



- *Sportangebot*
- *Trainingszeiten*
- *Informationen*



	AC	Wochentag	Uhrzeit	Information und An- meldung bei	Sportstätte
Fitness– und Gesundheitsprogramm					
	Body Workout				
Ab 16 Jahren, Männer und Frauen	72	Mittwoch	19:00 bis 20:00	Nancy Olbrich Tel.: 06172-390109	HdZ Gymnastikraum
	80	Freitag	19:00 bis 20:15		
	Bodystyle und Step-Aerobic				
Erwachsene	18	Dienstag	10:15 bis 11:30	Antje Braun Tel.: 06172-935836	HdZ Gymnastikraum
	16	Donnerstag	18:45 bis 20:00		
	Bodyfit – Fitness für Frauen und Männer				
Erwachsene	55	Donnerstag	11:00 bis 12:00	Ilse Pfaudler-Dross Tel.: 06081-57465	HdZ Sporthalle
	Rückenfitness (Teilnahme mit Zusatzbeitrag)				
Rückengymnastik	17	Donnerstag	17:30 bis 18:30	Ute Becker Tel.: 06172-32341	HdZ Gymnastikraum
	Pilates (Teilnahme mit Zusatzbeitrag)				
Erwachsene Anfänger	89	Freitag	18:00 bis 19:00	Aline Schmalbach- Cagliari Tel.: 0177 1657462	HdZ Gymnastikraum
	Walking				
Erwachsene	33	Montag	09:00 bis 10:00	Claudia Kleemann Tel.: 06172-35888	Treffpunkt: Parkplatz "Taunushalle" Landwehr 1
	Yoga (Teilnahme mit Zusatzbeitrag)				
Yolatis	85	Montag	13:00 bis 14:00	Tatjana Weidmann Tel.: 0152 22703920	HdZ Sporthalle
Functional Yoga	90	Donnerstag	9:30 bis 10:30		HdZ Gymnastikraum
Basic Yogaflow	87	Montag	17:05 bis 18:00	Anja Lenz anja_lenz@ymail.com	HdZ Gymnastikraum
Yogaflow	86	Donnerstag	19:15 bis 20:15		HdZ Sporthalle
	Zumba®				
Erwachsene	37	Montag	18:30 bis 19:30	Regina Kirsch Tel.: 06172-33523	HdZ Gymnastikraum
Strong™ by Zumba®	38	Dienstag	19:45 bis 20:45		
	Bodyweight Fitness				
Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren	81	Montag	19:30 bis 20:30	Bianca Dildei Tel. 0170 – 28 22 882	HdZ Gymnastikraum
	Jumping Fitness (Teilnahme mit Zusatzbeitrag)				
Erwachsene	84	Dienstag	18:30 bis 19:30	Nadine Schuhmann	HdZ Gymnastikraum
	88	Donnerstag	20:00 bis 21:00		
Gerätturnen					
Schülerinnen ab 6 Jahre „Anfänger“	07	Dienstag	15:00 bis 16:00	Ute Becker Tel.: 06172-32341	HdZ Sporthalle
Schülerinnen „Fortgeschrittene I“	08	Dienstag	16:00 bis 17:00	Claudia Kleemann Tel.: 01736163425	
Schülerinnen „Fortgeschrittene II“	08	Dienstag	16:30 bis 18:00	Antje Braun Tel. 06172-935836	
„AC“ Abteilungs-Code, bitte auf der Anmeldung angeben					

	AC	Wochentag	Uhrzeit	Information und Anmeldung bei	Sportstätte
Gym & Dance Mädchen					
Minis 4 - 6 Jahre	47	Montag	15:00 bis 15:55	Daniela Thon d.thon@gmx.de	HdZ Gymnastikraum
Kids 7 - 9 Jahre	44	Montag	16:00 bis 17:00		
Teens 10 - 13 Jahre	48	Freitag	16:00 bis 17:15		
Gymnastik					
Frauen I	11	Mittwoch	09:15 bis 10:15	Jutta Wening Tel.: 06172-304865	HdZ Gymnastikraum
Frauen II	14	Mittwoch	20:00 bis 21:00	Helga Müller Tel.: 06172-35263	
Männer (Montagsmänner)	10	Montag	20:00 bis 22:00	Klaus Kleemann Tel.: 06172-35888	HdZ Sporthalle
Frauengymnastik 50+	24	Freitag	09:30 bis 10:45	Christa Oex-Sukopp Tel.: 06172-82392	HdZ Gymnastikraum
Seniorinnen 60+	12	Mittwoch	10:30 bis 11:30	Jutta Wening Tel.: 06172-304865	
Senioren 60+	13	Donnerstag	10:00 bis 11:00	Ilse Pfaudler-Dross Tel.: 06081-57465	HdZ Sporthalle
Bodyfit für Sie und Ihn	55	Donnerstag	11:00 bis 12:00		
Hobby Horsing					
Kinder 7 — 10 Jahre	34	Mittwoch	15:00 bis 16:00	Silke Engel Tel.: 01778071287	HdZ Sporthalle
Kinder ab 10 Jahre und Fortgeschrittene	66	Donnerstag	18:15 bis 19:15		
Kindertanz/Hip-Hop					
Kindertanz 6 — 9 Jahre „Dance Kids“	20	Mittwoch	16:45 bis 17:45	Eva Hosafci Tel.: 015906155814	HdZ Gymnastikraum
Sport für Kids					
Krabbeltunnen für Babys	19	Samstag	9:30 bis 10:30	Tanja Finken	HdZ Sporthalle
Eltern und Kind ab 18 Monaten	04	Montag	15:15 bis 16:05	Anastasia Hohlbein anastasiahohlbein@gmail.com	
		Montag	16:15 bis 16:55		
		Montag	17:05 bis 17:55		
Eltern und Kind Turnen	22	Samstag	10:30 bis 11:30	Tanja Finken	
Kids in Action / Kinderturnen ab 4 Jahren bis 1. Klasse	05	Donnerstag	15:00 bis 16:00	Ute Becker Tel.: 06172-32341	
Kids in Action / Kinderturnen ab 4 Jahren bis 1. Klasse	28	Donnerstag	16:00 bis 17:00	Sonja Fukac Tel.: 06172-305558	
Kids 4 bis 6 Jahre	23	Samstag	11:30 bis 12:30	Tanja Finken tanjafinken69@gmail.com	
Kids in Action ab 6 Jahre	26	Samstag	12:30 bis 13:30		
Leichtathletik					
Kids 5 - 7 Jahren	30	Freitag	15:30 bis 16:30	Karina Becker Tel.: 016094664543	HdZ Sporthalle und Außensportgelände
		Freitag	16:30 bis 17:30		
Kids 8 - 12 Jahre	31	Dienstag	18:00 bis 19:30	Wolfgang Kleemann Tel.: 06172-37250	
		Freitag	17:30 bis 19:00		
Jugendliche ab 12 Jahre sowie Erwachsene	32	Montag	18:00 bis 20:00	Marc Fliege Leichtathletik@tv- oberstedten.de Tel.: 01719821377	HDZ, Im Sommer auch Sportplatz EKS
		Mittwoch	18:00 bis 20:00		
		Freitag	18:30 bis 20:30		
Parkour / Ninja Warrior					
Kids 7 bis 9 Jahre	70	Mittwoch	16:00 bis 17:00	Otto Luz information@tv- oberstedten.de	HdZ Sporthalle
		Mittwoch	17:00 bis 18:00		
Kids 10 bis 16 Jahre	71	Donnerstag	17:15 bis 18:15		
„AC“ Abteilungs-Code, bitte auf der Anmeldung angeben					

	AC	Wochentag	Uhrzeit	Information und Anmeldung bei	Sportstätte
Badminton					
Mixed	74	Mittwoch	20:00 bis 22:00	Thorsten Lenz Tel.: 06172-2655181	HdZ Sporthalle
Bleib am Ball (Ballspiele aller Art)					
Mixed	58	Dienstag	20:00 bis 22:00	Wolfgang Kleemann Tel.: 06172-37250	Grundschule
Prellball					
Erwachsene und Jugendliche	15	Donnerstag	20:15 bis 22:00	Wolfgang Kleemann Tel.: 06172-37250	HdZ Sporthalle
Rehasport (mit ärztlicher Verordnung)					
Herzsport	60	Mittwoch	17:45 bis 19:00	Jutta Stahl Tel.: 015202021034	HdZ Gymnastikraum
Tanzkreis (Teilnahme mit Zusatzbeitrag)					
Tanzkreis Paare und Ehepaare	75	Sonntag	18:00 bis 19:30	Jörg Philip Tel.: 0152 26512446	HdZ Gymnastikraum
Tischtennis					
Schüler und Jugend	40	Montag	17:30 bis 19:30	Michael Kleemann tischtennis@tv- oberstedten.de Tel.: 0178 3229602	Grundschule
	43	Mittwoch	18:30 bis 20:00		
Männer und Frauen	41	Montag	19:30 bis 21:30		HdZ Sporthalle
Senioren	42	Freitag	10:00 bis 12:00		
Volleyball					
Mixed	57	Dienstag	19:30 bis 22:00	Markus Jobst volleyball@tv- oberstedten.de	HdZ Sporthalle
	57	Freitag	20:00 bis 22:00		
„AC“ Abteilungs-Code, bitte auf der Anmeldung angeben					

Unsere Sportstätten		
Halle der Zukunft (HdZ)	Sporthalle	Niederstedter Str. 12a, Oberursel-Oberstedten hinter der Feuerwehr
	Gymnastikraum	
Grundschule		Turnhalle der Dornbachschule, Landwehr 4
Sportplatz Bleibiskopf Oberursel		Erich-Kästner-Schule, Karl-Hermann-Flach-Str. 60
Kontakt: Turnverein Oberstedten 1887 e.V. - Niederstedter Str. 12a - 61440 Oberursel Tel.: 06172 34400 oder www.tv-oberstedten.de oder Email: information@tv-oberstedten.de		
Zur Teilnahme an unserem Sportangebot ist eine Mitgliedschaft im TV Oberstedten notwendig. Grundlage ist die jeweils aktuelle Satzung und Beitragsordnung, beides kann im Servicebüro angefordert werden oder steht auf unserer Homepage zum Download zur Verfügung. Probetraining auf Anfrage möglich.		