

# Sportangebote des TuS 1896 e.V. Oeventrop

## Erwachsene

### Winterplan 2025/26 (01.10.25-31.03.2026)

Stand: Okt. 2025

|                   |  |
|-------------------|--|
| <b>Bemerkung:</b> | Kurse: Anmeldung erforderlich - siehe aktuellen Kursplan unter Download  |
|                   | Kurse - KK = bei den Krankenkassen anerkannt - Zuschuss möglich!   |
|                   | RadSPORT: <sup>1)</sup> Anmeldung erforderlich unter: <a href="http://www.radsport-oeventrop.de">www.radsport-oeventrop.de</a> |
|                   | Ski-Krafttraining-Anmeldung erforderlich unter: <a href="http://www.ski-oeventrop.de">www.ski-oeventrop.de</a>                 |

| Abteilung               | Bezeichnung/<br>Altersgruppe | Übungsleiter      | Tag        | Zeit          | Sportstätte/<br>Treffpunkt           |
|-------------------------|------------------------------|-------------------|------------|---------------|--------------------------------------|
| Turnen/<br>Breitensport | Volleyball m./w.             | Dominik Bette     | Montag     | 20:00-22:00   | Franz-Josef Koch<br>Schule, Arnsberg |
| Turnen/<br>Breitensport | Fit und aktiv im Alter       | Ina Schutzzeichel | Dienstag   | 09:15-10:15   | OaSE 1                               |
| Turnen/<br>Breitensport | Fit nach Feierabend          | Claudia Adam      | Dienstag   | 18:15 - 19:15 | Gymnastikraum                        |
| Turnen/<br>Breitensport | Fitness Frauen               | Claudia Adam      | Mittwoch   | 18:00-19:00   | Sporthalle                           |
| Turnen/<br>Breitensport | Lumora Dance                 | Lea Osterhaus     | Mittwoch   | 20:00-21:00   | Gymnastikraum                        |
| Turnen/<br>Breitensport | Volleyball m./w.             | Dominik Bette     | Mittwoch   | 20:00-22:00   | Franz-Josef Koch<br>Schule, Arnsberg |
| Turnen/<br>Breitensport | Fit in den Tag               | Claudia Adam      | Donnerstag | 09:00-10:00   | OaSE 1                               |
| Turnen/<br>Breitensport | Badminton Hobby-Mix          | Ulli Rumpf        | Freitag    | 19:00-20:15   | Sporthalle                           |