

Kurs-/Stundenbezeichnung	Tag	Zeit	ÜL	ÜH	präsenz online	Angeb.-Nr.
KURSE mit Kursgebühr siehe homepage, bitte anmelden unter sportbetrieb@tv-harheim.de						
Haltung u. Bewegung durch Ganzkörpertraining A	MI	17:30-18:45	Sabine	-	WAS	K03
Hatha Yoga® I	Mo	17:45-18:45	Ruth	-	WAS	K17
Iyengaryoga® I	Mo	09:00-10:00	Verena	-	WAS	K10
Iyengaryoga® II geeignet für Ältere	Mo	10:15-11:15	Verena	-	WAS	K11
Iyengaryoga® III	Di	17:30-18:30	Verena	-	WAS	K12
Iyengaryoga® IV	Di	18:45-19:45	Verena	-	WAS	K13
Strong Nation®	Mo	18:45-19:45	Anita	-	H1	K15
Wirbelsäulengymnastik I (ohne Gesundheitssiegel)	Di	09.30-10.30	Elisabeth	-	H1-H2	K01
Wirbelsäulengymnastik III (ohne Gesundheitssiegel)	Di	20.00-21.00	Elisabeth	-	WAS	K05
Zumba® I	Do	19:30-20:30	Anita	-	H1+H2	K07
Zumba® II	Fr	18:00-19:00	Anita	-	WAS	K08
TURNEN UND GYMNASTIK: Schwerpunkt Kinder und Jugendliche						
Eltern-Kind Turnen 1-2J./siehe homepage	Di	15:00-16:00	Christiane	Katharina	H1+H2	TG36
Eltern-Kind Turnen 1-2J./siehe homepage	Di	16:15-17:15	Christiane	Katharina	H1+H2	TG39
Zeit zu Zweit 1-3J. */***	Sa	10:00-11:15	Sina	-	H1+H2	TG41
* Termine Zeit zu Zweit: 18.11., 16.12.23						
***Anmeldung nur über sportbetrieb@tv-harheim.de						
Vater-Kind Turnen 1-3J. *Termine s.u.	Sa	09:30-10:30	Ann-Kathrin	Mara O.	H1+H2	TG33
Vater-Kind Turnen 3-5J. *Termine s.u.	Sa	10:45-11:45	Ann-Kathrin	Mara O.	H1+H2	TG34
* Termine Vater-Kind Turnen: 11.11., 25.11., 09.12.2023						
Geräteturnen Jungen & Mädchen ab 8 - 11 J.	MO	15:30-16:45	Heike	Team	H1+H2	TG02
Kids in Action 5-6 J.	Mo	16:30-17:30	Carla	Paulina	H1	TG08
Kids in Action 6-8 J.	Mo	17:30-18:30	Serimpi	Mara F.	H1	TG40
Allg. Geräteturnen Mäd. 6-7 J.	MI	14:30-15:30	Heike	Team	H1+H2	TG09
Allg. Geräteturnen Mäd. ab 8 J.	MI	15:30-17:00	Heike	Debora	H1+H2	TG10
Geräteturnen (WK) Mäd. ab 12 J.	MI	17:00-19:00	Heike	Team	H1+H2	TG13
Spiel Sport und Spaß Kinder 5-8 J.	FR	15:45-16:45	Mara F.	Anna-Lena	H2	TG14
Geräteturnen LK	FR	15:30-17:00	Heike	Carla	H1	TG15

TURNEN UND GYMNASTIK: Schwerpunkt Jugendliche und Erwachsene

Seniorengymnastik - NEU ohne Bodenmatte	MO	14:15-15:15	Elisabeth	Melanie	H2	TG16
Fitness auf dem Stuhl ab 60 J.	MO	13:00-14:00	Elisabeth	Melanie	H1	TG17
Pilates	DI	17:40-18:40	Elisabeth	-	KR	TG38
Pilates **	MI	19:30-20:30	Elisabeth	-	online	TG20
Pilates	DO	09:00-10:00	Melanie	-	H2	TG21
Pilates	DO	10:15-11:15	Melanie	-	H2	TG22
** Angebot findet online statt, bitte über sportbetrieb@tv-harheim.de anmelden						
Fullbody Workout	Mo	20:00-21:00	André	-	WAS	TG37
Functional Fitness	DI	20:00-21:00	Michael B.	-	H2	TG24
Fitbalance	DI	19:30-20:30	Manuela	-	KR	TG25
Stressabbau	DI	20:30-21:30	Manuela	-	KR	TG26
Fitness Mix - Tae-Bo - pausiert	MI	19:00-20:00	Mel	-	WAS	TG04
Sport für Jedermann	MI	20:00-21:00	Sabine	-	WAS/H1	TG27
Drums Alive®	Do	18:30-19:30	Pantea	-	WAS	TG42
Atemtraining	Do	19:30-20:30	Manuela	-	KR	TG28
Gymnastik mit dem Flexi Bar	FR	16:45-17:45	Sabine	-	WAS	TG32

TURNEN UND GYMNASTIK: Schwerpunkt Tanz

Dance & More WK Gruppe ab 18 J.	MO	20:00-21:30	Stefanie	Jessica	H1	TZ01
Dance kids 7 J. bis 10 J.	Mo	16:30-17:30	Katharina	Leonie	WAS	TZ13
Käferbande ab 4 J. ***	DO	16:30-17:30	Silke	Lea L. / Leonie	WAS	TZ04
Stoppel Hopper ab 5 J. Anf. ***	DO	17:00-18:00	Eva	Anna-Lena	H1	TZ05
Tanz Sternchen ab Jahrgang 2016 *** WK Gruppe	DO	16:30-18:00	Franziska	Pauline/ Michi	H2	TZ06
***Warteliste, daher Anmeldung nur über sportbetrieb@tv-harheim.de						
Sweet Dancers ab Jahrgang 2011 WK Gruppe	DO	18:00-19:30	Cheyenne	Lea S.	H1	TZ07

GESUNDHEITSSPORT

Koronarsportgruppe 1	DI	17:45-18:45	Michael B.	Ärztin	H2	G01
Koronarsportgruppe 2	DI	18:45-19:45	Michael B.	Ärztin	H2	G02
Gesund mit Rückenfit, Yoga und Pilates	Mo	09:00-10:00	Elisabeth	-	H1+H2	G08
Gesund mit Rückenfit, Yoga und Pilates	Mo	10:15-11:15	Elisabeth	-	H1+H2	G09

Fitness- und Ausgleichsgymnastik	Mo	18:45-19:45	Elisabeth	-	WAS	G10
Gesund mit Rückenfit, Yoga und Pilates**	Di	11:15-12:15	Elisabeth	-	online	G11
** Angebot findet online statt, bitte über sportbetrieb@tv-harheim.de anmelden						
BALLSPORT						
Basketball Jungs 8 - 12 J.	MO	17:00-18:30	Steve	Tom/Hannes	H2	B01
Basketball Jungs 13 - 17 J.	MO	18:30-20:00	Steve	Tom/Hannes	H2	B13
Basketball-Erwachsene Freizeitgruppe	MO	20:15-22:00	Markus	-	H2	B02
Boule	DI	14:00-17:00	Thomas	-	Boulepl.	B03
Boule	So	14:00-17:00	Thomas	-	Boulepl.	B11
Pickleball ab 12-99 J.	Mi	19:00-20:30	Max	Daniel	H2	B09
Badminton Jugend I	FR	17:30-18:15	Guna	Marie	H2	B04
Badminton Jugend II	FR	18:15-19:00	Guna	Marie	H2	B05
Badminton Jugend III	FR	19:00-19:45	Guna	Marie	H2	B06
Badminton Freizeit	FR	20:00-22:00	Sven	-	H2	B07
Floorball alle 6-9 J.***	FR	17:00-18:00	Natalie/ Franziska	-	H1	B10
Floorball alle 8-12 J.***	FR	18:00-19:30	Michael W./ Arjan	-	H1	B08
*** Warteliste, daher Anmeldung nur über sportbetrieb@tv-harheim.de						
Uni-Hockey Freizeitgruppe für Erwachsene - neu 14 tägig **	FR	20:00-21:00	Michael W./ Arjan	-	H1	B12
** Termine immer 14 tägig: 17.11., 01.12., 15.12.2023						
LEICHTATHLETIK						
Leichtathletik 6-9 J. in der Halle	DI	17:30-18:30	Adrian	Kay	H1	L01
Leichtathletik 10-13 J. in der Halle	DI	18:30-19:30	Adrian	Kay	H1	L02
SCHULSPORT/FEUERWEHR						
Stadt Frankfurt Feuerwehr	Mi	10:00-12:00	TN	-	H1+H2	S07

Legende:

TG - Turnen und Gymnastik

TZ - Tanzen

G - Gesundheitssport

L - Leichtathletik

B - Ballsport

K - Kurse

F - freies Training

H1 linke Halle

H2 - rechte Halle

WAS - Treppe hoch rechts

KR - Treppe hoch links

BSA - Bezirksportanlage

rote Schrift - aktuelle Änderung

schräg - findet z.Z. nicht statt