Hallenbelegungspläne des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Winterplan

01.10.2024-31.03.2025

Stand: 10.10.2024

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**		**Strong Pilates**	13	
09:30	Manuela Schnelle	13	**Fit und aktiv im Alter**	13	9:30 -10:30	12	Claudia Adam		Iris Schauerte		
	ohne Mattenprogramm		Claudia Adam		**Reha Orthopädie 214**	13	Abt. Turnen				
10:00	10.15-11.15		Abt. Turnen		Manuela Schnelle				10:00 - 11:00		
	Reha Orthopädie 219	12	10:30-11:30						**Faszien Pilates**		
10:30	Manuela Schnelle		**Reha Orthopädie 226**			12	10:30 - 11:30		Iris Schauerte		
			Claudia Adam			13	**Zumba Gold**				
11:00							Zehra Argovic				
11:30											
12:00											
12:30											
13:00											
13:30											
14.00											
14:30											
15.00									14:45-15:45		
									FU Jugend Minis		
15:30					15:30 - 16:30				Ersatsort		
					Leichtathletik				**Fußball**		
16.00	16:00 - 17:00				U7 Minis				Jugend	12	
	Reha Orthopädie 211	12			Katja Türk				bis 16:30		
16:30	Gaby Korte	13	16:30 - 17:30		16:30-17:30				16:30 - 17:15		
			Fußball		**Leichtathletik**				**Tanz und Spiel 4-7 J.**	13	
17.00			Jugend		U10 - U 12	12	17:00 - 18:30		Fernanda Hauswirth		
					Katja Türk	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 8 J.**	12	
	Reha Orthopädie 227		**Fußball**		**Drums alive**		Schüler/Schülerinnen		Fernanda Hauswirth		
18.00	Birgit Schulz		Jugend		Ina Schutzeichel	12	Guido Lehmenkühler		18:00 - 19:00		
						13			**Fußball**		
18:30	18:30 - 19:30		18:30 - 19:30		18.30-19.30		18:30 - 19:30		Jugend		
	Reha Orthopädie 212	12	**Tischtennis**	12	**Präv. Rückenschule**		**Tischtennis**	12			
19.00	Birgit Schulz	13	offenes Training für jedes Alter	13	Ina Schutzeichel	12	Jungen+Mädchen bis 18 J	13			
			Achim Peters		**104**	13	Guido Lehmenkühler			12	
19:30	19:30 - 20:30									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	Ina Schutzeichel		**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

Winterplan

01.10.2024-31.03.2025

Stand: 10.10.2024

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

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

OaSE 2

w: weiblich, m: männlich

Kurse mit Anmeldung in der Geschäftsstelle

	Montag	UK	Dienstag	UK	Mittwoch	UK	Donnerstag	UK	Freitag	UK
08.00										
08.30										
09.00									8:30 - 9:30	
								12	**Senioren Sport 60+**	
09.30								13	Lars Rathke	
10:00										
10:30							10:30-11:30	12		
							Radsport	13		
11:00							Indoor Cycling für EW + 65			
							Silvia Lawrenz			
11:30										
12:00										
12:30										
13:00										
13:30										
14.00										14:00-15:00
										Radsport
14:30										IndoorCycling
										Brigitte Magoli-Hübner
15.00										
15:30										
16.00										
										12
16:30					16:30 - 17:30					13
					Turnen					
17.00			17:00 - 18:00		Faszientraining					
			Radsport		Ina Schutzeichel					
17:30	17:30-19:00		IndoorCycling							
17:45	**Radsport**		Brigitte Magoli-Hübner							
18.00	IndoorCycling				18:00-19:00		18:00-19:00			
18:15	Silvia Bertram				**Radsport**		**Langhanteltraining**	12		
18:30					IndoorCycling		Lars Rathke	13		
18:45					Rüdiger Schulz					
19.00			19:00 - 20:00							
19:15	19:15-20:15		**Langhanteltraining**				19:15 - 20:15	12		
19:30	**Body Athletic**		Yvonne Kutnar				**Radsport**	13		
19:45	Lars Rathke						IndoorCycling			
20.00			20:00-20:30				Rüdiger Schulz			
20:15			**Core Training**							
20:30			Yvonne Kutnar							
21.00										
21:30										

Radsport: Für alle Indoor Cyclingkurse ist eine Anmeldung unter www.radsport-oeventrop.de erforderlich.

Hallenbelegungspläne des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Winterplan

01.10.2024-31.03.2025

Stand: 10.10.2024

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

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

Sporthalle

w: weiblich, m: männlich

	Montag	UK	Dienstag	UK	Mittwoch	UK	Donnerstag	UK	Freitag	UK	Samstag
09.00									09:00 - 10:00		09:00-10:30
									Turnen		**Judo**
09:30									Krabbelgruppe m/w ab 1 Jahr		14-tägig ab 31.10.20
									Tina Lieske		**Judo für Groß**
14.00									14:00 - 15:00		**und Klein 3-7 Jahre**
									OGS		Thorsten, Marina Schöller
14:30	**14:30 - 15:30**								Jutta Beckmann		
	Turnen								kein TuS Angebot		
15.00	Familiensport m/w 2-4 J.		15:00 - 16:00				15:00 - 16:00		15:00 - 16:00		
	Laura Büenfeld		**OGS**				**Turnen**		**Fußball**		
15:30	15:30 - 16:30		kein TuS Angebot				Kunterbunt 4-6 Jahre		Minis Klein		
	Turnen		Fußball				Tina Lieske				
16.00	Familiensport m/w 2-4 J.								16:00 - 17:00		
	Laura Büenfeld								**Fußball**	**6**	
16:30	16:30 - 18:00		16:30 - 17:30		16:30 - 18:00				Minis Groß		
	Judo		**Fußball**		**Fußball**				L.Stein		
17.00	U9 + U12	**5**	F Mädchen		Jugend		17:00 - 19:00		17:00 - 18:00		
	Waschbären 5-9 J.	**6**	Laura Stein						**Fußball**	**5**	
17:30	Kevin Schöller		17:30 - 19:00				**Judo**		Minis Mädchen		
	Thorsten, Ole		**Fußball**				U9, U12, U15 +	**5**	N.Stein		
18.00	18:00 - 19:30		E Mädchen		18:00 - 19:00		Senioren	**6**	18:00 - 19:00		
	Judo		Laura Stein		**Fitness Frauen**				**Leichtathletik**		
18:30	U15, U18 + Senioren				Claudia Adam		Thorsten Schöller		**Basketball**		
	Kevin + Ole				Abt. Turnen				Norman von der Hövel		
19.00	Bewegt Älter werden mit Judo		19:00 - 20:30		19:00 - 20:30		19:00 - 20:00		19:00 - 20:15		19:00 - 21:00
	Thorsten, Marina Schöller		**Ski - Krafttraining**		**Judo**		**Fit for Skiing**		**Badminton**		Flüchtlinge
19:30	19:30 - 21:00		Thomas Röttger		U15, U18 + Senioren		Benno Susewind		Hobby-Mix		**Kein TuS Angebot**
	Fitness & Workout m/w		Voranmeldung per Internet		Thorsten + Kevin				Uli Rumpf		Anbieter: ?????
20.00	Norman von der Hövel		erforderlich unter				20:00 - 21:30		Abt.: Turnen		ÜL: Mustafa Bitar
	Abt. Turnen		www.ski-oeventrop.de				**Ski Krafttraining**				
20:30							Thomas Röttger				
							Voranmeldung per Internet				
21.00							erforderlich unter				
							www.ski-oeventrop.de				
21:30											

Hallenbelegungspläne des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Winterplan

01.10.2024-31.03.2025

Stand: 10.10.2024

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

	Montag	UK	Dienstag	UK	Mittwoch	UK	Donnerstag	UK	Freitag	UK	Samstag Vormittag
14.00											
14:30											
15.00	15:00 - 16:00		15:00 - 16:00		15:00 - 16:00		15:00 - 16:00		15:00 - 16:00		
	OGS		**Tennis**		**Tennis**		**Tennis**		**Tennis**		
15:30	kein TuS Angebot		Jugend		Jugend		Jugend		Jugend		
	Handball								14 tägig		
16.00	16:00 - 17:00		16:00 - 17:00		16:00 - 17:00		16:00 - 17:00		16:00 - 17:00		
	Tennis		**Tennis**		**Fußball**	2	**Tennis**		**Tennis**		
16:30	Jugend		Jugend		Jugend		Jugend		Jugend		
17.00	17:00 - 18:00		17:00 - 18:00		17:00 - 18:00		17:00 - 18:00		17:00-18:00		
17:15	**Handball**	1	**Handball**	1	**Handball**	1	**Handball**	1	**Leichtathletik**		
17:30	gem. F-Jugend Jugend		gem E Jugend	2	gem. F-Jugend		mD Jugend		U10 -U12		
17:45	Frank Dorgeist		Yan.Sch./Frank D./Tobias R./Mathias D.		Julia Koßmann		Tim Flinkerbusch		Katja Türk		
18.00	18:00 - 19:00		18:00 - 19:15		18:00 - 19:15		18:00 - 19:15		18:00-19:00		
18:15	**Leichtathletik**		**Handball**	3	**Handball**	2	**Handball**	2	**Leichtathletik**		
18:30	U12 und Älter		gem. C-Jugend JSG Ruhrtal/Warstein		Gem. C Jugend JSG		wD Jugend		U14-U18		
18:45	Lena Voss, Johanna V. Tim W.		Kai T./ Boban R./Bened. F.		Kai T./Boban R./Bened. F.		Marcel Neff/Sabine B./		Lea Hense/Katja Türk		
19.00	19:00 - 20:30				19:15 - 20:30		Brigitte Deventer		19:00 - 20:30		
19:15	**Handball**	1	19:15 - 20:30	2	**Handball**	3	19:15 - 20:30	1	**Handball**	1	
19:30	2. Herren	2	**Handball**		wA Jugend		**Handball**		1. Damen		
19:45	Mathis Rapude		wA + wB Jugend		Chr.Klemm/Julia F./		1. Herren		Christian Hohmann		
20.00			Chr. Klemm,Julia Feldmann		Lisa F./Sascha M.		Frank M. + Markus B.				
20:15			Lisa Friederizzi				20:30 - 22:00				
20:30	20:30 - 22:00		20:30 - 22:00		20:30 - 22:00		**Handball**		20:30 - 22:00		
20:45	**Handball**	3	**Handball**	1	**Handball**	1	2 . Herren		**Handball**		
21.00	1. Herren		1. Herren		1. Damen		Mathis Rapude	2	2. Damen	2	
	Frank Moormann		Frank Moormann		Christian Hohmann		Daniel Branco		Daniel Branco		
21:30	Markus Basler		Markus Basler								

Hallenbelegungspläne des TuS 1896 e.V. Oeventrop

Winterplan

01.10.2024-31.03.2025

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

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

Stand: 10.10.2024

Gymnastikraum

w: weiblich, m: männlich

Kurse mit Anmeldung in der Geschäftsstelle

	Montag	UK	Dienstag	UK	Mittwoch	UK	Donnerstag	UK	Freitag	UK	Samstag
09.00 09:30 09:45	09:00 - 10:00 Pilates Veronika Kleinsorg										
10:00 10:15 10:30	10:00 - 11:30 Yin Yoga 301 Veronika Kleinsorg		10:00 - 11:00 **Morgengymnastik 60+** Ulrike Knispel		10:00- 11:00 **Tae Bo und Co.** Veronika Kleinsorg						
11:00 11:30									13:30 - 15:00 OGS **Kein TuS Angebot** Jutta Beckmann		
14.00 14:30											
15.00 15:30		7									
16.00 16:30			16:00 - 17:00 **kein TuS Angebot** Bechterew Gruppe			7					
17.00 17:30	17:00 - 18:00 **Yoga flow** Daniela Minden				17:00 - 18:00 **Pilates 116** Fernanda H.		17.00-17.45 **Reha Orthopädie 216** Barbara Nockemann	7		7	
18.00 18:30			18:15 - 19:15 **Fit nach Feierabend** Claudia Adam	7	18.00-19.00 **Pilates 112** Fernanda H.		17.45-18.30 **Reha Orthopädie 217** Barbara Nockemann 18:45 - 19:45 **Zumba Fitnes** Daniela W.	7 7		7	
19.00 19:30		7	Abt. Turnen 19:30 - 20:30 **Rücken aktiv 311** Bewegen statt Schonen Gaby Korte	### 7	19:00 - 20:00 **Pilates 110** Fernanda H.						
20.00 20:30							19:45 - 20:45 **Bodyforming** Yvonne Kutnar	7			
21.00 21:30											