

Kurs-/Stundenbezeichnung	Tag	Zeit	ÜL	ÜH	präsenz online	
KURSE mit Kursgebühr siehe homepage, bitte anmelden unter sportbetrieb@tv-harheim.de						
Hatha Yoga® I - ab 15.04.24	Mo	17:45-18:45	Ruth	-	WAS	
Iyengaryoga® I - ab 15.04.24	Mo	09:00-10:00	Verena	-	WAS	
Iyengaryoga® II geeignet für Ältere - ab 15.04.24	Mo	10:15-11:15	Verena	-	WAS	
Iyengaryoga® III - ab 16.04.24	Di	17:30-18:30	Verena	-	WAS	
Iyengaryoga® IV - ab 16.04.24	Di	18:45-19:45	Verena	-	WAS	
Strong Nation® - ab 15.04.24	Mo	18:45-19:45	Anita	-	H1	
Wirbelsäulengymnastik I (ohne Gesundheitssiegel) - ab 16.04.24	Di	09.30-10.30	Elisabeth	-	H1-H2	
Wirbelsäulengymnastik III (ohne Gesundheitssiegel) - ab 16.04.24	Di	20.00-21.00	Elisabeth	-	WAS	
Zumba® I - ab 18.04.24	Do	19:30-20:30	Anita	-	H1+H2	
Zumba® II - ab 19.04.24	Fr	18:00-19:00	Anita	-	WAS	
Zumba® for Teens 13-16 Jahre - ab 19.04.24	Fr	17:00-18:00	Anita	-	KR	
TURNEN UND GYMNASTIK: Schwerpunkt Kinder und Jugendliche						
Eltern-Kind Turnen 1-2J.	Di	15:00-16:00	Ines	Christiane	H1+H2	
Eltern-Kind Turnen 3-4J.	Di	16:15-17:15	Ines	Katharina	H1+H2	
Zeit zu Zweit 1-3J. */***	Sa	10:00-11:15	Sina	-	H1+H2	
* Termine Zeit zu Zweit: 20.04./ 04.05./ 18.05./ 01.06./ 15.06./ 13.07.2024						
***Anmeldung über sportbetrieb@tv-harheim.de						
Vater-Kind Turnen 1-3J. *	Sa	09:30-10:30	Ines	Mara O.	H1+H2	
Vater-Kind Turnen 3-5J. *	Sa	10:45-11:45	Ines	Mara O.	H1+H2	
* Termine Vater-Kind Turnen: 27.04./ 11.05./ 25.05./ 08.06./ 22.06./ 06.07.2024						
Geräteturnen Jungen & Mädchen ab 8 - 11 J.	MO	15:30-16:45	Heike	Team	H1+H2	
Kids in Action 5-6 J.	Mo	16:30-17:30	Serimpi	-	H1	
Kids in Action 6-8 J.	Mo	17:30-18:30	Carla	Mara F.	H1	
Allg. Geräteturnen Mäd. 6-7 J.	MI	14:30-15:30	Heike	Team	H1+H2	
Allg. Geräteturnen Mäd. ab 8 J.	MI	15:30-17:00	Heike	Debora	H1+H2	
Geräteturnen (WK) Mäd. ab 12 J.	MI	17:00-19:00	Steffi/Heike	Team	H1+H2	
Spiel Sport und Spaß Kinder 5-8 J.	FR	15:45-16:45	Mara F.	Anna-Lena	H2	

TURNEN UND GYMNASTIK: Schwerpunkt Jugendliche und Erwachsene

Seniorengymnastik ohne Bodenmatte	MO	14:15-15:15	Elisabeth	Melanie	H2	
Fitness auf dem Stuhl ab 60 J.	MO	13:00-14:00	Elisabeth	Melanie	H1	
Pilates	DI	17:40-18:40	Elisabeth	-	KR	
Pilates **	MI	19:30-20:30	Ines	-	online	
** Angebot findet online statt, bitte über sportbetrieb@tv-harheim.de anmelden						
Pilates	DO	09:00-10:00	Ines	-	H2	
Pilates	DO	10:15-11:15	Ines	-	H2	
NEU - Pilates geeignet für Ältere und Einsteiger	Fr	09:00-10:00	Melanie	-	WAS	
NEU - Pilates intensiv	Fr	10:15-11:15	Melanie	-	WAS	
Fullbody Workout	Mo	20:00-21:00	André	-	WAS	
Fitness Mix - Tae-Bo	Mo	19:00-20:00	Mel	-	KR	
Functional Fitness	DI	20:00-21:00	Michael B.	-	H2	
Fitbalance	DI	19:30-20:30	Manuela	-	KR	
Stressabbau	DI	20:30-21:30	Manuela	-	KR	
Wirbelssäulengymnastik (nicht öffentlich)	Mi	17:30-18:30	Sabine	-	WAS	
Sport für Jedermann	MI	20:00-21:00	Sabine	-	WAS	
NEU - Aroha®	Do	18:30-19:30	Ines	-	WAS	
Gymnastik mit dem Flexi Bar	FR	16:45-17:45	Sabine	-	WAS	

TURNEN UND GYMNASTIK: Schwerpunkt Tanz

Dance & More WK Gruppe ab 18 J.	MO	20:00-21:30	Stefanie	Jessica	H1	
Dance kids 7 J. bis 10 J.	Mo	16:30-17:30	Katharina	Leonie	WAS	
Käferbande ab 4 J. ***	DO	16:30-17:30	Silke	Lea L. / Leonie	WAS	
Stoppel Hopper 6-8 J. Anf. *** WK Gruppe	DO	17:00-18:00	Eva	Anna-Lena	H1	
Tanz Sternchen ab Jahrgang 2016 *** WK Gruppe	DO	16:30-18:00	Franziska	Pauline/ Michi	H2	
***Warteliste, bitte Anmeldung nur über sportbetrieb@tv-harheim.de						
NEU - Starlights ab Jahrgang 2011 WK Gruppe	DO	18:00-19:30	Cheyenne	Lea S.	H1	
NEU - Showtanzgruppe ab 16 J. WK Gruppe	Di	19:45-21:15	Cheyenne	Johanna	H1	

GESUNDHEITSSPORT						
Koronarsportgruppe 1	DI	17:45-18:45	Michael B.	Ärztin	H2	
Koronarsportgruppe 2	DI	18:45-19:45	Michael B.	Ärztin	H2	
Gesund mit Rückenfit, Yoga und Pilates	Mo	09:00-10:00	Elisabeth	-	H1+H2	
Gesund mit Rückenfit, Yoga und Pilates	Mo	10:15-11:15	Elisabeth	-	H1+H2	
Fitness- und Ausgleichsgymnastik	Mo	18:45-19:45	Elisabeth	-	WAS	
Gesund mit Rückenfit, Yoga und Pilates**	Di	11:15-12:15	Elisabeth	-	online	
** Angebot findet online statt, bitte über sportbetrieb@tv-harheim.de anmelden						
BALLSPORT						
Basketball Jungs 8 - 12 J.	MO	17:00-18:30	Steve	Hannes	H2	
Basketball Jungs 13 - 17 J.	MO	18:30-20:00	Steve	Hannes	H2	
Basketball-Erwachsene Freizeitgruppe	MO	20:15-22:00	Markus	-	H2	
Boule	DI	14:00-17:00	Thomas	-	Boulepl.	
Boule	So	14:00-17:00	Thomas	-	Boulepl.	
Pickleball Freizeitgruppe ab 12-99 J.	Mi	19:00-20:30	Daniel	-	H2	
Badminton Jugend I	FR	17:30-18:15	Guna	Marie	H2	
Badminton Jugend II	FR	18:15-19:00	Guna	Marie	H2	
Badminton Jugend III	FR	19:00-19:45	Guna	Marie	H2	
Badminton Freizeitgruppe	FR	20:00-22:00	Sven	-	H2	
Floorball alle 7-10 J.***	FR	17:00-18:00	Natalie	Mara F.	H1	
Floorball alle 9-13 J.***	FR	18:00-19:30	Michael W./ Arjan	-	H1	
*** Warteliste, Anmeldung über sportbetrieb@tv-harheim.de						
Uni-Hockey Freizeitgruppe für Erwachsene - neu 14 tägig **	FR	20:00-21:00	Michael W./Arjan Stefan/Dieter	-	H1	
** Termine 14 tägig - jeden 1. und 3. Freitag im Monat						
LEICHTATHLETIK						
Leichtathletik 6-9 J. in der Halle	DI	17:30-18:30	Adrian	Kay	BSA	
Leichtathletik 10-13 J. in der Halle	DI	18:30-19:30	Adrian	Kay	BSA	
SCHULSPORT/FEUERWEHR						
Stadt Frankfurt Feuerwehr	Mi	10:00-12:00	TN	-	H1+H2	

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 - Bezirkssportanlage

rote Schrift - aktuelle Änderung

schräg - findet z.Z. nicht statt