

Unser Angebot

Leichtathletik

Für jeden Menschen mit Behinderung gibt es eine leichtathletische Disziplin, die auf seine Bedürfnisse abgestimmt ist. Spiel, Sport und Spaß stehen hier im Vordergrund.



Wandergruppe

Mit viel Freude trifft sich alle 14 Tage die Wandergruppe. Vom Oberhausener Hauptbahnhof geht es zu einem schönen Wanderort in der näheren Umgebung.

(Wirbelsäulen-)Gymnastik

Speziell ausgebildete Übungsleiter vermitteln in jeweils 45 min. gezielte Beweglichkeits-, Dehn-, Entspannungs- und Kräftigungsübungen zur Haltungsschulung und Körperwahrnehmung.

Sitzball

Ballspiel hat im Behindertensport seine Tradition. Mit acht Deutschen Meistertiteln ist es die wohl erfolgreichste Sportart beim BSO.



Psychomotorik

In der Psychomotorik geht es nicht nur um die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und das Kennen lernen verschiedener Materialien, sondern auch um das Erlernen eines respektvollen Miteinanders.

Schwimmen/Wassergymnastik

Im Behindertensport eine der bedeutendsten Sportarten. Für beinahe alle Schweregrade einer Behinderung ist Schwimmen Bewegung und Spiel zugleich.

Sport für Menschen mit geistiger Behinderung

Als einziger Sportverein in OB bieten wir Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit geistiger Behinderung die Möglichkeit gemeinsam Sport zu treiben.



Tischtennis

Eine der beliebtesten Sportarten für jung und alt. Innerhalb kurzer Zeit erlernbar. Teilnahmen an nationalen und internationalen Wettkämpfen sind möglich.

Wenn Sie Interesse an unserem Vereinsangebot haben, dann schauen Sie doch einfach mal unverbindlich vorbei oder melden sich telefonisch beim jeweiligen Ansprechpartner. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!