

# Angebote des Postsportvereins Stadthagen e.V.



**Niedernstraße 1-5 (im Hause Tietz) 1. OG links**  
**Tel.: 05721 / 92 63 84 www.postsv-stadthagen.de**  
**Mail: postsv-stadthagen@web.de**

## Leichtathletik

6 bis 9 Jahre	Dienstag 17.00 Uhr - 18.30 Uhr	Halle hinter der Burg
10 und 11 Jahre	Dienstag 17.00 Uhr - 18.30 Uhr	Halle hinter der Burg
12 und 13 Jahre (Winter)	Freitag 17.00 Uhr - 19.00 Uhr	Kreissporthalle Schachtstraße
12 und 13 Jahre (Sommer)	Mi. u. Fr. 17.00 Uhr - 19.00 Uhr	Jahnstadion
ab 14 Jahre (Winter)	Dienstag 17.00 Uhr - 19.00 Uhr	Kreissporthalle Schachtstraße
Leistungsgruppe:	Freitag 17.00 Uhr - 19.30 Uhr	Kreissporthalle Schachtstraße
ab 14 Jahre (Sommer)	Mo.,Mi.,Fr., 17.00 Uhr - 19.00 Uhr	Jahnstadion

## Sportabzeichen

AUCH OHNE MITGLIEDSCHAFT!!!  
 Mittwoch ab 17.00 Uhr

Jahnstadion

## Eltern-Kind-Gruppen

ab Lauffalter



Montag 16.00 Uhr - 17.00 Uhr	Halle am Sonnenbrink
Dienstag 16.00 Uhr - 17.00 Uhr	Halle am Sonnenbrink
Freitag 15.30 Uhr - 17.00 Uhr	Halle hinter der Burg

## Kinderturnen

3 bis 6 Jahre	Montag 16.00 Uhr - 17.00 Uhr	Halle am Sonnenbrink
3 bis 6 Jahre	Dienstag 16.00 Uhr - 17.00 Uhr	Halle am Sonnenbrink

## Moving Kids

6 bis 9 Jahre	Montag 17.00 Uhr - 18.00 Uhr	Halle am Sonnenbrink
---------------	------------------------------	----------------------

## Tanz / Hip Hop

10-15 Jahre	Freitag 18.00 Uhr - 19.00 Uhr	Halle Hinter der Burg
ab 16 Jahre	Dienstag 20.00 Uhr - 21.30 Uhr	Ratsgymnasium
(Hip Hop)	Freitag 20.00 Uhr - 21.30 Uhr	Ratsgymnasium



## Rhönradturnen (ab einer Körpergröße von 1,35 m)

Dienstag 17.00 Uhr - 19.00 Uhr	Halle am Sonnenbrink
--------------------------------	----------------------

## Fitness nach 7

Dienstag 19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Halle am Sonnenbrink
--------------------------------	----------------------

## Aktiv nach 8

Dienstag 20.00 Uhr - 21.00 Uhr	Halle am Sonnenbrink
--------------------------------	----------------------

## KerlGesund

Montag 19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Halle am Sonnenbrink
------------------------------	----------------------

## TABATA

Donnerstag 17.30 Uhr - 18.30 Uhr	Spiegelsaal Kreissporthalle
----------------------------------	-----------------------------

## ZUMBA Fitness

Donnerstag 19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Spiegelsaal Kreissporthalle
Donnerstag 20.00 Uhr - 21.00 Uhr	Spiegelsaal Kreissporthalle
Freitag 17.00 Uhr - 18.00 Uhr	Halle hinter der Burg

## Fit ab 60

Donnerstag 17.00 Uhr - 18.00 Uhr	Halle am Sonnenbrink
----------------------------------	----------------------

## Hockergymnastik

Dienstag 11.00 Uhr - 12.00 Uhr	Niedernstraße 1-5 (Geschäftsstelle)1.OG li
--------------------------------	--

## Fit und Entspannt in den Tag

Dienstag 09.00 Uhr - 10.00 Uhr	Saal Alte Polizei
Dienstag 10.00 Uhr - 11.00 Uhr	Saal Alte Polizei

## Flexibility

Mittwoch 09.15 Uhr - 10.15 Uhr	Niedernstraße 1-5 (Geschäftsstelle)1.OG li
Mittwoch 10.30 Uhr - 11.30 Uhr	Niedernstraße 1-5 (Geschäftsstelle)1.OG li

## FitMix

Montag 18.00 - 19.00 Uhr	Halle am Sonnenbrink
--------------------------	----------------------

## Volleyball/ Technik

Techniktraining für alle



## Volleyball-Mixed-Hobbyrunde

Dienstag 18.30 Uhr - 20.00 Uhr	Halle hinter der Burg
Freitag 20.00 Uhr - 22.00 Uhr	Halle hinter der Burg

## Tischtennis

Gruppe 1



Gruppe 2

Erwachsene

60+

## Sportschießen

Freitag ab 20.00 Uhr	Schützenbund, Schachtstr.
----------------------	---------------------------

## Tanzen *NUR AUF ANFRAGE*

Donnerstag 19.30 Uhr - 21.00 Uhr	Saal Alte Polizei
----------------------------------	-------------------

## Nordic-Walking und Walking (mit etwas Vorkenntnissen)

Dienstag 09.00 Uhr	Wendeplatz "Am Jägerhof"
Mittwoch 18.00 Uhr	Möbelhaus Göbel, Teichstraße

## Fitness-Rucksack

Mittwoch 18.00 Uhr	Parkplatz Schulstraße / Schlosspark
--------------------	-------------------------------------

## Wandern

jeden 3. Sonntag im Monat; Ziele: siehe Pressenotiz/Internet

**Kursangebote wie Feldenkrais, Pilates und Yoga auf Anfrage**