

# Sportangebote des TuS 1896 e.V. Oeventrop

## Erwachsene

### Winterplan 2023/2024 (01.10. - 31.03.)

Stand: 21.11.23

**Bemerkung:** Kurse: Anmeldung erforderlich - siehe aktuellen Kursplan unter Download  
Kurse - KK = bei den Krankenkassen anerkannt - Zuschuss möglich!

Radspport: <sup>1)</sup> Anmeldung erforderlich unter: [www.radsport-oeventrop.de](http://www.radsport-oeventrop.de)

Ski-Krafttraining-Anmeldung erforderlich unter: [www.ski-oeventrop.de](http://www.ski-oeventrop.de)

Abteilung	Bezeichnung/ Altersgruppe	Übungsleiter	Tag	Zeit	Sportstätte/ Treffpunkt
Turnen/ Breitensport	Fitness & Workout für Mann und Frau	Norman von der Hövel	Montag	19:30 - 21:00	Sporthalle
Turnen/ Breitensport	Volleyball m./w.	Dominik Bette	Montag	20:00-22:00	Franz-Josef Koch Schule, Arnsberg
Turnen/ Breitensport	Fit und aktiv im Alter	Claudia Adam	Dienstag	09:15-10:15	OaSE 1
Turnen/ Breitensport	Fit nach Feierabend	Claudia Adam	Dienstag	18:15-19:15	Gymnastikraum
Turnen/ Breitensport	Fitness Frauen	Claudia Adam	Mittwoch	18:00-19:00	Sporthalle
Turnen/ Breitensport	Volleyball m./w.	Dominik Bette	Mittwoch	20:00-22:00	Franz-Josef Koch Schule, Arnsberg
Turnen/ Breitensport	Fit in den Tag	Claudia Adam	Donnerstag	09:00-10:00	OaSE 1
Turnen/ Breitensport	Badminton Hobby-Mix	Ulli Rumpf	Freitag	19:00-20:15	Sporthalle