Hallenbelegungspläne des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Winter 2019/2020

nach Herbst- bis Ende Osterferien

Stand: 10.10.2019

TuS 1896 e.V.Oeventrop
Geschäftsstelle
In den Oeren 6
59823 Arnsberg

Telefon 02937 / 2215
Fax 02937 / 828416
Email info@tus-oeventrop.de

w: weiblich

m: männlich

Kurse mit Anmeldung in der Geschäftsstelle

OaSE 1

	Montag	UK	Dienstag	UK	Mittwoch	UK	Donnerstag	UK	Freitag	UK	Samstag
08.00	8.15-9.15										
	Reha Orthopädie 210	12	8:15 - 9:15								
08:30	Manuela Schnelle	13	**Wirbelsäulengym 100**	12	8:30 - 9:30	12					
			Claudia Adam		**Fit bis ins hohe Alter 101**	13					
09.00	9.15-10.15				Manuela Schnelle		9.00-10.00 Uhr		09:00-10:00	12	
	Reha Orthopädie 215	12	9:15 - 10:15				**Fit in den Tag**		**Roundabout Fitness**	13	
09:30	Manuela Schnelle	13	**Fit und aktiv im Alter**	13	9:30 -10:30	12	Claudia Adam		Claudia Adam		
	ohne Mattenprogramm		Bärbel Schröder		**Reha Orthopädie 214**	13	Abt. Turnen		Abt. Turnen		
10:00	10.15-11.15		Abt. Turnen		Manuela Schnelle		10:00 - 11:00				
	Reha Orthopädie 219	12	10:30-11:30				**Fit und Gesund**				
10:30	Manuela Schnelle		**Reha Orthopädie 226**			12	Heinrich Goik				
			Claudia Adam			13	Abt. Turnen				
11:00											
11:30											
12:00											
12:30											
13:00											
13:30											
14.00											
14:30											
15.00			15:00 - 16:00				15:00 - 16:00				
			OGS				**Leichtathletik**				
15:30			Frau Brüggemann				Vorschulkinder 4-6 J.		Abt. Turnen:		
			kein TuS-Angebot				Gisela Pfitzner		15:45 - 16:30		
16.00	16:00 - 17:00						16:00 - 17:00		**Tanzmäuse 4-8 Jahre**	12	
	Reha Orthopädie 211	12					**Turnen**		Fernanda Hauswirth		
16:30	Gaby Korte	13	16:30 - 17:30				Faszientraining		16:30 - 17:15		
			Fußball				7.11 - 12.12.19		**Tanz und Spiel 3.-4. Klasse**	13	
17.00			w. D-Jgd.			12	17:00 - 18:30		Fernanda Hauswirth		
			L. Stein, J.Kemper, P. Neumeister			13	**Tischtennis**		17:15 - 18:00		
17:30	17:30 - 18:30		17:30 - 18:30		17.30-18.30		Anfänger	12	**Tanz und Spiel ab 5. Klasse**	12	
	Reha Orthopädie 227		**Fußball**		**Präv. Rückenschule**		Schüler/Schülerinnen		Fernanda Hauswirth		
18.00	Birgit Schulz		w. E-Jgd.		Dorothee Klein	12	Guido Lehmenkühler		18:00 - 19:00		
			E.Hanxleden, J.Taubitz,S.Reimann		**103**	13			**Fußball**		
18:30	18:30 - 19:30		18:30 - 19:30		18.30-19.30		18:30 - 19:30		w. F-Jgd.		
	Reha Orthopädie 212	12	**Tischtennis**	12	**Präv. Rückenschule**		**Tischtennis**	12	N.Franke,J.Heiyng,L.Potth.C.Adam		
19.00	Birgit Schulz	13	offenes Training für jedes Alter	13	Dorothee Klein	12	Jungen+Mädchen bis 18 J	13	19:00 - 20:00		
			Achim Peters		**104**	13	Guido Lehmenkühler		**Aroha 316**	12	
19:30	19:30 - 20:30								Ines Schutzeichel	13	
	Reha Koronarsport 200	12	19:30 - 22:00		19:45-20:45		19:30 - 21:30				
20.00	Barbara Nockemann	13	**Tischtennis**	12	**Reha Orthopädie 228**			12			
			Damentraining	13	Dorothee Klein		**Tischtennis**	13			
20:30			Herrentraining								
21.00			Sebastian Klaholz								
			Achim Peters				Michael Donner				
21:30			Mark Furmanski				Mark Furmanski				

Hallenbelegungspläne des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Winter 2019/2020

nach Herbst- bis Ende Osterferien

TuS 1896 e.V.Oeventrop
Geschäftsstelle
In den Oeren 6
59823 Arnsberg

Telefon 02937 / 2215
Fax 02937 / 828416
Email info@tus-oeventrop.de

Stand: 10.10.2019

OaSE 2

w: weiblich, m: männlich

Stand: 10.10.2019

Kurse mit Anmeldung in der Geschäftsstelle

Winter 2019/2020

	Montag	UK	Dienstag	UK	Mittwoch	UK	Donnerstag	UK	Freitag	UK
08.00 08:30										
09.00 09:30								12 13		
10:00 10:30							10:30-11:30 **Indoor Cycling für EW + 65** Sylvia Lawrenz * Abt.: Rad	12 13		
11:00 11:30										
12:00 12:30										
13:00 13:30										
14.00 14:30										
15.00 15:30										
16.00 16:30										12 13
17.00 17:30 17:45			17:30 - 18:30 **IndorCycling** Rüdiger Schulz Abt. Rad							
18.00 18:15 18:30 18:45	18:00 - 19:00 **Intervall-Cycling** Silvia B. * Abt.: Rad				18:00 - 19:00 Indoor Cycling **Jutta Brüggemann** Abt. Rad		18:00 - 19:00 **Indoor Cycling** Iris Giacosa Abt. Rad	12 13		
19.00 19:30			19:30 - 21:00 in Planung VHS **kein TuS Angebot** 10 ÜE		19:15 - 20:15 Indoor Cycling **Jutta Brüggemann** Abt. Rad		19:15 - 20:45 **Selbstverteidigung/Wing Chun** Siggi Gerlach v. 31.10.19 - 5 ÜE	12 13		
20.00 20:30										
21.00 21:30										

*** Für alle Indoor Cycling-und Langhantelkurse ist eine Anmeldung unter www.radsport-oeventrop.de erfordrlich. Rückfragen bei Stephan Wilke**

Hallenbelegungspläne des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Winter 2019/2020

nach Herbst- bis Ende Osterferien

TuS 1896 e.V.Oeventrop
Geschäftsstelle
In den Oeren 6
59823 Arnsberg

Telefon 02937 / 2215
Fax 02937 / 828416
Email info@tus-oeventrop.de

Stand: 10.10.2019

Sporthalle

w: weiblich, m: männlich

Stand: 10.10.2019

Winter 2019/2020

	Montag	UK	Dienstag	UK	Mittwoch	UK	Donnerstag	UK	Freitag	UK	Samstag
09.00 09:30									9:00 - 10:00 **Krabbelgruppe ab 1J.** Tina Lieske Abt.: Turnen		09:00-11:00 Judo 14-tägig Thorsten Schöller
14.00 14:30											
15.00 15:30							15.00 - 16:00 **Familiensport** 2-6 Jahre Tina Lieske/Abt.Turnen		15:00 - 16:00 **Leichtathletik** m/w 6-9 Jahre Astrid Welschhoff		
16.00							16:00-17:00 **Abenteuersport** für Grundschulkinder Jörg Humpert		16:00 - 17:00 **Fußball** Minis (Jahrgang 2014+2015) L.Stein,L.Köster,S.Kluß	6	
16:30	16:30 - 18:00 **Judo** U9 + U12 Waschbären 5-7 J.		16:30 - 17:30 **Fußball** m. F2 Jgd. H.+S.Göckeler, F.Bornemann		16:30 - 17:30 **Fußball** m. G-Jgd. C. + Ti. Koßmann						
17.00 17:30	Thorsten Schöller Marina Schöller	5 6	17:30 - 19:00 Badminton **m/w 8-14 Jahre** Heinrich Goik Abt.: Turnen				17:00 - 19:00 **Judo** U9, U12, U15 + Senioren Thorsten Schöller	5 6	17:00 - 18:00 **Fußball** Minis (Jahrgang 2016) N.Stein,M.Holzapfel,L.Hochstein	5	
18.00 18:30	18:00 - 19:30 **Judo** U15, U18 + Senioren				18:00 - 19:00 **Fitness Frauen** Birgit Schulz Abt. Turnen				18:00 - 19:00 **Fitnesstraining und Ballspiele** m/w Norman von der Hövel/Abt. LE		
19.00 19:30	Thorsten Schöller 19:30 - 21:00 **Fitness & Workout m/w**		19:00 - 20:30 **Ski - Krafttraining** M. Röttger Voranmeldung per Internet		19:00 - 20:00 **Fitness Frauen** Birgit Schulz Abt.: Turnen		19:00 - 20:00 **Fit für Skiing** Benno Susewind		19:00 - 20:15 **Badminton** Hobby-Mix Uli Rumpf Abt.: Turnen		
20.00 20:30	Norman von der Hövel Abt. Turnen		erforderlich unter www.ski-oeventrop.de		20:00 - 21:30 **Ski - Krafttraining** SGR - 1. Herren M. Röttger		20:00 - 21:30 **Ski - Krafttraining** M. Röttger Voranmeldung per Internet erforderlich unter www.ski-oeventrop.de				
21.00 21:30											

Hallenbelegungspläne des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Winter 2019/2020

nach Herbst- bis Ende Osterferien

Stand: 10.10.2019

TuS 1896 e.V.Oeventrop
Geschäftsstelle
In den Oeren 6
59823 Arnsberg

Telefon 02937 / 2215
Fax 02937 / 828416
Email info@tus-oeventrop.de

Ruhrtalhalle

w: weiblich, m: männlich

Stand: 10.10.2019

Winter 2019/2020

	Montag	UK	Dienstag	UK	Mittwoch	UK	Donnerstag	UK	Freitag	UK	Samstag Vormittag
14.00 14:30											8:45-10:00 **Flüchtlingshilfe** Franz-Josef Theune von Nov.-Febr.
15.00 15:30	15:00-17:00 **Tennis** Kinder/Jugend m. 11-14 Jahre Dieter Topp		15:00-17:00 **Tennis** Kinder/Jugend m/w 4-8 Jahre Dieter Topp		Grundikids???				15:00-17:00 **Tennis** Kinder/Jugend w. 12-17 Jahre Josef Hochstein		10:00-12:00 **Tennis** m/w Jugend Josef Hochstein
16.00 16:30					16:00-17:00 **Fußball** m. E1-Jgd. P.Hegel, M.Tillmann	2	16:00-17:00 **Tennis** m/w ab 13 J. - Anfänger Lukas Heckmann				
17.00 17:30	17:00 - 18:00 **Handball** gemE1/gemE2 Jörg Humpert + Lisa Wolf	1	17:00 - 18:00 **Handball** m. + w. Minis S.Reddig,K.Trompeter	1	17:00 - 18:00 **Handball** m/w F Jgd. M. Neff, S. Frimmel, P. Köster,M.Heinem	1 2	17:00 - 18:00 **Handball** gemE1/gemE2 Jörg Humpert, Lisa Wolf	1	17:00-18:00 **Leichtathletik** m/w 10-12 Jahre Astrid Welschhoff		
18.00 18:15 18:30	18:00 - 19:00 **Leichtathletik** m/w ab 12 Jahre Astrid Welschhoff		18:00 - 19:15 **Handball** w B Jgd. Julia Pietz, Malte Weber	3	18:00 - 19:00 **Handball** wD/wC Jgd. Tilmann Weber Theresa Humpert	2	18:00 - 19:15 **Handball** wD Jgd. + wC Jgd. Tillmann Weber Theresa Humpert	2	18:00-19:00 **Leichtathletik** m/w ab 13 Jahre Astrid Welschhoff		
19.00 19:15 19:30 20.00	19:00 - 20:30 **Handball** 2. Damen + w.A Jgd. Reinhard Struwe Julian Schneider	1 2	19:15 - 20:30 **Handball** mA Jgd. Guido Stirnberg, Alex Blanke Thorsten Bornemann	2	19:00-20:30 **Handball** 2. Damen + wA Jgd. Reinhard Struwe Julian Schneider	3	19:15 - 20:30 **Handball** mA Jgd. G.Stirnberg,Th.Bornem.,A.Blanke	1	19:00 - 20:30 **Handball** 1. Damen Thomas Binnberg	1	
20:30 21.00 21:30	20:30 - 22:00 **Handball** 2. Herren + m.A. Jgd. Karsten Schulte Guido Stirnberg, Alex Blanke, Th. Bornemann	3	20:30 - 22:00 **Handball** 1. Herren Frank Mohrmann + Markus Basler	1	20:30 - 22:00 **Handball** 1. Damen Thomas Binnberg	1	20:30 - 22:00 **Handball** 2 . Herren Karsten Schulte Guido Stirnberg	2	20:30 - 22:00 **Handball** 1. Herren Frank Mohrmann Markus Basler	2	

Hallenbelegungspläne des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Winter 2019/2020

nach Herbst- bis Ende Osterferien

Stand: 10.10.2019

TuS 1896 e.V.Oeventrop
Geschäftsstelle
In den Oeren 6
59823 Arnsberg

Telefon 02937 / 2215
Fax 02937 / 828416
Email info@tus-oeventrop.de

Gymnastikraum

Stand: 25.10.2019

w: weiblich, m: männlich

Kurse mit Anmeldung in der Geschäftsstelle

Winter 2019/2020

	Montag	UK	Dienstag	UK	Mittwoch	UK	Donnerstag	UK	Freitag	UK	Samstag
08.00 08:30											
	08:45-10:15 **Hatha Yoga 301** Marie-Theres Schwarz										
10:00 10:15 10:30			10:15 - 11:15 **Yoga Sanft 315** Veronika Kleinsorg		10:15 - 11:15 **Aroha 317** Ina Schutzeichel						
	10:30-12:00 **Hatha Yoga 301** Marie-Theres Schwarz										
11:00 11:30											
14.00 14:30											
15.00 15:30		7									
16.00 16:30						7	16:00 - 17:00 **kein TuS Angebot** Bechterew Gruppe				
17.00 17:30					17.30-18.30 **Pilates 113** Fernanda H.		17.00-17.45 **Reha Orthopädie 216** Barbara Nockemann	7	17:00 -18:00 **Perfect Body Toning** Steffi Betz **302**	7	
							17.45-18.30 **Reha Orthopädie 217** Barbara Nockemann	7			
18.00 18:30			18.15-19.15 **Fit nach Feierabend** Claudia Adam Abt.: Turnen	7	18:30-20:00 Judo Selbstverteidigung m./w. ab 14 Jahre Thorsten Schöller		18:30-19:30 **Pilates 305** Veronika Kleinsorg	7	18:00 - 19:00 **Zumba 304** Thomas Emde	7	
19.00 19:30	19:00 - 20:00 **Full Body Intervall** Steffi Betz **302**	7	19:30 - 20:30 **Rücken aktiv 311** Bewegen statt Schonen Gaby Korte	7			19:30 - 20:30 **Yoga Nr. 305** Veronika Kleinsorg	7			
20.00 20:30											
21.00 21:30											