# Belegungsplan

**Sportzentrum Süd, Hummelsteiner Weg 56**

**Stand 12.11.2024**

*Änderungen jederzeit vorbehalten.*

Post SV Nürnberg
Mehr Sport geht nicht.

## Montag

| große Halle | kleine Halle | großer Gym. Raum 1. OG |
|---|---|---|
| 08.00 - 16.00 Sabelschule | | |
| | | 14.00 - 15.00 RSG Anfänger bis 4 -6 J. |
| | 14.30 - 16.00 Sabelschule | |
| | | 15.00 - 17.00 RSG Leistungsklasse 7 - 9 J. |
| 16.00 - 17.00 Gerätturnen 3 - 6 J. | 16.00 - 18.00 RSG | |
| 17.00 - 18.00 Gerätturnen 3 - 6 J. | | 17.00 - 18.00 RSG Hobbygruppe ab 7 J. |
| 18.00 - 20.00 Trampolin | 18.00 - 19.30 Karate Kinder/Jugend | 18.00 - 20.00 RSG Wettkampfklassen |
| | 19.30 - 21.30 Karate Erwachsene Fortgeschritten | |
| 20.00-22.30 Volleyball | | |

## Dienstag

| große Halle | kleine Halle | großer Gym. Raum 1. OG |
|---|---|---|
| 08.00 - 14.30 Sabelschule | | |
| 14.30 - 16.30 RSG Leistungsklasse 7 - 9 J. | | 15.00 - 16.00 Hip Hop 2* Sonbol |
| | | 16.00 - 17.00 Hip Hop 3* Sonbol |
| 16.30 - 19.30 RSG Wettkampfklassen | | 17.00 - 18.00 Hip Hop 4* Sonbol |
| | 18.00-19.00 Karate freiesTraining Erwachsene | |
| | 19.00 - 20.30 Karate Erwachsene Gemeins. Training | |
| 19.30 - 22.00 Cheerleading Seniors | 20.30 - 22.00 Kyusho-Jitsu NEU | |

## Mittwoch

| große Halle | kleine Halle | großer Gym. Raum 1. OG |
|---|---|---|
| 06.00 - 07.30 Basketball Early Ball´n | | |
| 08.00 - 16.00 Sabelschule | | |
| | | 16.00 - 16.45 Tänz.Früher-ziehung* Tina |
| | 16.30-18.30 Moderner Fünfkampf Laser-schießen | 16.45 - 17.45 Ballett 1* Tina |
| 17.15-19.15 Fechten Kinder/Jugend | | 17.45 - 18.45 Jazz 2* Tina |
| 18.30-22.00 Fechten Erwachsene Mod. Fünfkampf | | 18.45 - 20.00 Jazz 3* Tina |
| | 19.00-21.00 Karate Erwachsene Anfänger | |

## Donnerstag

| große Halle | kleine Halle | großer Gym. Raum 1. OG |
|---|---|---|
| 08.00-09.45 Sabelschule | | |
| | | |
| 11.30-14.30 Sabelschule | | |
| 15.00 - 16.00 Ballschule 4-6 J. Tina | | 15.30 - 16.30 Ballett 2* Natalia |
| 16.15 - 18.00 Gerätturnen 6 - 12 J. | | 16.30 - 17.45 Ballett 3* Natalia |
| 18.00 - 20.00 Gerätturnen ab 12 J. & Erwachsene | 18.30 - 20.00 Streetdance* Erwachsene 13.02. - 20.03.2025 | 17.45 - 19.00 Ballett 5* Natalia |
| | | 19.00 - 19.30 Spitzentanz* Natalia |
| 20.00 - 22.00 Inline Hockey | | |

## Freitag

| große Halle | kleine Halle | großer Gym. Raum 1. OG |
|---|---|---|
| 08.00-13.00 Sabelschule | | |
| 16.15-18.15 Fechten Jugend | | |
| 18.15-20.15 Trampolin | | |
| 20.15 - 22.00 Cheerleading Seniors | | |

## Samstag

| große Halle | kleine Halle | großer Gym. Raum 1. OG |
|---|---|---|
| 09.00 - 10.00 RSG Hobbygruppe ab 7 J. | | |
| 10.00 - 11.00 RSG Anfänger bis 4 -6 J. | 10.00 - 11.00 RSG Hobbygruppe ab 7 J. | |
| 10.00 - 12.00 RSG Leistungskl. 7-9 J. | | |
| 11.00 - 14.00 RSG Wettkampfklasse | | |
| 14.00 - 17.00 Gerätturnen nur Wettkampf | | |
| 17.00 - 20.00 Cheerleading Juniors 14 - 18 Jahre | | |
| 20.00 - 22.00 Cheerleading Seniors ab 18 Jahre | | |

## Sonntag

| große Halle |
|---|
| 10.00 - 11.45 Senioren Freizeit-Kicken ISMS |
| 12.00 - 14.00 Cheerleading Peewees 5 - 14 Jahre |
| 14.00 - 16.00 Cheerleading Seniors ab 18 Jahre |
| 16.00 - 18.00 |
| 18.00 - 20.00 Volleyball Power Youngsters Anfg. + Fortg. gemischt |
| 20.00 - 22.00 Volleyball Freizeit F1 |

**Für die mit * gekennzeichneten Angebote der Tanzabteilung fallen zusätzliche Gebühren an. Infos über die die Tanzabteilung: 0911- 54 05 54 770 oder tanz@post-sv.de**

**Für Postis Ballschule fallen zusätzliche Gebühren an. Anmeldung und Infos: ballschule@post-sv.de**