Smartphone

mit Max Schellmann



Smartphone für Einsteiger

Mo 10:00 Uhr ab 01.02. 271-243
Di 10:00 Uhr ab 06.04. 271-244
4 x 120 Min. € 64,00

Smartphone für Fortgeschrittene

Mi 10:00 Uhr ab 05.05. 271-242
4 x 120 Min. € 64,00

Workshops

Chat GPT&Co - Künstliche Intelligenz

Mo 17:00 Uhr am 08.03. 271-278

Sicherheit für Computer, Tablet, Smartphone und Router

Mo 17:00 Uhr am 22.03. 271-280
1 x 120 Min. € 20,00

Kochen

mit Arne Bardella



Fish for Fun

Mo 18:00 Uhr am 15.03. 271-500

Low Carb

Mo 18:00 Uhr am 12.04. 271-501

Spargel mal anders

Mo 18:00 Uhr am 24.05. 271-502
1 x 180 Min. € 50,00

Wir kochen saisonal und regional .
Die Kursgebühr ist inkl. der Lebensmittelumlage. Erst wird gemeinsam gekocht und dann zusammen gegessen.

Jetzt einfach Kursplatz sichern!

Unsere Kurse sind bequem online buchbar.
Teilnehmende, die bereits einen Kurs besuchen, können ab dem **16.11.2026** ihren bestehenden Kurs unkompliziert weiterbuchen: Einfach im Kundenkonto einloggen, Kurs aufrufen und unten über das Anmeldefenster buchen. Die Berechtigung wird automatisch erteilt.
Ab dem **26.11.2026** sind alle Kurse für alle freigegeben: Dann können auch neue Teilnehmer sowie bestehende Teilnehmer, die einen anderen Kurs buchen möchten, sich anmelden. Neue Interessierte legen bitte ein Kundenkonto an. Eine Anleitung dazu finden Sie auf unserer Homepage. Die Bezahlung ist per PayPal, Überweisung oder bar/EC im Büro möglich.
Bei Fragen unterstützen wir Sie gern – telefonisch oder während der Sprechzeiten im Büro. In vielen Kursen bieten wir nach Absprache eine unverbindliche Probestunde an. Bitte beachten Sie: Bei Abmeldung bis 14 Tage vor Kursbeginn erstatten wir die Kursgebühr abzüglich € 5,00 Bearbeitungsgebühr. Danach ist keine Rückerstattung möglich.
Alle Infos und die Buchung finden Sie auf unserer Homepage: **www.fz-schnelsen.de**
Wir freuen uns auf Sie!
Tina Kirchberger & das Team vom FZS

Freizeitzentrum Schnelsen e. V.

Wählingsallee 16
22459 Hamburg

040 559 24 34
mail@fz-schnelsen.de
www.fz-schnelsen.de

WIR LEBEN DEMOKRATIE

Bankverbindung:
Hamburger Sparkasse
IBAN: DE97 2005 0550 1308 1216 62

Öffnungszeiten Büro:
Montag, Dienstag, Donnerstag: 09:00 – 13:00 Uhr
Mittwoch: 10:00 - 12:00 Uhr
Montag + Donnerstag: 15:00 – 18:00 Uhr
Freitag geschlossen

Kurse 1. Halbjahr 2027



Freizeitzentrum Schnelsen e.V.

FZS

ERLEBE, WAS SPASS MACHT!

Kinder



Tanzmäuse

Mo 14:15 Uhr ab 18.01. mit Sarah Hitscher 271-801
15 x 45 Min. € 71,00

Dancekids

Mo 15:00 Uhr ab 18.01. mit Sarah Hitscher 271-802
15 x 60 Min. € 71,00

Coolkids

Mo 16:00 Uhr ab 18.01. mit Sarah Hitscher 271-804
15 x 60 Min. € 71,00

Musicalkids 1

Mi 15:00 Uhr ab 20.01. mit Tanja Schulz 271-805
15 x 60 Min. € 71,00

Musicalkids 2

Mi 16:00 Uhr ab 20.01. mit Tanja Schulz 271-806
15 x 60 Min. € 71,00

Musicalkids 3

Mi 17:00 Uhr ab 20.01. mit Tanja Schulz 271-807
15 x 120(60)Min. € 106,00

Liebe Eltern,
auch im kommenden Kurshalbjahr erfolgt die Anmeldung für unsere Kinderkurse über unser Onlinebuchungssystem. Für Kinder, die bereits dabei sind und ihren Kurs fortsetzen möchten, ist die **Weiterbuchung ab dem 16. November 2026** ganz einfach möglich: Loggen Sie sich in Ihren Account ein und rufen Sie den gewünschten Kurs auf. Am Ende der Kursbeschreibung finden Sie das Anmeldefenster, über das Sie direkt weiterbuchen können. Bitte stimmen Sie die weitere Teilnahme wie gewohnt mit der Kursleitung ab.
Kinder, die neu dazukommen möchten, melden Sie bitte zunächst über das Anmeldeformular auf unserer Homepage an. Dieses erscheint automatisch beim Aufrufen des jeweiligen Kurses.
Ein Hinweis zu unseren Musicalkids: Die Nachfrage ist weiterhin sehr groß und unsere Wartelisten sind inzwischen so lang, dass wir derzeit leider keine weiteren Kinder aufnehmen können – auch nicht auf die Warteliste. Wir bitten um Verständnis.
Wenn Sie Fragen zur Anmeldung haben, helfen wir Ihnen natürlich gerne weiter.

Bewegung



Hatha-Yoga am Abend mit Jacqueline le Moult

Mo 17:00 Uhr ab 25.01 271-318
Mo 18:30 Uhr ab 25.01. 271-317
Di 17:00 Uhr ab 26.01. 271-316
15 x 75 Min. € 112,50

Yin Yoga - Ruhe & Balance

Di 18:30 Uhr ab 26.01. mit Jacqueline le Moult 271-315
15 x 75 Min. € 112,50

Hatha Yoga Flow mit Melanie Blaue

Mi 17:00 Uhr ab 20.01. 271-314
Mi 18:30 Uhr ab 20.01. 271-313
18 x 75 Min. € 135,00

Qi Gong - Balance & Energie

Mi 11:45 Uhr ab 20.01. mit Ingrid Meichsner-Rudat 271-325
19 x 75 Min. € 119,00

Aktiv + Mobil am Morgen

Mi 9:30 Uhr ab 20.01. mit Tanja Schulz 271-327
15 x 60 Min. € 75,00

Locker & Vital

Mi 10:30 Uhr ab 20.01. mit Tanja Schulz 271-326
15 x 60 Min. € 75,00

Yogilates- Yoga meets Pilates

Di 11:15 Uhr ab 19.01. mit Tanja Schulz 271-310
15 x 75 Min. € 94,00

Flexibility + Stretch

Do 10:00 Uhr ab 21.01. mit Tanja Schulz 271-311
15 x 60 Min. € 75,00

Stretch + Relax

Di 10:15 Uhr ab 19.01. mit Tanja Schulz 271-305
15 x 60 Min. € 75,00

Rückengymnastik

Mo 10:15 Uhr ab 18.01. mit Kerstin Batzer 271-304
15 x 60 Min. € 75,00

Fit in den Tag

Do 11:00 Uhr ab 21.01. mit Tanja Schulz 271-303
15 x 75 Min. € 94,00

Complete Body Workout

Do 9:00 Uhr ab 21.01. mit Tanja Schulz 271-302
15 x 60 Min. € 75,00

Bauch Beine Po mit Kerstin Batzer

Mo 9:00 Uhr ab 18.01. 271-300
15 x 60 Min. € 75,00
Di 9:00 Uhr ab 19.01. 271-301
17 x 60 Min. € 85,00

Salsa-Zumba®

Mi 18:45 Uhr ab 20.01. mit Noa El Ouatik 271-340
18 x 75 Min. € 112,50

Orientalischer Tanz - Bauchtanz Fortgeschrittene für Frauen

Do 18:30 Uhr ab 28.01. mit Nicole Fenske 271-336
17 x 90 Min. € 127,50

Kickstart 2027: Abnehmen, Kräftigen, Entspannen

Fr 18:00 Uhr ab 08.01. mit Frederike Baureiß 271-350
12 x 60 Min. € 60,00

Sprachen



Spanisch - praxisnah + effektiv mit Javier Molinos

Mo 18:00 Uhr ab 18.01. 271-121
Mi 18:00 Uhr ab 20.01. 271-124
15 x 90 Min. € 113,00

Spanisch für Anfänger Plus

Mi 10:00 Uhr ab 04.02. mit Javier Molinos 271-125
17 x 90 Min. € 128,00

Spanisch nur für Teilnehmer*innen des Vorjahreskurses

Di 10:15 Uhr ab 19.01. mit Silvia Schwarz 271-122
15 x 90 Min. € 113,00

Französisch mit Francois Piguel

Mi 16:30 Uhr ab 20.01. 271-113
15 x 90 Min. € 113,00

Französisch mit Vorkenntnissen

Mi 18:15 Uhr ab 20.01. 271-114
bitte erkundigen Sie sich bei dem Kursleiter francois.piguel@t-online.de

Englisch für Wiedereinsteiger 50+

Zum Zeitpunkt der Drucklegung standen die Termine für den Englischkurs im kommenden Halbjahr noch nicht fest. Bitte informieren Sie sich über die aktuellen Angebote und Termine auf unserer Homepage.

Kreativität + Wissen



Die Kunst zu singen

Mo 18:00 Uhr ab 18.01. mit Melvin Edmondson 271-401
15 x 60 Min. € 143,00

Gitarre mit Alexey Kukuliev

Anfänger*innen
Mo 18:00 Uhr ab 18.01. 271-404
15x 60 Min. € 135,00

Anfänger*innen Plus
Di 18:00 Uhr ab 19.01. 271-405
Mi 18:00 Uhr ab 20.01. 271-407

Fortgeschrittene
Di 19:00 Uhr ab 19.01 271-406
15 x 60 Min. € 135,00

Ukulele

Mo 19:00 Uhr ab 18.01. 271-410
Mi 19:00 Uhr ab 20.01. 271-409
15 x 60 Min. € 135,00



Aquarellmalerei mit Ute Bantin

Blumen einzeln und im Strauß
Mi 10:30 Uhr ab 10.02. 271-426

Wasserlandschaften
Mi 10:30 Uhr ab 31.03. 271-427
7 x 150 Min. € 97,50

Fische
Mi 10:30 Uhr ab 13.01. 271-425

Stilleben
Mi 10:30 Uhr ab 19.05. 271-428
4 x 150 Min. € 55,00

Workshop: Zentangle® mit Beate Winkler

Di 18:30 Uhr am 23.02.
1 x 120 Min. € 19,00 inkl. Material

Klöppeln für Anfänger&Fortgeschrittene

Fr 15:30 Uhr ab 22.01. mit Sabine Kaminski 271-420
12x 120 Min. € 120,00

Schreibwerkstatt für Frauen

Do 10:30 Uhr ab 18.03. mit Joël Tan 271-470
5 x 90 Min. € 100,00

Gedächtnistraining

Do 10:30 Uhr ab 25.02. mit Beate Winkler 271-471
5 x 90 Min. € 55,00

Frauen & Finanzen mit Maja Sturm

Zum Zeitpunkt der Drucklegung standen die Termine für die Einsteigerinnen- und Fortgeschrittenenkurse noch nicht fest. Bitte informieren Sie sich über die aktuellen Angebote und Termine auf unserer Homepage.

Orientierungskurs „Was tun bei Pflegebedürftigkeit?"

Do 10:30 Uhr ab 25.02. mit Sandra Griese 271-471
1 x 135 Min. kostenlos

Spezialpflegekurs für Angehörige von Menschen mit Demenz:

Do 10:30 Uhr ab 25.02. mit Sandra Griese 271-471
4 x 135 Min. kostenlos

Die Teilnahme an den Pflegekursen ist kostenlos. Da die Anzahl der Plätze begrenzt ist, ist eine vorherige Anmeldung jedoch erforderlich.

Das Freizeitzentrum Schnelsen e.V. wird gefördert vom Hamburg | Bezirksamt Eimsbüttel