Trainingsplan Wintersaison 2022/23

POLIZEISPORTVEREIN
BRAUNSCHWEIG e.V.

gegründet 1921

Wochentag	von	bis	Sportangebot	Ort
Montag	19:00	21:00	Aikido	Grundschule Bürgerstraße 2
Freitag	18:00	20:00	Aikido	Grundschule Comeniusstraße 11
Mittwoch	19:00	22:00	Bogenschießen	Grundschule Altmühlstraße 21
Freitag	19:00	22:00	Bogenschießen	Grundschule Altmühlstraße 21
Sonntag	14:00	17:00	Bogenschießen	Grundschule Altmühlstraße 21
Dienstag	18:30	20:00	Cheerleading (12-15 Jahre)	Grundschule Comeniusstraße 11
Samstag	9:00	14:00	Cheerleading (12-15 Jahre)	BePo Halle Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Freitag	16:00	18:00	Cheerleading (5-11 Jahre)	Grundschule Mascheroder Holz
Dienstag	17:00	18:30	Cheerleading (5-11 Jahren)	Grundschule Comeniusstraße 11
Mittwoch	20:30	22:00	Cheerleading (ab 16 Jahren)	BePo Halle Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Sonntag	18:00	20:00	Cheerleading (ab 16 Jahren)	BePo Halle Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Samstag	14:00	18:00	Cricket	BePo Halle Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Montag	16:00	17:00	Eltern-Kinder-Turnen (3-4 Jahre)	Grundschule Comeniusstraße 11
Mittwoch	16:00	17:00	Eltern-Kinder-Turnen (3-4 Jahre)	Grundschule Heinrichstraße 30
Montag	17:00	18:00	Eltern-Kinder-Turnen (5-6 Jahre)	Grundschule Comeniusstraße 11
Mittwoch	17:00	18:00	Eltern-Kinder-Turnen (5-6 Jahre)	Grundschule Heinrichstraße 30
Dienstag	16:00	17:00	Eltern-Kinder-Turnen (bis 3 Jahren)	Grundschule Heinrichstraße 30
Donnerstag	15:00	16:00	Eltern-Kinder-Turnen (bis 3 Jahren)	Grundschule Bültenweg 9
Donnerstag	16:00	17:00	Eltern-Kinder-Turnen (bis 3 Jahren)	Grundschule Bültenweg 9
Montag	20:00	21:30	Fußball 1. Herren	Kalthalle Veltenhof
Mittwoch	20:30	22:00	Fußball 1. Herren	Kunstrasen bei Freie Turner
Mittwoch	20:00	21:30	Fußball Alt-Herren	Kalthalle Melverode
Donnerstag	20:00	21:30	Fußball Freizeit und Senioren	Kalthalle Bienroder Weg 51
Montag			Fußball Kinder + Jugend	diverse Hallen, bitte in der Geschäftstelle anfragen
Dienstag			Fußball Kinder + Jugend	diverse Hallen, bitte in der Geschäftstelle anfragen
Mittwoch			Fußball Kinder + Jugend	diverse Hallen, bitte in der Geschäftstelle anfragen
Donnerstag			Fußball Kinder + Jugend	diverse Hallen, bitte in der Geschäftstelle anfragen
Freitag			Fußball Kinder + Jugend	diverse Hallen, bitte in der Geschäftstelle anfragen
Montag	20:30	21:30	Fußball Ü 40 + Freizeit	Kalthalle Bienroder Weg 51

- Ballsport
- Ausdauersport
- Kampfsport
- Schießsport
- Wassersport
- Reha & Gesundheits--sport
- Weitere

Wochentag	von	bis	Sportangebot	Ort
Donnerstag	18:30	20:30	Handball Erwachsene	BePo Halle Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Dienstag	16:00	17:00	Handball Kinder (5-10 Jahre)	Grundschule Bültenweg 9
Donnerstag	16:00	17:00	Handball Kinder (5-10 Jahre)	BePo Halle Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Mittwoch	20:00	22:00	Historisches Schwertfechten	Grundschule Comeniusstraße 11
Freitag	20:00	22:00	Historisches Schwertfechten	Grundschule Comeniusstraße 11
Sonntag	10:00	12:00	Historisches Schwertfechten	Grundschule Comeniusstraße 11
Freitag	18:00	20:00	Indiaca	Wilhelmgymnasium Leonhardstraße 12
Freitag	20:00	21:30	Ju-Jutsu (alle Gruppen)	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Dienstag	20:00	21:30	Ju-Jutsu Erwachsene	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Donnerstag	20:00	21:30	Ju-Jutsu Erwachsene	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Dienstag	18:30	20:00	Ju-Jutsu Jugend (11-18 Jahre)	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Montag	16:00	17:30	Ju-Jutsu Kinder (6-10 Jahre)	Grundschule Bürgerstraße 2
Freitag	16:30	18:00	Ju-Jutsu Kinder (ab 10 Jahren)	Grundschule Bürgerstraße 2
Mittwoch	17:00	19:00	Ju-Jutsu Wettkampftraining (6-16 Jahre)	Grundschule Bürgerstraße 2
Montag	17:30	19:00	Ju-Jutsu Wettkampftraining (ab 6 Jahren)	Grundschule Bürgerstraße 2
Freitag	16:30	18:00	Judo Anfäger (11-17 Jahre)	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Montag	16:30	17:15	Judo Anfäger (4-10 Jahre)	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Dienstag	16:15	17:15	Judo Anfäger (4-10 Jahre)	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Donnerstag	16:00	17:00	Judo Anfäger (4-10 Jahre)	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Mittwoch	20:00	21:30	Judo Anfäger Erwachsene	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Donnerstag	17:00	20:00	Kanu	Bootshaus im Bürgerpark, Friedrich-Kreiß-Weg 6
Montag	18:30	20:00	Karate Jugend + Erwachsene	BePo Halle Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Dienstag	18:30	20:00	Karate Jugend + Erwachsene	BePo Halle Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Freitag	18:30	20:00	Karate Jugend + Erwachsene	BePo Halle Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Samstag	11:30	13:00	Karate Jugend + Erwachsene	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Dienstag	17:30	18:30	Karate Kinder	BePo Halle Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Samstag	10:00	11:30	Karate Kinder	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Donnerstag	18:30	20:00	Karate/Selbstverteidigung für Mädchen + Frauen	Turnhalle 1/3 CJD, Georg-Westermann-Allee 76

- Ballsport
- Ausdauersport
- Kampfsport
- Schießsport
- Wassersport
- Reha & Gesundheits--sport
- Weitere

Wochentag	von	bis	Sportangebot	Ort
Montag	20:00	22:00	Kraft- und Fitnesstraining	BePo Kraftraum Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Mittwoch	20:00	22:00	Kraft- und Fitnesstraining	BePo Kraftraum Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Mittwoch	17:30	18:30	Lauftreff	Treffpunkt: Polizeistadion
Donnerstag	17:15	18:45	Leichtathletik (10 - 15 Jahre)	Sporthalle CJD, Georg-Westermann-Allee 76
Dienstag	17:15	18:45	Leichtathletik (6-15 Jahre)	Sportthalle CJD, Georg-Westermann-Allee 76
Dienstag	18:45	20:15	Leichtathletik (ab 18 Jahren)	Sportthalle CJD, Georg-Westermann-Allee 76
Montag	15:00	16:30	Leichtathletik AK Lauftreff	Treffpunkt: Polizeistadion
Freitag	15:00	16:30	Leichtathletik AK Nordic Walking	Treffpunkt: Polizeistadion
Mittwoch	19:00	20:30	Leichtathletik AK Senioren*innen	BePo Halle Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Montag	20:00	21:30	Modern Arnis Jugend + Erwachsene	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Donnerstag	20:00	21:30	Modern Arnis Jugend + Erwachsene	BePo Dojo Friedrich-Voigtländer-Straße 41
Dienstag	9:30	11:00	Nordic Walking	Treffpunkt: Riddagshausen, Parkplatz Grüner Jäger
Donnerstag	9:30	11:00	Nordic Walking	Treffpunkt: Riddagshausen, Parkplatz Grüner Jäger
Mittwoch	18:00	19:00	Pilates	Grundschule Comeniusstraße 11
Dienstag	17:00	18:30	Pilates + Faszien + Entspannung	Gymnastikraum Osterbergstraße 69
Dienstag	9:00	10:00	Qi-Gong	Gymnastikraum Leiferder Weg 5
Dienstag	10:00	11:00	Qi-Gong	Gymnastikraum Leiferder Weg 5
Mittwoch	9:30	10:30	Qi-Gong	Gymnastikraum Osterbergstraße 69
Mittwoch	10:45	11:45	Qi-Gong	Gymnastikraum Osterbergstraße 69
Donnerstag	9:30	10:30	Qi-Gong	Gymnastikraum Osterbergstraße 69
Freitag	12:00	13:00	Qi-Gong	Gymnastikraum Leiferder Weg 5
Montag	10:00	10:45	Reha-Sport Funktionstraining	Gymnastikraum Leiferder Weg 5
Montag	11:00	11:45	Reha-Sport Funktionstraining	Gymnastikraum Leiferder Weg 5
Montag	12:00	12:45	Reha-Sport Funktionstraining	Gymnastikraum Leiferder Weg 5
Montag	13:00	13:45	Reha-Sport Funktionstraining	Gymnastikraum Leiferder Weg 5
Mittwoch	12:30	13:15	Reha-Sport Funktionstraining	Begegnungstätte In den Rosenäckern
Freitag	10:00	10:45	Reha-Sport Funktionstraining	Gymnastikraum Leiferder Weg 5
Freitag	11:00	11:45	Reha-Sport Funktionstraining	Gymnastikraum Leiferder Weg 5

Wochentag	von	bis	Sportangebot	Ort
Freitag	9:00	9:30	Reha-Sport Wassergymnastik	Wasserwelt Hamburger Straße
Freitag	9:30	10:00	Reha-Sport Wassergymnastik	Wasserwelt Hamburger Straße
Freitag	11:30	12:00	Reha-Sport Wassergymnastik	Bürgerbadepark Nimes-Straße
Freitag	12:00	12:30	Reha-Sport Wassergymnastik	Bürgerbadepark Nimes-Straße
Samstag	11:00	11:30	Reha-Sport Wassergymnastik	Bürgerbadepark Nimes-Straße
Samstag	11:30	12:00	Reha-Sport Wassergymnastik	Bürgerbadepark Nimes-Straße
Samstag	12:00	12:30	Reha-Sport Wassergymnastik	Bürgerbadepark Nimes-Straße
Samstag	12:30	13:00	Reha-Sport Wassergymnastik	Bürgerbadepark Nimes-Straße
Samstag	13:00	13:30	Reha-Sport Wassergymnastik	Bürgerbadepark Nimes-Straße
Samstag	13:30	14:00	Reha-Sport Wassergymnastik	Bürgerbadepark Nimes-Straße
Samstag	14:00	14:30	Reha-Sport Wassergymnastik	Bürgerbadepark Nimes-Straße
Samstag	14:30	15:00	Reha-Sport Wassergymnastik	Bürgerbadepark Nimes-Straße
Dienstag	17:00	23:00	Schach	PSV Schützenheim
Mittwoch	18:00	21:00	Schießen Luftgewehr & Kleinkaliber	Sportanlage Leiferder Weg 5
Montag			Schwimmen	diverse Bäder, bitte in der Geschäftsstelle anfragen
Dienstag			Schwimmen	diverse Bäder, bitte in der Geschäftsstelle anfragen
Mittwoch			Schwimmen	diverse Bäder, bitte in der Geschäftsstelle anfragen
Donnerstag			Schwimmen	diverse Bäder, bitte in der Geschäftsstelle anfragen
Freitag			Schwimmen	diverse Bäder, bitte in der Geschäftsstelle anfragen
Mittwoch	17:00	18:30	Taekwon-Do Anfänger (ab 12 Jahre und gelb Gurt)	BBS 5 Leopoldstraße 32
Montag	17:00	18:30	Taekwon-Do Jugend + Erwachsene	BBS 5 Leopoldstraße 32
Donnerstag	18:00	19:30	Taekwon-Do Jugend + Erwachsene	BBS 5 Leopoldstraße 32
Montag	16:00	17:00	Taekwon-Do Kinder (8-11 Jahre)	BBS 5 Leopoldstraße 32
Donnerstag	17:00	18:00	Taekwon-Do Kinder (8-11 Jahre)	BBS 5 Leopoldstraße 32
Montag	16:00	17:00	Taekwon-Do Minis (4-7 Jahre)	BBS 5 Leopoldstraße 32
Donnerstag	17:00	18:00	Taekwon-Do Minis (4-7 Jahre)	BBS 5 Leopoldstraße 32
Mittwoch	17:00	19:00	Trampolin Inklusiv	Sporthalle Raabeschule
			Triathlon Erwachsene Laufen	nach Absprache

Ballsport

Ausdauersport

Kampfsport

Schießsport

Wassersport

Reha & Gesundheits--sport

Weitere

Wochentag	von	bis	Sportangebot	Ort
			Triathlon Erwachsene Radfahren	nach Absprache
Montag	19:30	21:00	Triathlon Erwachsene Schwimmen	Wasserwelt Hamburger Straße
Donnerstag	19:30	21:00	Triathlon Erwachsene Schwimmen	Wasserwelt Hamburger Straße
Montag	20:00	22:00	Volleyball Mixed-Hobby	Sporthalle Raabeschule Heidberg
Dienstag	20:00	22:00	Volleyball Mixed-Hobby	Sporthalle GS Broitzem
Donnerstag	19:00	21:00	Volleyball Mixed-Hobby	Kleine Burg Leopoldstraße 20
Freitag	18:00	20:00	Volleyball Mixed-Jugend (ab 14 Jahren)	Sporthalle GS Heidberg
Montag	20:00	22:00	Volleyball Mixed-Jugend (ab 14 Jahren)	Sporthalle Raabeschule Heidberg
Montag	18:00	19:00	Wirbelsäulengymnastik	Grundschule Comeniusstraße 11
Dienstag	19:15	20:15	Wirbelsäulengymnastik	Turnhalle 1/3 CJD, Georg-Westermann-Allee 76
Mittwoch	19:00	20:00	Wirbelsäulengymnastik	Grundschule Comeniusstraße 11
Dienstag	9:30	10:30	Yoga (Hatha + andere Yoga-Arten)	Gymnastikraum Osterbergstraße 69
Dienstag	17:45	18:45	Yoga (Hatha + andere Yoga-Arten)	Grundschule Heinrichstraße 30
Montag	19:00	20:00	Yoga (Vinyasa und Kundalini)	Online
Montag	20:00	21:00	Yoga (Vinyasa und Kundalini)	Online
Donnerstag	20:00	21:30	Zirkeltraining 50+	Grundschule Mascheroder Holz
Dienstag	20:00	21:00	Zumba Fitness	Grundschule Comeniusstraße 11

- Ballsport
- Ausdauersport
- Kampfsport
- Schießsport
- Wassersport
- Reha & Gesundheits--sport
- Weitere