

Asthma & Lungensport

Tag	Uhrzeit	TrainerIn	Ort
Mo	17:30 - 18:15	Heike	Bult
Mo	18:30 - 19:30	Heike	Bult
Di	09:15 - 10:00	Anne	Bult
Di	16:45 - 17:30	Heike	Bult
Fr	09:00 - 09:45	Reinhild	Bult
Fr	09:45 - 10:30	Reinhild	Bult

Herzsport

Tag	Uhrzeit	TrainerIn	Ort
Mo	09:00 - 10:00	Anne	Bult
Mo	10:00 - 11:00	Anne	Bult
Mo	10:00 - 11:00	Reinhild	Bult
Mo	11:00 - 12:00	Reinhild	Bult
Di	19:00 - 20:00	Reinhild	E.H.S.
Mi	09:00 - 10:00	Reinhild	Bult
Mi	10:00 - 11:00	Reinhild	Bult
Mi	11:00 - 12:00	Detlef	Bult
Do	17:30 - 18:30	Luci	E.H.S.
Do	18:30 - 19:30	Luci	E.H.S.

Orthopädische Gymnastik

Tag	Uhrzeit	TrainerIn	Ort
Mo	09:15 - 10:00	Petra	Sportforum
Mo	11:15 - 12:00	Petra	Sportforum
Mo	12:00 - 12:45	Anke	Bille-Bad
Mo	16:30 - 17:15	Alex	Sportforum
Mo	17:00 - 17:45	Anja	Bille-Bad
Mo	17:30 - 18:15	Alex	Sportforum
Di	08:45 - 09:30	Petra	Sportforum
Di	10:00 - 11:00	Anne	Bult
Di	11:00 - 11:45	Petra	Bille-Bad
Di	11:45 - 12:45*	Undine	Sportforum
Di	17:00 - 17:45	Anke	Bille-Bad
Di	18:15 - 19:00	Sandra	Sportforum
Mi	09:00 - 09:45	Undine	Sportforum
Mi	09:00 - 09:45	Anke	kissland
Mi	10:00 - 11:00	Anke	Bult
Mi	10:00 - 10:45	Undine	Sportforum
Mi	18:15 - 19:00	Antje	Bille-Bad
Do	10:00 - 10:45	Anke	Bille-Bad
Do	10:45 - 11:30	Anke	Bille-Bad
Do	11:45 - 12:30*	Ingrid	Sportforum
Do	18:30 - 19:15	Alex	Sportforum
Do	19:00 - 19:45	Anja	Sportforum
Fr	09:00 - 10:00	Dorothee	Bult
Fr	09:15 - 10:00	Marcus	Bille-Bad
Fr	10:00 - 11:00	Dorothee	Bult
Fr	11:00 - 12:00	Dorothee	Bult
Fr	11:00 - 12:00	Reinhild	Bult
Fr	17:30 - 18:30	Ronny	Sportforum
Fr	18:30 - 19:15	Ronny	Sportforum

*im Sitzen

Kontakt:

Bille-Bad, Reetwerder 25, 21029 Hamburg

Tel.: 040 401136-411

Bult, Bult 8, 21029 Hamburg

Tel.: 040 401136-400

Sportforum, Billwerder Billdeich 607,
21033 Hamburg

Tel.: 040 401136-300

E.H.S., Ernst-Henning-Str. 20,
21029 Hamburg

kissland, An d. Wache 11, 21465 Wentorf
040 401136-430

Wassergymnastik

Tag	Uhrzeit	TrainerIn	Ort
Mo	10:45 - 11:30	Klaudia	Sportforum
Mo	12:15 - 13:00	Klaudia	Sportforum
Mo	18:30 - 19:15	Astrid	Sportforum
Mi	10:00 - 10:45	Klaudia	Sportforum
Mi	10:45 - 11:30	Klaudia	Sportforum
Mi	13:00 - 13:45	Felicia	Sportforum
Do	10:00 - 10:45	Klaudia	Sportforum
Do	12:30 - 13:15	Klaudia	Sportforum
Do	18:30 - 19:15	Klaudia	Sportforum
Fr	18:30 - 19:15	Edyta	Sportforum
Fr	19:15 - 20:00	Edyta	Sportforum

Sport, Spaß, Fitness und Wellness -
be.Fit - Die Nummer 1 in Bergedorf

Die TSG Bergedorf gehört zu den
größten Sportvereinen
Norddeutschlands und bietet in ihren
„be.Fit“-Fitness-Studios im TSG
Sportforum (Billwerder Billdeich 607),
im Bille-Bad (Reetwerder 25) und in
der Praxis-Klinik Bergedorf (Alte
Holstenstraße 2) qualitativ
hochwertiges Gesundheits- und
Fitnessstraining an.

Alle be.Fit-Studios sind mit dem
Gütesiegel SPORT PRO Fitness vom
Deutschen Olympischen Sportbund
ausgezeichnet.

Diplomsportwissenschaftler,
Sportlehrer und Physiotherapeuten
garantieren eine qualifizierte
Betreuung sowohl für individuelles,
rehabilitatives und präventives
Training. Ein umfangreiches
Spektrum an Kursangeboten und
Wellnessmöglichkeiten runden das
Training ab.

Kontakt & Infos:
www.tsq-bergedorf.de

