

## Presse-Mitteilung

### Balkontraining gegen Lagerkoller

#### **hanova und Turn-Klubb zu Hannover luden zum Work-Out im eigenen Zuhause ein**

Fit bleiben trotz Corona: Weil das reguläre Sportangebot vorerst pausiert, kommen die Trainer jetzt vor die (Balkon-)Tür. Trainerin Doreen (vom TKH) lud gemeinsam mit hanova alle Mieterinnen und Mieter am Klagesmarkt zu einem 30-minütigen Fatburner Core-Programm im eigenen Zuhause ein. Der ideale Ort, um den Abstand zu wahren: Der Balkon. Um punkt 15 Uhr startete das Training mit Beats aus der mobilen Box und verwandelte die Balkone des Innenhofs zu kleinen Fitnessstudios.

Das schweißtreibende Work-Out sorgte für lachende Gesichter und eine ausgelassene Stimmung im Quartier. Auch Doreen freute sich über die spontane Mitmachbereitschaft der Mieter beim Balkon-Sport. Zurück blieb eine zufriedene Trainerin: „Ihr wart toll - danke für's mitmachen!“

#### **hanova:**

Als kommunaler Konzern gestaltet hanova die städtebauliche Entwicklung Hannovers nachhaltig mit, um die Landeshauptstadt lebens- und lebenswerter zu machen. Dabei stehen der wirtschaftliche Erfolg und die soziale Verantwortung stets ausgewogen nebeneinander. Als größter Immobiliendienstleister in Hannover realisiert und bewirtschaftet hanova Wohn- und Gewerberäume, baut Schulen und Kindergärten, schafft Parkraum und entwickelt die Stadt jeden Tag aktiv weiter – mit Hannoverherz und Immobilienverstand. Als kommunales Tochterunternehmen steht bei der hanova WOHNEN GmbH die nachhaltige Wohnungsversorgung aller Bevölkerungsgruppen im Mittelpunkt des unternehmerischen Handelns. Die durchschnittliche Quadratmetergrundmiete liegt aktuell bei 5,66 EUR und wirkt sich damit preisdämpfend auf den Mietspiegel der Stadt Hannover aus. Die Grundmieten unserer Wohnobjekte unterschreiten zudem den Mittelwert des Mietspiegels (2019) zum größten Teil deutlich.

#### **Turn-Klubb zu Hannover:**

Der Turn-Klubb zu Hannover bewegt rund 7.000 Mitglieder im Breiten- und Wettkampfsport und gehört damit zu den aktivsten Sportvereinen in Niedersachsen. Dabei spielen bewegungsfördernde Angebote für Kinder eine genauso wichtige Rolle wie auch qualitätsgesicherte Fitness- und Gesundheitssportstunden. Insbesondere das vereinseigene Fitnessstudio geht auf die persönlichen Bedürfnisse von vielen Menschen aus Hannover ein. Mit seinen Standorten in der Südstadt/Mitte, dem Kindersportzentrum List und der Außenanlage in Kirchrode ist der TKH in der ganzen Stadt vernetzt. Der Klubb bietet sowohl Wettkampf- und Leistungssportlern eine Heimat als auch unzähligen Familien, die auch von zahlreichen Kooperationen mit Hannoveraner Grundschulen profitieren.

---

Hannover, 20.04.2020

**hanova**  
hanova WOHNEN GmbH  
Otto-Brenner-Straße 4  
30159 Hannover

Presseverantwortlich:  
Frank Ermlich  
Fon 0511.64 67 - 2200  
E-Mail frank.ermlich@hanova.de