

Sportangebote des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Erwachsene

Sommerplan 2022 (01.04. - 30.09.)

Tennis nicht aktuell!

Stand: 23.06.2022

In den Sommerferien finden nicht alle Angebote nach Plan statt.

Bemerkung:

Kurse: Anmeldung erforderlich - siehe aktuellen Kursplan unter Download

Kurse - KK = bei den Krankenkassen anerkannt - Zuschuss möglich!

Radspport: ¹⁾ Anmeldung erforderlich unter: www.radsport-oeventrop.de

Ski-Krafttraining-Anmeldung erforderlich unter: www.ski-oeventrop.de

| Abteilung | Bezeichnung/ Altersgruppe | Übungsleiter | Tag | Zeit | Sportstätte/ Treffpunkt |
|-----------|--|--------------------|------------|---------------|---|
| Kurse | Pilates | Veronika Kleinsorg | Montag | 9:00-10:00 | Gymnastikraum |
| Kurse | Yin Yoga | Veronika Kleinsorg | Montag | 10:00-11:30 | Gymnastikraum |
| Kurse | Full Body Intervall Nr. 302 | | Montag | 19:00-20:00 | Gymnastikraum |
| Kurse | Wirbelsäulengymnastik Nr. 100 | Claudia Adam | Dienstag | 08:15-09:15 | OaSE 1 |
| Kurse | Yoga Sanft 315 | Veronika Kleinsorg | Dienstag | 10:15-11:15 | Gymnastikraum |
| Kurse | Rücken aktiv - Bewegen statt Schonen Nr. 311 | Gaby Korte | Dienstag | 19:30-20:30 | Gymnastikraum |
| Kurse | Fit bis ins hohe Alter Nr. 101 | Manuela Mayer | Mittwoch | 8:30-9:30 | OaSE 1 |
| Kurse | Aroha Nr. 317 | Ina Schutzeichel | Mittwoch | 10.15-11:15 | Gymnastikraum |
| Kurse | Pilates Nr. 116 | Fernanda Hausw. | Mittwoch | 16:30-17:30 | Gymnastikraum |
| Kurse | Pilates Nr. 112 | Fernanda Hausw. | Mittwoch | 17:30 - 18:30 | Gymnastikraum |
| Kurse | Präventive Rückenschule Nr. 104 | Ina Schutzeichel | Mittwoch | 18:30-19:30 | OaSE 1 |
| Kurse | Wassergymnastik Nr. 140 | Gaby Korte | Donnerstag | 16:00-17:00 | Lehrschwimmbecken Sauerschule,Arnsberg |
| Kurse | Pilates Nr. 305 | | Donnerstag | 18:30-19:30 | Gymnastikraum |
| Kurse | Yoga | Anja Klüh | Donnerstag | 19:30-20:30 | Gymnastikraum |
| Kurse | Perfekt Body Toning | | Freitag | 17:00-18:00 | Gymnastikraum |
| Kurse | Zumba Nr. 304 | Fernanda Hausw. | Freitag | 18:00-19:00 | Gymnastikraum |
| Kurse | Aroha Nr. 316 | Ina Schutzeichel | Freitag | 19:00 -20:00 | OaSE 1 |
| Kurse | Wassergymnastik Nr. 141 | Gaby Korte | Samstag | 09:00-10:00 | Lehrschwimmbecken Sauerschule,Arnsberg |
| Kurse | Wassergymnastik Nr. 142 | Gaby Korte | Samstag | 10:00-11:00 | Lehrschwimmbecken Sauerschule,Arnsberg |

Sportangebote des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Erwachsene

Sommerplan 2022 (01.04. - 30.09.)

Tennis nicht aktuell!

Stand: 23.06.2022

In den Sommerferien finden nicht alle Angebote nach Plan statt.

Bemerkung:

Kurse: Anmeldung erforderlich - siehe aktuellen Kursplan unter Download

Kurse - KK = bei den Krankenkassen anerkannt - Zuschuss möglich!

Radspport: ¹⁾ Anmeldung erforderlich unter: www.radsport-oeventrop.de

Ski-Krafttraining-Anmeldung erforderlich unter: www.ski-oeventrop.de

| Abteilung | Bezeichnung/ Altersgruppe | Übungsleiter | Tag | Zeit | Sportstätte/ Treffpunkt |
|-----------|------------------------------|--------------|---------|-------------|---|
| Kurse | Wassergymnastik Nr. 143 | Gaby Korte | Samstag | 11:00-12:00 | Lehrschwimmbeck en Sauerschule,Arnsb erg |
| Kurse | Wassergymnastik Nr. 144 | Gaby Korte | Samstag | 14:00-15:00 | Wofi Bad Freieinohl |