

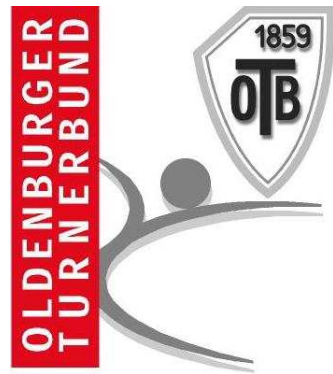
Bei uns ist immer was los

GERÄTTURNEN, weiblich

Ansprechpartnerin:

Imke von der Brelie

geraeturnen.weiblich@oldenburger-turnerbund.de



www.oldenburger-turnerbund.de
info@oldenburger-turnerbund.de

Was bedeutet Turnen? Turnen ist ein vielseitiges Bewegen im Sinne der Vielfalt von Körperübungen. Das Gerätturnen ist das Bewegen an Turngeräten mit dem Ziel, Übungen nach vorgegebenen Kriterien wie Technik und Haltung auszuführen. Durch das Gerätturnen werden koordinative und konditionelle Fähigkeiten entwickelt, aber auch Mut, Willensqualität und Selbstbeherrschung. Im Training wird an den Geräten Sprung, Reck bzw. Spannbaren, Schwebebalken und Boden geturnt. Zum Training der Leistungsgruppe gehören auch die Vorbereitung und die Teilnahme an Wettkämpfen. Im Vordergrund des Trainings steht aber immer der Spaß! ☺

Gültig ab August 2019:

Grundlagengruppe 1
(Mädchen Jg. 2014-2012)
zz. keine freien Plätze! (Warteliste)

Mi. 14:00-15:30 HUI Pia Pokrop / Hannah Eiselt

Grundlagengruppe 2
(Mädchen Jg. 2014-2012)
zz. keine freien Plätze! (Warteliste)

Fr. 15:00-16:30 Cäci Imke v.d. Brelie / Nicole Chiarodia

Freizeitgruppe 1
(Mädchen Jg. 2011 & älter)
zz. keine freien Plätze! (Warteliste)

Di. 16:00-18:00 Cäci Jacqueline Herz/ Lea Mohnhaupt

Freizeitgruppe 2
(Mädchen Jg. 2011 & älter)
zz. keine freien Plätze! (Warteliste)

Mi. 15:00-17:00 HUI Iveta Prese / Karolina Gärtner

Leistungsgruppe
(Mädchen Jg. 2011-2007)

Mo. 15:00-17:00 HUI Imke v.d. Brelie / Hannah Eiselt
Mi. 15:00-17:00 HUI Pia Pokrop

Leistungsgruppe
(Mädchen Jg. 2006 & älter)

Mo. 17:00-19:30 HUI Imke v.d. Brelie / Nicole Chiarodia
Mi. 15:00-17:00 HUI
Fr. 17:30-19:30 HE

OTB-Sporthalle Haarenufer I (Haarenufer 9, 26122 Oldenburg), Cäcilienhalle (Haarenufer 11, 26122 Oldenburg), Haareneschhalle (Haareneschstr. 64, 26121 Oldenburg)

Geschäftsstelle und Gesundheitsstudio im OTB-HAUS

Haareneschstr. 70
 26121 Oldenburg
 Tel.: (0441) 2 05 28-0
 Fax.: (0441) 2 05 28-28

Sportanlage Haarenesch

Haareneschstr. 64
 26121 Oldenburg

Sportanlage Haarenufer

Haarenufer 9
 26122 Oldenburg

Sportanlage Osterkampsweg

Tennis – Beachvolleyball - Boule
 Osterkampsweg 197
 26131 Oldenburg
 Tel.: (0441) 4 08 90 70
 Fax.: (0441) 4 08 90 71

Alltagstrainingsprogramm (ATP)
 Anfängerschwimmkurse Badminton
 Basketball Bauchtanz Beachvolleyball
 Bewegungsförderung im Säuglingsalter
 Bodystyling Boßeln Boule
 Cheerleading Chinesische Heilgymnastik
 Crosstraining Einradfahren
 Entspannung Erlebnissport für Jugendliche
 Faustball Fit im Grünen Fitness Funktionsgymnastik
 Gedächtnistraining Gerätturnen betriebliche/s Gesundheitsförderung/-management
 Gesundheitsstudio Gymnastik Handball ambulante Herz-/ Kreislaufrehabilitation Hip Hop
 Hockergymnastik Inlineskating Inlinehockey
 Indoorcycling Jazztanz Judo Kinderturnclub Kinderturnen
 Kursangebote Langhanteltraining Laufen Leichtathletik Lungensport
 Mini-Club Mini-Kinderturnclub Mollig und Mobil Nordic Walking
 Orientalischer Tanz Orientalisches Trommeln Petanque Pilates
 Präventionskurse QiGong Rehabilitationssport Rhythmische Sportgymnastik
 Rollsport Ropeskipping Rückenschule Schwimmkurse Showakrobatik
 Sportakrobatik Sport nach Brustkrebserkrankung Sport für Ältere
 Sport für Behinderte Sport für Männer Sport für Übergewichtige
 Stepaerobic TaeBo® Tanzen für Ältere Tänzerische Früherziehung Taijiquan
 Tennis Tischtennis Tribal Turnen Turnerjugendgruppenwettbewerb (TGW)
 Volleyball Wandern Wassergymnastik Wellness Wirbelsäulengymnastik
 Yoga Zumba® u.v.m.

Beratungszeiten im OTB-Haus:

Mo - Fr 09.00-12.00 Uhr
 Mo + Mi 15.00-17.00 Uhr*
 *nicht in Schulferien

Bankverbindung:

Landessparkasse zu Oldenburg
 DE84 2805 0100 0000 4330 03

Stand: 15.08.2019 (Änderungen vorbehalten)