

Sportangebote des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Erwachsene

Sommerplan 2022 (01.04. - 30.09.)

Handball + Tennis nicht aktuell!

Stand: 10.05.2022

Achtung: Da dem TuS aktuell die Sporthalle und der Gymnastikraum nicht zur Verfügung stehen, finden die entsprechenden Angebote nicht wie gewohnt statt!

Bemerkung:

Kurse: Anmeldung erforderlich - siehe aktuellen Kursplan unter Download

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

Radsport: 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
Fußball	Alte Herren Ü32	A. Roland	Montag	19:30-21:00	Kunstrasen Oeventrop
Fußball	1. Herren	S. Wessel	Dienstag	19:30-21:00	Kunstrasen Oeventrop
Fußball	1. Herren	S. Wessel	Freitag	19:00-20:30	Kunstrasen Oeventrop
Fußball	2. Herren	D. Korac, N. Lenz, S. Krick	Mittwoch	19:30-21:00	Kunstrasen Oeventrop
Fußball	2. Herren	D. Korac, N. Lenz, S. Krick	Freitag	19:30-21:00	Kunstrasen Oeventrop
Fußball	Damen	T. Stein, L. Brust	Dienstag	19:30-21:00	Kunstrasen Oeventrop
Fußball	Damen	T. Stein, L. Brust	Donnerstag	19:30-21:00	Kunstrasen Oeventrop
Handball	2. Damen	Julian Schneider	Montag	19:00-20:30	Ruhrthalle
Handball	1. Herren	Frank Moormann + Markus Basler	Montag	20:30-22:00	Ruhrthalle
Handball	2. Herren	Karsten Schulte+ Guido Stirnberg	Dienstag	20:30-22:00	Ruhrthalle
Handball	1. Herren	Frank Moormann + Markus Basler	Mittwoch	18:30-20:30	Ruhrthalle
Handball	1. Damen /2. Damen	Thomas Binnberg Julian Schneider	Mittwoch	20:30-22:00	Ruhrthalle
Handball	3. Herren/Schnapper	Thomas Weber Karsten Schulte	Mittwoch	20:45-22:00	Sporthalle, Freienohl
Handball	2. Herren	Karsten Schulte+ Guido Stirnberg	Donnerstag	20:00-22:00	Ruhrthalle
Handball	1. Damen	Thomas Binnberg	Freitag	19:00-20:30	Ruhrthalle
Handball	1. Herren	Frank Moormann/ Markus Basler	Freitag	20:30-22:00	Ruhrthalle
Judo	für Alle	Kevin, Ole, Thorsten, Marina	Montag	16:30-18:15	Gymnastikraum Sauerstraße, Arnsberg

Sportangebote des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Erwachsene

Sommerplan 2022 (01.04. - 30.09.)

Handball + Tennis nicht aktuell!

Stand: 10.05.2022

Achtung: Da dem TuS aktuell die Sporthalle und der Gymnastikraum nicht zur Verfügung stehen, finden die entsprechenden Angebote nicht wie gewohnt 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
Judo	ab 16 Jahre	Thorsten Schöller	Mittwoch	19:30-21:00	Gymnastikraum Sauerstraße, Arnsberg
Judo	für Alle	Thorsten Schöller	Freitag!	17:00-19:00	Gymnastikraum Sauerstraße, Arnsberg
Judo	Judo für Groß und Klein - Kinder 3-7 Jahre	Thorsten + Marina Schöller	Samstag (14- tägig)	09:00-10:30	Gymnastikraum Sauerstraße, Arnsberg
Kurse	Yin Yoga	Veronika Kleinsorg	Montag	10:00 - 11:30	OaSE II
Kurse	Wirbelsäulengymnastik Nr. 100	Claudia Adam	Dienstag	08:15-09:15	OaSE 1
Kurse	Yoga Sanft 315	Veronika Kleinsorg	Dienstag	10:00-11:00	OaSE II
Kurse - KK	Rücken aktiv - Bewegen statt Schonen Nr. 311	Gaby Korte	Dienstag	19:30-20:30	Familienzentrum
Kurse - KK	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	OaSE II
Kurse	Pilates Nr. 116	Fernanda Hausw.	Mittwoch	16:30-17:30	Familienzentrum
Kurse	Pilates Nr. 112	Fernanda Hausw.	Mittwoch	17:30-18:30	Familienzentrum
Kurse	Präventive Rückenschule Nr. 104	Ina Schutzeichel	Mittwoch	18:30-19:30	OaSE 1
Kurse - KK	Wassergymnastik Nr. 140	Gaby Korte	Donnerstag	16:00-17:00	Lehrschwimmbecken,Sa uerschule,Arnsberg
Kurse	Pilates Nr. 305	Veronika Kleinsorg	Donnerstag	18:30-19:30	OaSE 1
Kurse	Yoga Nr. 306	Veronika Kleinsorg	Donnerstag	19:30-20:30	OaSE 1
Kurse	Zumba	Fernanda Hausw.	Freitag	18:00-19:00	OaSE 1
Kurse	Aroha Nr. 316	Ina Schutzeichel	Freitag	19:00 -20:00	OaSE 1
Kurse - KK	Wassergymnastik Nr. 141	Gaby Korte	Samstag	09:00-10:00	Lehrschwimmbecken,Sa uerschule,Arnsberg
Kurse	Wassergymnastik Nr. 142	Gaby Korte	Samstag	10:00-11:00	Lehrschwimmbecken,Sa uerschule,Arnsberg

Sportangebote des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Erwachsene

Sommerplan 2022 (01.04. - 30.09.)

Handball + Tennis nicht aktuell!

Stand: 10.05.2022

Achtung: Da dem TuS aktuell die Sporthalle und der Gymnastikraum nicht zur Verfügung stehen, finden die entsprechenden Angebote nicht wie gewohnt statt!

Bemerkung:

Kurse: Anmeldung erforderlich - siehe aktuellen Kursplan unter Download

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

Radsport: 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 - KK	Wassergymnastik Nr. 143	Gaby Korte	Samstag	11:00-12:00	Lehrschwimmbecken, Sauer- schule, Arnberg
Kurse - KK	Wassergymnastik Nr. 144	Gaby Korte	Samstag	14:00-15:00	Wofi Bad Freieinohl
Rehasport	Orthopädie Nr. 210	Manuela Schnelle	Montag	8.15-9:15	OaSE 1
Rehasport	Orthopädie Nr. 215	Manuela Schnelle	Montag	9:15-10:15	OaSE 1
Rehasport	Orthopädie Nr. 219	Manuela Schnelle	Montag	10:15-11:15	OaSE 1
Rehasport	Orthopädie Nr. 211	Gaby Korte	Montag	16:00-17:00	OaSE 1
Rehasport	Orthopädie Nr. 212	Birgit Schulz	Montag	18:30-19:30	OaSE 1
Rehasport	Orthopädie Nr. 227	Birgit Schulz	Montag	17:30-18:30	OaSE 1
Rehasport	Herzsport Nr. 200	Barbara Nockemann	Montag	19:30-20:30	OaSE 1
Rehasport	Orthopädie Nr. 226	Claudia Adam	Dienstag	10:30-11:30	OaSE 1
Rehasport	Orthopädie Nr. 223	Gaby Korte	Dienstag	14:00-15:00	Lehrschwimmbad, Sauer- schule
Rehasport	Orthopädie Nr. 214	Manuela Schnelle	Mittwoch	9:30-10:30	OaSE 1
Rehasport	Orthopädie Nr. 221	Gisela Pfitzner	Mittwoch	10:15-11:00	Seniorenwohnpark Abg.
Rehasport	Psychiatrie Mehrfachbehinderte	Manuela Schnelle	Mittwoch	10:45-11:45	Christophorus Haus
Rehasport	Orthopädie Nr. 228	Ina Schutzeichel	Mittwoch	19:45-20:45	OaSE 1
Rehasport	Orthopädie Nr. 220	Claudia Adam	Mittwoch	15:00 - 15:45	Elisabeth Heim, Oev.
Rehasport	Orthopädie Nr. 216	Barbara Nockemann	Donnerstag	17:00-17:45	OaSE I
Rehasport	Orthopädie Nr. 217	Barbara Nockemann	Donnerstag	17:45-18:30	OaSE I
Rehasport	Orthopädie Nr. 218	Gaby Korte	Samstag	12:00-13:00	Lehrschwimmbad, Sauer- schule
Rehasport	Orthopädie Nr. 224	Gaby Korte	Samstag	15:00-16:00	Wofi Bad Freieinohl
Leichtathletik	Lauftreff	Andrè Kraus, Benjamin Habranke	Freitag	18:00-19:00	ab Sportplatz Oeventrop
Leichtathletik	Basketball	Norman von der Hövel	Freitag	18:00-19:00	Ruhrthalhalle
Radsport	Mountainbiken Mixed Erwachsene;	Jochem Krayl	Mittwoch	17.30	ab OaSE

Sportangebote des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Erwachsene

Sommerplan 2022 (01.04. - 30.09.)

Handball + Tennis nicht aktuell!

Stand: 10.05.2022

Achtung: Da dem TuS aktuell die Sporthalle und der Gymnastikraum nicht zur Verfügung stehen, finden die entsprechenden Angebote nicht wie gewohnt statt!

Bemerkung:

Kurse: Anmeldung erforderlich - siehe aktuellen Kursplan unter Download

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

RadSPORT: 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
Radsport	Cycling für Senioren w/m Erwachsene 65+	Sylvia Lawrens	Donnerstag	10:30-11:30	OaSE 2
Radsport	Cycling Mixed Erwachsene	Silvia B.	Montag	18:00- 19:00 Vom 25.04. bis zu den Sommerferie n	Oase 2
Radsport	Rennrad Gruppe 2, Wochenende nach Absprache	Jochen Henke	Donnerstag	18:00	ab OaSE
Radsport	Rennrad Gruppe 1, Wochenende nach Absprache	Michael Hess	Dienstag u. Donnerstag	18:00	ab OaSE
Radsport	Crossbike Mixed Erwachsene	Olaf Spindeldreher	Freitag	17.30	ab OaSE
Ski	Krafttraining	Thomas Röttger	Donnerstag	20:00-21:30	Ruhrtalhalle
Tischtennis	offenes Training für jedes Alter	Achim Peters	Dienstag	18:30-19:30	OaSE 1
Tischtennis	w/m Erwachsene	S. Klarholz A. Peters Mark Furmanski	Dienstag	19:30-22:00	OaSE 1
Tennis	Damen	Christoph Aufderbeck	Montag	15:00 - 16:00	Ruhrtalhalle
Tennis	Herren		Mittwoch	18:00-20:00	Eversberg Tennishalle
Tennis	Herren		Donnerstag	19:00-21:00	Eversberg Tennishalle
Turnen/ Breitensport	Fitness & Workout für Mann und Frau	Norman von der Hövel	Montag	19:30 - 21:00	OaSE II
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

Sportangebote des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Erwachsene

Sommerplan 2022 (01.04. - 30.09.)

Handball + Tennis nicht aktuell!

Stand: 10.05.2022

Achtung: Da dem TuS aktuell die Sporthalle und der Gymnastikraum nicht zur Verfügung stehen, finden die entsprechenden Angebote nicht wie gewohnt statt!

Bemerkung:

Kurse: Anmeldung erforderlich - siehe aktuellen Kursplan unter Download

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

Radsport: 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
Turnen/ Breitensport	Fit nach Feierabend	Claudia Adam	Dienstag	17:30-18:30	OaSE I
Turnen/ Breitensport	Fitness Frauen	Birgit Schulz	Mittwoch	17:30 - 18:30	OaSE I
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	Faszientraining	Ina Schutzeichel	Donnerstag	16:00-17:00	OaSE 1
Turnen/ Breitensport	Roundabout Fitness	Claudia Adam	Freitag	09:00-10:00	OaSE 1
Turnen/ Breitensport	Badminton Hobby-Mix	Ulli Rumpf	Dienstag	20:00-22:00	Dreifach Sporthalle Laurentianum Arnsberg
Turnen/ Breitensport	Fit und Gesund	Heinrich Goik	Donnerstag	10:00-11:00	OaSE 1