Montag

17:00 bis 18:00 beim GTV: Rücken, Haltung, Fitness mit Antje Langer Tel.: 0162-3508232
16:15 bis 17:15 Reha Sport mit Verordnung 56 im Sportlerheim Fuchsberg 1a (bitte anmelden unter 0160-8466291)
17:30 bis 18:30 Werde fit, bleibe Fit und fühle dich großartig. Ab 60 Jahre mit Britta ab Anfang September. Ort: Sportlerheim Fuchsberg 1a
18:10 bis 19:25 Cheerleader Training für Auftritte bei den Heimspielen der Ostholstein Vikings in Scharbeutz - Seniors ab 14 Jahre –(Übergangsweise, bis die Gemeinde den nachfolgenden Kurs aktiviert)
18:00 bis 20:00 In Vorbereitung: Keine Gewalt im Sport – Projekt für Kinder mit in Zusammenarbeit mit dem Jugendbereich der Gemeinde. Kostenlos für alle Kinder. Das Projekt ist in der Vorbereitung und startet im ersten Quartal 2019 in Gleschendorf in der Turnhalle Fierthstraße.
18:30 bis 19:30 Damengymnastik mit Tina im Sportlerheim Scharbeutz, Fuchsberg 1a
19.30 bis 20.30 Damengymnastik in der Turnhalle Schulstraße
20:00 bis 21:00 Langhanteltraining im Sportlerheim Fuchsberg 1 a
20:00 bis 22:00 Floorball ab Alter 14 Jahre für Jungs und Deerns in Gleschendorf Sporthalle Fierthstraße. Anmeldung und Antworten unter: 0160-8466291 (zur Zeit ab 19:30)
20.30 bis 22.00 Volleyball Damen in der Turnhalle Schulstraße – bitte einfach hinkommen und mitmachen, dringend Mitspielerinnen gesucht!!!

Dienstag

15.00 bis 16.30 Mutter – Kind Turnen in der Turnhalle Schulstraße – keine freien Plätze mehr. Bitte in die Warteliste eintragen lassen: 0160-8466291 auf die mailbox sprechen
15:00 bis 16:15 ab 11.09. Yin-Yoga Kurs mit Uwe (yoga-waldmann@gmx.net) im Sportlerheim Fuchsberg 1a.
16:15 bis 17:30 beim GTV in Gleschendorf: Yoga für Kinder mit Silvia. Tel.: 04524-703563 – einfach mal testen!
17.00 bis 19.00 Tischtennis Jugend / Schüler in der Turnhalle Schulstraße
17.00 bis 19.00 HIP HOP ab 8 Jahre im Sportlerheim Fuchsberg 1a (bitte anmelden unter 0160-8466291) Zusatz-Beitrag! Zur Zeit ausgebucht.
17:00 bis 22:00 American Football erst die Kinder, dann die Erwachsenen – Anmeldung: 0171-1847296
18:00 bis 19:00 Piloxing mit Jane in der Turnhalle Gleschendorf in der Fierthstrasse
19.00 bis 22.00 Tischtennis Erwachsene in der Turnhalle Schulstraße
19:30 bis 22:00 Tischtennis in der Turnhalle in Gleschendorf in der Fierthstrasse
19:00 bis 20:00 Zumba für alle ab 15 Jahre im Sportlerheim Fuchsberg 1a – Gute Musik – gute Stimmung – einfach Spaß haben!
20:00 bis 21:15 Moonlight Yoga mit Astrid im Sportlerheim Fuchsberg 1 a (bitte anmelden unter 04503-795366). Für Mitglieder ein Kurs kostenlos. Bei Besuch von mehreren Yoga Kursen und für Nichtmitglieder plus Euro 3, -- pro Einheit. Bei Überfüllung gehen Mitglieder vor!
20:00 bis 21:30 beim GTV in Gleschendorf: Yoga für Erwachsene mit Silvia. Tel.: 04524-703563 – es sind noch Plätze frei!

Mittwoch

10:00 bis ca. 10:45 smovey für alle ab 16.01.2019. 6 Einheiten für Mitglieder Euro kostenlos / Nichtmitglieder Euro 18,-- inkl. Stellung der Ringe (grün und/oder schwarz). Nur nach Anmeldung unter 0160-8466291
17:00 bis 18:30 Kinderhandball in der Turnhalle in Gleschendorf von 8 bis 12 Jahre mit Katrin (bitte anmelden 0160-8466291)
15:30 bis 16:30 Kinderturnen bis 6 Jahre mit Astrid im Sportlerheim Fuchsberg 1a. Anmeldung telefonisch erforderlich unter 0160-8466291
17.30 bis 19.30 HIP HOP ab 8 Jahre in der Turnhalle Schulstrasse (bitte anmelden unter 0160-8466291) Zusatz-Beitrag!
18:00 bis ??:?? Nordic Walking. Bitte immer anmelden: 0177-7450415, da Treffpunkt nur nach Vereinbarung.
18:00 bis 19:30 Cheerleader Training für Auftritte auf Festen und Wettbewerben in der Turnhalle Gleschendorf für Kinder (jedes Alter) Anmeldung unter 0177-3511302
19.30 bis 21:00 Damengymnastik in der Turnhalle Schulstraße
19:30 bis 21:00 Badminton für alle Projekt OSV/GTV in der Turnhalle in Gleschendorf ab 10 Jahren – einfach hinkommen – auch Anfänger!
19:30 bis 20:30 Muskelaufbau (Rückentraining) Kurs mit Gudrun im Sportlerheim Scharbeutz Fuchsberg 1a

OSV 1927 — 1949

LOS MACH MIT!

Donnerstag

11:00 bis 12.15 ab 13.09. Hatha-Yoga Kurs mit Uwe (yoga-waldmann@gmx.net) im Sportlerheim Fuchsberg 1a. 10 Einheiten für Mitglieder Euro 10,-- / Nichtmitglieder Euro 30,--
15.00 bis 16.00 Kinderturnen 3 - 5 mit Mirko in der Turnhalle Schulstraße
16:00 bis 17:00 In Vorbereitung: Ab ca Juni 2019 Geräteturnen für Kinder ab 6 Jahre. (Leistungskurs) Anmeldung notwendig unter 0160-8466291. Keine Teilnahme ohne Anmeldung.
19:30 bis 20:45 Yoga in Haffkrug im Waldweg 2 mit Annelie. Bitte anmelden 0162-1082634. (für Mitglieder ein Kurs kostenlos. Bei Besuch von mehreren Yoga-Kursen und für Nichtmitglieder plus Euro 3, -- pro Einheit. Bei Überfüllung gehen Mitglieder vor!)
18:30 bis 20:30 beim GTV in Gleschendorf: Sportschützen mit Heidrun. Tel.: 04524-9832 – Los mach mit – kleine Gruppe …. Großer Spaß
19:30 bis 20:30 Zirkeltraining für Menschen im Alter von 16 bis 110 mit Gudrun im Sportlerheim Scharbeutz Fuchsberg 1a. Info unter 0151-11645327
20.00 bis 22.00 Volleyball Männer und Damen in der Turnhalle Schulstraße – Einfach mal mitmachen – leicht erlernbar!
17:00 bis 22:00 American Football erst die Kinder, dann die Erwachsenen – Anmeldung: 0171-1847296

Freitag

15:00 bis 15:45 und 16:00 bis 17:00 Bewegungspädagogisches Angebot nach Elfriede Hengstenberg für Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter. Teilnahme nur nach Voranmeldung bei Iris unter: 04503- 794358
15:00 bis 16:45 Basketball in Gleschendorf mit Matthias für Kinder im Alter von 8 bis 10 Jahre. Bitte unter Tel. 0177/ 8983740 anmelden. (Zeiten ändern sich im Sommer/Winter)
17:00 bis 18:45 Basketball in Gleschendorf mit Matthias für Kinder im Alter von 11 bis 13 Jahre. Bitte unter Tel. 0177/ 8983740 anmelden. (Zeiten ändern sich im Sommer/Winter)
17.00 bis 19.00 Tischtennis Schüler / Jugend in der Turnhalle Schulstraße
17:15 bis 18:30 Cheerleader Training für Auftritte auf Festen und Wettbewerben im Sportlerheim in Scharbeutz für Kinder (jedes Alter) Anmeldung unter 0177-3511302
18:45 bis 22:00 Cheerleader Training für Auftritte bei den Heimspielen der Ostholstein Vikings in Scharbeutz - Seniors ab 14 Jahre
19:00 bis 20:00 beim GTV in Gleschendorf: Zumba mit Jane. Tel.: 0172-3432420 – Der zweite Kurs von Jane! Super Stimmung.
19.00 bis 22.00 Tischtennis Erwachsene in der Turnhalle Schulstraße
Deutsches Sportabzeichen: siehe www.ostseesportverein.de Anmeldung unter 0160-8466291

Samstag

17:00 bis 20:00 Cheerleader Training für Auftritte bei den Heimspielen der Ostholstein Vikings in Scharbeutz - Seniors ab 14 Jahre

Sonntag

08:30 bis 09:30 Walk und Lauf am Ort (Sportplatz Scharbeutz Fuchsberg 1a) 12.01., 13.01., 19.01., 20.01., 26.01., 27.01., 02.02., 03.02., 09.02., 10.02. mit Musik und Gudrun

Hotline: 0160-8466291 oder osv@ostseesportverein.de

Irrtum vorbehalten – Kurse kommen…Kurse gehen