



# Postsportverein Bamberg 1928 e.V.

## ÜBUNGSPLAN

Stand: 25.März 2024

### Fußball

#### Sommersaison

Fußballplatz des Post SV Bamberg / Bug

aktive	Tag	Zeit
Herren 1	Di, Do	18:30-20:00
Herren 2	Di, Do	18:30-20:00
Herren 3	Di, Do	18:30-20:00
Damen	Mo, Mi	18:30-20:00
AH Kickers	Mi	18:30-20:00
AH – Ü50	Mo	17.00-19.00

Jugend	Tag	Zeit
F (7 - 9 Jahre)	Mi	17:30-18:30
G (4 - 7 Jahre)	Do	16.30-17.30

#### Wintersaison

Hallen-Training von Okt bis Ende März

Halle und Zeit wird von dem jeweiligen Trainer bekannt gegeben!

<b>Jugend</b>	
G (4 - 7 Jahre)	Zeit und Ort sind beim Trainer zu erfragen
F (7 - 9 Jahre)	Zeit und Ort sind beim Trainer zu erfragen
Herren 1. und 2.	Zeit und Ort sind beim Trainer zu erfragen
Damen	Zeit und Ort sind beim Trainer zu erfragen

#### Abteilungsleiter

Christian Günther

E-Mail: [fussball@postsportverein.de](mailto:fussball@postsportverein.de)

### Basketball

Herren 1	Halle	Tag	Zeit
GSS	1-3	Di	18:00–22:00
DG	3	Mi	20:00–22:00

Herren 2	Halle	Tag	Zeit
DG	2	Mi	20:00–22:00
DG	1	Fr	20:00–22:00

Freizeit Basketball	Halle	Tag	Zeit
DG	1	Mo	18:30–21:00

Jugend U12	Halle	Tag	Zeit
DG	1	Mo	17:00-18:30

U08 / U11	Halle	Tag	Zeit
ES	-	Mo	16:00-18:15

Zusatz Training der BSG Bamberg

U08 / U10	Halle	Tag	Zeit
WB	-	Do	17:00-18:30

#### Abteilungsleiter

Michael Söllner

E-Mail: [basketball@postsportverein.de](mailto:basketball@postsportverein.de)

Abkürzung Sporthalle	Genauere Bezeichnung / Straße in Bamberg
GSS	Graf-Staufenberg-Schule Kloster-Langheim-Str. 11
DG	Dientzenhofer Gymnasium Feldkirchenstr. 20-22
ES	Erlörserschule Neuerbstr.20
WB	Wunderburg Schule Holzgartenstraße 2

# Karate

## Dientzenhofer-Gymnasium

Gruppe	Halle	Tag	Zeit
Kinder / Jugend	3	Mo	17:00-18:30
Fortgeschrittene	3	Mo	18:30-20:00

## Graf-Stauffenberg-Schule (Gymnastikraum)

Gruppe	Halle	Tag	Zeit
Fortgeschrittene	Gym.	Di	20:00-21:30
Jugend	Gym.	Mi	17:00-20:00

## Heidelsteigschule (bis 02.05.24)

## Graf-Stauffenberg-Schule (Gym.raum) (ab 03.05 2024)

Gruppe	Tag	Zeit
Fortgeschrittene	Do	17:00-20:00
Kinder, Anfänger	Fr	18:30-20:00
Fortgeschrittene	Fr	20:00-22:00

## Tanzstudio Stein

Sondertraining	So	09:00-12:00
----------------	----	-------------

## Abteilungsleiter

Wolfgang Lang  
E-Mail: karate@postsportverein.de

# Tennis

4 Tennisplätze am Sportplatz in Bug  
Bitte Spielzeit vorab vereinbaren

## Abteilungsleiter:

Dr. Rudolf Kleinecke  
E-Mail: tennis@postsportverein.de

# Judo

Trainingsort: Gangolfsschule

## Wettkampf

Alter	Tag	Zeit
U11-U14	Mo	18:00-19:45
Stützpunkt	Di	19:00-21:15
U11-U14	Fr	18:30-20:00
offen	Fr	20:00-21:30

## Anfänger

Alter	Tag	Zeit
U11	Mi	17:00-18:30
U8	Fr	17:00-18:30

## Techniktraining / DAN-Vorbereitung

Alter	Tag	Zeit
offen	Mo	19:45-21:15
U11-U17	Mi	18:30-20:00
offen	Mi	20:00-21:30
Nur nach Absprache	Do	18:45-21:00

## Abteilungsleiter

Peter Greiner  
E-Mail: judo@postsportverein.de

# Schützen

Schützenclub 1306 Mo 17:00-20:00  
Kunigundenruh Fr 17:00-19:00

## Abteilungsleiter:

Walter Horcher  
E-Mail: schuetzen@postsportverein.de

## Schützenmeister:

Ludwig Hohner  
E-Mail: schuetzen@postsportverein.de





## Volleyball

Tag	Erwachsene	Ort	Zeit
Mo	Damen 3	KHG	19:00–20:00
	Damen 3	KHG	20:15–22:00
	Damen 1	GGD	20:00-22:00
Di	Freizeit	KHG	20:00-22:00
Mi	Damen 3	ETA 1	18:30-20:15
	Callanetics	ETA 1	20:15–22:00
Do	Damen 1	GGD	18:30-20:00
	Damen 2	KHG	18:00-20:00
	Freizeit	KHG	20:00-22:00
Fr	Freizeit	KHG	20:00-22:00

Tag	* Jugend	Ort	Zeit
Mo	U14 / U16	KHG	17:30–19:00
	U12 / U13	ETA 1	18:00-20:00
	U18 / U20	KHG	20:15-22:00
Do	U14 / U16	KHG	18:00-20:00
	U18 / U20	KHG	18:00-20:00
Fr	Ballschule	ETA 1	16:30-18:00
	U12 / U13	KHG	16:30-18:30

\* **Jahgangsbezeichnung für Jugend**  
z.B.: U20 = Altersklasse 20 Jahre und jünger

### Abteilungsleiterin:

Manuela Stark  
E-Mail: volleyball@postsportverein.de

Abkürzung Sporthalle	Genaue Bezeichnung / Straße in Bamberg
ETA	E.T.A.-Hoffmann-Gym., Sternwartstr. 3
KHG	Kaiser Heinrich-Gym., Altenburgerstr. 16
GGD	Georgendamm Halle über der Tiefgarage
DG	Dientzenhofer Gymnasium Feldkirchenstr. 20-22

## Tischtennis

Dientzenhofer-Gymnasium

### Kinder / Jugend

Tag	Halle	Zeit
Mo	2	18:00-19:30
Mi	3	17:00-20:00

### Aktive Spieler

Tag	Halle	Zeit
Mo	2	19:30-22:00
Fr	2	18:00–22:00

### Abteilungsleiter

Siegwart Kuhfus  
E-Mail: tischtennis@postsportverein.de

## Schach

Tag	Gruppe	Zeit
Fr	Aktive	20:00-23:30

Gemeindezentrum Erlöserkirche  
Clubraum  
Kunigundendamm 15

### Abteilungsleiter:

Claus Pappenscheller  
E-Mail: schach@postsportverein.de

## Ski-Langlauf

Training je nach Wetterlage

### Abteilungsleiter:

Hans Dittrich  
E-Mail: skilanglauf@postsportverein.de

# AUSGLEICHSSPORT



## Eltern und Kind-Turnen

Gangolfschule                      Mo 16:15-18:00  
Di 16:15-18:00

### **Übungsleiter/in;**

Alexandra Ulherr,  
E-Mail: Alexandra.Ulherr@postsportverein.de

---

## **kleine Koordinationsschule**

Rupprecht Schule  
5 – 7 Jahre                              Di 16:00-17:00

### **Ansprechpartner:**

Wolfgang Friedel  
Mail: wolfgang.friedel@postsportverein.de

---

## Sport, Spiel und Spaß für Kinder / Jugend

Rupprecht Schule  
5 – 8 Jahre                              Di 17:00-18:00  
ab 9 Jahre                                Di 18:00-19:15

### **Übungsleiter:**

Wolfgang Friedel  
Mail: wolfgang.friedel@postsportverein.de

---

## Walking

Frauen und Männer                      Mo 18:00

Treff: Jahnweh (von April bis Oktober)  
Treff: Trimbergschule (von November bis März)

---

## Problemzonen-Gymnastik

Rupprechtsschule                      Di 19:15-20:30

## Fitnessgymnastik für Männer/Frauen

Erlörserschule                              Mi 19:30-20:30

### **Übungsleiterin:**

Angelika Bohlender,  
E-Mail: angelika.bohlender@postsportverein.de

---

## Fit in der zweiten Lebenshälfte

### Funktionsgymnastik

Rupprechtsschule                      Mo 16:00-17:00

### **Übungsleiterin:**

Sabine Hackel,  
E-Mail: sabine.hackel@postsportverein.de

---

## **Ausgleichssport für Männer**

Post-SV-Platz (Sommer) Fußball  
Mi 16:00-18:00  
Kaulbergschule (Winter) Hallentraining  
Mi 18:00-20:00

### **Ansprechpartner**

Hans Neuwirth  
E-Mail: hans.neuwirth@t-online.de

---

## Lauf-Treff in mehreren Gruppen

Post-SV-Platz in Bug  
Sa 14:00-16:15

## Leichtathletik

E.T.A. Hoffmann-Gymn. Halle 2 (Winter)  
Mi 18:30-20:00

### **Ansprechpartner**

Dr. Thomas Koch  
E-Mail: leichtathletik@postsportverein.de

---

## Dart

### Abteilungsleiter

Alexander Lehnen  
E-Mail: dart@postsportverein.de

---

## Floorball

	Halle	Tag	Zeit
Jugend	KS	Mi	18:00 - 20:00
Aktive	DG 3	DI	20:00 - 22:00
Aktive	DG 2	Do	18:00 - 20:15

### **Abteilungsleiter**

Franz Gerbig  
E-Mail: floorball@postsportverein.de

Abkürzung Sporthalle	Genauere Bezeichnung / Straße in Bamberg
DG	Dientzenhofer Gymnasium Feldkirchenstr. 20-22
KS	Kunigunden Schule Seehofstraße 32

# Information zur Mitgliedschaft beim Post-SV



## Anschrift:

Post-SV Bamberg  
Postfach 22 44  
96013 Bamberg



## Ansprechpartner beim Post SV Bamberg

**1.Vorsitzender:** Klaus Bertelmann

E-Mail: [klaus.bertelmann@postsportverein.de](mailto:klaus.bertelmann@postsportverein.de)

**Geschäftsführer:** Wolfgang Friedel

E-Mail: [wolfgang.friedel@postsportverein.de](mailto:wolfgang.friedel@postsportverein.de)

**Hauptsportwart:** Udo Herrmann

E-Mail: [udo.herrmann@postsportverein.de](mailto:udo.herrmann@postsportverein.de)

**Mitgliederverwaltung:** Knud Weiß

E-Mail: [knud.weiss@postsportverein.de](mailto:knud.weiss@postsportverein.de)

## Interessante Links des Post SV Bamberg 1928 e.V.:

[Post SV Bamberg 1928 e.V.](#)

[Postsportverein Bamberg Onlineshop](#)

[Unser Vereinslokal "L' Oasis" in Bamberg Bug](#)

### **Vereinsbeiträge (monatlich):**

Familien	14,00 €
Erwachsene	8,00 €
Jugendliche	6,00 €
Rentner, Pensionäre	5,00 €

### Sonderbeiträge erheben folgende Abteilungen:

Basketball (Senioren), Judo, Karate, Tischtennis, Tennis

### Bankverbindung:

Sparkasse Bamberg: BIC: BYLADEM1SKB / IBAN: DE62 7705 0000 0000 0017 68

