

TuS 1896 e.V. Oeventrop - Kurse 2025

10.06.2025

Block III: Juli-Dezember

KK x = Kurse sind krankenkassenanerkannt, Zuschuss ist möglich!

"Schnuppern" jederzeit möglich, bitte Info an Geschäftsstelle

Orte:

Gymn.Raum, OaSE 1+2 = Sporthallen Oeventrop, In den Oeren
PCE Bad = ehemaliges Wofi Bad, Im Ohl 13, 59872 Meschede-Freienohl
LSB Abg. = LSB Sauerstr.1, 59821 Arnsberg

Gebühr

Nicht-

TuS

Mitgliede

r

Gebühr

TuS

Mitglied

er

Kurs-

Entgelt

Kurs-

Entgelt

Nicht-TuS

Mitglieder

TuS

Mitglieder

Kurs befindet sich noch in der Planung

Keine Kurs ÜE an diesen Tagen

Pos	Nr.	ID	KK	Titel	Tag	Zeit	Ort	€/ÜE	€/ÜE	Übungsleiter	Beginn	Ende	ÜE	€/Kurs	€/Kurs	Datum
1	115			Pilates Flow	Mo.	9:00- 10:00	Gymn.Raum	5,00	2,00	Veronika	01.09.	08.12.	13	65,00	26,00	13. + 20.10.
2	300			Yoga	Mo.	10:00-11:30	Gymn.Raum	7,50	3,00	Veronika	01.09.	08.12.	13	97,50	39,00	13. + 20.10.
3	310			Yoga flow	Mo.	17:00-18:00	Gymn.Raum	10,00	4,00	Daniela	01.09.	08.12.	13	130,00	52,00	13. + 20.10.
4	350			Body Athletic	Mo.	19:15-20:15	OaSE 2	5,00	2,00	Lars	25.08.	08.12.	13	65,00	26,00	8.9.,13.+ 20.10
5	100			Wirbelsäulengymnastik	Di.	08:15-09:15	OaSE 1	5,00	2,00	Ina	02.09.	09.12.	13	65,00	26,00	14. + 21.10.
6	315			Morgengymnastik 60+	Di.	10:00-11:00	Gymn.Raum	5,00	2,00	Ulrike	02.09.	09.12.	13	65,00	26,00	14. + 21.10.
7	330			Langhantel	Di.	19:00-20:00	OaSE 2	5,00	2,00	Nadine	15.07.	09.12.	15	75,00	30,00	22.+ 29.7., 5.+ 12.8., 9.+ 16.9., 21.10.
8	346			Coretraining	Di.	20:00-20:30	OaSE 2	2,50	1,00	Nadine	02.09.	09.12.	13	32,50	13,00	22.+ 29.7., 5.+ 12.8., 9.+ 16.9., 21.10.
9	311		X	Bewegen statt schonen	Di.	19:30-20:30	Gymn.Raum	6,00	3,00	Gaby	02.09.	02.12.	12	72,00	36,00	14. + 21.10.
10	101		X	Fit bis ins hohe Alter	Mi.	08:30-09:30	OaSE 1	6,00	3,00	Manuela	27.08.	26.11.	12	72,00	36,00	15. + 21.10.
11	101			Fit bis ins hohe Alter	Mi.	08:30-09:30	OaSE 1	6,00	3,00	Manuela	03.12.	17.12.	3	18,00	9,00	
12	345			Tae Bo und Co	Mi.	10:00-11:00	OaSE 2	5,00	2,00	Veronika	27.08.	10.12.	14	70,00	28,00	15. + 21.10.
13	116			Pilates	Mi.	17:00-18:00	Gymn.Raum	5,00	2,00	Fernanda	27.08.	10.12.	14	70,00	28,00	15. + 21.10.
14	103			Drums Alive	Mi.	17:30-18:30	OaSE 1	5,00	2,00	Ina	27.08.	10.12.	14	70,00	28,00	15. + 21.10.
15	112			Pilates	Mi.	18:00-19:00	Gymn.Raum	5,00	2,00	Fernanda	27.08.	10.12.	14	70,00	28,00	15. + 21.10.
16	104			Präventive Rückenschule	Mi.	18:30-19:30	OaSE 1	5,00	2,00	Ina	27.08.	10.12.	14	70,00	28,00	15. + 21.10.
17	110			Pilates	Mi.	19:00-20:00	Gymn.Raum	5,00	2,00	Fernanda	27.08.	10.12.	14	70,00	28,00	15. + 21.10.
18				Meditation Klangschalen	Mi.	19:00-20:30	OaSE 2	15,00	7,50	Claudia St.	30.7. + 27.8. + 24.9.		3	45,00	22,50	
19	347			Taiji Qi Gong	Do.	09:30-11:00	Gymn.Raum	8,00	4,00	Iris	04.09.	09.10.	6	48,00	24,00	
20	312			Zumba Gold	Do.	10:30-11:30	OaSE 1	5,00	2,00	Zehra	04.09.	11.12.	12	60,00	24,00	16.,23.,30.10.
21	140		X	Wassergymnastik	Do.	16:00-17:00	Sauersch.	7,00	5,50	Gaby	28.08.	27.11.	12	84,00	66,00	16. + 23.10.
22	331			Langhantel	Do.	18:00-19:00	OaSE 2	5,00	2,00	Yvonne	28.08.	11.12.	13	65,00	26,00	4.9.,16. + 23.10.
23	304			Zumba Fitness	Do.	18:45-19:45	Gymn.Raum	5,00	2,00	Daniela W.	28.08.	11.12.	13	65,00	26,00	9.10.,6. + 13.11.
24	340			Bodyforming	Do.	19:45-20:45	Gymn.Raum	5,00	2,00	Yvonne	28.08.	11.12.	13	65,00	26,00	4.9.,16. + 23.10.
25	111			Pilates Intensiv	Fr.	09:00-10:00	OaSE 1	5,00	2,00	Iris	05.09.	05.12.	10	50,00	20,00	3., 17., 24., 31.10.
26	351			Senioren Sport 60+	Fr.	08:30-09:30	OaSE 2	5,00	2,00	Lars	22.08.	12.12.	13	65,00	26,00	5.9.,17. + 24.10.
27	113			Pilates Faszien	Fr.	10:00-11:00	OaSE 1	5,00	2,00	Iris	05.09.	05.12.	10	50,00	20,00	3., 17., 24., 31.10.
28	141		X	Wassergymnastik	Sa.	09:00-10:00	LSB Abg.	7,00	5,50	Gaby	30.08.	06.12.	12	84,00	66,00	18.+ 25.10.,1.11.
29	142		X	Wassergymnastik	Sa.	10:00-11:00	LSB Abg.	7,00	5,50	Gaby	30.08.	06.12.	12	84,00	66,00	18.+ 25.10.,1.11.
30	143		X	Wassergymnastik	Sa.	11:00-12:00	LSB Abg.	7,00	5,50	Gaby	30.08.	06.12.	12	84,00	66,00	18.+ 25.10.,1.11.
31	144		X	Wassergymnastik	Sa.	14:00-15:00	PCE Bad	9,00	7,50	Gaby	30.08.	06.12.	12	108,00	90,00	18.+ 25.10.,1.11.

Termine ohne Gewähr- Kurs-Ende kann sich aufgrund von Ausfällen verschieben !