

# Alle Angebote und Termine

Stand 02/2024

## Kindersport

### Turnhalle Ruhschule Alstaden

Bebelstraße 182, 46049 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

In den Sommermonaten findet das Training auf dem OTV-Platz statt.

### Karibu Sana

Stubbenbaum 6, 46049 Oberhausen

Eltern und Kinder 1 - 2 Jahre

Dienstags, 15.00 - 15:45 Uhr

**Martina Eumann**

Tel. 0208 842649

Eltern und Kinder 2 – 3 Jahre

Dienstags, 16.00 - 16.45Uhr

Kinder 3 – 4 Jahre

Dienstags, 17.00 - 17.45 Uhr

Die Gruppen dienstags werden in Zusammenarbeit mit dem Familienzentrum Karibu Sana als Kurs durchgeführt.

### Turnhalle Ruhschule Alstaden

Bebelstraße 182, 46049 OB

Kinder ab 7 Jahre

Montags, 16.15 – 17.30 Uhr

**Johannes und**

**Sabrina Eumann**

Tel. 0208 62803240

Kinder ab 10 Jahre

Montags, 17.45 - 19.00 Uhr

In den Sommermonaten findet das Training auf dem OTV-Platz statt.

### Turnhalle Fasia Jansen Gesamtschule

Schwartzstraße 87, 46045 OB

Kinder 3 – 4 Jahre  
Mittwochs, 16.30 - 17.15 Uhr

**Sabine Schittko**  
Tel. 0176 74582386

Kinder 5 – 6 Jahre  
Mittwochs, 17.15 - 18.00 Uhr

Probetraining nur nach vorheriger telefonischer Absprache mit der Übungsleiterin.

---

## **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

Damen  
Mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr  
Vorübergehend Gymnastikraum Landweherschule

**OTV Geschäftsstelle**  
Tel. 0208 26221

Damen  
Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

**Nazan Yardimci**  
Tel. 0177 8748613

Qigong  
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

**Ute Michel**  
Tel. 0208 208603

### **Turnhalle Bertha-von-Suttner-Gymnasium**

Bismarckstraße 53, 46047 OB

Damen  
Montags, 18.00 – 19.00 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

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

**Christian König**  
Tel. 0176 43038649

### **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 Landwehr**

Rechenacker 62, 46049 OB

Er & Sie (Paare)  
Dienstags, 18.30 - 19.30 Uhr

**Gudrun Pohl**  
Tel. 0176 56701088

Damen  
Dienstags, 20.00 - 21.30 Uhr

**Nazan Yardimci**  
Tel. 0177 8748613

### **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

---

## **Stabilitätstraining und Pilates**

*monatlicher Aufpreis*

### **Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60**

Kraft- und Stabilitätstraining  
Montags, 19.00 - 20.00 Uhr

**Sabrina Eumann**  
Tel. 0208 62803240

Im Winter in der Turnhalle der Ruhrschule, Bebelstraße 182, 46049 OB

**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  
11.00 - 12.00 Uhr COPD I - III

**Sabine Matern**  
Tel. 0208 677339

### **Johanniter Krankenhaus**

Steinbrinkstraße 96a, 46145 OB-Sterkrade

Dienstags, 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**

*Ohne Verordnung monatlicher Aufpreis*

### **Willy-Jürissen-Halle**

Lothringer Straße 75, 46045 OB

Montags, 09.00 - 10.00 Uhr

**Karin Köntopp**  
Tel. 02064 35057

## **Sport in der Krebsnachsorge/Damen**

*Ohne Verordnung monatlicher Aufpreis*

### **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

Donnerstags, 17.00 - 18.30 Uhr  
Dienstags 17.00 - 18.30 Uhr

**Sabine Schittko**  
Tel. 0176 74582386

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

### **Stadion Sterkrade**

Volksparkstadion Sterkrade, 46145 OB

Für Kinder ab 12 Jahre

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

**OTV Geschäftsstelle**

Tel. 0208 26221

---

## **Abnahme des Sportabzeichens**

**Nur nach vorheriger Anmeldung!**

### **Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60**

Von April bis September immer mittwochs,  
17.00 – 19.00 Uhr

**Dieter Kremhoff**

**Kay Sandrock**

In den Sommerferien zusätzlich montags,  
19.00 – 20.00 Uhr

**Johannes Eumann**

**Sabrina Eumann**

Tel. 0208 62803240

### **Schwimmen**

Aquapark, Heinz-Schleußer-Straße 1, 46047 OB

Samstags, 11.30 - 13.30 Uhr

(Kein Schwimmunterricht!)

---

## **Laufgruppen**

### **Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60**

Montags und mittwochs 17.00 Uhr

(In den Wintermonaten 16.00 Uhr)

**Detlef Sonntag**

Tel. 0208 644789

### **Bahntraining**

*monatlicher Aufpreis*

Mittwochs 18.45 – 20.15 Uhr

(nach Absprache wechselnder Ort)

**Sabrina Eumann**

Tel. 0208 62803240

---

## **Walking/Nordic-Walking**

### **Gatterdamplatz, Am Kaisergarten 60**

Montags und mittwochs:

10.00 – 11.30 Uhr und 17.30 – 19.00Uhr

**Marlies Hudewenz**

Tel. 0176 47327497

**Ulrich Rupp**

Tel. 0170 9233268

---

## **Hobby-Fußball**

### **Gatterdampplatz, Am Kaisergarten 60**

Sonntags, 11.00 - 12.30 Uhr

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr (nur im Sommer!)

**Egon Marbach**

Tel. 0208 863316

---

## **Schwimmen** (Kein Schwimmunterricht!)

*monatlicher Aufpreis*

### **Aquapark**, Heinz-Schleußer-Straße 1, 46047 OB

Samstags, 11.30 - 13.30 Uhr

Nicht in den Sommerferien!

**René Challier**

Tel. 0208 74114798

---

## **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

---

## **Unsere Kurse:**

### **Karibu Sana**

Stubbenbaum 6, 46049 Oberhausen

Eltern und Kinder 1 - 2 Jahre

Dienstags, 15.00 - 15:45 Uhr

**Martina Eumann**

Tel. 0208 842649

Eltern und Kinder 2 – 3 Jahre

Dienstags, 16.00 - 16.45 Uhr

Kinder 3 – 4 Jahre

Dienstags, 17.00 - 17.45 Uhr

Tabata

Donnerstags 19.30-21.00 Uhr

**Sandy Lux**

Tel. 0157 57069429