

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

Leibnizschule
Leibnizstraße 13 Mainz

Donnerstag 20:30 – 22:00 Uhr

Marius Bitsch 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

Fitness

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

Dienstag 18:00 – 19:30 Uhr
Frauenlob-Gymnasium
Adam-Karrillon-Str. 35, Mainz

Anke Petermann 0160 – 97 81 17 76

Seniorenport

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-performance@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 tanzen@postsvmainz.de

Linedance

Mittwoch 16:00 – 17:00 Uhr Einsteiger
17:00 – 18:00 Uhr (2 Gruppen)

Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr Fortgeschrittene

Roland Schluschaß tanzen@postsvmainz.de

Solo – Tanzen

| | |
|-------------------|-----------------------|
| Dienstag | 14:30 – 15:30 Uhr |
| Roland Schluschaß | 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 | tanzen@postsvmainz.de |

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 06131 – 920 88 89
Nadja Hölscher

Kreatives Kindertanzen

| | |
|--------------|---|
| Montag | 17:00 – 17:45 Uhr Kinder 4 – 6 Jahre |
| Fr. Schirmer | tanzen@postsvmainz.de |

Kampfkunst

Judo

| | |
|--|---|
| Leibnizschule Leibnizstraße 13, Mainz | |
| Dienstag | 17:30 - 19:00 Uhr ab 6 Jahren 19:00 - 20:30 Uhr ab 14 Jahren |
| Donnerstag | 17:30 - 19:00 Uhr ab 6 Jahren 19:00 – 20:30 Uhr ab 14 Jahren |
| Mahour Nachost-Lotfi Daniel Mak | judo@postsvmainz.de |

Kyūdō

Leibnizschule
Leibnizstraße 13, Mainz

| | |
|-----------------|-----------------------------|
| Mittwoch | 18:00 – 22:00 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 | kostenfrei |
| Bezugsperson | 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 15 – 17 Uhr
und nach Absprache

E-Mail: info@postsvmainz.de
Internet: www.postsvmainz.de

Präsident: Ansgar Helm-Becker
Sportwart: NN