



# Sport im PSV - neue Anfängerkurse Herbst 2014

## Aktuelle Angebote „Kampfkunst & Selbstbehauptung“

### Boxen

**Kurs:** Einsteigerkurs für Jugendliche und Erwachsene (ab 12 Jahre)

**Beginn:** laufend neue Kurse (ca. alle 6 bis 8 Wochen)  
**Training:** mittwochs, 18.00 – 19.30 Uhr  
**Dauer:** 6 Wochen **Kosten:** 60,- EUR  
**Ort:** PSV-Halle 1, Edgar-Heller-Str. 21, 76227 Karlsruhe  
**Anmeldung:** vor Kursbeginn verbindlich bei Jörn Masuch, Tel. 0160 / 96 44 70 73, E-Mail: joern.masuch@gmx.de

Weitere Informationen und Anmeldung bei:  
Jörn Masuch, Tel. 0160 / 96 44 70 73

### Jeet Kune Do

**Kurs:** Anfängerkurs für Erwachsene (ab 16 Jahre)

**Beginn:** Montag, 06. Oktober 2014, 19.30 Uhr  
**Training:** montags 19.30 – 21.00 Uhr  
**Dauer:** 6 Wochen **Kosten:** 60,- EUR  
**Ort:** PSV-Sporthalle 1, Edgar-Heller-Str. 19, 76227 Karlsruhe  
**Anmeldung:** vor Kursbeginn verbindlich bei Sven Rug, E-Mail: schwede3@web.de

Weitere Informationen und Anmeldung bei:  
Sven Rug, E-Mail: schwede3@web.de

### Judo

**Kurs:** Anfängerkurs für Kinder (ab 6 Jahre)

**Beginn:** Freitag, 10. Oktober 2014, 17.00 Uhr  
**Training:** freitags 17.00 – 18.00 Uhr  
**Dauer:** 8 Wochen **Kosten:** 80,- EUR  
**Ort:** PSV-Sporthalle 2, Edgar-Heller-Str. 19, 76227 Karlsruhe  
**Anmeldung:** vor Kursbeginn verbindlich Volker Ratzel, Tel. 0721 / 88 69 46, E-Mail: ratzelv@gmx.de

Weitere Informationen und Anmeldung bei:  
Volker Ratzel, Tel. 0721 / 88 69 46

### Ju-Jutsu

**Kurs:** Moderne SV, Basiskurs für Erwachsene (ab 16 Jahre)

**Beginn:** Donnerstag, 25. September 2014, 20.30 Uhr  
**Training:** donnerstags, 20.30 – 22.00 Uhr  
**Dauer:** 6 Wochen **Kosten:** 60,- EUR  
**Ort:** PSV-Sporthalle 2, Edgar-Heller-Str. 19, 76227 Karlsruhe  
**Anmeldung:** vor Kursbeginn verbindlich bei Sebastian Ehrhard, E-Mail: email@sebastian-ehrhhard.de

Weitere Informationen und Anmeldung bei:  
Sebastian Ehrhard,  
E-Mail: email@sebastian-ehrhhard.de

### Karate

**Kurs:** Anfängerkurs für Kinder (8 bis 14 Jahre)

**Beginn:** Dienstag, 14. Oktober 2014, 17.30 Uhr  
**Training:** dienstags, 17.30 – 18.30 Uhr  
**Dauer:** ca. 4 Monate **Kosten:** 70,- EUR  
**Ort:** PSV-Sporthalle 3, Edgar-Heller-Str. 19, 76227 Karlsruhe  
**Anmeldung:** im Kurs direkt oder per E-Mail: karate@psv-karlsruhe.de

Weitere Informationen und Anmeldung bei:  
Matteo Guerra, Tel. 0721 / 46 83 36  
Cosimo Piepoli, Tel. 07243 / 94 91 49

**Kurs:** Anfängerkurs für Erwachsene (ab 14 Jahre)

**Beginn:** Montag, 13. Oktober 2014, 20.00 Uhr  
**Training:** montags & donnerstags, 20.00 – 21.30 Uhr  
**Dauer:** ca. 4 Monate **Kosten:** 90,- EUR  
**Ort:** PSV-Sporthalle 3, Edgar-Heller-Str. 19, 76227 Karlsruhe  
**Anmeldung:** im Kurs direkt oder per E-Mail: karate@psv-karlsruhe.de

Weitere Informationen und Anmeldung bei:  
Matteo Guerra, Tel. 0721 / 46 83 36  
Cosimo Piepoli, Tel. 07243 / 94 91 49

### Tai Chi Chuan

**Kurs:** Kurzform, Einblicke in Grundprinzipien & Hintergründe des Tai Chi Chuan (auch als Kampfkunst)

**Beginn:** Sonntag, 05. Oktober 2014, 10.00 Uhr  
**Training:** sonntags, 10.00 – 11.00 Uhr  
**Dauer:** 8 Wochen **Kosten:** 80,- EUR  
**Ort:** PSV-Sporthalle 3, Edgar-Heller-Str. 19, 76227 Karlsruhe  
**Anmeldung:** vor Kursbeginn verbindlich bei Kerstin Brodesser, Tel. 0721 / 3 54 61 50, E-Mail: k.brodesser@web.de

Weitere Informationen und Anmeldung bei:  
Kerstin Brodesser, Tel. 0721 / 3 54 61 50  
oder Wolfgang Stier, Tel. 0721 / 4 59 70



## Aktuelle Angebote „Gesundheit & Prävention“

### Rücken-Fit

**Kurs:** Einsteigerkurs für Sie und Ihn

**Beginn:** Dienstag, 02. September 2014, 19.10 Uhr






**Training:** dienstags, 19.10 – 20.10 Uhr

**Dauer:** 10 Wochen **Kosten:** 90,- EUR

**Ort:** PSV-Sporthalle 5, Edgar-Heller-Str. 19, 76227 Karlsruhe

**Anmeldung:** vor Kursbeginn verbindlich bei Renate Englert, Tel. 0160 / 90 63 44 68, Email: Englert.u.Sport@web.de

Weitere Informationen und Anmeldung für alle Gesundheitsangebot bei:  
Renate Englert, Tel. 0160 / 90 63 44 68

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
			<b>09.30-11.00 Uhr</b> Halle 3 <b>Fitness-Gymnastik 50Plus für Sie</b> Heidi Tobler	
<b>10.00-11.00 &amp; 11.15-12.15 Uhr</b> Halle 1 <b>Bewegung für Menschen mit neurologischen Handicaps</b> Renate Englert 0160 / 90634468	Abrechnung über Verordnung möglich! 		<b>10.00-11.00 &amp; 11.15-12.15 Uhr</b> Halle 1 <b>Bewegung für Menschen mit neurologischen Handicaps</b> Renate Englert 0160 / 90634468	Abrechnung über Verordnung möglich! 
<b>17.00-18.00 Uhr</b> Halle 1 <b>Fitness-Gymnastik 60Plus für Sie &amp; Ihn</b> Ulrike Staath	<b>16.15-17.15 Uhr</b> Halle 3 <b>Denk-Sport für Sie &amp; Ihn</b> Csilla Avena	<b>18.00-19.00 Uhr</b> Halle 1 <b>Rücken-Fit (KK-Zuschuss!)</b> Renate Englert		
<b>16.20-17.20 Uhr</b> Halle 1 <b>Mobilitätstraining Rolli-Kids</b> Renate Englert	Abrechnung über Verordnung möglich! 	<b>18.00-19.30 Uhr</b> Halle 5 <b>Yoga – Einsteiger &amp; Fortgeschrittene</b> Jasmin Rheiner		<b>18.00-19.30 Uhr</b> Halle 1 <b>Fitness-Gymnastik 45Plus für Sie &amp; Ihn</b> Ralf Dworschak
<b>17.20-18.20 Uhr</b> Halle 1 <b>Mobilitätstraining Rolli-Erwachsene</b> Renate Englert	Abrechnung über Verordnung möglich! 	<b>19.10-20.10 Uhr</b> Halle 1 <b>Fitness-Gymnastik 40Plus für Sie &amp; Ihn oder PSV-Lauftreff</b> Ulrike Staath		
<b>19.10-20.10 Uhr</b> Halle 5 <b>Rücken-Fit (KK-Zuschuss!)</b> Renate Englert	<b>19.10-20.10 Uhr</b> Halle 5 <b>Rücken-Fit (KK-Zuschuss!)</b> Udo Marin	<b>18.45-20.15 Uhr</b> Halle 3 <b>Tai Chi - Einsteiger &amp; Fortgeschrittene</b> Wolfgang Stier		
