

# Onlineangebote der OTB-Turnabteilung

(Stand 03.03.2021)



## Montag

### Vormittag

**Yoga**, 9.30 - 10.45 Uhr mit Caterina van Beers  
Anmeldung: [wellness@oldenburger-turnerbund.de](mailto:wellness@oldenburger-turnerbund.de)

### Nachmittag

**Kindertanz 4-7 Jahre**, 15.00 - 16.00 Uhr mit Melina Polter  
*Geschlossene Gruppe*

**Tanz für Kinder und Jugendliche**, 16.00 - 17.00 Uhr mit Melina Polter  
*Geschlossene Gruppe*

**Pilates**, 17.00 - 18.00 Uhr mit Anja Kuhlmann  
*Geschlossene Gruppe*

**Fitness mit Melina 50+**, 17.30 - 18.15 Uhr mit Melina Polter  
Anmeldung: [dance@oldenburger-turnerbund.de](mailto:dance@oldenburger-turnerbund.de)

### Abend

**Sinjas Zoom Zumba**, 18.00 - 18.40 Uhr mit Sinja Schütte  
Anmeldung: [fitness@oldenburger-turnerbund.de](mailto:fitness@oldenburger-turnerbund.de)

**Fitness bei Melina 15+**, 18.15 - 19.00 Uhr mit Melina Polter  
Anmeldung: [dance@oldenburger-turnerbund.de](mailto:dance@oldenburger-turnerbund.de)

**Strong Nation**, 18:30 – 19.30 Uhr mit Brigitte Lübbers-Hermeling  
Anmeldung: [bluehe@web.de](mailto:bluehe@web.de)

**Tribal Style Gruppe „Mahena“**, 18.30 - 19.30 Uhr mit Olga Schwarzkopf  
*Geschlossene Gruppe*

**Yoga**, 18.45 - 20.00 Uhr mit Caterina van Beers  
Anmeldung: [wellness@oldenburger-turnerbund.de](mailto:wellness@oldenburger-turnerbund.de)

**Tanz 40+ Gruppe Apart**, 19.30 - 20.30 Uhr mit Franziska de Buhr, Antonia Schunke  
*Geschlossene Gruppe*

**Pilates**, 20.00 - 21.00 Uhr mit Caterina van Beers  
Anmeldung: [wellness@oldenburger-turnerbund.de](mailto:wellness@oldenburger-turnerbund.de)

# Dienstag

## Vormittag

**BBP**, 09:15 – 10.15 Uhr mit Brigitte Lübbers-Hermeling  
Anmeldung: bluehe@web.de

## Abend

**Pilates**, 19.15 - 20.15 Uhr mit Caterina van Beers  
Anmeldung: wellness@oldenburger-turnerbund.de

# Mittwoch

## Nachmittag

**Pilates**, 17.00 - 18.00 Uhr mit Anja Kuhlmann  
*Geschlossene Gruppe*

## Abend

**Tae Bo**, 18:00 – 18:45 Uhr mit Kerstin Fricken  
*Geschlossene Gruppe*

**Zumba Fitness**, 18:30 – 19:30 mit Brigitte Lübbers-Hermeling  
Anmeldung: bluehe@web.de

**Orientalischer Tanz Basics / Fit durch Bauchtanz**, 20.00 - 21.00 Uhr mit Antje Neumann  
Anmeldung: bauchtanz@oldenburger-turnerbund.de

# Donnerstag

## Vormittag

**Yoga**, 8.30 - 9.45 Uhr mit Caterina van Beers  
Anmeldung: wellness@oldenburger-turnerbund.de

## Nachmittag

**Wirbelsäulen-Gymnastik**, 17.00 - 18.00 Uhr mit Heike Raddatz  
Anmeldung: studio@oldenburger-turnerbund.de

## Abend

**Body Styling**, 18:30 – 19:30 Uhr mit Brigitte Lübbers-Hermeling  
Anmeldung: bluehe@web.de

**Zirkelfit**, 19:00 – 20:00 Uhr mit Deike Apeler  
*Geschlossene Gruppe*

**Tanz 40+ Gruppe Dancing Diamonds**, 20.00 - 21.00 Uhr mit Katharina Kost  
*Geschlossene Gruppe*

**Orientalischer Tanz Fortgeschr./ Kombis im Baladi-Club-Stil**, 20.00 - 21.00 Uhr mit Antje Neumann  
Anmeldung: bauchtanz@oldenburger-turnerbund.de

# **Freitag**

## **Nachmittag**

**Tänzerische Früherziehung ab 5 Jahre**, 15.00 - 16.00 Uhr mit Melina Polter  
*Geschlossene Gruppe*

**Kindertanz**, 16.00 - 17.00 Uhr mit Melina Polter  
*Geschlossene Gruppe*

**Kindertanz**, 16.30 - 18.00 Uhr mit Theresa Bartels  
*Geschlossene Gruppe*

**Hip Hop für Jugendliche**, 17.00 - 18.00 Uhr mit Melina Polter  
*Geschlossene Gruppe*

**Pilates**, 17.00 - 18.00 Uhr mit Caterina van Beers  
Anmeldung: [wellness@oldenburger-turnerbund.de](mailto:wellness@oldenburger-turnerbund.de)

# **Samstag**

## **Vormittag**

**Zumba Fitness**, 10.30 - 11.30 Uhr mit Miryam Lavallo  
Anmeldung: [fitness@oldenburger-turnerbund.de](mailto:fitness@oldenburger-turnerbund.de)

*Änderungen vorbehalten.*