

UNSERE STUNDEN

Montag

Gymnastik 1	Hans-Jansen-Halle	18.30 - 19.30 Uhr
Gymnastik 2	Hans-Jansen-Halle	18.30 - 19.30 Uhr
Frauengymnastik	Hans-Jansen-Halle	19.30 - 20.30 Uhr
Tischtennis	Hans-Jansen-Halle	18.30 - 20.30 Uhr
Bewegung + Spiel für Kinder und Jugendliche mit Behinderung	Berta v. Suttner-Gymn.	18.15 - 19.15 Uhr
Blue Hunters "Runners" Basketball für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung	Berta v. Suttner-Gymn.	18.15 - 20.00 Uhr
Wirbelsäulengymnastik	Berta v. Suttner-Gymn.	19.15 - 20.00 Uhr
Wirbelsäulengymnastik	Berta v. Suttner-Gymn.	20.15 - 21.00 Uhr
Lungenfunktionstraining	Willi-Jürissen-Halle	10.00 - 11.00 Uhr

Dienstag

Herzsport	Willi-Jürissen-Halle	18.00 - 19.30 Uhr
Fußball	Rhein. Förderschule v-Trotha-Str. (Sporthalle)	18.00 - 20.00 Uhr
Wassergewöhnung; Schwimmen	Rhein. Förderschule v-Trotha-Str. (Sporthalle)	17.15 - 18.15 Uhr
Wassergymnastik	Rhein. Förderschule v-Trotha-Str. (Sporthalle)	18.30 - 19.15 Uhr
Wassergymnastik	Rhein. Förderschule v-Trotha-Str. (Sporthaller)	19.30 - 20.15 Uhr

Mittwoch

Herzsport Kinder	Stötznerschule	17.00 - 18.00 Uhr
Blue Hunters "Wheelis" Rollstuhlbasketball	Rhein. Förderschule v-Trotha-Str. (Sporthalle)	15.00 - 17.00 Uhr
Herzsport	Berta von Suttner-Gymn.	18.00 - 19.30 Uhr
Wirbelsäulengymnastik	Berta von Suttner-Gymn.	18.00 - 18.45 Uhr
Wirbelsäulengymnastik	Berta von Suttner-Gymn.	19.00 - 19.45 Uhr
Sitzball	Berta von Suttner-Gymn.	19.30 - 21.00 Uhr
Schwimmen	Hallenbad Oberhausen	17.00 - 18.00 Uhr
Blue Hunters "Swimmies" Trainingsgruppe Schwimmen	Hallenbad Oberhausen	17.00 - 18.00 Uhr
Wassergymnastik	Hallenbad Oberhausen	17.00 - 17.30 Uhr
Wassergymnastik	Hallenbad Oberhausen	17.30 - 18.00 Uhr

Donnerstag

Bewegung, Spiele, Psychomotorik	Rhein. Förderschule v-Trotha-Str. (Sporthalle)	17.30 - 18.30 Uhr
Tischtennis	Rhein. Förderschule v-Trotha-Str. (Sporthalle)	18.00 - 20.00 Uhr
Wirbelsäulengymnastik	Berta von Suttner-Gymn.	19.00 - 19.45 Uhr
Spiel und Spaß; Leichtathletik	Hockeyplatz Lindnerstr.	18.00 - 20.00 Uhr

Schwimmkurs	Schule am Froschenteich	17.00 - 18.00 Uhr
Schwimmkurs Frauen Mädchen	Schule am Froschenteich	18.00 - 19.00 Uhr
Wassergymnastik	Schule am Froschenteich	19.00 - 20.00 Uhr
Bewegungsspiele	Brüder-Grimm-Schule	16.00 - 18.00 Uhr

Freitag

Bewegung, Spiele, Psychomotorik	Rhein. Förderschule v-Trotha-Str. (Sporthalle)	16.00 - 17.00 Uhr
Wassergewöhnung Schwimmen GB	Rhein. Förderschule v-Trotha-Str. (Schwimmbad)	17.30 - 18.30 Uhr
Wassergymnastik	Rhein. Förderschule v-Trotha-Str. (Schwimmbad)	18.45 - 19.30 Uhr
Wassergymnastik	Rhein. Förderschule v-Trotha-Str. (Schwimmbad)	19.45 - 20.45 Uhr
Schwimmen	Hallenbad Sterkrade	17.00 - 18.00 Uhr
Wassergymnastik	Hallenbad Sterkrade	17.00 - 18.30 Uhr
Schwimmkurs	Hallenbad Sterkrade	17.00 - 18.00 Uhr

Samstag

Schwimmen	Hallenbad Oberhausen	15.00 - 16.00 Uhr
Wassergymnastik	Hallenbad Oberhausen	15.00 - 15.30 Uhr
Wassergymnastik	Hallenbad Oberhausen	15.30 - 16.00 Uhr
Frauen- u. Mädchenschwimmen	Hallenbad Oberhausen	16.00 - 17.00 Uhr
Schwimmkurs Kindergarten.	Hallenbad Oberhausen	16.00 - 17.00 Uhr
Blue Hunters "Swimmies" Trainingsgruppe Schwimmen	Hallenbad Oberhausen	15.00 - 17.00 Uhr
Schwimmen	Aquapark Oberhausen	08.00 - 09.30 Uhr
Wassergymnastik	Aquapark Oberhausen	08.15 - 09.15 Uhr

Sonntag

Schwimmen	Hallenbad Oberhausen	15.00 - 16.30 Uhr
Wassergymnastik	Hallenbad Oberhausen	15.30 - 16.00 Uhr
Schwimmkurse Kinder	Hallenbad Oberhausen	15.00 - 16.30 Uhr

Aquapark Oberhausen	Heinz Schleißer-Str.1	46045
Berta-von-Suttner-Gymnasium	Bismarckstr. 53	46047
Hallenbad Oberhausen	Lothringer Str. 75	46045
Hallenbad Sterkrade	Holtener Str. 2	46149
Hans-Jansen-Halle	Mülheimer Str. 179	46047
Sportplatz am Ehrenmal	Lindnerstr.	46149
Rheinische Förderschule Oberhausen	von-Trotha-Str. 105	46149
Schule Am Froschenteich	Hausmannsfeld 14	46047

www.behindertensport-oberhausen.de



Behindertensport Oberhausen e.V.
Verein für Rehabilitations-, Breiten- und Leistungssport



mach mit!



Geschäftsstelle BSO

Hausmannsfeld 6 - 46047 Oberhausen
1. Vorsitzender Jörn Derißen
Tel. 0208 911 996 (43) + (44) - Fax 0208 911 996 (45)
buero@behindertensport-oberhausen.de



Zentralruf: 0208 / 8584-50 oder 60 <http://www.willecke-oberhausen.de>
Zentralfax: 0208 / 8584-555 oder 666 Email: info@willecke-oberhausen.de