



Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Montag: 09:00-12:00 Uhr
 Mittwoch: 09:00-12:00 Uhr
 Donnerstag: 13:00-17:00 Uhr

Sportprogramm des **PolizeiSportVereins** Braunschweig

Aikido

Ansprechpartner: Mario Müllhäuser, Tel.: 0170-5222406

Aktuelles und Anmeldung unter aikidobs.wordpress.com

Montag	19:00-21:00 Uhr	Erwachsenentraining	Grundschule Bürgerstraße
Freitag	18:00-20:00 Uhr	Erwachsenentraining	Grundschule Comeniusstraße

Cheerleading

Ansprechpartnerin: Anita Hennig, Tel.: 0157-85115527 oder Miriam Dempewolf, Tel.: 0173-8015918

Dienstag	17:00-18:30 Uhr 18:30-20:00 Uhr	Golden Twinkles, 5 bis 11 Jahre Golden Stardust, ab 11 Jahre	Grundschule Comeniusstraße Grundschule Comeniusstraße
Donnerstag	19:00-20:00 Uhr	Golden Xplosion	Mehrzweckhalle GS Heidberg
Samstag	09:30-11:00 Uhr 12:00-14:00 Uhr 14:00-15:30 Uhr	Golden Lizards, 10 bis 15 Jahre Golden Twinkles, 5 bis 11 Jahre Golden Stardust, ab 11 Jahre	Grundschule Comeniusstraße Grundschule Heinrichstraße Grundschule Heinrichstraße
Sonntag	15:00-19:00 Uhr	Zusatstraining für alle Gruppen	Grundschule Heinrichstraße

Fitness- und Gesundheitssport

Ansprechpartner: Geschäftsstelle: Tel. 0531-2339693

Montag	20:00-22:00 Uhr	Kraft- und Fitnesstraining: Damen und Herren	Kraftraum BePo
Mittwoch	20:00-22:00 Uhr	Kraft- und Fitnesstraining: Damen- und Herren	Kraftraum BePo
Dienstag Donnerstag	10:00-11:30 Uhr 10:00-11:30 Uhr	Nordic Walking Nordic Walking	Treffpunkt Riddagshausen, Am Grünen Jäger Treffpunkt Riddagshausen, Am Grünen Jäger
Montag Dienstag	18:00-19:00 Uhr 19:00-20:00 Uhr 20:00-21:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik Wirbelsäulengymnastik Wirbelsäulengymnastik	Grundschule Comeniusstraße Gymn.-Raum, Christophorusschule Gymn.-Raum, Christophorusschule
Mittwoch Donnerstag	18:00-19:00 Uhr 19:00-20:00 Uhr 15:00-16:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik Wirbelsäulengymnastik Wirbelsäulengymnastik	Gymn.-Raum, Christophorusschule Gymn.-Raum, Christophorusschule Grundschule Bültenweg
Mittwoch	20:30-22:00 Uhr	Zirkeltraining	Sporthalle BePo

Kinderturnen

Ansprechpartner: Geschäftsstelle: Tel. 0531-2339693

Dienstag	16:00-17:00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen, Kinder ab lauffähigem Alter bis 3 J.	Grundschule Heinrichstraße
Donnerstag	16:00-17:00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen, Kinder ab lauffähigem Alter bis 3 J.	Grundschule Bültenweg
Mittwoch	16:00-17:00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen 3 bis 4 J.	Grundschule Heinrichstraße
Montag Mittwoch	17:00-18:00 Uhr 17:00-18:00 Uhr	Kleinkinderturnen 5 bis 6 J. Kleinkinderturnen 5 bis 6 J.	Grundschule Comeniusstraße Grundschule Heinrichstraße

Fußball**Ansprechpartner:** Geschäftsstelle: Tel. 0531-2339693 **Freizeitfußball:** J. Bartling, Tel. 0177-4213085 und J. Jansen, Tel. 0531-610892

Jugendfußball:Der Trainingsplan der Fußball-Jugendmannschaften ist unter www.ft-braunschweig.de zu finden.**Herren:**

Montag	19:00-20:30 Uhr 20:30-22:00 Uhr	1.Herren Freizeitfußballer u. Senioren	PSV-Stadion, A-Platz Sporthalle der BePo
Dienstag	19:30-21:00 Uhr	Freizeitfußballer u. Senioren	PSV-Stadion, A-Platz
Mittwoch	19:00-21:00 Uhr	Altherren	PSV-Stadion, A-Platz
Donnerstag	18:30-20:00 Uhr 19:30-21:00 Uhr 20:30-22:00 Uhr	1.Herren Freizeitfußballer u. Senioren 1.Herren, Altherren	PSV-Stadion, A-Platz PSV-Stadion, A-Platz Sporthalle der BePo
Freitag	19:00-21:00 Uhr	Altherren	PSV-Stadion, A-Platz

Handball**Abt.-Leiter:** Uwe Opitz, Tel.: 0531-353221

Donnerstag	18:30-20:30 Uhr	1. Herren	Sporthalle der BePo
------------	-----------------	-----------	---------------------

Indiaca**Ansprechpartnerin:** Julia Kubiak, Tel.: 0176-70318921

Freitag	18:00-20:00 Uhr	Indiaca	Schulanlage Leonhardstraße 12
---------	-----------------	---------	-------------------------------

Judo des SFV Europa e.V. im Polizeisportverein Braunschweig e.V.**Kontakt:** PSV-Geschäftsstelle: Tel. 0531-2339693

Dojo in der Sporthalle der BePo

Montag	16:30-17:30 Uhr	4 - 7 Jahre	Anfänger
	17:30-19:00 Uhr	u12 & u15	Wettkämpfer
	19:00-20:30 Uhr	ab u15	Wettkämpfer
Dienstag	16:00-17:00 Uhr	4 - 7 Jahre	Anfänger
	17:00-18:30 Uhr	7 - 13 Jahre	Breiten- und Hobbysportler
Mittwoch	16:45-18:15 Uhr	u15 & u18	Wettkämpfer
	18:15-20:00 Uhr	ab u15	Wettkämpfer
	20:00-21:30 Uhr	Erwachsene und Senioren	Breiten- und Hobbysportler
Donnerstag	16:00-17:00 Uhr	4 - 7 Jahre	Anfänger
	17:00-18:30 Uhr	u12 & u15	Wettkämpfer
	18:30-20:00 Uhr	Jugend, Junioren, Erwachsene	Wettkämpfer
Freitag	16:45-18:15 Uhr	12 - 17 Jahre	Anfänger
	18:15-20:00 Uhr	ab u15	Wettkämpfer
	18:00-19:00 Uhr	Junioren, Erwachsene	Wettkämpfer
Samstag/Sonntag	nach Absprache	Jugend, Junioren, Erwachsene	Kraftzirkel-Training für Wettkämpfer

Kraftraum in der Sporthalle der BePo

Dienstag	17:00-20:00 Uhr	Jugend, Junioren	Krafttraining für Wettkämpfer
----------	-----------------	------------------	-------------------------------

Ju-Jutsu**Abt.- Leiter:** Detlef Roder, Tel.: 0173-3028867

Dojo in der Sporthalle der BePo

Dienstag	18:30-20:00 Uhr	11-16 Jahre	Jugendtraining: Anfänger und Fortgeschrittene
	20:00-21:30 Uhr	ab 17Jahre	Erwachsenentraining: Anfänger und Fortgeschrittene
Donnerstag	20:00-21:30 Uhr	ab 17Jahre	Erwachsenentraining: Anfänger und Fortgeschrittene
Freitag	20:00-21:30 Uhr	Freies Training	alle Gruppen

Turnhalle der Grundschule Bürgerstraße

Montag	16:00-17:30 Uhr	6-10 Jahre	Kindertraining: Anfänger
	17:30-19:00 Uhr	6-16 Jahre	Wettkampftraining
Mittwoch	17:00-19:00 Uhr	6-16 Jahre	Wettkampftraining
Freitag	16:30-18:00 Uhr	ab 10 Jahren	Kindertraining: ab 5.Kyu

Kanu**Abt.-Leiter:** Achim Overbeck, Tel.: 0531-2095190**Sportwartin:** Alke Overbeck, Tel.: 0531-2094658

Montag	18:00-20:00 Uhr	Hallentraining mit Stützpunkttraining	Sporthalle Bültenweg
Donnerstag	17:00 Uhr	Anfänger	Bootshaus im Bürgerpark
Trainingszeiten Leitungssport nach Absprache.			

Karate**Abt.-Leiter:** Adama Logosu –Teko, Tel/Fax: 0531-346357

Montag	18:30-20:00 Uhr	Sporthalle BePo	Auswahl Wettkampfgruppe Kinder
Dienstag	*18:30-20:00 Uhr	Sporthalle BePo	Erwachsene ab Grüngurt
Mittwoch	17:00-18:30 Uhr	Turnhalle BBS 5, Leopoldstraße 32	Kinder ab 7 Jahren, Anfänger und Fortgeschrittene Anfänger
	18:30-20:00 Uhr	Turnhalle BBS 5, Leopoldstraße 32	Kata mit Erwachsenen und Jugendlichen ab Grüngurt
	20:00-21:30 Uhr	Turnhalle BBS 5, Leopoldstraße 32	Selbstverteidigung für Erwachsene, alle
Freitag	16:30-18:00 Uhr	Grundschule Heinrichstraße	Kinder ab 10 Jahren, Anfänger und Fortgeschrittene Anfänger
	*18:30-20:00 Uhr	Halle Christophorusschule Georg-Westermann-Allee 76	Erwachsene ab Grüngurt
Samstag	*10:45-11:30 Uhr	Dojo der BePo	Erstbesucherkurs, neuer Familienkurs ab 7 Jahren
	*11:30-13:00 Uhr	Dojo der BePo	Anfänger- und Familienkurs

Wichtig: In den Schulferien finden die mit * gekennzeichneten Trainingsstunden auch für Kinder in der Halle der Bereitschaftspolizei statt. Näheres beim jeweiligen Trainer oder unter 0531 346357 anfragen.

Leichtathletik**Ansprechpartner:** Geschäftsstelle: Tel. 0531-2339693

Montag	15:00-16:30 Uhr	Lauftreff	PSV-Stadion
Dienstag	17:00-18:30 Uhr	6-12 Jahre	Grundschule Heinrichstraße
Mittwoch	19:00-20:30 Uhr	AK Senioren/ -innen	BePo-Sporthalle

Modern Arnis**Abt.-Leiter:** Uwe Oetken, Tel.: 0531-5807767

Montag	20:00-21:30 Uhr	Erwachsenentraining	Dojo/Sporthalle BePo
Donnerstag	20:00-21:30 Uhr	Erwachsenentraining	Dojo BePo

Qi Gong**Ansprechpartner:** Geschäftsstelle: Tel. 0531-2339693

Dienstag	09:00-10:00 Uhr 10:00-11:00 Uhr		Schützenheim, PSV-Platz Schützenheim, PSV-Platz
Freitag	12:55-13:55 Uhr		AOK Gesundheitszentrum

Reha-Sport**Kommissarische Abt.-Leiterin:** Elsbeth Kröckel, Tel.: 0531-578053

Trockengymnastik (TG), Wassergymnastik (WG)

Montag	10:00 Uhr	TG 1	AOK Gesundheitszentrum
	11:00 Uhr	TG 4	AOK Gesundheitszentrum
	11:00 Uhr	WG 14	Wohnpark am Wall
	12:00 Uhr	TG 7	AOK Gesundheitszentrum
	13:00 Uhr	TG 16	AOK Gesundheitszentrum
Dienstag	14:00 Uhr	WG 6	Wohnpark am Wall
	15:00 Uhr	WG 7	Wohnpark am Wall
	16:30 Uhr	WG 8	Wohnpark am Wall
Mittwoch	10:30 Uhr	WG 9	Wohnpark am Wall
	11:00 Uhr	WG 10	Wohnpark am Wall
	11:30 Uhr	WG 11	Wohnpark am Wall
	12:30 Uhr	TG 15	Rosenäckern Lehdorf
Donnerstag	14:00 Uhr	WG 12	Wohnpark am Wall
	15:00 Uhr	WG 18	Hans-Würtz-Schule, Kruppstraße
	16:30 Uhr	TG 8	Gym.raum Christophorusschule
Freitag	11:00 Uhr	TG 5	AOK-Gesundheitszentrum
	11:45 Uhr	WG 3	BürgerBadePark
	12:00 Uhr	TG 2	AOK-Gesundheitszentrum
	14:00 Uhr	TG 14	AOK-Gesundheitszentrum
	16:30 Uhr	WG 15	Wohnpark am Wall
Samstag	12:00 Uhr	WG 1	BürgerBadePark
	12:30 Uhr	WG 2	BürgerBadePark
	13:00 Uhr	WG 4	BürgerBadePark
	13:30 Uhr	WG 5	BürgerBadePark
	14:00 Uhr	WG 16	BürgerBadePark
	14:30 Uhr	WG 17	BürgerBadePark

Schach**Abt.-Leiter:** Klaus – Dieter Rohloff, Tel.: 05307-3163

Dienstag	17:00-19:00 Uhr 19:00-24:00 Uhr	Schüler u. Jugendliche Erwachsene	„Kleines Haus“ (Schützenheim), PSV-Platz
----------	------------------------------------	--------------------------------------	--

Weitere Termine nach Absprache mit dem Abteilungsleiter!!!

Schwimmen**Abt.-Leiter:** Oliver Nieden, Tel.: 0152-22525511

Aus organisatorischen Gründen ist es uns leider nicht mehr möglich, eine Warteliste für **Nichtschwimmerkurse** und die **weiterführenden Gruppen** zu führen.

Sollten Sie interessiert sein, so schauen Sie von Zeit zu Zeit unter www.bs-schwimmen.de nach. Wir werden dort rechtzeitig die Termine für die Nichtschwimmerkurse und das Vorschwimmen für die weiterführenden Gruppen veröffentlichen.

Freie Trainingsplätze für **AK-Schwimmer ab 20 Jahre – 80 Jahre**. Bitte melden Sie sich kurz mit Ihrer Telefonnummer bei oliver.nieden@t-online.de und wir können uns kurzfristig mittwochs von 19:00 – 20:30 Uhr auf der 50 m Bahn im Sportbad Heidberg treffen oder freitags von 20:00 – 21:00 Uhr auf der 25 m Bahn im Heidbergbad.

Sportschützen**Abt.-Leiterin:** Sabine Gaida, Tel.:0531-504199**Ansprechpartner Bogenschießen:** Ralf Schünemann, Tel./Fax: 0531-504199

Mittwoch (jeden 1. + 2. im Monat)	18:00-21:00 Uhr	KK-Gewehr Alle Klassen	Bezirkssportanlage Rünigen Leiferder Weg GS Altmühlstraße
	19:00-22:00 Uhr	Bogenschießen, Jugend und Erwachsene	
Donnerstag	19:00-20:30 Uhr	Konditions-/Muskeltraining	Schützenheim, PSV-Stadion
Freitag	18:00-21:00 Uhr	Luftgewehr, -pistole	Schützenheim, PSV-Stadion GS Altmühlstraße
	19:00-22:00 Uhr	Bogenschießen, Jugend und Erwachsene	

Bogenschießen für Anfänger (Schnupperschießen) nur nach Anmeldung bei R. Schünemann, tel. oder per Internet unter: www.psv-bs.de

Luftdruckgewehr/-pistole für Anfänger (Schnupperschießen) am Freitag nach Absprache mit S. Gaida.

Tennis**Ansprechpartner:** Geschäftsstelle: Tel.: 0531-2339693**Kinder-/Jugendtraining:** Gilbert Steffen, Tel.: 0531-25754630

Training im Winterhalbjahr nach Absprache.

Triathlon**Abt.-Leiter:** Andreas König, Tel.: 0511-4506434**Trainer:** Dirk Nölten, Tel.: 0531-67146

Montag	19:30-21:00 Uhr	Schwimmen	Wasserwelt
Dienstag	18:30 Uhr	Laufen	TU-Sportzentrum hinter der Mensa, Beethovenstraße
Donnerstag	19:30-21:00 Uhr	Schwimmen	Wasserwelt
Samstag	nach Absprache	Radfahren	nach Vereinbarung, je nach geplanter Strecke (Rennrad)
Sonntag	10:00 Uhr	Laufen	Treffpunkt Heidbergbad

Volleyball**Abt.-Leiter:** Andreas Gottschalk, Tel.: 0531-2801243

Montag	20:00-22:00 Uhr	Volleyball für Fortgeschrittene	Sporthalle Hauptschule, Heidberg
	20:00-22:00 Uhr	Volleyball-Freizeitgruppe	Sporthalle Raabeschule, Heidberg
Dienstag	17:00-19:00 Uhr	Volleyball für Anfänger u. Fortgeschrittene	Turnhalle Schulanlage Moselstraße
	20:00-22:00 Uhr	Volleyball-Leistungsgruppe	Turnhalle Realschule, Heidberg
Donnerstag	19:00-21:00 Uhr	Volleyball für Anfänger u. Fortgeschrittene	Turnhalle Lessinggymnasium, Leopoldstr. 20 Turnhalle Realschule, Heidberg
	20:00-22:00 Uhr	Volleyball für jung und alt	
Freitag	18:00-20:00 Uhr	Volleyball ab 16 Jahre	Mehrzweckhalle GS Heidberg

Yoga**Ansprechpartner:** Geschäftsstelle: Tel. 0531-2339693

Dienstag	18:00-19:00 Uhr		Gymn.-Raum, Christophorusschule
----------	-----------------	--	---------------------------------

ZUMBA fitness**Ansprechpartnerin:** Joy Wagner, Tel.: 0157-82935183**Kindertraining:** Bettina Schütze, Tel.: 0531-6803372

Dienstag	20:00-21:00 Uhr	ZUMBA fitness für Erwachsene	Grundschule Comeniusstraße
----------	-----------------	------------------------------	----------------------------
