LAUFGRUPPE

Abteilungsleiter: **Dieter Jucks, Tel. 05132/51101**
Trainingszeiten: **Dienstag, 18.15 – 20.00 Uhr *7**
Donnerstag, 18.00 – 19.00 Uhr *7

Laufen in der Gruppe macht mehr Spaß. Die Laufgruppe nimmt gemeinsam an Volks- und Marathonläufen teil. In den Wintermonaten (Nov.-Feb.) bietet die Laufgruppe eine Winterlaufserie an, bei der jedermann/-frau wöchentlich (Samstags) teilnehmen kann. Gemeinsam werden versch. Strecken zw. 2 u. 30 km in und um Lehrte gelaufen.

PRELLBALL

Abteilungsleiter: **Dieter Jucks, Tel. 05132/51101**
Trainingszeiten: **Mittwoch, 20.30 – 21.30 Uhr / Hobby *3**

Prellball ist eine Mannschaftssportart ohne gegnerischen Körperkontakt und zählt zu den so genannten Rückschlagspielen. Prellball ist ein typisches Hallenspiel.

THAI-BOXEN (MUAY THAI)

Abteilungsleiter: **Sebastian Weißenburger 0172/4369094 (ab 16.00 Uhr)**
Trainingszeiten: **Montag, 18.30 – 20.00 Uhr *1**
Donnerstag, 18.45 – 20.15 Uhr *5

Thai-Boxen ist eine Kampfkunst und der Nationalsport Thailands. TB wird aus verschiedenen Motiven ausgeübt, aus Fitnessgründen, als Wettkampfsportart, zur Selbstverteidigung oder als Kampfkunst. Der Sport wird im PSV auch als Breitensport angeboten, der Schwerpunkt liegt dabei auf Selbstverteidigung (auch für Kinder ab 8 J. und Frauen). Durch das Training werden Aggressionen abgebaut und die Persönlichkeitsbildung entwickelt. Bei uns werden keine Straßenschläger ausgebildet! Mehr Infos dazu finden Sie auf unserer Homepage: www.psv-lehrte.de

FUSSBALL

Abteilungsleiter: **Heinz-Dieter Dumke, Tel. 0171/2220288**
Sprechzeiten: **Montag, 18.30 – 22.00 Uhr Geschäftsz.**

Z. Zt. haben wir eine Alt-Alt Mannschaft die an Pflichtfreundschaftsspielen teil nimmt. Dafür benötigen wir noch etwas Verstärkung. Wie wäre es, hast du Lust, oder kennst du jemanden der Spaß am Fußballspielen hat? Mitte dreißig solltest du schon sein. Nach oben sind keine Grenzen gesetzt.

RÜCKENSCHULE

Abteilungsleiter: **Detlef Petzcelis, Tel. 05132/8872848**
Kinderrückenschule: **Montag, 16.30 – 17.30 Uhr *2**
Rückenschule: **Montag, 18.15 – 19.15 Uhr *2**
Mittwoch, 20.00 – 21.00 Uhr *6

Schon jedes 3. Kind hat Rückenschmerzen, in der Rückenschule wird Kindern und Erwachsenen ein Rücken stärkendes Verhalten im Alltag vermittelt. Eine kräftige Rückenmuskulatur ist in der Lage eine Schutzfunktion zu übernehmen, indem sie die betroffenen Bewegungssegmente stabilisiert, die Belastung der Bandscheiben und Wirbelgelenke herabsetzt und somit Rückenschmerzen verhindert. Aktuelle Kursangebote finden Sie im Internet.

KEGELN

Abteilungsleiter: **Reiner Hilpert, Tel. 05132/2979**
Trainingszeiten: **Montag, 19.30 – 23.00 Uhr *8**
Erwachsene und A-Jugend

Kegeln im PSV ist Präzisionssport. Im letzten Jahr kegelte unsere Gruppe in die Verbandsliga. Aber nicht nur das Sportkegeln wird aktiv betrieben, es werden auch Freundschaftsspiele ausgerichtet.

FUN KEGELN

Abteilungsleiter: **Hans-Joachim Rienow, Tel. 05132/3866**
Trainingszeiten: **2 mal im Monat *8**

„Kegeln macht Spaß“
Unter diesem Motto gibt es beim PSV eine Kegel-Fun-Sparte für jedermann/-frau. Dabei stehen Kegelspiele im Vordergrund. Hier kann man in geselliger Atmosphäre neue Leute kennen lernen, und sportlich aktiv sein.

VOLLEYBALL

Abteilungsleiter: **Barbara Krüger, Tel. 05132/7601**
Trainingszeiten: **Freitag, 18.00 – 20.00 Uhr *1**

Vor über 10 Jahren wurde die Hobby-Volleyballsparte ins Leben gerufen. Die Gruppe ist eine gem. Damen-/ Herrenmannschaft. Sie nimmt an keinem Punktspielbetrieb, aber an Turnieren oder Freundschaftsspielen teil.

psv-lehrte@t-online.de

www.psv-lehrte.de