

# FIT DURCH DEN SOMMER

Ferienangebote der Turnabteilung des Oldenburger  
Turnerbundes vom 28. Juni bis 8. August 2018



## **OTB-Gesundheitsstudio**

OTB-Haus Haareneschstraße 70, täglich außer sonntags geöffnet.

Informieren Sie sich vor Ort oder im Internet über die Trainingsmöglichkeiten (Tel.: 0441-2052818)

## **Fitnessgymnastik (Männer und Frauen)**

Dienstag 20.00 – 21.00 Halle Haarenesch, Gymnastikraum I

## **Tae Bo**

Mittwoch 18.00 – 19.00 Halle Haarenesch, Gymnastikraum I

## **Rückenpower und Stretching**

Donnerstag 18.00 – 19.00 Sporthalle Cäcilienchule, Haarenufer 11

## **Zirkel-Fit**

Donnerstag 19.00 – 20.00 Sporthalle Cäcilienchule, Haarenufer 11

## **Sommerferienturnen für Kinder von 1 bis 8 Jahren mit Begleitperson**

Mittwoch 10.00 – 12.00 Halle Haarenesch

## **Fitness Oriental**

Dienstag 19.00 – 20.15 Halle Haarenesch, Gymnastikraum II

## **Orientalischer Tanz (ab Mittelstufe)**

Mittwoch 18.00 – 19.30 Halle Haarenesch, Gymnastikraum II

## **Männerfitness ab 40**

Mittwoch 20.00 – 21.30 OTB-Sporthalle I, Haarenufer 9

## **Fit über 50 (Männer und Frauen)**

Mittwoch 17.00 – 18.00 OTB-Sporthalle I, Haarenufer 9

Donnerstag 10.15 – 11.15 OTB-Sporthalle I, Haarenufer 9

## **Wirbelsäulengymnastik**

Montag 18.00 – 18.45 OTB-Sporthalle II, Haarenufer 9

Mittwoch 08.30 – 09.15 Halle Haarenesch, Gymnastikraum II

Mittwoch 18.00 – 19.00 OTB-Sporthalle I, Haarenufer 9

Mittwoch 19.00 – 20.00 OTB-Sporthalle I, Haarenufer 9

## **Fit im Grünen (ab 18.07.2018)**

Mittwoch 10.30-11.30 Hundsmühler Höhe(Treffpunkt Parkplatz vor dem Vereinshaus TuS Eversten)

## **Fitness und Volleyball**

Dienstag 20.00-22.00 OTB-Sporthalle I, Haarenufer 9

## **Faustball für Ältere**

Freitag 18.00 – 20.00 Sporthalle Cäcilienchule, Haarenufer 11

(Stand 15.06.2018, Änderungen vorbehalten)