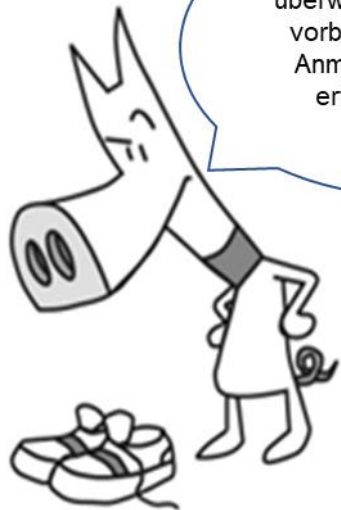


Gesundheitssport

(mit Zuzahlung - siehe Homepage)

Angebote im



Jetzt den Schweinehund
überwinden und einfach
vorbeischaun – eine
Anmeldung vorab ist
erforderlich unter
71788

Aktuelle Informationen unter:

www.otv88.de und ☎ 71788

Abteilung Freizeit- und Gesundheitssport

Die starke Mitte

📍 Bogenstraße

• Dienstag

20:00 – 21:00 Uhr

Karen Grimm

OTVit

☎ 0212 233 36 88

Fitnessstraining

• Montag

09:00 – 10:30 Uhr

• Montag

17:00 – 18:30 Uhr

• Dienstag

09:00 – 10:30 Uhr

• Dienstag

17:00 – 18:30 Uhr

• Mittwoch

08:30 – 10:00 Uhr

• Freitag

09:45 – 11:15 Uhr

Martina Moravansky, Simone Seyffart

Pilates

📍 OTV-Spiegelraum

• Mittwoch

18:30 – 19:30 Uhr

📍 OTV-Mattenraum

• Freitag

10:00 – 11:00 Uhr

Martina Moravansky

Pilates für Fortgeschrittene

📍 OTV-Mattenraum

• Montag

10:00 – 11:30 Uhr

Martina Binus

Rückenfit

📍 OTV-Sporthalle

• Dienstag

11:00 – 12:00 Uhr

Karla Neumann

Yoga

📍 OTV-Schulungsraum

• Montag

17:00 – 18:00 Uhr

• Montag

18:00 – 19:00 Uhr

• Montag

19:00 – 20:00 Uhr

Hanny Laubach

📍 OTV-Sporthalle, -Mattenraum,
-Spiegelraum, -Schulungsraum und OTVit:
Hubertusstraße 12, 42697 Solingen

Stand: 06.01.2024