

Eine kleine Gabe kann wertvoll sein, wenn sie zur rechten Zeit gegeben wird.

Menander (griech. Dichter, 342 v. Chr.)

Helfen Sie uns mit Ihrer Spende

Dicke Freunde Hamburg e.V.

Wehmerstieg 5
22529 Hamburg
verein@dicke-freunde-hamburg.de

Spendenkonto:
Dicke Freunde Hamburg e.V.
Iban: DE07200505501001230802
BIC: HASPDEHHXXX
Bank: Hamburger Sparkasse

Kontakt

Selbsthilfegruppe

im Asklepios Westklinikum Hamburg

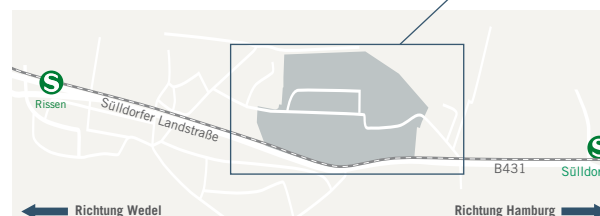
Suurheid 20
Haus 2, Station 19, Gruppenraum, 2. OG
22559 Hamburg (Rissen)
Gruppenleitung: Ingrid Hergeselle, Svenja Schwarz
Tel.: (0 40) 81 99-47 44
Fax: (0 40) 81 15-11
wir@dicke-freunde-hamburg.de

Sport

Ressortleiterin: Ingrid Hergeselle
Tel.: (0 40) 81 99- 47 44

Förderverein Dicke Freunde Hamburg e.V.

Wehmerstieg 5
22529 Hamburg
www.dicke-freunde-hamburg.de
verein@dicke-freunde-hamburg.de



Förderverein / Selbsthilfegruppe

Dicke Freunde Hamburg e.V.

Sportangebote

 **ASKLEPIOS**
Westklinikum Hamburg

Gemeinsam für Gesundheit www.asklepios.com

Unser Förderverein

Am 7. Mai 2012 gründeten sieben Mitglieder der Selbsthilfegruppe „Dicke Freunde Hamburg“ den Förderverein, der in erster Linie die Teilnahme überge- wichtiger Menschen in eigenen Sportgruppen unterstützt.

Die Gelder des Fördervereins sollen helfen, mehr Mit- glieder in Bewegung zu bringen. Gefördert wird z. B. Aquafit, Wassergymnastik und Wasserball.

Seit Oktober 2012 ist der Förderverein als gemeinnützig anerkannt und darf Spendenbescheinigungen ausstellen.

Wer wir sind

Die Selbsthilfegruppe „Dicke Freunde Hamburg“ wurde im April 2001 gegründet. Im Oktober des selben Jahres übernahm Ingrid Hergeselle die Moderation und Leitung der Gruppe.

Mit Vorträgen und Treffen zu zahlreichen Themen rund um die Adipositas engagiert sich die Selbsthilfegruppe seither für die Aufklärung und Information von Menschen mit extremem Übergewicht. Sie unterstützt zudem ihre Mitglieder bei der Vor- und Nachsorge und steht ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Weitere Betroffene sind jederzeit herzlich willkommen.



Sportarten

Aquafit/Wassergymnastik

Mendelssohnstraße

Di. 17:45–18:45 Uhr
Di. 19:00–20:00 Uhr
Mi. 17:45–18:45 Uhr
Mi. 19:00–20:00 Uhr

Swatten Weg

Sa. 16:00–17:00 Uhr
Sa. 17:00–18:00 Uhr
Do. 19:00–20:00 Uhr

Eberhofweg

Mi. 18:00–19:00 Uhr
Mi. 19:00–20:00 Uhr
Mo. 19:00–20:00 Uhr
Mo. 18:00–19:00 Uhr

Seeadlerstieg

Di. 18:00–19:00 Uhr
Di. 19:00–20:00 Uhr
Di. 19:15–20:15 Uhr
Mi. 20:00–21:00 Uhr

Paul-Sorge-Straße

Fitness-Kickboxen

Bäcker Breiter Gang

Mi. 17:00–18:00 Uhr

in weiterer Planung:

Wasserball

Bahrenfeld

Do. 18:00 oder 19:00 Uhr

Aquafit Niendorf

Di. 18:30–19:30 Uhr

Aktualisierungen und Änderungen erfahren Sie auf unserer Website oder im persönlichen Kontakt.

Stand: August 2016

Freude beim Sport mit den Dicken Freunden



Unsere Vorteile

- wöchentliches einstündiges Training
- in den Gruppen trainieren nur adipöse Mitglieder (Ausnahme Mitglieder, die erfolgreich abnehmen)
- qualifizierte Trainerinnen
- die Gruppe ist mit der Trainerin in der Schwimm- bzw. Sporthalle allein
- es ist kein Einblick von außen möglich
- Training in verschiedenen Stadtteilen Hamburgs
- moderate Beiträge