



# Sportverein Köniz

Unser Vereinsangebot für ...

... **Frauen** Seite 2

Fitness, Gymnastik, Korbball, Volleyball,  
Badminton

... **Männer** Seite 3

Fitness, Unihockey, Fussball, Korbball,  
Faustball, Badminton, Volleyball

... **und Kinder** Seite 4

Eltern-Kind-Turnen, Kinderturnen,  
Kinder Sport

Unser Kursangebot ...

... **Rückentraining** Seite 4

für Frauen und Männer

## Adressen Turnhallen

**OZ Köniz** (Oberstufenzentrum)  
Schwarzenburgstrasse 321  
3098 Köniz

**Schule Hessgut**  
Jägerweg 19 – 27  
3097 Liebefeld

**Schule Buchsee**  
Lilienweg 15  
3098 Köniz

**Schule Spiegel**  
Spiegelstrasse 79 – 81  
3095 Spiegel b. Bern

**Schule Liebefeld Steinhölzli**  
Hildegardstrasse 19 – 25  
3097 Liebefeld

## Badminton

**Montag**, 20.30 – 22.00 Uhr, Schule Liebefeld Steinhölzli, Reithalle

**Dienstag**, 20.30 – 22.00 Uhr, Schule Buchsee

**Donnerstag**, 20.30 – 22.00 Uhr, Schule Liebefeld Steinhölzli, Reithalle

Leitung: Christian Fehr

## Fitness, Gymnastik, Spiel ab 60+ (Montag II)

**Montag**, 17.30 – 19.00 Uhr, OZ Köniz, obere Halle

Leitung: Veronika Affrini

## Fitness, Gymnastik, Spiel ab 45+ (Montag I)

**Montag**, 19.00 – 20.30 Uhr, OZ Köniz, obere Halle

Leitung: Regula Fasel

## Fitness für alle (Buchsee)

**Dienstag**, 19.00 – 20.30 Uhr, Schule Buchsee

Leitung: Brigitta Wiesendanger

## Fitness und Gymnastik (Spiegel)

**Dienstag**, 19.00 – 20.30 Uhr, Schule Spiegel, obere Halle

Leitung: Brigitte Ganz

## Fitness für junge Frauen und Frauen (Body-Fit)

**Dienstag**, 20.30 – 21.45 Uhr, OZ Köniz, obere Halle

Leitung: Eveline Zimmermann

## Fitness, Gymnastik, Spiel ab 60+ (Liebefeld)

**Freitag**, 19.00 – 20.30 Uhr, Schule Hessgut, obere Halle

Leitung: Doris Zurbriggen

## Korbball

**Dienstag**, 19.00 – 20.30 Uhr, OZ Köniz, obere Halle

Leitung: Evi de Paolis

## Volleyball

**Dienstag**, 20.30 – 22.00 Uhr, Schule Liebefeld Steinhölzli, Reithalle

Leitung: Prisca Losinger

**Weitere Infos:** direkt bei den Gruppenleitenden,

[www.sportvereinkoeniz.ch/vereinsangebot](http://www.sportvereinkoeniz.ch/vereinsangebot)

---

## **Badminton**

**Montag**, 20.30 – 22.00 Uhr, Schule Liebefeld Steinhölzli, Reithalle

**Dienstag**, 20.30 – 22.00 Uhr, Schule Buchsee

**Donnerstag**, 20.30 – 22.00 Uhr, Schule Liebefeld Steinhölzli, Reithalle

Leitung: Christian Fehr

---

## **Gymnastik, Fitness, Korbball ab 60+** (Montag 4)

**Montag**, 19.00 – 20.30 Uhr, OZ Köniz, obere Halle

Leitung: Marcel Altorfer/Oswald Bandi/Hanspeter Schwald

---

## **Fitness, Unihockey, Fussball ab 45+** (Montag 3)

**Montag**, 20.30 – 22.00 Uhr, Schule Hessgut, untere Halle

Leitung: Hanspeter Grünig

---

## **Fitness-, Spielprogramm für junge Männer** (Fit mit Spass)

**Montag**, 20.30 – 22.00 Uhr, OZ Köniz, obere Halle

Leitung: Matthias Kohler

---

## **Fitness und Faustball ab 60+** (Faustball)

**Dienstag**, 19.00 – 20.30 Uhr, Schule Buchsee

Leitung: Hans Marti

---

## **Fitness für alle** (Buchsee)

**Dienstag**, 19.00 – 20.30 Uhr, Schule Buchsee

Leitung: Brigitta Wiesendanger

---

## **Volleyball**

**Donnerstag**, 19.00 – 20.30 Uhr, Schule Liebefeld Steinhölzli, Reithalle

Leitung: Emin Aghayev

---

**Weitere Infos:** direkt bei den Gruppenleitenden,  
[www.sportvereinkoeniz.ch/vereinsangebot](http://www.sportvereinkoeniz.ch/vereinsangebot)

---

EIKi

**Eltern-Kind-Turnen** für 3- bis 5-Jährige

**Montag**, 9.15 – 10.05 Uhr, OZ Köniz, obere Halle

**Mittwoch**, 9.15 – 10.05 Uhr, OZ Köniz, obere Halle

**Freitag**, 9.15 – 10.05 Uhr, OZ Köniz, obere Halle

Leitung: Jasmin Andres, elki@sportvereinkoeniz.ch

---

**Purzelkinder** für 1- bis 6-Jährige mit erwachsener Begleitperson

**Sonntag**, 9.30 – 11.30 Uhr, Schule Hessgut, obere und untere Halle

Das Angebot findet jeweils im Herbst/Winter statt, die genauen Daten sind auf der Website zu finden, [www.sportvereinkoeniz.ch](http://www.sportvereinkoeniz.ch)

---

**Kinder**

---

**Rückentraining** für Frauen und Männer

**Donnerstag**, 17.30 – 18.30 Uhr, OZ Köniz, obere Halle

Dauer: quartalsweise, mit Anmeldung

Leitung/Infos: Veronika Afrini, 079 293 12 23, [kurse@sportvereinkoeniz.ch](mailto:kurse@sportvereinkoeniz.ch)

---

**> Ein Vereinsbeitritt ist nicht erforderlich, Vereinsmitglieder profitieren aber von reduzierten Kurskosten.**

**Kurse**