SSBL
Stadtsportbund
Leipzig



LEIPZIGER
BEWEGUNGSTAGE
FÜR SENIOREN

Sportangebote zum Mitmachen

14. - 22. November 2026

LEIPZIGER BEWEGUNGSTAGE FÜR SENIOREN

SSBL Stadtsportbund Leipzig

Dezentrale Mitmach-Angebote

Alle Angebote auf einen Blick

Montag, 16. November 2026

12 Angebote

SPORTART	ZEIT	VEREIN · ORT · HINWEISE
Rudern für Senioren	08.30 – 10.00 Uhr	Gesundheitssport Dr. Heine e.V. Groitzscher Straße 91 | 04179 Leipzig **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 2419893!**
Yoga sanft	08.30 – 09.30 Uhr	Bewegungs- und Gesundheitssportverein Plagwitz e.V. Wachsmuthstraße 3 | 04229 Leipzig
Wirbelsäulen-Gymnastik	08.45 – 09.30 Uhr	Aktive Senioren Leipzig e.V. Mehrzwecksporthalle Döllingstraße 31 | 04328 Leipzig | **Anmeldung unter 0341/2521451 erwünscht**
Allgemeine Sportgruppe	10.00 – 11.00 Uhr	BSV AOK Leipzig e.V. Turnhalle Anton-Bruckner-Allee 1 | 04229 Leipzig **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 4926000!**
Prävention / Gymnastik	10.45 – 11.45 Uhr	HSG DHfK Leipzig e.V. Turnhalle Lauchstädter Straße Lauchstädter Straße 6-8 | 04229 Leipzig
Schwimmen	11.00 – 12.00 Uhr	HSG DHfK Leipzig e.V. Sportbad Am Rabet Otto-Runki-Platz 1 | 04315 Leipzig
Wasser-Gymnastik	11.00 – 12.00 Uhr	Aktive Senioren Leipzig e.V. Sportbad Am Rabet Otto-Runki-Platz 1 | 04315 Leipzig **Anmeldung unter 0341/2521451 erwünscht!**
Fitness-Mix	11.30 – 12.30 Uhr	Bewegungs- und Gesundheitssportverein Plagwitz e.V. Wachsmuthstraße 3 | 04229 Leipzig

LEIPZIGER BEWEGUNGSTAGE FÜR SENIOREN

SSBL Stadtsportbund Leipzig

SPORTART	ZEIT	VEREIN · ORT · HINWEISE
Prävention / Gymnastik	12.00 – 13.00 Uhr	HSG DHfK Leipzig e.V. Turnhalle Lauchstädter Straße Lauchstädter Straße 6-8 | 04229 Leipzig
Allg. Gymnastik	15.45 – 17.15 Uhr	SG Lipsia e.V. Sporthalle am Rabet Konradstraße 30 | 04315 Leipzig
Rückenschule / Gymnastik	17.15 – 18.15 Uhr	Gesundheitssport Dr. Heine e.V. Groitzscher Straße 91 | 04179 Leipzig **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 2419893!**
Prävention / Gymnastik	18.00 – 19.00 Uhr	HSG DHfK Leipzig e.V. Turnhalle Lauchstädter Straße Lauchstädter Straße 6-8 | 04229 Leipzig

LEIPZIGER BEWEGUNGSTAGE FÜR SENIOREN

SSBL Stadtsportbund Leipzig

Dienstag, 17. November 2026

11 Angebote

SPORTART	ZEIT	VEREIN · ORT · HINWEISE
Reha-Sport	08.15 – 09.15 Uhr	Bewegungs- und Gesundheitssportverein Plagwitz e.V. Außenstelle Großzschocher; Bismarckstraße 41 | 04249 Leipzig **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 2419657!**
Qigong	08.45 – 09.45 Uhr	Bewegungs- und Gesundheitssportverein Plagwitz e.V. Wachsmuthstraße 3 | 04229 Leipzig
Ergometer-Rudern	09.00 – 10.00 Uhr	Gesundheitssport Dr. Heine e.V. Groitzscher Straße 91 | 04179 Leipzig **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 2419893!**
Tanz / Gymnastik	11.30 – 12.30 Uhr	Tanz/ HSG DHfK Leipzig e.V. Sozialkulturelles Zentrum „Die Villa“ Lessingstraße 7| 04109 Leipzig
Wasser-Gymnastik	12.30 – 13.15 Uhr	Aktive Senioren Leipzig e.V. Schwimmhalle Nord Kleiststraße 54 | 04129 Leipzig **Anmeldung unter 0341/2521451 erforderlich**
Reha-Sport „Herz / Kreislauf“	14.00 – 15.00 Uhr	Bewegungs- und Gesundheitssportverein Plagwitz e.V. Wachsmuthstraße 3 | 04229 Leipzig
Prävention / Gymnastik	15.00 – 16.00 Uhr	HSG DHfK Leipzig e.V. AOK Gesundheitszentrum Anton-Bruckner-Allee 1 | 04229 Leipzig
Allgemeine Sportgruppe	16.00 – 17.00 Uhr	TV Aufbau Süd-West Leipzig e.V. TH Lauchstädter Straße Lauchstädter Straße 6-8 | 04229 Leipzig
Wirbelsäulen-Gymnastik	17.00 – 18.00 Uhr	Aktive Senioren Leipzig e.V. Mehrzwecksporthalle Döllingstraße 31 | 04328 Leipzig **Anmeldung unter 0341/2521451 erwünscht**
Allgemeine Sportgruppe	17.15 – 18.45 Uhr	TSV Grünau 1980 e.V. TH 91. Schule Uranusstr.1 | 04205 Leipzig **Anmeldung unter 0341/5902380 erwünscht**

LEIPZIGER BEWEGUNGSTAGE FÜR SENIOREN

SSBL Stadtsportbund Leipzig

SPORTART	ZEIT	VEREIN · ORT · HINWEISE
Prävention / Gymnastik	18.45 – 20.15 Uhr	HSG DHfK Leipzig e.V. TH Leplaystraße Leplaystraße 13 | 04103 Leipzig

Mittwoch, 18. November 2026

1 Angebot

SPORTART	ZEIT	VEREIN · ORT · HINWEISE
Glühweintour / Geführte Wanderungen (12 und 17 km)	09.00 und 11.00 Uhr	Nordsächsischer Regionalwanderverband e.V. Verein Leipziger Wanderer e.V. Informationen unter: www.wanderverein-leipzig.de/veranstaltungen

LEIPZIGER BEWEGUNGSTAGE FÜR SENIOREN

SSBL Stadtsportbund Leipzig

Donnerstag, 19. November 2026

14 Angebote

SPORTART	ZEIT	VEREIN · ORT · HINWEISE
Sitzball- und Hockergruppe	08.15 – 09.15 Uhr	Bewegungs- und Gesundheitssportverein Plagwitz e.V. Außenstelle Großzschocher; Tel. 2419 657 Bismarckstraße 41 | 04249 Leipzig
Rudern für Senioren	08.30 – 10.00 Uhr	Gesundheitssport Dr. Heine e.V. Groitzscher Straße 91 | 04179 Leipzig **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 2419893!**
Pilates	08.45 – 09.45 Uhr	Bewegungs- und Gesundheitssportverein Plagwitz e.V. Wachsmuthstraße 3 | 04229 Leipzig
Wirbelsäulen-Gymnastik	09.05 – 10. 50 Uhr	Aktive Senioren Leipzig e.V. Mehrzwecksporthalle | Döllingstraße 31 | 04328 Leipzig **Anmeldung unter 0341/2521451 erwünscht**
Reha-Sport	10.00 – 11.00 Uhr	Bewegungs- und Gesundheitssportverein Plagwitz e.V. Wachsmuthstraße 3 | 04229 Leipzig
Rudern für Senioren	10.00 – 11.30 Uhr	Gesundheitssport Dr. Heine e.V. Groitzscher Straße 91 | 04179 Leipzig **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 2419893!**
Wasser-Gymnastik	10.00 – 11.00 Uhr	Aktive Senioren Leipzig e.V. Sportbad an der Elster Antonienstraße 8 | 04229 Leipzig **Anmeldung unter 0341/2521451 erforderlich**
Tanz / Gymnastik	11.30 – 12.30 Uhr	Tanz/ HSG DHfK Leipzig e.V. Sozialkulturelles Zentrum „Die Villa“ Lessingstraße 7| 04109 Leipzig
Allgemeine Sportgruppe	13.30 – 14.30 Uhr	BSV AOK Leipzig e.V. Anton-Bruckner-Allee 1 | 04229 Leipzig raum **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 4926000!**
Allgemeine Sportgruppe	14.00 – 15.00 Uhr	BSV AOK Leipzig e.V. Anton-Bruckner-Allee 1 | 04229 Leipzig Turnhalle **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 4926000!**

LEIPZIGER BEWEGUNGSTAGE FÜR SENIOREN

SSBL Stadtsportbund Leipzig

SPORTART	ZEIT	VEREIN · ORT · HINWEISE
Yoga sanft	15.15 – 16.15 Uhr	Bewegungs- und Gesundheitssportverein Plagwitz e.V. Außenstelle Großzschocher; Bismarckstraße 41 | 04249 Leipzig **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 2419657!**
Laufsport	16.00 – 18.00 Uhr	LC Auensee Leipzig e.V. A.-Bebel-Kampfbahn An der Elster 35 | 04159 Leipzig
Allg. Gymnastik	17.30 – 18.30 Uhr	Allg. SG ISO Leipzig e.V. SH A.-Fr.-Oeser Schule Geibelstraße 74 | 04129 Leipzig
Yoga	19.00 – 20.00 Uhr	Gesundheitssport Dr. Heine e.V. Groitzscher Straße 91 | 04179 Leipzig **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 2419893!**

LEIPZIGER BEWEGUNGSTAGE FÜR SENIOREN

SSBL Stadtsportbund Leipzig

Freitag, 20. November 2026

6 Angebote

SPORTART	ZEIT	VEREIN · ORT · HINWEISE
 Wirbelsäulen-Gymnastik	08.15 – 09.15 Uhr	Aktive Senioren Leipzig e.V. Mehrzwecksporthalle Döllingstraße 31 | 04328 Leipzig **Anmeldung unter 0341/2521451 erwünscht**
 Wirbelsäulen-Gymnastik	09.20 – 10.20 Uhr	Aktive Senioren Leipzig e.V. Mehrzwecksporthalle Döllingstraße 31 | 04328 Leipzig **Anmeldung unter 0341/2521451 erwünscht**
 Nordic Walking	10.00 – 11.00 Uhr	BSV AOK Leipzig e.V. Anton-Bruckner-Allee 1 | 04229 Leipzig **Bitte telefonische Anmeldung unter 0341 4926000!**
 Wasser-Gymnastik	12.15 – 13.00 Uhr	Aktive Senioren Leipzig e.V. Schwimmhalle Südost Kolmstraße 63 | 04299 Leipzig **Anmeldung unter 0341/2521451 erforderlich**
 Wasser-Gymnastik	13.00 – 13.45 Uhr	Aktive Senioren Leipzig e.V. Schwimmhalle Südost Kolmstraße 63 | 04299 Leipzig **Anmeldung unter 0341/2521451 erforderlich**
 Aktive Senioren (70+)	13.30 – 15.00 Uhr	Aktive HSG DHfK Leipzig e.V. Sozialkulturelles Zentrum „Die Villa“ Lessingstraße 7 | 04109 Leipzig

LEIPZIGER BEWEGUNGSTAGE FÜR SENIOREN

SSBL Stadtsportbund Leipzig

Sonnabend, 21. November 2026

1 Angebot

SPORTART	ZEIT	VEREIN · ORT · HINWEISE
Ergometer-Rudern	09.00 – 10.00 Uhr	Gesundheitssport Dr. Heine e.V. Groitzscher Straße 91 | 04179 Leipzig **Telefonische Anmeldung unter 0341 2419893 erforderlich!**

Sonntag, 22. November 2026

1 Angebot

SPORTART	ZEIT	VEREIN · ORT · HINWEISE
Laufsport	10.00 – 11.00 Uhr	LC Auensee Leipzig e.V. A.-Bebel-Kampfbahn An der Elster 35 | 04159 Leipzig **Treffpunkt: Hinter dem Haus Auensee am Freisitz**