

FIT DURCH DEN SOMMER FITNESS



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

Bodystyling

Dienstag 09:00-10:00 Uhr, Barbara Amedick, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I
Freitag 10:30-11:30 Uhr, Barbara Amedick, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum II

Bauch Beine Po

Montag 19:00-20:00 Uhr, Claudia Kühn/ Cora Wallaschek, OTB Sporthalle HE, Gymnastikraum I

Core Training 14.07.-27.07.

Dienstag 18:00-19:00 Uhr, Thilo Dobrunz, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I

Crossfit 14.07.-27.07.

Dienstag 19:00-20:00 Uhr, Thilo Dobrunz, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I

Fit ab 60

Dienstag 10:00-11:00 Uhr, Barbara Amedick, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I

03.07.-10.07.

Donnerstag 10:00-11:00 Uhr, Sascha Valiguraite, OTB Sporthalle Haarenesch, Gymnastikraum I

Fitmix 03.07.-27.07.

Dienstag 10:00-11:00 Uhr, Sascha Valiguraite, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum II

Freitag 17:00-18:00 Uhr, Sascha Valiguraite, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum II

Indoorcycling

Montag 18:30-19:30 Uhr, Dirk Hansen, OTB Sporthalle Haarenesch Foyer

Dienstag 18:30-19:30 Uhr, Klaus Ludwig, OTB Sporthalle Haarenesch, Foyer

Freitag 10:30-11:30 Uhr, Silke Wemken, OTB Sporthalle Haarenesch Foyer

Indoorcycling 24.07.+07.08.

Donnerstag 17:30-18:30 Uhr, Silke Dehle, OTB Sporthalle Haarenesch Foyer

Männerfitness

Mittwoch 20:00-21:30 Uhr, Silke Wemken, OTB Sporthalle Haarenufer II

Spiel und Sport für Männer ab 30

Montag 18:30-20:00 Uhr, Kevin Hofmann, OTB Sporthalle Haarenufer II

Step Aerobic 24.07.+07.08.

Donnerstag 18:45-19:45 Uhr, Silke Dehle, OTB Sporthalle Haarenesch

Tae Bo 03.07.-27.07.

Mittwoch 18:00-19:00 Uhr, Kerstin Fricken, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I

Zirkelfit

Donnerstag 19:15-20:15 Uhr, Silke Wemken, Turnhalle Cäcilienschule

Zumba Fitness

Montag 17:30-18:30 Uhr, Sinja Schütte, Turnhalle Cäcilienschule

Ferienkurs Zumba Gold

Mittwoch 17:00-18:00 Uhr, Elene Tonelli, OTB Sporthalle Haarenesch, Gymnastikraum I

Samstag 10:00-11:00 Uhr, Elene Tonelli, OTB Sporthalle Haarenesch, Gymnastikraum I

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



(Stand 27.06.2025, Änderungen vorbehalten)