

FIT DURCH DEN SOMMER GESUNDHEITSSPORT



03.Juli bis 13.August 2025

Auskunft über freie Plätze in den Angeboten erhalten Sie in der OTB Geschäftsstelle
per E-Mail über info@oldenburger-turnerbund.de oder telefonisch 0441-205280

AlltagsTrainingsProgramm

Donnerstag 11:15-12:15 Uhr, Anja Kuhlmann, OTB Sporthalle Haarenesch Gruppenraum

Ausdauer und Koordination zur Musik der 80er

Freitag 09:15-10:15 Uhr, Anja Kuhlmann, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum II

Fit im Grünen

Mittwoch 10:00-11:00 Uhr, Charlotte Schrader, Hundsmühler Höhe

Ganzheitliches Faszientraining

Donnerstag 08:45-09:45 Uhr, Marion Kugler, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I

Donnerstag 17:15-18:15 Uhr, Petina Düman, Haareneschwiese (neben der Geschäftsstelle)

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Donnerstag 09:00-10:00 Uhr, OTB Sporthalle Haarenesch Gruppenraum

Donnerstag 10:10-11:10 Uhr, OTB Sporthalle Haarenesch Gruppenraum

Gymnastik im Sitzen

Dienstag 09:15-10:15 Uhr, Marion Kugler, OTB Sporthalle Haarenesch Gruppenraum

Dienstag 10:15-11:15 Uhr, Marion Kugler, OTB Sporthalle Haarenesch Gruppenraum

Rückenpower

Donnerstag 18:15-19:15 Uhr, Petina Düman, Haareneschwiese (neben der Geschäftsstelle)

Wirbelsäulengymnastik

Montag 09:15-10:15 Uhr, Anja Kuhlmann, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum II

Montag 17:00-17:45 Uhr, Charlotte Schrader, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum II

Mittwoch 08:30-09:30 Uhr, Petina Düman, Haareneschsportplatz

03.07.-16.07. + 04.08.-13.08.

Mittwoch 19:00-20:00 Uhr, Elena Preißler, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I

Reha Sport findet fortlaufend zu den angekündigten Zeiten statt.

Über Ausfälle und aktuelle Änderungen informiert euch bitte über die Angebotssuche auf der Homepage!

