



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

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):

Mo. 18:00 bis 20:00 Uhr Vereinsturnhalle

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 Höselner 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 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

Wolfgang Sommerfeldt
Wingertstraße 20
66869 Kusel

Tel.: 01757312151
2.vorsitzender@tv-kusel.de

Schriftführer

Michael Groß
Zeiselbach 9
66869 Kusel

Tel.: 06381-996577
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**



GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN