

Sportangebote des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Erwachsene

Winterplan 2020/2021

Plan gültig: v. 26.10.2020 - 09.04.2021 (bis Ende Osterferien)

Stand: 14.10.2020

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 - Rückfragen bei Stefan Wilke

Ski-Krafttraining-Anmeldung erforderlich unter: www.ski-oeventrop.de

Abteilung	Bezeichnung/ Altersgruppe	Übungsleiter	Tag	Zeit	Sportstätte/ Treffpunkt	Termine
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	Birgit Schulz	Mittwoch	18:00-19:00	Sporthalle	
Turnen/ Breitensport	Fitness Frauen	Birgit Schulz	Mittwoch	19:00-20:00	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	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	Freitag	19:00-20:15	Sporthalle	
Turnen/ Breitensport	Fit und Gesund	Heinrich Goik	Donnerstag	10:00-11:00	OaSE 1	