

TuS 1896 e.V. Oeventrop - Kurse 2026

18.12.2025

Block I: Januar-März

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 Auf der Alm 125, 59821 Arnsberg

Gebühr	Gebühr
Nicht-TuS Mitglieder	TuS Mitglieder

Kurs befindet sich noch in der Planung

Kurs-Entgelt	Kurs-Entgelt	Keine Kurs ÜE an diesen Tagen
Nicht-TuS Mitglieder	TuS Mitglieder	

Pos	Nr.	ID	KK	Titel	Tag	Zeit	Ort	€/ÜE	€/ÜE	Übungsleiter	Beginn	Ende	ÜE	€/Kurs	€/Kurs	Datum
1	115	1002		Pilates	Mo.	9:00- 10:00	Gymn.Raum	5,00	2,00	Sigrid	12.01.	16.03.	10	50,00	20,00	
2	300	1003		Hatha Yoga	Mo.	10:00-11:00	Gymn.Raum	7,50	3,00	Heike	12.01.	16.03.	10	75,00	30,00	
3	310	1004		Yoga flow	Mo.	17:00-18:00	Gymn.Raum	10,00	4,00	Daniela	12.01.	16.03.	10	100,00	40,00	
4				Es krima	Mo.	18:00-19:30	Gymn.Raum	7,50	3,00	Elke	12.01.	16.03.	10	75,00	30,00	
5	350	1005		Body Athletic	Mo.	19:15-20:15	OaSE 2	5,00	2,00	Lars	12.01.	16.03.	10	50,00	20,00	
6	100	1006		Wirbelsäulengymnastik	Di.	08:15-09:15	OaSE 1	5,00	2,00	Ina	13.01.	17.03.	10	50,00	20,00	
7	315	1007		Morgengymnastik 60+	Di.	10:00-11:00	Gymn.Raum	5,00	2,00	Ulrike	06.01.	17.03.	11	55,00	22,00	
8	330	1008		Langhantel	Di.	19:00-20:00	OaSE 2	5,00	2,00	Nadine	06.01.	17.03.	10	50,00	20,00	20.01.
9	346	1009		Coretraining	Di.	20:00-20:30	OaSE 2	2,50	1,00	Nadine	06.01.	17.03.	10	50,00	20,00	20.01.
10	311	1010	X	Bewegen statt schonen	Di.	19:30-20:30	Gymn.Raum	6,00	3,00	Gaby	13.01.	17.03.	10	60,00	30,00	
11	101	1011	X	Fit bis ins hohe Alter	Mi.	08:30-09:30	OaSE 1	6,00	3,00	Manuela	07.01.	25.03.	12	72,00	36,00	
12	116	1012		Pilates	Mi.	17:00-18:00	Gymn.Raum	6,00	3,00	Fernanda	07.01.	11.03.	10	60,00	30,00	
13	112	1013		Pilates	Mi.	18:00-19:00	Gymn.Raum	6,00	3,00	Fernanda	07.01.	11.03.	10	60,00	30,00	
14	104	1016		Präventive Rückenschule	Mi.	18:30-19:30	OaSE 1	5,00	2,00	Ina	07.01.	18.03.	11	55,00	22,00	
15	110	1014		Pilates	Mi.	19:00-20:00	Gymn.Raum	6,00	3,00	Fernanda	07.01.	11.03.	10	60,00	30,00	
16				Meditation Klangschalen	Mi.	19:30-21:00	OaSE 2	15.50	8,00	Claudia St.	letzter Mittwoch im Monat					
17	347	1017		Taiji Qi Gong	Do.	09:30-11:00	Gymn.Raum	8,00	4,00	Iris	29.01.	19.03.	7	56,00	28,00	12.2.
18	312	1018		Zumba Gold	Do.	10:30-11:30	OaSE 1	5,00	2,00	Zehra	08.01.	19.03.	10	50,00	20,00	12.2.
19	140	1019		Wassergymnastik	Do.	16:00-17:00	Sauersch.	7,00	5,50		08.01.	19.03.	10	70,00	55,00	12.2.
20	331	1020		Langhantel	Do.	18:00-19:00	OaSE 2	5,00	2,00	Yvonne	22.01.	19.03.	8	40,00	16,00	12.2.
21	304	1021		Zumba Fitness	Do.	18:45-19:45	Gymn.Raum	5,00	2,00	Daniela W.	08.01.	02.04.	12	60,00	24,00	12.2.
22	340	1022		Bodyforming	Do.	19:45-20:45	Gymn.Raum	5,00	2,00	Yvonne	22.01.	19.03.	8	40,00	16,00	12.2.
23	111	1023		Pilates Intensiv	Fr.	09:00-10:00	OaSE 1	5,00	2,00	Iris	09.01.	13.03.	9	45,00	18,00	13.2.
24	351	1025		Senioren Sport 60+	Fr.	08:30-09:30	OaSE 2	5,00	2,00	Lars	16.01.	20.03.	9	45,00	18,00	13.2.
25	113	1024		Pilates Faszien	Fr.	10:00-11:00	OaSE 1	5,00	2,00	Iris	09.01.	13.03.	9	45,00	18,00	13.2.
26	141	1026		Wassergymnastik	Sa.	09:00-10:00	LSB Abg.	7,50	6,00	Ludmilla	10.01.	21.03.	10	75,00	60,00	31.1.
27	142	1027		Wassergymnastik	Sa.	10:00-11:00	LSB Abg.	7,50	6,00	Ludmilla	10.01.	21.03.	10	75,00	60,00	31.1.
28	143	1028		Wassergymnastik	Sa.	11:00-12:00	LSB Abg.	7,50	6,00	Ludmilla	10.01.	21.03.	10	75,00	60,00	31.1.
29	144	1029		Wassergymnastik	Sa.	14:00-15:00	PCE Bad	9,00	7,50	Gaby	17.01.	21.03.	10	90,00	75,00	

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