 Dresden

Hans-Dankner-Straße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Kathrin Schlicke

„Mobilisieren Sie Ihre Gelenke und kräftigen Sie ihre Muskulatur unter fachgerechter Anleitung.“





TSV ROTATION DRESDEN 1990 E.V.

Seevorstadt West

Sportart:

Gymnastik für Frauen



Telefon:

0351 - 849 89 77

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-rotation.de

Anschrift Verein:

Eisenberger Str. 1a, 01127 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sporthalle 16. Grundschule

Josephinenstr. 6
01169 Dresden

- Kopernikusstraße
- vorhanden



i Kurzbeschreibung

Ansprechpartnerin:
Frau Henker

„Unser Übungsprogramm beinhaltet eine allgemeine Gymnastik Frauen ab 40, die ganzkörperbezogen agiert und zur Stabilisierung der Gesundheit und Kräftigung beitragen soll.“



SG GRÜN-WEISS DRESDEN

Seevorstadt West

Sportart:

Schach

Telefon:

0351 - 476 21 72

E-Mail / Webadresse:

www.gruen-weiss-dresden.de

Anschrift Verein:

Freiberger Str. 31, 01067 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Trainingsräume, 2. Etage

Freiberger Str. 31
01067 Dresden

- WorldTradeCenter
- vorhanden

i Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:
Matthias Nake

„Schach für Fortgeschrittene Spieler, leider nicht für Anfänger geeignet.“



DRESDNER DELPHINE E.V.

Wilsdruffer Vorstadt

Sportart:

Schwimmen

Telefon:

0160 - 745 44 81

E-Mail / Webadresse:

www.dresdner-delphine.de

Anschrift Verein:

Clemens-Hanusch-Weg 4b, 01705 Freital

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Schwimmhalle

Freiberger Platz 1a
01067 Dresden

- Freiberger Platz
- vorhanden



i Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:
Marco Dorn

„Ausdauer- und Techniktraining im Schwimmen.“



KNEIPP-VEREIN DRESDEN E.V.

Wilsdruffer Vorstadt

Sportart:**Ganzkörpertraining**

Telefon:

0351 - 281 47 89

E-Mail / Webadresse:

www.kneipp-dresden.de

Anschrift Verein:

Niedersedlitzer Str. 80, 01257 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sportraum, Kneipp-Verein Dresden**Jahnstraße 5a
01067 Dresden

Bahnhof Mitte

nicht vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

Carina Fentz

„Vermittlung von vielseitigen Übungen zur Ganzkörperkräftigung und zum Koordinationstraining.“



KNEIPP-VEREIN DRESDEN E.V.

Wilsdruffer Vorstadt

Sportart:**Qigong**

Telefon:

0351 - 281 47 89

E-Mail / Webadresse:

www.kneipp-dresden.de

Anschrift Verein:

Niedersedlitzer Str. 80, 01257 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sportraum 1, Kneipp-Verein Dresden**Wettiner Platz 10a
01067 Dresden

Bahnhof Mitte

nicht vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

Carina Fentz

„Erlernen Sie Körper-, Atem- und Meditationsübungen. Qigong stärkt die Konstitution und trägt zur Prophylaxe bei. Qigong kann unabhängig von Alter und Vorkenntnissen erlernt werden.“



DRESDNER SPORTCLUB 1898 E.V.

Wilsdruffer Vorstadt

Sportart:**Schwimmen**

Telefon:

0351 - 438 22 83

E-Mail / Webadresse:

www.dsc1898.de

Anschrift Verein:

Magdeburger Str. 12, 01067 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Schwimmhalle**Freiberger Platz 1a
01067 Dresden

Freiberger Platz

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartnerin:**

Anne Schinke

„Das freie Schwimmen wird durch ausgebildete und qualifizierte Trainer betreut. Uns liegt es am Herzen, dass jedermann bis ins hohe Alter sportlich aktiv und fit bleibt.“





Foto: © Gesundheitsamt Dresden



SV MOTOR MICKTEN DRESDEN E.V.

Sportart:

Billiard Carambol

Telefon:

0351 - 847 140

E-Mail / Webadresse:

www.motor-mickten.de

Anschrift Verein:

Pestalozziplatz 20, 01127 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

EB Sportstätten

Freiberger Str. 31/203
01067 Dresden

Freiberger Straße

vorhanden



Wilsdruffer Vorstadt

Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

Siegfried Hartmann

„Billard Carambol ist eine Variante des Billard, die mit drei Bällen gespielt wird.“

**Stadtteile**

- Blasewitz
- Seidnitz
- Dobritz
- Striesen-Ost
- Tolkewitz

**DRESDNER SPORTCLUB 1898 E.V.****Blasewitz****Sportart:**

Telefon:

E-Mail / Webadresse:

Anschrift Verein:

Übungsleiter mit Lizenz:

Gefäß- und Hüftsport

0351 - 438 22 83

www.dsc1898.de

Magdeburger Str. 12, 01067 Dresden

**Trainingsort:****Sporthalle Sportzentrum Blasewitz**Oehmestraße 1
01277 Dresden

Jüngs-/Oehmestraße

nicht vorhanden

 Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Toni Fercho

„Der Dresdner Sportclub 1898 e. V. bietet Ihnen in seiner Außenstelle in Dresden Blasewitz Gefäß- und Hüftsport an.“





TSV DRESDEN E.V.

Blasewitz

Sportart:**Allgemeinsport**

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Waldpark Blasewitz**Vogesenweg
01309 Dresden

Prellerstraße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Kathrin Schlicke

„Das Bewegungsangebot findet zu jeder Jahreszeit im Freien statt. Die Übungen sind eine Mischung aus Kräftigung und Dehnungsübungen.“



KARATE WADO KAI DRESDEN E.V.

Blasewitz

Sportart:**Karate**

Telefon:

0177 - 759 35 05

E-Mail / Webadresse:

www.wadokai-dresden.de

Anschrift Verein:

Hohe Str. 35b, 01069 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 32. Grundschule**Hofmannstraße 34
01277 Dresden

G.-Freytag-Straße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Frank Kulus

„Wir führen ein altersadäquates und den körperlichen Voraussetzungen angepasstes Training durch, ohne Vollkontakt und Wettkampf. Trainingseinheit ist jederzeit möglich.“



**KNEIPP-VEREIN DRESDEN E.V.****Dobritz****Sportart:****Konditionsgymnastik**

Telefon:

0351 - 281 47 89

E-Mail / Webadresse:

www.kneipp-dresden.de

Anschrift Verein:

Niedersedlitzer Str. 80, 01257 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sportplatz SG Dresden Striesen**Salzburger Straße 141,
01237 Dresden

Salzburger Straße

nicht vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartnerin:**

Carina Fentz

„Unser Training findet Donnerstag von 08.45 bis 09.45 Uhr statt. Gelenkschonendes Ausdauertraining im Freien und Verbesserung des Herz-Kreislauf-Systems.“

**TSV DRESDEN E.V.****Dobritz****Sportart:****Turnen**

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 93. Grundschule**Dobritzer Weg 1
01237 Dresden

Abzeig nach Reick

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

Kathrin Schlicke

„Turnen zur Verbesserung der koordinative Fähigkeiten und der Kondition mit Spaß und Freude an der Bewegung.“

**K.C. REHASPORT DRESDEN E.V.****Dobritz****Sportart:****Rehasport / Sport m. Behinderung**

Telefon:

0173 - 928 67 75

E-Mail / Webadresse:

www.kcreha.de

Anschrift Verein:

Breitscheidstraße 40, 01237 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sportanlage „XXL Dresden“**Breitscheidstraße 40
01237 Dresden

Breitscheidstraße

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

Carsten Krzysztofek

„Rehasport bei orthopädischen und onkologischen Erkrankungen sowie für Menschen mit Behinderungen. Zudem gehen wir wandern und spielen Bowling.“

**DANCE ART DRESDEN E.V.****Seidnitz****Sportart:****Dance Art Dresden e.V.**

Telefon:

0351 - 202 16 36

E-Mail / Webadresse:

www.dance-art-dresden.de

Anschrift Verein:

Lockwitztalstr. 12b, 01259 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Trainingsstudio**Enderstr. 59
01277 Dresden

Enderstraße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartnerin:**

Frau Deke

„Eine Stunde Gymnastik für Frauen und Männer von Kopf bis Fuß und mit Musik. Training Di. & Mi. von 10.00 bis 11.00 Uhr.“

**KSB GESUNDHEITSSPORT E.V.****Seidnitz****Sportart:****Gesundheits- und Rehasport**

Telefon:

0351 - 212 38 47

E-Mail / Webadresse:

www.ksb-gesundheitssport.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 154, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Margon Arena**Bodenbacher Straße 154
01277 Dresden

Prof.-Ricker-Straße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Barbara Schubert

„Gesundheits- und Rehabilitationssport für Erwachsene und Senioren mit Wirbelsäulengymnastik, Herzsport, Ausdauer-, Smovey-, Balance- und Entspannungstraining u.v.m.“

**TSV DRESDEN E.V.****Seidnitz****Sportart:****Gymnastik**

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle Volkshochschule**Schilfweg 3
01237 Dresden

Marienberger Straße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Kathrin Schlicke

„Bleiben Sie fit. Die Gymnastik dient der Kräftigung der Muskulatur, der Lockerung von Verspannungen und führt zu körperlichen Wohlbefinden.“



TSV DRESDEN E.V.

Seidnitz

Sportart:**Gymnastik**

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 33. Grundschule**Marienberger Straße 5
01279 Dresden

Marienberger Straße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Kathrin Schlicke

„Mit Spaß und Freude an der Bewegung werden Muskelgruppen gekräftigt und gedehnt, sowie die Koordination geschult.“



TSV DRESDEN E.V.

Seidnitz

Sportart:**Gymnastik**

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 96. Grundschule**Liebstädter Straße 37
01277 Dresden

Rauensteinstraße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Kathrin Schlicke

„Mit Spaß und Freude an der Bewegung werden Muskelgruppen gekräftigt und gedehnt, sowie die Koordination geschult.“



TSV DRESDEN E.V.

Striesen

Sportart:**Gymnastik**

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 51. Grundschule**Rosa-Menzer-Straße 24
01309 Dresden

Bergmannstraße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Kathrin Schlicke

„Mit Spaß und Freude an der Bewegung werden Muskelgruppen gekräftigt und gedehnt, sowie die Koordination geschult.“



USV TU DRESDEN E.V.

Striesen

Sportart:**Gymnastik**

Telefon:

0351 - 496 58 10

E-Mail / Webadresse:

www.usv-tu-dresden.de

Anschrift Verein:

Freiberger Straße 31, 01067 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle**Teutoburgstraße 15
01309 Dresden

Königsheimplatz

nicht vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Heiko Taubenreuther

„Bewegungsübungen mit und ohne Handgerät zur Mobilisierung des gesamten Körpers.“



**Stadtteile**

- Cossebaude
- Cotta
- Gohlis
- Gompitz
- Gorbitz
- Leutewitz
- Löbtau

**TSV COSSEBAUDE E.V.****Cossebaude****Sportart:****Tennis**

Telefon:

0171 - 614 65 23

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-cossebaude.de

Anschrift Verein:

Gohliser Weg 16, 01156 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Tennisplatz**Meißner Straße 26
01156 Dresden

An den Winkelwiesen

vorhanden

 Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Gunter Pönisch

„Die Tennisspielerinnen und Spieler trainieren auf drei Plätzen am Stauseeab Cossebaude.“





TSV COSSEBAUDE E.V.

Coossebaude

Sportart:

Tischtennis

Telefon:

0171 - 614 65 23

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-cossebaude.de

Anschrift Verein:

Gohliser Weg 16, 01156 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sporthalle Grundschule Cossebaude

Bahnhofstraße 5
01156 Dresden

Cossebaudaer Schulstraße

vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

Gunter Pönisch

„Unsere neu gegründete Abteilung ist auf der Suche nach Verstärkung und freut sich über interessierte Mitspieler.“



SG DRESDNER VERKEHRSBETRIEBE E.V.

Cotta

Sportart:

Gymnastik

Telefon:

0351 - 472 52 38

E-Mail / Webadresse:

www.verkehrsbetriebe-ev.de

Anschrift Verein:

Pillnitzer Landstraße 94, 01326 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sporthalle 35. Grundschule

Clara-Zetkin-Str. 20
01159 Dresden

Clara-Zetkin-Straße

vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartnerin:

Gisela Frank

„Bewegungsübungen mit Handgeräten zum Beispiel Seil, Bändern oder Ball im Rhythmus der Musik.“



TSV COSSEBAUDE E.V.

Gohlis

Sportart:

Fußball

Telefon:

0171 - 614 65 23

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-cossebaude.de

Anschrift Verein:

Gohliser Weg 16, 01156 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sportplatz

Gohliser Weg 16
01156 Dresden

Gohliser Weg

vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

Gunter Pönisch

„Unsere Altherrenmannschaft wurde im Jahre 2019 gegründet und ist noch offen für Verstärkung. Wir freuen uns auf Sie.“



TSV COSSEBAUDE E.V.

Gohlis

Sportart:**Volleyball**

Telefon:

0171 - 614 65 23

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-cossebaude.de

Anschrift Verein:

Gohliser Weg 16, 01156 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle Oberschule Cossebaude**Erna-Berger-Straße 1
01156 Dresden

An den Winkelwiesen

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

Gunter Pönisch

„Freizeitsport ohne Teilnahme am Wettkampfbetrieb.“

TSV DRESDEN E.V.

Gompitz

Sportart:**Gymnastik**

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 74. Grundschule**Ockerwitzer Allee 128
01156 Dresden

Schule Gompitz

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

Kathrin Schlicke

„Die Bewegungsübungen steigern die Kraft und Ausdauer und fördern die Beweglichkeit sowie das allgemeine Wohlbefinden.“

DRESDNER SPORTCLUB 1898 E.V.

Gorbitz

Sportart:**Wirbelsäulengymnastik**

Telefon:

0351 - 438 22 72

E-Mail / Webadresse:

www.dsc1898.de

Anschrift Verein:

Magdeburger Str. 12, 01067 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Gymnastikraum "Gorbitz-Hof"**Amalie-Dietrich-Platz 3
01169 Dresden

Dahlienweg

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

Toni Fercho

„Der Dresdner Sportclub 1898 bietet am Standort Gorbitz Gruppen für Wirbelsäulengymnastik an.“



Foto: © Peter Kuner



SV AM GORBITZBACH E.V.

Gorbitz

Sportart:

Aerobic

i Kurzbeschreibung

Telefon:

0351 - 411 51 55

E-Mail / Webadresse:

www.sv-am-gorbitzbach.de

Anschrift Verein:

Robinienstr. 18, 01169 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Ansprechpartnerin:

Sylvia Kretschmar

Trainingsort:

Sporthalle Berufsschulzentrum

Leutewitzer Ring 141
01169 Dresden

A.-Dietrich-Platz

vorhanden

„Fit für den Alltag werden oder bleiben? Mit unserem dynamischem Ganzkörpertraining sowie Spaß an Bewegung zu mitreißender Musik schaffen wir das.“



SV AM GORBITZBACH E.V.

Gorbitz

Sportart:

Gymnastik

i Kurzbeschreibung

Telefon:

0351 - 412 61 06

E-Mail / Webadresse:

www.sv-am-gorbitzbach.de

Anschrift Verein:

Robinienstr. 18, 01169 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Ansprechpartnerin:

Martina Dunger

Trainingsort:

Sporthalle Berufsschulzentrum

Leutewitzer Ring 141
01169 Dresden

A.-Dietrich-Platz

vorhanden

„Wir erhalten unsere Beweglichkeit und kräftigen unsere Muskulatur durch Übungen aus dem Bereichen, Rücken, Bauch, Beine und Po mit einfachen Geräten.“





TSV DRESDEN E.V.

Leutewitz

Sportart:**Gymnastik**

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 75. Grundschule**Warthaer Straße 60
01157 Dresden

Leutewitz

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Kathrin Schlicke

„Bleiben Sie fit! Unsere Übungen mobilisieren und kräftigen Ihre Muskulatur und wirken Verspannungen entgegen.“



HSG LOK HTW DRESDEN E.V.

Löbtau

Sportart:**Basketball**

Telefon:

keine Angaben

E-Mail / Webadresse:

hsg-lok@htw-dresden.de

Anschrift Verein:

Friedrich-List-Platz 1, 01069 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 36. Oberschule**Emil-Ueberall-Str. 34
01159 Dresden

Malterstraße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Nick Breuer

„Unser Training findet Freitag von 19.00 bis 20.30 Uhr statt.“





REHASPORT DRESDEN SÜD E.V.

Löbtau

Sportart:

Rehasport

Telefon:

0171 - 643 27 65

E-Mail / Webadresse:

www.yofit-dresden.de

Anschrift Verein:

Tharandter Straße 41, 01159 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Gymnastikstudio

Tharandter Straße 41
01159 Dresden

Clara-Viebig-Straße
 vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

Jana Irrgang

„Wir bieten diverse Gymnastikkurse für Senioren wie zum Beispiel Funktionsgymnastik, Rehasport, Pilates oder auch Wassergymnastik an in der Schwimmhalle Freiburger Straße an.“



TSV DRESDEN E.V.

Löbtau

Sportart:

Gymnastik

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sporthalle 36. Oberschule

Emil-Ueberall-Str. 34
01159 Dresden

Malterstraße
 vorhanden

Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

Kathrin Schlicke

„Tun Sie etwas für Ihre Gesundheit und lernen Sie vielseitige Übungen kennen, die zur Kräftigung und Mobilisierung Ihrer Muskulatur beitragen.“



**Stadtteile**

- Hellerau
- Klotzsche

**SPORTVEREIN HELLERAU E.V.****Hellerau****Sportart:****Wandergruppe**

Telefon:

0351 - 858 12 78

E-Mail / Webadresse:

ursula-wittig@freenet.de

Anschrift Verein:

Waldstraße 7b, 01129 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Dresden & Umgebung**

individuell

individuell

keine Angaben

 Kurzbeschreibung**Ansprechpartnerin:**

Ursula Wittig

„Wir gehen 2x im Monat gemeinsam wandern. Einen Wanderplan sowie den Treffpunkt und Informationen zur Strecke erhalten Sie per E-Mail oder telefonisch.“



VFB HELLERAU-KLOTZSCHE E.V.

Hellerau

Sportart:**Reha- u. Allgemeinsport**

Telefon:

0351 - 880 55 65

E-Mail / Webadresse:

www.vfb-hellerau-klotzsche.de

Anschrift Verein:

Karl-Liebnecht-Straße 53, 01109 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sportplatz & Sporthalle**Karl-Liebnecht-Straße 53
01109 Dresden

H.-Tessenow-Weg

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Christiane Bredack

„Wir bieten Ihnen verschiedene Rehasport- und Freizeitübungen.“



POSTSPORTVEREIN DRESDEN E.V.

Klotzsche

Sportart:**Schwimmen**

Telefon:

0351 - 471 51 66

E-Mail / Webadresse:

www.post-sv-dresden.de

Anschrift Verein:

Enderstraße 94, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Schwimmhalle**Zum Windkanal 14
01109 Dresden

Schwimmhalle Klotzsche

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Sabine Hübner

Wir bieten Ihnen altersgerechte Wassergymnastik und Schwimmen für Seniorinnen und Senioren. Immer Dienstag von 14.00 bis 15.00 Uhr.



SPORTVEREIN HELLERAU E.V.

Klotzsche

Sportart:**Laufgruppe**

Telefon:

0351 - 858 12 78

E-Mail / Webadresse:

ursula-wittig@freenet.de

Anschrift Verein:

Waldstraße 7b, 01129 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Dresdner Heide**

individuell

individuell

keine Angaben

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Ursula Wittig

„Wir laufen gemeinsam 2x in der Woche. Mittwoch von 09.30 bis 10.30 Uhr sowie ab 17.00 Uhr. Infos zum Treffpunkt und Informationen zur Strecke erhalten Sie per E-Mail oder telefonisch.“



Stadtteile

Dobritz Süd

Leuben



KNEIPP-VEREIN DRESDEN E.V.

Sportart:

Telefon:

E-Mail / Webadresse:

Anschrift Verein:

Übungsleiter mit Lizenz:

Konditionsgymnastik

0351 - 281 47 89

www.kneipp-dresden.de

Niedersedlitzer Str. 80, 01257 Dresden



Trainingsort:

Sportplatz SG Dresden Striesen

Salzburger Straße 141,
01237 Dresden

Salzburger Straße

nicht vorhanden



Dobritz Süd

Kurzbeschreibung

Ansprechpartnerin:

Carina Fentz

„Unser Training findet Donnerstag von 08.45 bis 09.45 Uhr statt. Gelenkschonendes Ausdauertraining im Freien und Verbesserung des Herz-Kreislauf-Systems.“



TSV DRESDEN E.V.

Leuben

Sportart:**Turnen**

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 93. Grundschule**Dobritzer Weg 1
01237 Dresden

Abzweig nach Reick

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Kathrin Schlicke

„Turnen zur Verbesserung der koordinative Fähigkeiten und der Kondition mit Spaß und Freude an der Bewegung.“



**Stadtteile**

- Bühlau
- Loschwitz / Wachwitz
- Weißer Hirsch

**SPORT- & FREIZEITREFF GÖNNSDORF E.V.****Bühlau****Sportart:****Aikido**

Telefon:

0172 - 344 34 63

E-Mail / Webadresse:

www.aikidodojo-bushi.de

Anschrift Verein:

Schönfelder Landstr. 27, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Aikido Bushi**Ullersdorfer Platz 2
01324 Dresden

Bühlau

vorhanden

 Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Uwe Leipert

„Wir lehren Aikido mit dem Fokus auf Beibehaltung der Beweglichkeit, Körperspannung und Selbstverteidigung.“



VFL DRESDEN BÜHLAU

Bühlau

Sportart:

Allgemeinsport & Leichtathletik

Telefon:

0351 - 264 05 23

E-Mail / Webadresse:

www.vfl-dresden-buehlau.de

Anschrift Verein:

Rißweg 24, 01324 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:



Sportplatz

Nachtflügelweg 36
01324 Dresden

- Sporthalle Bühlau
- vorhanden

i Kurzbeschreibung

Ansprechpartnerin:
Christine Boden

„Bleiben sie sportlich durch Laufen, Gymnastik, Kraft, Spiele, Waldlauf und Walken. Außerdem bieten wir Ihnen gemeinsame Wanderungen und Sport-Events.“



SG DRESDNER VERKEHRSBETRIEBE E.V.

Loschwitz / Wachwitz

Sportart:

Badminton

Telefon:

0351 - 264 00 16 oder 0175 - 165 64 50

E-Mail / Webadresse:

verkehrsbetriebe-ev.de

Anschrift Verein:

Pillnitzer Landstraße 94, 01326 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:



Sporthalle 62. Grundschule

Pillnitzer Landstr. 38
01326 Dresden

- Calberlastraße
- vorhanden

i Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:
Reiner Friedrich

„Seit kurzem gegründet und offen für alle, die Federball spielen wollen. Gespielt wird Freitags von 20.00 Uhr bis 21.30 Uhr.“



SG DRESDNER VERKEHRSBETRIEBE E.V.

Loschwitz / Wachwitz

Sportart:

Fußball

Telefon:

0172 - 341 78 19

E-Mail / Webadresse:

verkehrsbetriebe-ev.de

Anschrift Verein:

Pillnitzer Landstraße 94, 01326 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:



Sportplatz

Pillnitzer Landstr. 94
01326 Dresden

- Künstlerhaus
- vorhanden

i Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:
Ralf Mutze

„Nehmen an den Stadtmeisterschaften Dresden teil.“



SG DRESDNER VERKEHRSBETRIEBE E.V.

Loschwitz / Wachwitz

Sportart:

Telefon:

E-Mail / Webadresse:

Anschrift Verein:

Übungsleiter mit Lizenz:

Laufgruppe

0351 - 250 19 75

verkehrsbetriebe-ev.de

Pillnitzer Landstraße 94, 01326 Dresden

**Trainingsort:****Sportplatz**Pillnitzer Landstraße 94
01326 Dresden

Künstlerhaus

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Lothar Füssel

Nehmen Sie weltweit an Laufveranstaltungen teil. Unser Tipp: wie spielen im Training auch viel Volleyball.



VFL DRESDEN BÜHLAU

Weisser Hirsch

Sportart:

Telefon:

E-Mail / Webadresse:

Anschrift Verein:

Übungsleiter mit Lizenz:

Allgemeinsport & Leichtathletik

0351 - 264 05 23

www.vfl-dresden-buehlau.de

Rißweg 24, 01324 Dresden

**Trainingsort:****Sporthalle 59. Grundschule**Kurparkstraße 12
01324 Dresden

Am Weißen Adler

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartnerin:**

Christine Boden

„Laufen, Gymnastik, Kraft, Spiele, Waldlauf und Walken - erleben Sie mit uns gemeinsame Wanderungen und Sport-Events.“



SC HIRSCHKÄFER E.V.

Weisser Hirsch

Sportart:

Telefon:

E-Mail / Webadresse:

Anschrift Verein:

Übungsleiter mit Lizenz:

Allgemeinsport & Gymnastik

0351 - 264 03 29

www.sc-hirschkaefer.de

Rissweg 24, 01324 Dresden

**Trainingsort:****Sporthalle Luboldtstraße**Luboldtstraße 15
01324 Dresden

Platteite

nicht vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartnerin:**

Kati Noeske

„Ein anspruchsvolles, abwechslungsreiches und altersgerechtes Sportprogramm für alle, die sich eine Stunde am Nachmittag mit Spaß und Freude bewegen möchten.“





Stadtteile

- Leipziger Vorstadt
- Innere Neustadt



SV MOTOR MICKTEN DRESDEN E.V.

Leipziger Vorstadt

Sportart:

Aerobic

Telefon:

0351 - 84 71 40

E-Mail / Webadresse:

www.motor-mickten.de

Anschrift Verein:

Pestalozziplatz 20, 01127 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sporthalle 30. Grundschule

Hechtstraße 55
01097 Dresden

Buchenstraße

vorhanden

Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

Sabine Junghanns

„Aerobic macht durch seine motivierende Gruppen-Dynamik und der Musik viel Spaß. Es wirkt sich positiv auf Körper und Geist aus.“





DRESNER SV 1953 E.V.

Innere Neustadt

Sportart:**Badminton**

Telefon:

0351 - 880 96 14

E-Mail / Webadresse:

www.dsv1953ev.de/badminton

Anschrift Verein:

Döbeler Str. 39, 01129 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 30. Oberschule**Unterer Kreuzweg 4
01097 Dresden

Albertplatz

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

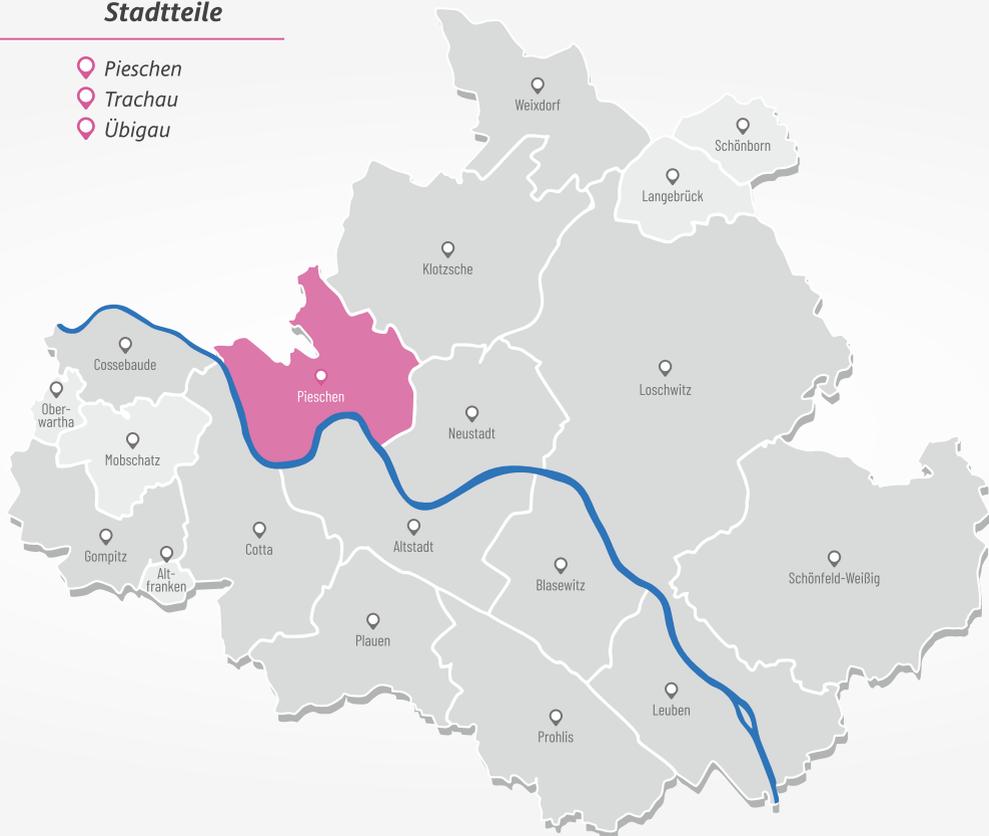
Uwe Lamprecht

„Wir suchen noch erfahrene Badmintonspieler. Wer möchte, kann am Punktspielbetrieb teilnehmen (Spielgemeinschaften mit Bischofswerda und Dresden-Bühlau).“



**Stadtteile**

- Pieschen
- Trachau
- Übigau

**SV MOTOR MICKTEN DRESDEN E.V.****Pieschen****Sportart:****Aerobic Superfit**

Telefon:

0351 - 84 71 40

E-Mail / Webadresse:

www.motor-mickten.de

Anschrift Verein:

Pestalozziplatz 20, 01127 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle Makarenko-Schule**Leisniger Str. 76
01127 Dresden

Dresden-Pieschen

nicht vorhanden

 Kurzbeschreibung**Ansprechpartnerin:**

Cornelia Menzel

„Fit sein, fit bleiben und noch fitter werden ist die Devise. Muskelaufbau, Herz-Kreislauftraining, Koordination, Konzentration sowie Rückenschule gehören zum Programm.“





SV MOTOR MICKTEN DRESDEN E.V.

Pieschen

Sportart:**Kegeln**

Telefon:

0351 - 84 71 40

E-Mail / Webadresse:

www.motor-mickten.de

Anschrift Verein:

Pestalozziplatz 20, 01127 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Kegelbahn**Pestalozziplatz 20
01127 Dresden

Liststraße

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

Andreas Palusczyk

„Wettkampf- als auch Freizeitkegeln in einer Mannschaft oder als einzelne Person möglich.“



SV MOTOR MICKTEN DRESDEN E.V.

Pieschen

Sportart:**Zumba**

Telefon:

0351 - 84 71 40

E-Mail / Webadresse:

www.motor-mickten.de

Anschrift Verein:

Pestalozziplatz 20, 01127 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sportcenter**Pestalozziplatz 20
01127 Dresden

Liststraße

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartnerin:**

Kristina Reichenbach

„Zumba ist ein Fitness-Programm, bei dem man tanzend abnehmen kann, sich fit hält und dabei noch eine Menge Spaß hat.“



TSV ROTATION DRESDEN 1990 E.V.

Pieschen

Sportart:**Gymnastik**

Telefon:

0351 - 849 89 77

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-rotation.de

Anschrift Verein:

Eisenberger Str. 1a, 01127 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle Oberschule Pieschen**Robert-Matzke-Str. 14
01127 Dresden

Wurzener Straße

nicht vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

Herr Günther

„Unser Übungsprogramm beinhaltet eine allgemeine Gymnastik für Seniorinnen, die ganzkörperbezogen agiert und zur Stabilisierung der Gesundheit und Entspannung beitragen soll.“

**SV MOTOR MICKTEN-DRESDEN E.V.****Trachau****Sportart:****Gymnastik**

Telefon:

0351 - 84 71 40

E-Mail / Webadresse:

www.motor-mickten.de

Anschrift Verein:

Pestalozziplatz 20, 01127 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 56. Grundschule**

Böttgerstraße 11

01129 Dresden

Dresden Trachau

nicht vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartnerin:**

Cornelia Anders

„Sport bis ins hohe Alter – Förderung der Pflege und Stärkung des menschlichen Körpers durch verschiedene Übungen.“**TSV ROTATION DRESDEN 1990 E.V.****Trachau****Sportart:****Gymnastik**

Telefon:

0351 - 849 89 77

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-rotation.de

Anschrift Verein:

Eisenberger Str. 1a, 01127 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 56. Oberschule**

Cottbuser Str. 34

01129 Dresden

Kopernikusstraße

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartnerin:**

Frau Mende

„Unser Übungsprogramm beinhaltet eine allgemeine Gymnastik für Frauen ab 50, die ganzkörperbezogen agiert und zur Stabilisierung der Gesundheit und Kräftigung beitragen soll.“**SNOOBI DRESDEN E.V.****Übigau****Sportart:****Snooker, Pool- & Karambolbillard**

Telefon:

0172 - 363 06 30

E-Mail / Webadresse:

www.snoobi-dresden.de

Anschrift Verein:

Rethelstr. 26, 01139 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Vereinsheim**

Rethelstr. 26

01139 Dresden

Thäterstraße

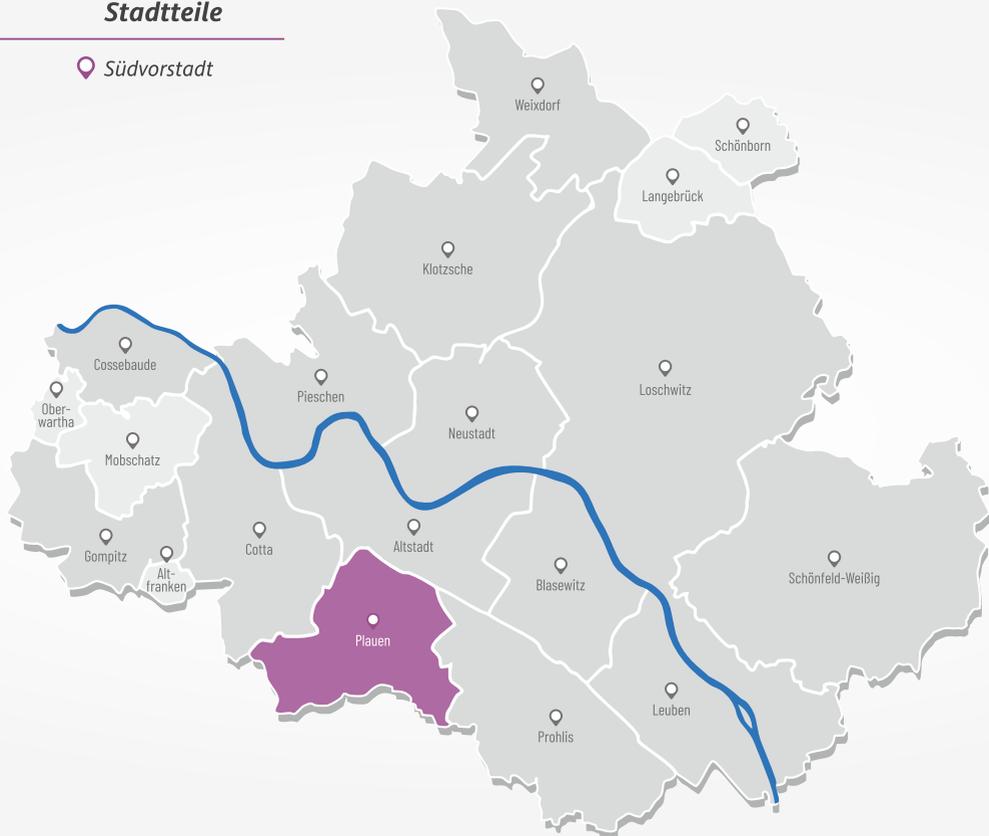
vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Herr Seyb, Herr Banks

„Wir vereinen die zwei populärsten Billardsportarten – Snooker und Poolbillard – miteinander und sorgen so für eine große Vielfalt an spielerischen Möglichkeiten.“



**Stadtteile** **Südvorstadt****FITNESSTREFF DRESDEN E.V.****Südvorstadt****Sportart:****Aerobic 50+**

Telefon:

0351 - 471 35 29

E-Mail / Webadresse:

www.fitnesstreff-dresden-ev.de

Anschrift Verein:

Uhlandstraße 18, 01069 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 14. Grundschule**

Schweizer Straße 7

01069 Dresden (Zugang Kaitzer Str.)

Hauptbahnhof Dresden

vorhanden

Kurzbeschreibung**Ansprechpartnerin:**

Monika Reuschel

„1. Gruppe“

Training:

Mi. 16.45 bis 17.45 Uhr

„2. Gruppe“

Training:

Mi. 18.00 bis 19.00 Uhr



TSV ROTATION DRESDEN 1990 E.V.

Südvorstadt

Sportart:

Faustball

Telefon:

0351- 849 89 77

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-rotation.de

Anschrift Verein:

Eisenberger Str. 1a, 01127 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sporthalle 46. Oberschule

Andreas-Schubert-Str. 41
01169 Dresden



Kopernikusstraße
 vorhanden

i Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

Herr Boden

„Unser Übungsprogramm beinhaltet eine allgemeine Fausballtraining, dass zur Stabilisierung der Gesundheit, Entspannung und Kräftigung beitragen soll.“



WSG NEUES LEBEN E.V.

Südvorstadt

Sportart:

Gymnastik / Wandergruppe

Telefon:

0351 - 476 58 55

E-Mail / Webadresse:

keine Angaben

Anschrift Verein:

Bärenklauer Str. 15, 01219 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sporthalle 14. Grundschule

Schweizer Straße 7
01069 Dresden (Zugang Kaitzer Str.)

Hauptbahnhof Dresden
 vorhanden

i Kurzbeschreibung

Ansprechpartnerin:

Petra Hetzer

„Bei uns erwartet Sie vielseitige Gymnastik und während der Sommerzeit eine separate Walking-Gruppe sowie spezielle »Wissenswanderungen«.“



HSG LOK HTW DRESDEN E.V.

Südvorstadt

Sportart:

Gesundheitssport / Rückenschule

Telefon:

keine Angaben

E-Mail / Webadresse:

hsg-lok@htw-dresden.de

Anschrift Verein:

Friedrich-List-Platz 1, 01069 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sporthalle BSZ Elektrotechnik

Lukasplatz 9,
01069 Dresden

Reichenbachstraße
 vorhanden

i Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

Nick Breuer / Michael Fechner

„Erlernen Sie gezielte Übungen für den Muskelaufbau, um Rückenbeschwerden vorzubeugen.“



Stadtteile

- Leubnitz-Neuostra
- Lockwitz
- Niedersedlitz
- Prohlis
- Strehlen



REHA- & PRÄVENTIONSSPORT DRESDEN E.V.

Leubnitz-Neuostra

Sportart:

Telefon:
E-Mail / Webadresse:
Anschrift Verein:
Übungsleiter mit Lizenz:

Rehasport

0351 - 267 40 42
www.dresden-rehasport.de
Dora-Stock-Str. 2, 01217 Dresden



Trainingsort:

Praxis Wielobinski
Zschertnitzer Straße 48
01219 Dresden

Zschertnitzer Straße
 vorhanden

Kurzbeschreibung

Ansprechpartnerinnen:
S. Krönert & S. Zschocke

„Rehabilitationssport dient der Hilfe zur Selbsthilfe. Insbesondere geht es um die Verantwortung für die eigene Gesundheit und die Motivation zu einem regelmäßigen Training.“

**BSV LOCKWITZGRUND E.V.****Lockwitz****Sportart:****Fußball 50+**

Telefon:

0162 - 420 51 63

E-Mail / Webadresse:

www.bsv-lockwitzgrund.de

Anschrift Verein:

Lockwitzgrund 20, 01257 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Kunstrasenplatz**Lockwitzgrund 20
01257 Dresden

Kelterei

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Stefan Oehl

„Unsere Fußballmannschaft besteht aus sportliche Mitspieler über 50 Jahren. Ein Punktspielbetrieb ist möglich.“

**KNEIPP-VEREIN DRESDEN E.V.****Lockwitz****Sportart:****Ganzkörpertraining**

Telefon:

0351 - 281 47 89

E-Mail / Webadresse:

www.kneipp-dresden.de

Anschrift Verein:

Niedersedlitzer Str. 80, 01257 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Gymnastikraum**Am Galgenberg 99
01257 Dresden

Hänichenweg

nicht vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Carina Fentz

„Erlernen Sie effektive und vielseitige Übungen, die zur Schulung des Gleichgewichts und zur Kräftigung Ihrer Muskulatur beitragen.“





BSV LOCKWITZGRUND E.V.

Lockwitz

Sportart:**Gymnastik**

Telefon:

0162 - 420 51 63

E-Mail / Webadresse:

www.bsv-lockwitzgrund.de

Anschrift Verein:

Lockwitzgrund 20, 01257 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Saal**Dohnaer Straße 217
01257 Dresden

Altlockwitz

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Stefan Oehl

„Bleiben Sie in Bewegung und folgen Sie dem Rhythmus der Musik. Die Übungen dienen der Schulung der Koordination und verbessern die Beweglichkeit.“



BSV LOCKWITZGRUND E.V.

Lockwitz

Sportart:**Volleyball 50+**

Telefon:

0162 - 420 51 63

E-Mail / Webadresse:

www.bsv-lockwitzgrund.de

Anschrift Verein:

Lockwitzgrund 20, 01257 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 90. Grundschule**Kleinlugaer Straße 25
01259 Dresden

Luga

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Stefan Oehl

„Im Sommer wird auf dem Beachfeld am Sportplatz gespielt.“





SPORT UND TANZSTUDIO DRESDEN

Niedersedlitz

Sportart: **Gesundheitssport**

Telefon: 0351 - 32 31 47 23
 E-Mail / Webadresse: www.sport-tanz-dresden.de
 Anschrift Verein: Saydaer Straße 6, 01257 Dresden
 Übungsleiter mit Lizenz:

Trainingsort: **Tanzstudio**
 Saydaer Straße 6
 01257 Dresden



Reisstraße
 vorhanden

i Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:
 Mandy Grünberg

„Ihrer Gesundheit zuliebe - steigern Sie Ihre Beweglichkeit, beugen Sie Schmerzen vor und mobilisieren Sie Ihre Kräfte im Präventions- und Rehabilitätssport.“



KNEIPP-VEREIN DRESDEN E.V.

Prohlis

Sportart: **Ganzkörpertraining**

Telefon: 0351 - 281 47 89
 E-Mail / Webadresse: www.kneipp-dresden.de
 Anschrift Verein: Niedersedlitzer Str. 80, 01257 Dresden
 Übungsleiter mit Lizenz:

Trainingsort: **Gymnastikraum A.-Schweitzer-Schule**
 Georg-Palitzsch-Straße 42
 01239 Dresden



Georg-Palitzsch-Straße
 nicht vorhanden

i Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:
 Carina Fentz

„Steigern Sie Ihr Wohlbefinden und Erlernen Sie Übungen zur Kräftigung, Dehnung und Entspannung des gesamten Körpers.“





SPORT & JUGEND DRESDEN E.V.

Prohlis

Sportart:**Gesundheits- und Rehasport**

Telefon:

0351 - 470 29 87

E-Mail / Webadresse:

www.kindersport-dd.de

Anschrift Verein:

Tittmannstraße 39, 01309 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle A.-Schweitzer-Schule**Georg-Palitzsch-Straße 42
01239 Dresden

Georg-Palitzsch-Straße

vorhanden



Sport & Jugend Dresden e.V.

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**
Geschäftsstelle*„Mit vielseitigen freudbetonten Bewegungsübungen stabilisieren und mobilisieren Sie Ihren Körper.“*

TSV DRESDEN E.V.

Prohlis

Sportart:**Gymnastik**

Telefon:

0351 - 250 61 82

E-Mail / Webadresse:

www.tsv-dresden.de

Anschrift Verein:

Bodenbacher Straße 81, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle A.-Schweitzer-Schule**Georg-Palitzsch-Straße 42
01239 Dresden

Georg-Palitzsch-Straße

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**
Kathrin Schlicke*„Mit Spaß und Freude an der Bewegung kräftigen und dehnen Sie die verschiedensten Muskelgruppen und schulen Ihre Koordination.“*

SG DRESDNER VERKEHRSBETRIEBE E.V.

Strehlen

Sportart:**Volleyball**

Telefon:

0176 - 65 50 06 57

E-Mail / Webadresse:

www.verkehrsbetriebe-ev.de

Anschrift Verein:

Pillnitzer Landstr. 94, 01326 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 128. Oberschule**Rudolf-Bergander-Ring 3
01219 Dresden

Rudolf-Bergander-Ring

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**
Steffen Richter*„Für alle Männer die Spaß am Volleyball spielen haben.“*



POSTSPORTVEREIN DRESDEN E.V.

Strehlen

Sportart:**Gymnastik 60+**

Telefon:

0351 - 471 51 66

E-Mail / Webadresse:

www.post-sv-dresden.de

Anschrift Verein:

Enderstraße 94, 01277 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sporthalle 47. Grundschule**Mockritzer Straße 19
01219 Dresden

Mockritzer Straße

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Stefan Oehl

„Gymnastik für Frauen ab 60 bis ins hohe Alter. Immer Montag 16.00 bis 17.00 Uhr und Donnerstag 17.15 bis 18.15 Uhr. Eingang zur Turnhalle über Mockritzer Straße.“



**Stadtteile**

📍 Gönnsdorf

📍 Weißig

**SPORT- & FREIZEITREFF GÖNNSDORF E.V.****Gönnsdorf****Sportart:****Fitness 50+**

Telefon:

0175 - 818 88 18

E-Mail / Webadresse:

www.verein-goennsdorf.de

Anschrift Verein:

Schönfelder Landstr. 27, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Vereinsaal**Schönfelder Landstraße 27
01328 Dresden

📍 Gönnsdorf

🅑 vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

keine Angaben

„Verschiedene Fitness-Übungen, abgestimmt auf die Fähigkeiten unserer Teilnehmer.“



SPORT- & FREIZEITREFF GÖNNSDORF E.V.

Gönnsdorf

Sportart:

Fitness-Gymnastik

Telefon:

0175 - 818 88 18

E-Mail / Webadresse:

www.verein-goennsdorf.de

Anschrift Verein:

Schönfelder Landstr. 27, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Vereinssaal

Schönfelder Landstraße 27
01328 Dresden

Gönnsdorf

vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

keine Angaben

„Ihr Muskel-, Ausdauer- und Gleichgewichtstraining erfolgt durch eine erfahrene Physiotherapeutin.“



SPORT- & FREIZEITREFF GÖNNSDORF E.V.

Gönnsdorf

Sportart:

Nordic Walking

Telefon:

0175 - 818 88 18

E-Mail / Webadresse:

www.verein-goennsdorf.de

Anschrift Verein:

Schönfelder Landstr. 27, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Vereinssaal

Schönfelder Landstraße 27
01328 Dresden

Gönnsdorf

vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

keine Angaben

„Unsere Nordic-Walking-Gruppe besteht aus Teilnehmern ohne festen Trainer.“



SPORT- & FREIZEITREFF GÖNNSDORF E.V.

Gönnsdorf

Sportart:

Qigong

Telefon:

0175 - 818 88 18

E-Mail / Webadresse:

www.verein-goennsdorf.de

Anschrift Verein:

Schönfelder Landstr. 27, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Vereinssaal

Schönfelder Landstraße 27
01328 Dresden

Gönnsdorf

vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

keine Angaben

„Innere Ruhe durch ständige, langsame Bewegung. Eine Haltung geht fließend in die andere über: es ist Stille, ohne dabei zur Ruhe zu kommen.“



SPORT- & FREIZEITREFF GÖNNSDORF E.V.

Gönnsdorf

Sportart:**Rückenschule**

Telefon:

0175 - 818 88 18

E-Mail / Webadresse:

www.verein-goennsdorf.de

Anschrift Verein:

Schönfelder Landstr. 27, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Vereinssaal**Schönfelder Landstraße 27
01328 Dresden

Gönnsdorf

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

keine Angaben

„Motorische Fähigkeiten werden durch Aufbau der Muskulatur mit Übungen, die speziell Nacken, Rücken, Schultern, Bauch und Beine kräftigen, geschult.“



SPORT- & FREIZEITREFF GÖNNSDORF E.V.

Gönnsdorf

Sportart:**Tischtennis**

Telefon:

0175 - 818 88 18

E-Mail / Webadresse:

www.verein-goennsdorf.de

Anschrift Verein:

Schönfelder Landstr. 27, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Vereinssaal**Schönfelder Landstraße 27
01328 Dresden

Gönnsdorf

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

keine Angaben

„Hier steht der Spaß an erster Stelle - und natürlich auch der Anspruch, seine Technik zu verbessern.“



SPORT- & FREIZEITREFF GÖNNSDORF E.V.

Gönnsdorf

Sportart:**Yoga**

Telefon:

0175 - 818 88 18

E-Mail / Webadresse:

www.verein-goennsdorf.de

Anschrift Verein:

Schönfelder Landstr. 27, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Vereinssaal**Schönfelder Landstraße 27
01328 Dresden

Gönnsdorf

vorhanden

**i Kurzbeschreibung****Ansprechpartner:**

keine Angaben

„Körper und Seele in Einklang bringen mit "Figuren" zur Dehnung und Entspannung - und vor allem mit der richtigen Atemtechnik.“



SPORT- & FREIZEITREFF GÖNNSDORF E.V.

Gönnsdorf

Sportart:

Zumba

Telefon:

0157 - 75 07 66 83

E-Mail / Webadresse:

zumba.dresden.filip@gmail.com

Anschrift Verein:

Schönfelder Landstr. 27, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Vereinsaal

Schönfelder Landstraße 27
01328 Dresden

Gönnsdorf

vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

keine Angaben

„Sportliche Ausdauer mit Musik und Bewegung trainieren. Dies dient zur Kräftigung des gesamten Körpers.“



SPORT- & FREIZEITREFF GÖNNSDORF E.V.

Weissig

Sportart:

Volleyball

Telefon:

0175 - 818 88 18

E-Mail / Webadresse:

www.verein-goennsdorf.de

Anschrift Verein:

Schönfelder Landstr. 27, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sporthalle Oberschule Weißig

Gönnsdorfer Weg 1
01328 Dresden

Hutbergschule

vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

keine Angaben

„Spaß haben und Ihre Spieltechnik verbessern. Frauen sind sehr willkommen.“





SPORTZENTRUM HOCHLAND E.V.

Weissig

Sportart:**Aroha**

Telefon:

0351 - 217 97 87

E-Mail / Webadresse:

www.bewegung-in-sachsen.de

Anschrift Verein:

Bautzner Landstraße 291, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sportraum**Bautzner Landstraße 291
01328 Dresden

Gasthof Weißig

vorhanden

**i** Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Rezeption Sportzentrum

*„Bewegung im 3/4 Takt“**Ausdauersport Training:
Montag 11.00 bis 12.00 Uhr
und 17.00 bis 18.00 Uhr
Donnerstag 15.00 bis 16.00
Uhr und 19.00 bis 20.00 Uhr*

SPORTZENTRUM HOCHLAND E.V.

Weissig

Sportart:**Balance**

Telefon:

0351 - 217 97 87

E-Mail / Webadresse:

www.bewegung-in-sachsen.de

Anschrift Verein:

Bautzner Landstraße 291, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sportraum**Bautzner Landstraße 291
01328 Dresden

Gasthof Weißig

vorhanden

**i** Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Rezeption Sportzentrum

*„Ganzkörpertraining für
Ältere“.**Training Mittwoch 10.00
bis 11.00 Uhr.*

SPORTZENTRUM HOCHLAND E.V.

Weissig

Sportart:**Ganzkörpertraining**

Telefon:

0351 - 217 97 87

E-Mail / Webadresse:

www.bewegung-in-sachsen.de

Anschrift Verein:

Bautzner Landstraße 291, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:

**Trainingsort:****Sportraum**Bautzner Landstraße 291
01328 Dresden

Gasthof Weißig

vorhanden

**i** Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Rezeption Sportzentrum

*„Kraftausdauertraining und
Stabilisierungsübungen.“**Training: flexible Trainings-
zeiten, bitte nach Absprache
mit dem Verein.*



SPORTZENTRUM HOCHLAND E.V.

Weissig

Sportart:

Männersport 50+



Telefon:

0351 - 217 97 87

E-Mail / Webadresse:

www.bewegung-in-sachsen.de

Anschrift Verein:

Bautzner Landstraße 291, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sportraum

Bautzner Landstraße 291
01328 Dresden

Gasthof Weißig

vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

Rezeption Sportzentrum

„Sport und Bewegung in der Gruppe für Männer 50+“

Training Dienstag 20.00 bis 21.00 Uhr und Donnerstag 20.00 bis 21.00 Uhr.



SPORTZENTRUM HOCHLAND E.V.

Weissig

Sportart:

Gesundheits- & Rehasport

Telefon:

0351 - 217 97 87

E-Mail / Webadresse:

www.bewegung-in-sachsen.de

Anschrift Verein:

Bautzner Landstraße 291, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sportraum

Bautzner Landstraße 291
01328 Dresden

Gasthof Weißig

vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

Rezeption Sportzentrum

„Über unsere vielfältigen Angebote im Bereich Gesundheits- und Rehabilitationssport informieren wir Sie gern telefonisch oder auf unserer Website.“



SPORTZENTRUM HOCHLAND E.V.

Weissig

Sportart:

Zumba

Telefon:

0351 - 217 97 87

E-Mail / Webadresse:

www.bewegung-in-sachsen.de

Anschrift Verein:

Bautzner Landstraße 291, 01328 Dresden

Übungsleiter mit Lizenz:



Trainingsort:

Sportraum

Bautzner Landstraße 291
01328 Dresden

Gasthof Weißig

vorhanden



Kurzbeschreibung

Ansprechpartner:

Rezeption Sportzentrum

„Zumba ist ein lateinamerikanischer Tanz und wird in der Gruppe für Senioren gerne getanzt.“

Training: Mittwoch 11.00 bis 12.00 Uhr.

**Stadtteile**

Weixdorf

**AKTIVES DEUTSCHLAND E.V.****Weixdorf****Sportart:**

Telefon:

E-Mail / Webadresse:

Anschrift Verein:

Übungsleiter mit Lizenz:

Rehasport

0351 - 880 14 32

www.aktives-deutschland.de

Königsbrücker Landstr. 277, 01108 Dresden

**Trainingsort:****Vereinsobjekt**Königsbrücker Landstr. 277,
01108 Dresden

Weixdorf Bad

vorhanden

i Kurzbeschreibung**Ansprechpartner:**

Christina Marquardt, Mike Vogel

„Wir sind ein Gesundheits-sportverein mit Ausrichtung Rehabilitationssport und Gesundheitstraining im Altersbereich 40+ und ganzheitlicher Gesundheits-orientierung.“





AEROBIC	HSG Lok HTW Dresden e.V.	31
	Postsportverein Dresden e.V.	30
	SV Am Gorbitzbach e.V.	45
	SV Motor Mickten Dresden e.V.	56
	SV Motor Mickten Dresden e.V.	58
	Fitnesstreff Dresden e.V.	62
AIKIDO	Sport- & Freizeittreff Gönnsdorf e.V.	52
ALLGEMEINSPORT	VfB Hellerau-Klotzsche e.V.	49
	TSV Dresden e.V.	37
	SC Hirschkäfer e.V.	54
	VFL Dresden Bühlau	53
	VFL Dresden Bühlau	54
AROHA	SPORTZENTRUM Hochland e.V.	74
BADMINTON	SG Dresdner Verkehrsbetriebe e.V.	53
	Dresdner SV 1953 e.V.	57
BALANCE	SPORTZENTRUM Hochland e.V.	74
BASKETBALL	HSG Lok HTW Dresden e.V.	46
BILLIARD CARAMBOL	SV Motor Mickten Dresden e.V.	35
DANCE ART DRESDEN	Dance Art Dresden e.V.	39
FAUSTBALL	TSV Rotation Dresden 1990 e.V.	63
FITNESS	Sport- & Freizeittreff Gönnsdorf e.V.	70
	Sport- & Freizeittreff Gönnsdorf e.V.	71
FUßBALL	TSV Cossebaude e.V.	43
	SG Dresdner Verkehrsbetriebe e.V.	53
	BSV Lockwitzgrund e.V.	65



SPORTART



SPORTVEREIN



GANZKÖRPER- TRAINING	SPORTZENTRUM Hochland e.V.	74
	Kneipp-Verein Dresden e.V.	34
	Kneipp-Verein Dresden e.V.	65
	Kneipp-Verein Dresden e.V.	67
GEFÄß- & HÜFTSPORT	Dresdner Sportclub 1898 e.V.	36
GESUNDHEITSSPORT	KSB Gesundheitssport e.V.	39
	SPORTZENTRUM Hochland e.V.	75
	Sport & Jugend Dresden e.V.	30
	Sport & Jugend Dresden e.V.	31
	Sport & Jugend Dresden e.V.	68
	Dresdner Sportclub 1898 e.V.	29
	HSG Lok HTW Dresden e.V.	63
	Sport und Tanzstudio Dresden	67
	Dresdner Sportclub 1898 e.V.	29
GYMNASTIK	SC Hirschkäfer e.V.	54
	Sport- & Freizeittreff Gönnsdorf e.V.	71
	Postsportverein Dresden e.V.	30
	TSV Dresden e.V.	32
	TSV Dresden e.V.	39
	TSV Dresden e.V.	40
	USV TU Dresden e.V.	41
	SG Dresdner Verkehrsbetriebe e.V.	43
	TSV Dresden e.V.	44
	SV Am Gorbitzbach e.V.	45
	TSV Dresden e.V.	46
	TSV Dresden e.V.	47
	TSV Rotation Dresden 1990 e.V.	59
	SV Motor Mickten-Dresden e.V.	60
	TSV Rotation Dresden 1990 e.V.	60
	WSG Neues Leben e.V.	63
	BSV Lockwitzgrund e.V.	66
	TSV Dresden e.V.	68
	Postsportverein Dresden e.V.	69
TSV Rotation Dresden 1990 e.V.	33	



KARATE	Karate Wado Kai Dresden e.V.	37
KEGELN	SV Motor Mickten Dresden e.V.	59
KONDITIONS- GYMNASTIK	Kneipp-Verein Dresden e.V. Kneipp-Verein Dresden e.V.	38 51
LAUFGRUPPE	Sportverein Hellerau e.V. SG Dresdner Verkehrsbetriebe e.V. Dresdner SV 1953 e.V.	49 54 28
LEICHTATHLETIK	Dresdner SV 1953 e.V. TSV Dresden e.V. TSV Dresden e.V.	28 53 54
MÄNNERSPORT	SPORTZENTRUM Hochland e.V.	75
NORDIC WALKING	Sport- & Freizeittreff Gönnsdorf e.V.	71
QIGONG	Kneipp-Verein Dresden e.V.Sport- & Freizeittreff Gönnsdorf e.V.	34 71
REHASPORT	VfB Hellerau-Klotzsche e.V. Rehasport Dresden Süd e.V. Reha- & Präventionssport Dresden e.V. Aktives Deutschland e.V. KSB Gesundheitssport e.V. SPORTZENTRUM Hochland e.V. Sport & Jugend Dresden e.V. Sport & Jugend Dresden e.V. Sport & Jugend Dresden e.V.	49 47 64 76 39 75 30 31 68
RÜCKENSCHULE	Sport- & Freizeittreff Gönnsdorf e.V. TSV Rotation Dresden 1990 e.V.	72 63
SCHACH	SG Grün-Weiß Dresden	33



SPORTART



SPORTVEREIN



SCHWIMMEN	Dresdner Delphine e.V.	33
	Dresdner Sportclub 1898 e.V.	34
	Postsportverein Dresden e.V.	49
SNOOKER, POOL- & KARAMBOLBILLARD	Snoobi Dresden e.V.	60
TENNIS	TSV Cossebaude e.V.	42
TISCHTENNIS	TSV Cossebaude e.V.	43
	Sport- & Freizeittreff Gönnsdorf e.V.	72
TURNEN	TSV Dresden e.V.	38
	TSV Dresden e.V.	51
VOLLEYBALL	TSV Cossebaude e.V.	44
	SG Dresdner Verkehrsbetriebe e.V.	69
	Sport- & Freizeittreff Gönnsdorf e.V.	73
	BSV Lockwitzgrund e.V.	66
WANDERGRUPPE	WSG Neues Leben e.V.	63
	Sportverein Hellerau e.V.	48
WIRBELSÄULEN- GYMNASTIK	Dresdner Sportclub 1898 e.V.	44
YOGA	Sport- & Freizeittreff Gönnsdorf e.V.	72
ZUMBA	SV Motor Mickten Dresden e.V.	59
	Sport- & Freizeittreff Gönnsdorf e.V.	73
	SPORTZENTRUM Hochland e.V.	75

WIR BEDANKEN UNS BEI UNSEREN FÖRDERERN

STAATSMINISTERIUM
DES INNERN

Gefördert durch



Der StadtSportbund wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

SACHSEN



Diese Broschüre wurde mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.



IMPRESSUM

Herausgeber:

StadtSportBund Dresden e.V.
Nadja Kaminski
Bodenbacher Straße 154
01277 Dresden

Tel.: 0351 - 2 12 38 30
Fax: 0351 - 2 12 38 40
n.kaminski@ssb-dresden.de
www.ssb-dresden.de

Redaktion:

Gesundheitsamt Dresden
Eike Schulze
Dr. Freya Trautmann
Ostra-Allee 9, 01067 Dresden

StadtSportBund Dresden e.V.
Nadja Kaminski
Bodenbacher Straße 154
01277 Dresden

Gestaltung:

Lässig Werbung Dresden
Robert Munthel
Heinrich-Zille-Str. 5a
01219 Dresden

Tel.: 0351 - 4 71 65 26
Fax: 0351 - 4 71 65 27
info@laessig-werbung.de
www.laessig-werbung.de

Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Die Vervielfältigung jeglicher Art ist nur mit vorheriger Zustimmung des StadtSportBund Dresden e.V. (SSBD) gestattet. Logos mit freundlicher Genehmigung des SSBD bzw. der Vereine und Förderern des SSBD. Redaktionsschluss am 25.09.2020, Auflage 2.000 Stück.

in Kooperation mit
der Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
Dresden



www.ssb-dresden.de