

FIT DURCH DEN SOMMER FITNESS



24. Juni bis 03. August 2024

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
ab 08.07.2024

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

Bauch Beine Po

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

BodyXtreme

Dienstag 18:00-19:00 Uhr, Lina Philipp, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I

Freitag 18:00-19:00 Uhr, Lina Philipp, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I

Crossfit bis 07.07.2024

Dienstag 19:00-20:00 Uhr, Thorsten Bode, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I

Fit ab 60

Dienstag 10:00-11:00 Uhr, Barbara Amedick, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I
ab 01.07.2024

Donnerstag 10:00-11:00 Uhr, Annika Hinrichs, OTB Sporthalle Haarenesch, Gymnastikraum I

Fitmix ab 15.07.2024

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

Indoorcycling

Montag 18:30-19:30 Uhr, Bettina Buxnowitz, OTB Sporthalle Haarenesch Foyer

Dienstag 18:30-19:30 Uhr, Peter Lehner, OTB Sporthalle Haarenesch, Foyer

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

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

Männerfitness

Mittwoch 20:00-21:30 Uhr, Silke Wemken, Spielhalle Feststraße

Spiel und Sport für Männer ab 50

Montag 18:30-20:00 Uhr, Kevin Hofmann, Turnhalle Kneippstraße

Step Aerobic

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

Tae Bo

Mittwoch 18:00-19:00 Uhr, K. Fricken/ K. Vollbrecht, OTB Sporthalle Haarenesch Gymnastikraum I

Zirkelfit

Donnerstag 19:00-20:00 Uhr, Silke Wemken, Turnhalle Cäcilienchule

Zumba Fitness ab 22.07.2024

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