Ballsport

Badminton

Frauenlob-Gymnasium
Adam-Karrillon-Str. 35, Mainz

Mittwoch 20:00 – 22:00 Uhr

Stephan Banse 06131 – 67 54 48
Carsten Rolfs 0157 – 77 27 33 25

Tischtennis

Astrid-Lindgren-Schule
John F.-Kennedy-Str. 5, Mainz

Montag + Donnerstag 18:00 – 22:00 Uhr

Frank Rehder 06131 – 58 81 28

Basketball

Rhabanus-Maurus-Gymnasium
117er-Ehrenhof, Mainz

Freitag 17:00 – 19:00 Uhr

Marius Bitsch Anmeldung:info@postsvmainz.de

Volleyball

Rhabanus-Maurus-Gymnasium
117er-Ehrenhof, Mainz

Mittwoch 17:00 – 20:00 Uhr

Willi Brendel 06131 – 50 48 01

Kraftsport

Fitnessraum im Vereinsheim

Montag - Sonntag 08:00 – 22:00 Uhr

Willi Brendel 06131 – 50 48 01

Fastnacht

Prunkfremdensitzung

Gabi Schott fastnacht@postsvmainz.de

Kegeln & Boule

Boulebahn und Bundeskegelbahn des PostSV
Dr.-Martin-Luther-King-Weg 17, Mainz

Reservierung info@postsvmainz.de

Gymnastik & Fitness

Mutter-Vater-Kind-Turnen

Montag bis 3 Jahre
15:45 – 16:30 Uhr
Astrid-Lindgren-Schule, Sporthalle
John-F.-Kennedy-Str. 5, Mainz

Arno Meier Anmeldung: info@postsvmainz.de

Kinderturnen

Montag 3 – 5 Jahre
16:45 – 17:30 Uhr
Astrid-Lindgren-Schule, Sporthalle
John-F.-Kennedy-Str. 5, Mainz

Arno Meier Anmeldung: info@postsvmainz.de

Power-Fitness

Montag 18:30 – 20:00 Uhr
Münchfeldschule
Warfordstr. 30, Mainz

Dienstag 18:00 – 19:30 Uhr
Rhabanus-Maurus-Gymnasium
117-er Ehrenhof, Mainz

Anke Petermann 0160 – 97 81 17 76

Seniorensport

Vereinshalle des PostSV
Dr. Martin-Luther-King-Weg 17, Mainz

Dienstag 50 plus
16:00 – 17:00 Uhr

Stefan Schäfer-Sekura 06132 – 71 36 12

Dienstag Seniorengymnastik
17:30 – 18:30 Uhr

Liudmyla Kern l-kern@kabelmail.de

Bauch, Beine, Po

Freitag 18:00 - 19.00 Uhr
Vereinshalle des PostSV

Ornella Plumari Op-perfomance@gmx.de

Yoga

Montag Hormonyoga
18:30 – 19:30 Uhr
Münchfeldschule
Watfordstr. 30, Mainz

Mittwoch 14:30 – 15:30 Uhr
Vereinshalle des PostSV

Freitag 9:30 – 10:30 Uhr
Vereinshalle des PostSV

Liudmyla Kern 06131 – 33 80 04
l-kern@kabelmail.de

Tanzsport TSA Blau-Gold

Vereinshalle des Post SV
Dr. Martin-Luther-King-Weg 17, Mainz

Standard/Latein

Montag (Wieder-) einsteiger
18:00 – 19:00 Uhr
19:00 – 20:00 Uhr

Rosi Reichenbach-Block, Uwe Block

Donnerstag Tanzsportgruppe
19:00 – 20:00 Uhr
20:00 – 21:00 Uhr
21:00 – 22:00 Uhr

Roland Schluschaß

Linedance

Mittwoch 17:00 – 17:45 Uhr Einsteiger
17:45 – 18:30 Uhr (2 Gruppen)
Karin Götz

Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr Fortgeschrittene

Roland Schluschaß Anmeldung:
Tanzen@postsvmainz.de

Solo – Tanzen

Dienstag	14:30 – 15:30 Uhr
Roland Schluschaß	Anmeldung: Tanzen@postsvmainz.de

West-Coast-Swing

Montag	Basic Gruppe 20:00 – 20:45 Uhr
	Social Practice 20:45 – 21:00 Uhr
	Fortgeschrittene 21:00 – 22:00 Uhr
Patrick Zey	

Fitness Dance

Freitag	19:15 – 20:15 Uhr ab 18 Jahren
Ornella Plumari	op-performance@gmx.de

Salsa (Rueda)

Mittwoch	Singletanz 19:00 – 19:50 Uhr Salsa uva 20:05 – 20:55 Uhr Salsa grosella 21:10 – 22:00 Uhr
Bernhard Schweitzer Nadja Hölscher	06131 – 920 88 89

Kampfkunst

Judo

Frauenlob-Gymnasium
Adam-Karillon-Str. 35, Mainz

Dienstag	18:00 – 19:00 Uhr ab 6 Jahren 19:00 – 21:00 Uhr ab 14 Jahren
Mahour Nachost-Lotfi	

Kyūdō

Frauenlob-Gymnasium
Adam-Karillon-Str. 35, Mainz

Mittwoch	17:00 – 20:00 Uhr
Freitag	19:00 – 22:00 Uhr
Rolf Lindemaier	Rolf.lindemaier@t-online.de

Karate

Frauenlob-Gymnasium
Adam-Karillon-Straße 35, Mainz

Dienstag	18:00 – 19:00 Uhr Kinder 19:00 – 21:00 Uhr Erwachsene
Donnerstag	19:00 – 21:00 Uhr
Freitag	20:00 – 22:00 Uhr
Heinz Hoffmann	06131 – 68 11 73 0173 – 65 10 713

Vereinsinformationen

Monatliche Beiträge	
Mitglieder aktiv vor dem 18. Geburtstag	6,00 €
Mitglieder aktiv ab 18 Jahre	11,00 €
Mitglieder inaktiv / fördernd	5,00 €
Familienbeitrag	22,00 €
Kinder bis 3 Jahre bei Mutter/Vater/Kind-Turnen Bezugsperson	kostenfrei 11,00 €
Asylantragsteller*in (Nachweis), Bundesfreiwilligendienst (Nachweis)	kostenfrei
Monatliche Zusatzbeiträge	
Abteilungsbeitrag Fitness/Kraftraum	2,00 €
Abteilungsbeitrag Tanzen (ab 16J.)	3,00 €
Abteilungsbeitrag Tanzen vor d. 16. Geburtstag	entfällt
Aufnahmegebühr einmalig - pro Person	10,00 €

Unsere Sportangebote

Kontaktmöglichkeiten

Postsportverein e.V. Mainz
Vereinsheim, Kegelbahn und Geschäftsstelle
Dr.-Martin-Luther-King-Weg 17
55122 Mainz

Telefon:	0 61 31 / 23 45 45	
Sprechzeiten:	Dienstag	15 – 17 Uhr
	Freitag	NN
	und nach Absprache	
E-Mail:	info@postsvmainz.de	
Internet:	www.postsvmainz.de	

Präsident:	Ansgar Helm-Becker
Sportwart:	NN

Stand: 29.01.2024