



## Basketball

Lars Becker Tel.: 06384-5140007

### Herren:

Di. 20:00 bis 22:00 Uhr Gymnasium Kusel

### Weibliche Jugend:

Mo. 18:00 bis 20:00 Uhr Gymnasium Kusel

Do. 18.00 bis 20:00 Uhr Gymnasium Kusel

## Freizeitvolleyball

Ulrich Jäger Tel.: 06381/6653

### Frauen und Männer gemischt:

Di. 20:00 bis 22:00 Uhr Schulzentrum Roßberg

## Handball

Wolfgang Serbiné Tel.: 06381-2422

### Männliche & weibliche Jugend 7– 11 Jahre:

Mo. 18:00 bis 19:30 Uhr Schulzentrum Roßberg

### Frauen

Di. 19:00 bis 20:30 Uhr Buchwaldhalle, Freisen

Fr. 19:00 bis 21:00 Uhr Schulzentrum Roßberg

### Herren

Di. 19:00 bis 20:30 Uhr Schulzentrum Roßberg

Fr. 19:00 bis 21:00 Uhr Schulzentrum Roßberg



## Gerätturnen

Uwe Oster Tel.: 06384-5140338 (weiblich)

Oliver Reis Tel.: 06381-428290 (männlich)

### Weibliche Jugend Anfänger (ab 6 Jahre):

Fr. 16:15 bis 17:45 Uhr Vereinsturnhalle

### Weibliche Jugend Fortgeschrittene:

Mo. 17:45 bis 19:45 Uhr Vereinsturnhalle

Do. 18:00 bis 19:30 Uhr Vereinsturnhalle

### Männliche Jugend (ab 6 Jahre):

Fr. 18:00 bis 20:00 Uhr Vereinsturnhalle

## Kinderturnen

Oliver Reis Tel. 06381/428290

### Kinder 4 – 6 Jahre:

Fr. 15:00 bis 16:00 Uhr Vereinsturnhalle

## Karate

Jörg Hösel Tel.: 06381-429272

### Kinder 8 – 15 Jahre:

Di. 17:00 bis 18:30 Uhr Vereinsturnhalle

Sa. 17:00 bis 18:30 Uhr Vereinsturnhalle

### Erwachsene ab 16 Jahre:

Di. 18:30 bis 20:00 Uhr Vereinsturnhalle

Sa. 18:00 bis 20:00 Uhr Vereinsturnhalle

## Rope Skipping

Ellen Knepeck Tel.: 06386-998664

### Ab 6 Jahren

Mo. 17:00 bis 18:00 Uhr Schulturnhalle Holler

### Fortgeschrittene & Leistungsgruppe:

Mo. 18:00 bis 19:30 Uhr Schulturnhalle Holler



## Fitness- und Gesundheitssport

### **Für Fitness und Wohlbefinden**

die Dauerangebote

### **4XF Functional Training** (ab 14 Jahre)

#### Männer und Frauen

Mi. 17:30 bis 19:00 Uhr Vereinsturnhalle

### **Gymnastik, Rhythmus, Tanz**

Bärbel Cappel-Mai Tel.: 06381-6471

Mo. 20:00 bis 21:00 Uhr Vereinsturnhalle

### **Allgemeines Fitnessprogramm**

Iris Geiß Tel.: 06308-1731

Petra Detzen-Emrich Tel.: 06381-9988198

Di. 09:30 bis 10:45 Uhr Vereinsturnhalle

### Rückenfit

Rita Klein Tel.: 06381-7396

Do. 20:00 bis 21:00 Uhr Vereinsturnhalle

### **Step-Aerobics und mehr ...**

Petra Detzen-Emrich Tel. 06381-9988198

Themen / Termine nach Ankündigung

Nur Kursbasis, Mitglieder kostenfrei





### weitere Kursangebote für jedes Alter

#### **Fit & Gesund\*\*, Cardio aktiv\*\***

Kraft, Ausdauer und Entspannung trainieren

#### **Nordic-Walking\*\***

Gesunde und sanfte Art zu mehr Fitness

#### **Rücken-Aktiv\*\*** Bewegen statt schonen

**Rückentraining\*\*** Ausdauer steigern, Kraft stärken, Koordination verbessern, Entspannung erwirken

#### **Specials für Ältere und Senioren**

##### **Standfest und stabil**

In Balance bleiben, Bewegungssicherheit erhalten

##### **Trittsicher durchs Leben\*\***

Muskeln stärken, Stürze vermeiden

##### **Fit bis ins hohe Alter\*\***

Beweglichkeit erhalten, den Alltag meistern

#### **ATP – Das Alltags-Trainingsprogramm\*\***

##### **ATP - Dauerangebot**

Bewegung in den Alltag bringen

Iris Geiß Tel.: 06308-1731

Rita Klein Tel.: 06381-7396

Petra Detzen-Emrich Tel.: 06381-9988198

Bärbel-Cappel-Mai Tel.: 06381-6471

Kurstermine werden im Aushang, in der lokalen Presse und auf der Webseite [www.tv-kusel.de](http://www.tv-kusel.de) bekannt gegeben. Für Mitglieder sind Kurse kostenfrei.

#### **\*\*Die Kurse entsprechen den**

**Qualitätsanforderungen der gesetzlichen Krankenkassen und können bezuschusst werden.**



### **Vorstand**

#### **1. Vorsitzende**

Oliver Reis  
Weibergraben 8a  
66869 Kusel

Tel.: 06381-428290  
1.vorsitzender@tv-kusel.de

#### **2.Vorsitzender**

Dieter Fetzer  
Remigiusbergstraße 8A  
66869 Kusel

Tel.: 0170-2766090  
2.vorsitzender@tv-kusel.de

#### **Schriftführer**

Simon Mohr  
Hochweg 7  
66871 Körborn

Tel.: 06381-996139  
schriftfuehrer@tv-kusel.de

#### **Kassenwart**

Nina Korb  
Finkenweg 7  
66869 Kusel

Tel.: 06381-4286595  
kassenwart@tv-kusel.de

### **Monatliche Mitgliedsbeiträge ab 1. April 2015**

#### **Einzelmitgliedschaft**

Kinder, Jugendliche < 18 Jahre	9,00€
Azubi, Studenten (bis 25 mit Nachweis)	9,00€
Erwachsene	11,50€
Familienmitgliedschaft	15,00€
Fördermitgliedschaft	7,50€

*Sonderbeiträge für Kurse und Karatetraining*



## **Ihr Verein für**

**Gesundheit und Fitness  
Freizeit- und Leistungssport  
Spaß und Geselligkeit**

