

Alle Angebote und Termine

Stand 07/2022

Turnen für Kinder

Willy-Jürissen-Halle

Lothringer Straße 75, 46045 OB

Kinder 4 - 5 Jahre

Montags, 16.00 - 17.00 Uhr

Martina Eumann

Tel. 0208 842649

Kinder 5 – 6 Jahre

Montags, 17.00 - 18.00 Uhr

Kinder im 1. und 2. Schuljahr

Montags, 18.00 - 19.00 Uhr

Eltern und Kinder 1 - 2 Jahre

Dienstags, 15.00 - 16.00 Uhr

Martina Eumann

Tel. 0208 842649

Eltern und Kinder 2 – 3 Jahre

Dienstags, 17.00 - 18.00 Uhr

Kinder 3 – 4 Jahre

Dienstags, 17.00 - 18.00 Uhr

die Gruppen Dienstags werden in Zusammenarbeit mit dem SSB als Kurs durchgeführt

Turnhalle Ruhschule Alstaden

Bebelstraße 182, 46049 OB

Kinder ab 7 Jahre

Montags, 16.15 – 17.45 Uhr

Johannes Eumann

Sabrina Eumann

Tel. 0208 62803240

Kinder ab 10 Jahre

Montags, 17.45 - 19.15 Uhr

Turnhalle Fasia Jansen Gesamtschule

Schwartzstraße 87, 46045 OB

Kinder 3 – 4 Jahre

Mittwochs, 16.30 - 17.15 Uhr

Sandy Lux

Tel. 0157 57069429

Kinder 5 – 6 Jahre

Mittwochs, 17.15 - 18.00 Uhr

Ausgleichssport und Fitnessstraining

Turnhalle Fasia Jansen Gesamtschule

Schwartzstraße 87, 46045 OB

Herren (alle Altersklassen)
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

Heinrich Viefers
Tel. 0201 600813

Elsa-Brändström-Gymnasium

Christian-Steger-Straße 11, 46045 Oberhausen

Herren (Hobby-Gruppe)
Dienstags, 19.30 - 21.30 Uhr

Christian König
Tel. 0176 43038649

Turnhalle Bertha-von-Suttner-Gymnasium

Bismarckstraße 53, 46047 OB

Damen
Montags, 19.00 – 20.30 Uhr

Dennis Karpuhin
SMS: 0172 6758631

Turnhalle Elsa-Brändström-Gymnasium

Christian-Steger-Straße 11, 46045 OB

Damen
Donnerstags, 18.30 - 20.00 Uhr

Yvonne Beck
Isabel Hoffmann
Tel. 0178 1983084
Tel. 0176 24757569

OTV Clubhaus im Kaisergarten

Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60

Gymnastik und Tanz für Damen ab 60 Jahren
Von Folklore bis zu Partytänzen
Montags, 16.00 - 17.30 Uhr

Suse Wiedemann
Tel. 02054 85667

Turnhalle Fasia Jansen Gesamtschule

Schwartzstraße 87, 46045 OB

Damen
Mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr

Alex Wojtas
Tel. 0176 70004533

Damen
Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

Nazan Yardimci
Tel. 0177 8748613

Turnhalle Landwehr

Rechenacker 62, 46049 OB

Er & Sie (Paare)

Dienstags, 18.30 - 20.00 Uhr

Gudrun Pohl

Tel. 0176 56701088

Damen

Dienstags, 20.00 - 21.00 Uhr

Nazan Yardimci

Tel. 0177 8748613

Turnhalle Rolandschule

Straßburger Straße 212, 46045 OB

Damen

Montags, 16.15 - 17.15 Uhr

17.15 - 18.15 Uhr

Nicole Hussong

Tel. 0176 42953903

Turnhalle Fasia Jansen Gesamtschule

Schwartzstraße 87, 46045 OB

Taiji + Qigong

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

Ute Michel

Tel. 0208 208603

Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60

Qigong

Mittwochs, 15.45 - 16.30 Uhr

Ute Michel

Tel. 0208 208603

Stabilitätstraining und Pilates

Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60

Kraft- und Stabilitätstraining

Montags, 19.30 - 20.30 Uhr

Sabrina Eumann

Tel. 0208 62803240

Willy-Jürissen-Halle (Gymnastikraum 1. Etage)

Lothringer Straße 75, 46045 OB

Pilates

Dienstags, 10.00 - 11.00 Uhr

Nicole Hussong

0176 42953903

Reha-Sport

Lungensport

Bistro „JAHRESZEITEN“ - Gute Hoffnung Leben

An der Guten Hoffnung 9, 46145 OB-Sterkrade

Dienstags, 09.30 - 10.30 Uhr COPD I - III **Sabine Matern**
11.00 - 12.00 Uhr COPD I - III Tel. 0208 677339

Johanniter Krankenhaus

Steinbrinkstraße 96a, 46145 OB-Sterkrade

15.45 - 16.45 Uhr COPD IV, I - III
17.00 - 18.00 Uhr COPD I - III

Nachfragen zu den COPD Gruppen bitte bei Sabine Matern – auch unter rehasport@otv1873.de möglich!

Sport bei orthopädischen Erkrankungen

Willy-Jürissen-Halle

Lothringer Straße 75, 46045 OB

Montags. 09.00 - 10.00 Uhr **Karin Köntopp**
Tel. 02064 35057

Sport in der Krebsnachsorge/Damen

Willy-Jürissen-Halle

Lothringer Straße 75, 46045 OB

Montags, 10.00 - 11.00 Uhr **Karin Köntopp**
Tel. 02064 35057

Leichtathletik für Kinder

Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60

Für Kinder von 7 – 11 Jahre

Dienstag, 17.00 - 18.30Uhr **Manuela Weber**
Donnerstags, 17.00 - 18.30Uhr 0177 7161532

Im Winter findet das Donnerstagstraining in der Willy-Jürissen-Halle statt

Stadion Sterkrade

Volksparkstadion Sterkrade, 46145 OB

Für Kinder ab 12 Jahre

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr
Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

Sabrina Berg
Tel. 0177 7543300
Maren Mex

Abnahme des Sportabzeichens

Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60

Von April bis September immer mittwochs,
17.00 – 19.00 Uhr

Johannes Eumann
Sabrina Eumann
Tel. 0208 62803240

In den Sommerferien zusätzlich montags,
19.00 – 20.00 Uhr

Dieter Kremhoff
Kay Sandrock

Schwimmen

Aquapark, Heinz-Schleußer-Straße 1, 46047 OB

Samstags, 11.30 - 13.30 Uhr
(Kein Schwimmunterricht!)

Laufgruppen

Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60

Montags und mittwochs 17.30 Uhr
Donnerstags nach Absprache
Sonntags 10.00 Uhr

Detlef Sonntag
Tel. 0208 644789

Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60

Bahntraining

Mittwochs 18.45 – 20.15 Uhr

Sabrina Eumann
Tel. 0208 62803240

Walking/Nordic-Walking

Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60

Montags und mittwochs:
10.00 – 12.00 Uhr und 17.30 – 19.30Uhr

Ulrich Rupp
Tel. 0170 3458766

Hobby-Fußball

Gatterdampplatz, Am Kaisergarten 60

Sonntags, 11.00 - 12.30 Uhr

Egon Marbach

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr (nur im Sommer!) Tel. 0208 863316

Schwimmen (Kein Schwimmunterricht!)

Aquapark, Heinz-Schleußer-Straße 1, 46047 OB

Samstags, 11.30 - 13.30 Uhr

René Challier

Nicht in den Sommerferien!

Tel. 0208 686714

Sonntags, 18.00 - 20.00 Uhr

Nicht in den Sommerferien! Nur für Triathleten!

Tennis

Wolfgang Mölter

Tel. 0208 683941

Tennis Jugend

Werner Braam

Tel. 0208 674412

Spielbetrieb für alle von Mitte April bis Mitte Oktober auf der Platzanlage des OTV, Am Kaisergarten 60, Trainingszeiten nach Absprache