Neuer Veranstaltungsort für Osnamotion

Die diesjährige Osnamotion findet am 11. November in der VereinsSporthalle Limberg in Osnabrück-Dodesheide statt. Aufgrund von Umbauten steht der bisherige Veranstaltungsort in Eversburg in diesem Jahr nicht zur Verfügung, sodass der StadtSportBund Osnabrück gezwungen ist, mit seiner beliebten Fitness-Convention in den Osnabrücker Norden zu wechseln.

Andi Goller, Julia Matus und Serkan Vural sind auf der Osnamotion bestens bekannte Presenter, die in ihren Masterclasses immer wieder für tolle Stimmung sorgen und neue Inhalte vermitteln. Athletik Pilates Workout, Functional Dance, Core XXL, Step Tabata Intervall, FlowinMotion, sowie verschiedene spannende Step-Aerobic-Stunden bilden deren Programm.

Erstmals verpflichtet werden konnte Tatjana Jentsch. Die Tanzlehrerin aus Münster stellt im „Latin Dance Experience“ und „Jazzfunk“ Style und Feeling in den Vordergrund.

Die neue Adresse der Osnamotion 2017:
VereinsSporthalle Limberg in der ehemaligen Kaserne am Limberg
Am Limberg 1, 49088 Osnabrück
Zur Wegbeschreibung

Anmeldungen werden weiterhin unter www.ssb-osnabrueck.de entgegengenommen. Es sind noch Plätze frei! Informationen gibt der SSB unter 0541/ 98 25 9-12 oder heiko.bruening@ssb-osnabrueck.de.

ÜL-Fortbildung Fitness: Partner und Gruppenübungen

Ein bunter Mix aus Übungen für den Fitnessbereich, die zu zweit oder als Gruppe durchgeführt werden können, wird am Samstag, dem 21. Januar, von unseren Referentinnen Monika Gümpel und Julia Becker in der Übungsleiter-Fortbildung „Fitness: Partner- und Gruppenübungen“ vorgestellt. Es sind noch Plätze frei!

*5868– **Fitness: Partner- und Gruppenübungen***
Termin: Samstag, 21. Januar 2017, 09:00 bis 13:30 Uhr
Ort: Osnabrück
Referentin: Monika Gümpel (Lotte), Julia Becker (Osnabrück)
Kosten: 10,00 Euro (für Teilnehmende aus Sportvereinen des LSB Niedersachsen)
Anmeldeschluss: 09. Januar 2017
5 LE Anerkennung zur Verlängerung der ÜL-C-Lizenz
Ein bunter Mix aus Übungen für den Fitnessbereich, die zu zweit oder als Gruppe durchgeführt werden können, wird vorgestellt.

Anmeldung zum Ausdrucken
Anmeldung online

Tolle Atmosphäre auf der Osnamotion

Viele Strahlende Gesichter waren auch dieses Jahr wieder auf der Osnamotion zu sehen. Dies drückte sich auch in den sehr positiven Rückmeldungen aus: für viele Teilnehmende ist der Termin fester Bestandteil des Jahreskalenders. Besonders positiv aus Sicht der Veranstalter war es, dass durchweg alle Workshops fast gleichmäßig sehr gut besucht waren.

Zum Fotoalbum 2016

Osnamotion – Frühbucherrabatt noch bis zum 10. Oktober

Am 12. November um 09:15 Uhr startet die 14. Osnamotion in Osnabrück. Bei Anmeldung bis zum 10. Oktober gilt der ermäßigte Frühbucherrabatt, anschließend muss die volle Teilnehmergebühr bezahlt werden.

Der StadtSportBund Osnabrück konnte wieder vier Top-Presenter für das Event verpflichten. Romeyo Weiss und Serkan Vural aus Berlin, Kerstin Hecking aus Bad Nenndorf und Julia Matus aus

Osnabrück werden mit ausgewählten Masterclasses einheizen und neue Trends vorstellen.

Inhaltlich liegt der Schwerpunkt auf Step Aerobic Serkan und funktionellen Workouts wie „Functional Gym“ und „Strong“. Dazu kommt das neue Ganzkörpertraining „Fitclixx“, einem choreographischen Workout mit Drumsticks. Faszien Pilates, TriLoChi und Chiyoga runden das Programm ab.

Die Osnamotion findet **2016 am 12. November** statt – wie gewohnt im Schulzentrum Eversburg (Anfahrt siehe unten).

- Zur Ausschreibung
- Zum Schnellüberblick und zur Anmeldung mit unserem Flyer.
- Direkt zur Online-Anmeldung für schon entschlossene.
- Fotoalbum von vergangenen Veranstaltungen