

Gesundheitssport

Cardio meets Pilates

Dienstag 19:00 - 20:00 GYM 2

Koronarsport (Rehasport)

Montag 17:30 - 19:00 MS
19:00 - 20:30 MS
Dienstag 18:00 - 20:00 LvRS
19:00 - 21:00 KS

Orthopädie (Rehasport)

Montag 15:30 - 16:30 GYM 1
16:30 - 17:30 GYM 1
17:30 - 18:30 KS
18:30 - 19:30 KS
Mittwoch 17:00 - 18:00 GYM 2
18:00 - 19:00 GYM 2

Pilates

Montag 10:00 - 11:00 GYM 2
Mittwoch 18:30 - 19:30 GYM 1
Samstag 12:00 - 13:00 GYM 3

Pilates Rücken

Montag 17:00 - 18:00 GYM 2

Qi Gong

Freitag 10:00 - 11:00 GYM 2

Rücken & Relax

Mittwoch 20:00 - 21:00 GYM 2

Sturzprophylaxe

Mittwoch 10:00 - 11:00 GYM 2

Tai Chi

Freitag 11:00 - 12:00 GYM 2

Tai Chi Fortgeschrittene

Montag 19:30 - 20:30 GYM 1

Wirbelsäulengymnastik

Dienstag 17:00 - 18:00 GYM 2
18:00 - 19:00 GYM 2
Mittwoch 16:30 - 17:30 GYM 1
17:30 - 18:30 GYM 1
Freitag 11:00 - 12:00 Halle
Samstag 10:00 - 11:00 Halle
11:00 - 12:00 Halle

Wirbelsäulengymnastik mit dem Pezziball

Samstag 12:00 - 13:00 GYM 2

Yoga

Dienstag 18:30 - 19:30 GYM 1
Samstag 14:00 - 15:00 GYM 2

Yoga Basic

Freitag 18:30 - 19:30 E

Yoga Einsteiger

Donnerstag 17:00 - 18:00 E

Yoga Flow

Donnerstag 18:00 - 19:00 E

Yoga Move

Montag 11:00 - 12:00 GYM 2

Yoga Relax

Donnerstag 18:00 - 19:00 GBP

Yoga Rücken

Montag 10:30 - 11:30 GBP

Yoga Slow

Dienstag 10:30 - 11:30 GYM 1
17:30 - 18:30 GYM 1



SPORTSTÄTTEN:

GYM 2



Berger Str. 294

Mosaikschule[MS]



Garhart-Hauptmann-Ring 240a

Louise-von-Rothschild-Schule [LvRS]



Usinger Str.24, über Weidenbornstraße

Kirchner Schule[KS]



Berger Str. 268, über Löwengasse

GYM 1



Berger Str. 294

GYM 3



Berger Str. 294

Halle



Berger Str. 294

Empore[E]



Berger Str. 294

Günthersburgpark[GBP]



Café im Günthersburgpark

WEITERE INFOS:

Turngemeinde Bornheim 1860 e.V.
Berger Straße 294, 60385 Frankfurt
Telefon 069 / 4600040
Email: info@tgbornheim.de
www.tgbornheim.de

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Montag - Freitag
8.00 bis 12.00 Uhr
15.00 bis 21.00 Uhr