Turngemeinde Bornheim 1860 e.V.

BELEGPLAN.Turngemeinde Bornheim

Geschäftsstelle: Berger Straße 294, 60385 Frankfurt
Tel. 069 4600040 | www.tgbornheim.de | info@tgbornheim.de
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 8.00 - 12.00 Uhr & 15.00 - 20.00 Uhr

Fitness - Studio: Falltorstrasse 15, 60385 Frankfurt | Tel. 069 46000425

fresh fun fit free

Fitness & Workout	Niveau	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
AROHA	Anfänger-Fortgeschrittene				18:15 - 19:00 KS Elke H.			
Bauch & Rücken	Anfänger-Fortgeschrittene		19:00 - 20:00 Light Nicole Z.					
BBOP	Anfänger-Fortgeschrittene	17:00 - 18:00 GYM 2 Marta F.	17:00 - 18:00 KS Heide U.	20:00 - 21:00 GYM 1 Susanne E.	18:15 - 19:00 Halle Sandra M.	18:00 - 19:00 GYM 1 Elena B.	10:00 - 11:00 GYM 2 Sophie H.	
BBP	Anfänger-Fortgeschrittene				19:00 - 20:00 Halle Damaris G.			
BBP & Stretch ASF	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 20:00 GYM F Marco B.						
Bodystyling	Anfänger-Fortgeschrittene	20:30 - 21:15 VS Sandra M.			17:30 - 18:15 KS Elke H.			
BodyStrong	Anfänger-Fortgeschrittene				19:00 - 20:00 GYM 3 Sandra M.			
Breaklytics	Anfänger-Fortgeschrittene					19:00 - 20:00 GYM 1 Elena B.		
Dance Workout	Anfänger-Fortgeschrittene					17:00 - 18:00 GYM 1 Elena B.		
deepWORK	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00 GYM 2 Sylvia T.		18:00 - 19:00 GYM 2 Claudia H.				
Fatburner Step	Anfänger-Fortgeschrittene				20:00 - 21:00 GYM 2 Sandra M.			
Fatburner Workout	Anfänger-Fortgeschrittene		18:00 - 19:00 GYM 3 Michael K.					
Fitness Workout	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 20:00 GYM 3 Sarah H.						11:00 - 12:00 UG Daniela S.
Fitness Workout ASF	Anfänger-Fortgeschrittene		19:00 - 20:00 GYM F Susan Z.					
Indoor Cycling & BBP (Kursgebühr)	Sonderbeitrag						11:00 - 12:30 E Janina B.	
Indoor Cycling Jahreskurs (Kursgebühr)	Sonderbeitrag	20:00 - 21:00 E Christina B.	18:00 - 19:00 E Janina B.	19:00 - 20:00 E Christian S.	21:00 - 22:00 E Sindy W.			
Indoor Cycling Jahreskurs (Kursgebühr)	Sonderbeitrag	21:00 - 22:00 E Christina B.		20:00 - 21:00 Mira M.				
Indoor Cycling Quartalskurs (Kursgebühr)	Sonderbeitrag	19:15 - 20:00 E Christina B.		18:15 - 19:00 E Christian S.	19:00 - 19:45 E Mira M.	09:00 - 09:45 E Janina B.		
Indoor Cycling Quartalskurs (Kursgebühr)	Sonderbeitrag				20:00 - 20:45 E Sindy W.			
Jumping ASF	Anfänger-Fortgeschrittene	10:00 - 11:00 GYM F Rainer P.			19:00 - 20:00 GYM F Biljana H.	18:00 - 19:00 GYM F Christina M.		
Langhantel	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00 GYM 1 Jutta W.			11:00 - 12:00 GYM 1 Christiane W.	20:00 - 21:00 GYM 1 Elena B.	14:00 - 15:00 GYM 1 Milenka K.	
Langhantel	Anfänger-Fortgeschrittene				18:00 - 19:00 GYM 1 Chris C.			
New Body Fitness	Einsteiger-Mittelstufe		18:00 - 19:00 KS Heide U.					
New Body Step	Einsteiger-Mittelstufe	19:00 - 20:00 GYM 1 Jutta W.						
New Body Step & BBOP	Einsteiger-Mittelstufe						13:00 - 14:00 GYM 1 Milenka K.	
Parkour	Jugend/Erwachsene		17:30 - 19:00 BJ Marc B.					
Pilates meets BBP	Anfänger-Fortgeschrittene		11:00 - 12:00 GYM 2 Diana H.					
Power Workout	Anfänger-Fortgeschrittene			17:00 - 18:00 GYM 2 Claudia H.				
Power-Bauch & Rückenfit	Anfänger-Fortgeschrittene		17:00 - 18:00 GYM 3 Michael K.				11:00 - 12:00 GYM 2 Sophie H.	
Power-Bauch & Rückenfitness ASF	Anfänger-Fortgeschrittene						11:00 - 12:00 GYM F Iris F.	
Step Basic	Anfänger			20:00 - 21:00 Stone Martin J.	19:00 - 20:00 GYM 1 Chris C.			
Stretch & Workout	Anfänger-Fortgeschrittene	21:15 - 22:00 VS Sandra M.						
TBC & Step	Anfänger-Fortgeschrittene		20:00 - 21:00 GYM 2 Christiane W.					
Thai Bo Workout	Einsteiger-Mittelstufe			19:00 - 20:00 GYM 1 Susanne E.				
Total Body Conditioning	Anfänger-Fortgeschrittene	20:00 - 21:00 GYM 2 Sarah H.			10:00 - 11:00 GYM 2 Christiane W.			
Total Body Conditioning	Anfänger-Fortgeschrittene				18:00 - 19:00 GYM 3 Damaris G.			
Total Body Conditioning	Anfänger-Fortgeschrittene				19:00 - 20:00 H SCB Eric S.			
Total Body Conditioning ASF	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00 GYM F Marco B.						
Gesundheit								
Bauch & Rücken ASF	Anfänger-Fortgeschrittene	11:00 - 12:00 GYM F Rainer P.						
Easyfitness & Stretch	Anfänger-Fortgeschrittene		21:00 - 22:00 GYM 2 Christiane W.					
Fit 7/- SN	Einsteiger-Mittelstufe				11:00 - 12:00 Halle Marion S.			
Frauengymnastik	Anfänger				10:00 - 11:00 Halle Marion S.			
Gymnastik mit dem Stuhl	Anfänger-Fortgeschrittene	11:45 - 12:30 F Bettina B.						
KAHA ASF	Anfänger-Fortgeschrittene		17:00 - 18:00 GYM F Inge R.					
Koronarsport	nach ärztlicher Absprache	17:30 - 20:30 M Manfred K.	18:00 - 20:00 LvRS Martin D.			18:00 - 20:00 KAS Alexandra G.		
Koronarsport	nach ärztlicher Absprache	19:00 - 20:00 KS Silke H.	19:00 - 21:00 KS Michaela K.					
Rückenfit ASF	Anfänger-Fortgeschrittene	17:00 - 18:00 GYM F Bettina B.						
Sport für Übergewichtige	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 19:00 KS Silke H.						
Sturzprophylaxe	Anfänger			10:00 - 11:00 GYM 2 Susanne M.				
Vitaler Rücken ASF	Anfänger-Fortgeschrittene			19:00 - 20:00 GYM F Gert M.				
Wirbelsäulengymnastik	Anfänger-Fortgeschrittene		17:00 - 18:00 GYM 2 Bettina B.	17:00 - 18:00 GYM F Bettina B.	20:00 - 21:00 GYM 1 Chris C.			
Wirbelsäulengymnastik	Anfänger-Fortgeschrittene		18:00 - 19:00 GYM 2 Bettina B.	18:00 - 19:00 GYM 1 Bettina B.				
Wirbelsäulengymnastik	Anfänger-Fortgeschrittene			19:00 - 20:00 GYM 2 Iris F.				
Wirbelsäulengymnastik ASF	Anfänger-Fortgeschrittene						10:00 - 11:00 GYM F Iris F.	
Wirbelsäulengymnastik mit dem Pezziball	Anfänger-Fortgeschrittene						12:00 - 13:00 GYM 2 Sabine T.	
Gymnastik								
Yoga & Pilates								
Cardio meets Pilates	Anfänger-Fortgeschrittene		19:00 - 19:45 GYM 2 Bettina B.					
Dynamisches Yoga	Anfänger-Fortgeschrittene	20:00 - 21:00 GYM 3 Marijke S.						
Outdoor Yoga	Anfänger-Fortgeschrittene	11:00 - 12:00 GBP Sabine A.						
Pilates	Anfänger-Fortgeschrittene	10:00 - 11:00 GYM 2 Friederike B.						
Pilates & Stretching ASF	Einsteiger-Mittelstufe		18:00 - 19:00 GYM F Susan Z.					
Pilates Einsteiger	Anfänger		10:00 - 11:00 GYM 2 Diana H.				12:00 - 13:00 GYM 1 Annette S.	
Pilates Rücken	Anfänger-Fortgeschrittene	17:00 - 18:00 GYM 1 Jutta W.						
Yoga	Anfänger-Fortgeschrittene	19:00 - 20:30 VS Constanze E.						
Yoga Anfänger	Einsteiger-Mittelstufe		17:00 - 18:30 GYM 1 Elisabeth M.					
Yoga ASF	Anfänger-Fortgeschrittene	20:00 - 21:30 GYM F Alice B.						
Yoga Einsteiger	Anfänger				17:00 - 18:00 GYM 1 Leonore S.			
Yoga Einsteiger ASF	Einsteiger-Mittelstufe			18:00 - 19:00 GYM F Gert M.	17:00 - 18:00 GYM F Claudia Z.			
Yoga Flow	Anfänger-Fortgeschrittene				17:00 - 18:00 Yoga Ulrike K.			
Yoga Flow	Anfänger-Fortgeschrittene				18:00 - 19:00 E Leonore S.			
Yoga Fortgeschrittene	Fortgeschrittene		18:30 - 20:00 GYM 1 Elisabeth M.					
Yoga im Sand	Anfänger-Fortgeschrittene				19:00 - 20:00 Beach Ramona B.			
Yoga Mittelstufe ASF	Mittelstufe-Fortgeschrittene				18:00 - 19:00 GYM F Claudia Z.			
Yoga Move	Anfänger-Fortgeschrittene	11:00 - 12:00 GYM 2 Friederike B.						
Kindersport								
Ballett Kids 3-5 Jahre	Sonderbeitrag				15:00 - 16:00 GYM 3 Sandra K.			
Ballett Kids 6-8 Jahre	Sonderbeitrag				16:00 - 17:00 GYM 3 Sandra K.			
Ballspiele Kids 4-5 Jahre	4-5 Jahre		15:45 - 16:45 Halle Noman A.					
Ballspiele Kids 5-8 Jahre	5-8 Jahre					18:00 - 19:00 Halle Christian A.		
Ballspiele Kids ab 10 Jahre	10-14 Jahre	15:30 - 17:00 BGS Niklas D.						
Ballspiele Kids ab 8 Jahre	Anfänger-Fortgeschrittene					19:00 - 20:00 Halle Christian A.		
Bambinischwimmen 1.5-3 Jahre	Sonderbeitrag	15:30 - 16:15 F Anne S.	11:00 - 12:00 P Susanne M.					
Bambinischwimmen 1.5-3 Jahre	Sonderbeitrag		15:00 - 16:00 P Gabi W.					
Bambinischwimmen 1.5-3 Jahre	Sonderbeitrag		15:45 - 16:30 P Susanne M.					
Bronze-Kurs (Voraussetzung Seepferdchen)	Sonderbeitrag		12:00 - 15:00 P Isabel K.	18:30 - 19:30 HUF Alina M.		17:00 - 18:00 F Paul K.	10:00 - 11:00 E Annahita B.	11:00 - 12:00 UG Michele-Catharine M.
Bronze-Kurs (Voraussetzung Seepferdchen)	Sonderbeitrag		15:00 - 16:00 P Andrev L.				11:00 - 12:00 E Marion M.	12:00 - 14:00 E Diana H.
Bronze-Kurs (Voraussetzung Seepferdchen)	Sonderbeitrag						12:00 - 13:00 UG Diana H.	14:00 - 15:00 E Diana H.
Bronze-Kurs (Voraussetzung Seepferdchen)	Sonderbeitrag						12:00 - 15:00 UG Annabell H.	18:00 - 19:00 E Diana H.
Bronze-Kurs (Voraussetzung Seepferdchen)	Sonderbeitrag						15:00 - 16:00 F Jonas O.	
Capoeira Kids	ab 6 Jahre	16:00 - 17:00 GYM 2 Maximilian C.			16:00 - 17:00 GYM 2 Maximilian C.			
Eltern und Kind Turnen 1-3 Jahre	1-3 Jahre		10:00 - 12:00 H SCB Nabila M.	16:30 - 18:00 IGS David L.		15:30 - 18:00 H SCB Viva S.		
Eltern und Kind Turnen 1-3 Jahre	1-3 Jahre		17:00 - 18:30 H SCB Noman A.					
Eltern-Kind-Arnis	ab 10 Jahre					18:00 - 19:00 GYM 3 Andreas F.		
Eltern und Kindturnen (1-3J.) ASF	Anfänger			16:30 - 18:00 GYM F Leila A.		16:30 - 18:00 GYM F Meike S.		
Familien-Turnen 1-6 J.	Anfänger	15:00 - 18:00 H SCB Angela R.			17:30 - 19:00 HBS Janina R.			
Familien-Turnen 1-6 J.	Anfänger	17:30 - 19:00 VS Corinna B.						
Familienschwimmen (10 M.-4 Jahre)	Sonderbeitrag		15:15 - 16:00 F Anne S.					
Geräteturnen ab 8 Jahre	ab 8 Jahre				16:15 - 18:00 Halle Sarah H.			
Gold-Kurs (Voraussetzung Silber)	Sonderbeitrag		16:00 - 17:00 P Isabel K.	19:00 - 20:00 F Andrev L.			12:00 - 13:00 E Jan B.	17:00 - 18:00 F Diana H.
Gold-Kurs (Voraussetzung Silber)	Sonderbeitrag						15:00 - 16:00 E Jan B.	
Gold-Kurs (Voraussetzung Silber)	Sonderbeitrag						16:00 - 17:00 UG Annabell H.	
Gold-Star-Kurs/Talentschwimmen	Sonderbeitrag			18:00 - 19:00 F Andrev L.			16:00 - 17:00 F Jonas O.	
Gymnastik und Tanz 4-5 Jahre	Anfänger	15:15 - 16:00 GYM 3 Rainer P.						
Gymnastik und Tanz 6-10 Jahre	Anfänger-Fortgeschrittene	18:00 - 17:00 GYM 3 Rainer P.						
Hip Hop Teens	10-18 Jahre				17:00 - 18:00 GYM 2 Chris C.			
Jazz & Modern Dance	ab 10 Jahre				17:00 - 18:00 GYM 3 Alexandra D.			
Jazzdance/Showdance 7-10+ Jahre	Einsteiger-Mittelstufe	17:00 - 18:00 GYM 3 Alexandra D.				17:00 - 18:00 WGym Alexandra D.		
Kleine Spiele (4-5 Jahre)	Anfänger-Fortgeschrittene					16:00 - 17:00 GYM 2 Philipp D.		
Kleinkinder Turnen (3 Jahre)	3 Jahre			15:15 - 16:00 Halle Sara F.				
Kleinkinder Turnen (3-5 Jahre)	3-5 Jahre	15:15 - 16:00 Halle Sara F.			15:15 - 16:00 Halle Sarah H.	17:00 - 18:00 IGS Corinna B.		
Kleinkinder Turnen (4-5 Jahre)	4-5 Jahre			16:15 - 17:00 Halle Sara F.				
Modern Jazzballett 7-12 Jahre	Sonderbeitrag			18:00 - 17:00 GYM 3 Alexandra D.				
Schuler/Inventurtunen (6-10 Jahre)	6-10 Jahre	16:15 - 17:00 Halle Sara F.		17:15 - 18:00 Halle Sara F.				
Seepferdchen ab 5 Jahre	Sonderbeitrag	15:00 - 15:45 CS Diana H.	15:00 - 16:00 HUF Janina R.	15:00 - 16:00 F Andrev L.		15:00 - 16:00 F Lars S.	09:00 - 10:00 E Marion M.	10:00 - 11:00 UG Katrin H.
Seepferdchen ab 5 Jahre	Sonderbeitrag	15:45 - 16:30 CS Diana H.	16:00 - 17:00 HUF Saskia N.			16:00 - 17:00 E Lars S.	10:00 - 11:00 E Marion M.	11:00 - 12:00 UG Katrin H.
Seepferdchen ab 5 Jahre	Sonderbeitrag	16:30 - 17:15 CS Diana H.	17:00 - 18:00 HUF Saskia N.			17:00 - 18:00 F Lars S.	11:00 - 12:00 UG Diana H.	12:00 - 13:00 E Diana H.
Seepferdchen ab 5 Jahre	Sonderbeitrag	17:00 - 18:00 F Mariam B.					12:00 - 15:00 UG Diana H.	11:00 - 12:00 E Nicola K.
Seepferdchen ab 5 Jahre	Sonderbeitrag						13:00 - 16:00 UG Annabell H.	12:00 - 13:00 E Nicola K.
Seepferdchen ab 5 Jahre	Sonderbeitrag						16:00 - 17:00 F Jan B.	12:00 - 13:00 E Diana H.
Seepferdchen ab 5 Jahre	Sonderbeitrag							12:00 - 13:00 UG Katrin H.
Seepferdchen ab 5 Jahre	Sonderbeitrag							13:00 - 14:00 UG Michele-Catharine M.
Seepferdchen ab 5 Jahre	Sonderbeitrag							15:00 - 16:00 E Andrev L.
Seepferdchen ab 5 Jahre	Sonderbeitrag							16:00 - 17:00 E Andrev L.
Seepferdchen ab 5 Jahre	Sonderbeitrag							17:00 - 18:00 E Andrev L.
Silber-Kurs (Voraussetzung Bronze)	Sonderbeitrag		15:00 - 16:00 P Isabel K.				11:00 - 12:00 E Annahita B.	14:00 - 15:00 UG Michele-Catharine M.
Silber-Kurs (Voraussetzung Bronze)	Sonderbeitrag		16:00 - 17:00 P Andrev L.				12:00 - 13:00 E Annahita B.	15:00 - 16:00 E Diana H.
Silber-Kurs (Voraussetzung Bronze)	Sonderbeitrag						12:00 - 13:00 UG Annabell H.	16:00 - 17:00 E Diana H.
Silber-Kurs (Voraussetzung Bronze)	Sonderbeitrag							18:00 - 19:00 E Andrev L.
Tischtennis - Grundlagen Training 12-17 Jahre	12-17 Jahre		16:00 - 18:00 B Paul S.	17:00 - 19:00 B Paul S.				
Tischtennis - Grundlagen Training 7-12 Jahre	7-12 Jahre		14:15 - 15:45 B Paul S.					
Tischtennis - Wettkampf 10-17 Jahre	10-17 Jahre		17:45 - 19:30 B Paul S.					
Tribal Dance Kids	Fortgeschrittene				16:00 - 17:00 GYM 1 Galina Y.			
Tribal Dance Kids Anfänger	ab 6 Jahre			16:00 - 17:00 GYM 1 Galina Y.				
Wassergewöhnung ab 3.5 Jahre	Sonderbeitrag	14:45 - 15:30 F Anne S.	16:30 - 17:15 P Susanne M.			16:00 - 17:00 F Janine K.	09:00 - 10:00 E Annahita B.	10:00 - 10:45 UG Michele-Catharine M.
Wassergewöhnung ab 3.5 Jahre	Sonderbeitrag	15:00 - 15:45 CS Isabel K.	17:15 - 18:00 P Susanne M.				13:00 - 13:45 UG Annabell H.	12:00 - 12:45 UG Michele-Catharine M.
Wassergewöhnung ab 3.5 Jahre	Sonderbeitrag	15:45 - 16:30 CS Isabel K.	18:00 - 18:45 P Susanne M.					13:00 - 14:00 E Nicola K.
Wassergewöhnung ab 3.5 Jahre	Sonderbeitrag	16:15 - 17:00 F Anne S.	18:45 - 19:30 P Sarah S.					14:00 - 15:00 E Nicola K.
Wassergewöhnung ab 3.5 Jahre	Sonderbeitrag	16:30 - 17:15 CS Isabel K.						
Yoga Kids 4-5 Jahre	Anfänger					15:15 - 16:00 E Leonore S.		
Yoga Kids 6-10 Jahre	Anfänger					16:15 - 17:00 E Leonore S.		
Zumba für Kids (4-6 Jahre) ASF	4-6 Jahre		15:15 - 16:00 GYM E Biljana H.					
Zumba für Kids (7-12 Jahre) ASF	7-12 Jahre		16:00 - 16:45 GYM E Biljana H.					

Kirchner Schule [KS] = Berger Str. 268, über Löwengasse, **Light Gym [Light] | Stone Gym [Stone] | Halle SCB [H SCB] | Yoga Gym SCB 3 [Yoga] | Beach Gym [Beach] | Wellness Gym [WGym]** = Inheidener Str. 64, **GYM 2 | GYM 1 | Halle | GYM 3 | Empore [E]** = Berger Str. 294
GYM F | Gartenhallenbad Fechenheim [F] = Konstanzer Str. 16, **Valentin-Senger Schule [VS]** = Valentin-Senger Straße 9, Frankfurt, **Uni Sportanlage Ginnheim [UG]** = Ginnheimer Landstraße 39, **Berta Jourdan Schule [BJ]** = Lenaustraße 64-68
Mosaikschule [M] = Garhart-Hauptmann-Ring 240a, **Louise-von-Rothschild-Schule [LvRS]** = Usinger Str.24, über Weidenbornstraße, **Karmeliter Schule [KAS]** = Moselstraße 11, **Günthersburgpark [GBP]** = Café im Günthersburgpark
Brüder Grimm Schule [BGS] = Luxemburger Allee 1, **Panoramabad Bornheim [P]** = Inheidener Straße 60, **Hufelandhaus [HUF]** = Wilhelmshöher Str.34, **IGS Nordend [IGS]** = Hartmann-Ibach-Str. 54-58, **Hans-Böckler-Schule [HBS]** = Martin Luther Str.55, ehem. Bonifatius-Kreisgeschule
Carl-Schurz-Schule [CS] = , **Bürgerhaus Bornheim [B]** = Arnsburger Str. 24

Druck: 21.6.2018