

**Sportangebote Samtgemeinde
Hambergen (Auswahl)**
29.09.2025



| TV Axstedt | | |
|--|---|-------------|
| montags | Fitness für Erwachsene | 19:00-20:00 |
| dienstags | Yoga-Fit gerade Kalenderwochen | 20:00-21:00 |
| sonntags | Nordic Walking, Treffpunkt Sportplatz | 10:00 |
| täglich | Boule | |
| mittwochs | Boule Training | 17:00-20.30 |
| | | |
| Weitere Angebote: tv-axstedt.de | | |
| | | |
| TSV Wallhöfen | | |
| montags | Gesundheitssport für Senioren Gymnastik-Raum Waldstadion | 16:00-17:00 |
| montags | Qi Gong Gymnastik-Raum Waldstadion | 19:00-20:00 |
| mittwochs | Qi Gong Gymnastik-Raum Waldstadion | 09:00-10:00 |
| mittwochs | Qi Gong Gymnastik-Raum Waldstadion | 10:00-11:00 |
| mittwochs | Walking | 16:00-17:00 |
| mittwochs | Boule | 18:30-20:30 |
| mittwochs | Gesundheitssport Turnhalle Wallhöfen | 18:30-19:30 |
| donnerstags | Radtouren für Senioren, alle 14 Tage, ab Gasthof Steeneck | 14:00-18:00 |
| | | |
| Weitere Angebote: tsv-wallhoefen.de/sportangebot | | |
| | | |

| MTV Lübberstedt | | |
|--------------------------------------|---|-------------|
| dienstags | Aerobic 49+, 14-tägig | 20:15-21:15 |
| dienstags | Damengymnastik für Seniorinnen, 14-tägig | 18:00-18:45 |
| dienstags | Fahrradfahren Herren, im Sommer, Treffpunkt Sporthalle Lübberstedt | Ab 17:00 |
| mittwochs | Walking, Denkmal Lübberstedt | 18:00 |
| mittwochs | Boule, Sportplatz Lübberstedt | ab 18:00 |
| sonntags | Walking, Denkmal Lübberstedt | 10:00 |
| | | |
| Weitere Angebote: mtv-lübberstedt.de | | |
| | | |
| TV Hambergen | | |
| montags | Männerturnen | 19:00 |
| montags | Walking, Ende Heilsdorfer Straße 01.04.-30.09. | 18:00 |
| montags | Walking, Ende Heilsdorfer Straße 01.10.-31.03. | 15:00 |
| mittwochs | Frauenturnen | 19:30-20:45 |
| donnerstags | Walking, Ende Heilsdorfer Straße 01.04.-30.09. | 18:00 |
| donnerstags | Walking, Ende Heilsdorfer Straße 01.10.-31.03. | 15:00 |
| donnerstags | Paartanz, KGS Hambergen | 20:00-21:30 |
| sonntags | Wandern jeden 2. Sonntag im Monat, Parkplatz Edeka Markt | 10:00 |
| | | |
| Weitere Angebote: tv-hamborgen.de | | |