



Livesport Kursplan 11. - 15.01.2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		<p>09:00 - 10:00 Reha Orthopädie mit Johanna & Kathrin Zugangsdaten in der Geschäftsstelle erhältlich</p> <p>10:30 - 11:15 Rückenfit meets Neurokinetik mit Johanna www.zoom.us/j/93189289272</p>		<p>09:00 - 10:00 Wirbelsäulengymnastik mit Suri www.zoom.us/j/99510825196</p>
		<p>17:00 - 17:45 Funktionstraining mit Maïke Zugangsdaten in der Geschäftsstelle erhältlich</p>	<p>16:00 - 16:45 Kids Dance 2 - 6 Jahre mit Kathrin www.zoom.us/j/93721904489</p>	
<p>17:45 - 18:45 Pilates mit Johanna www.zoom.us/j/95771638638</p>	<p>17:00 - 18:00 Wirbelsäulengymnastik mit Maïke www.zoom.us/j/93365351090</p>	<p>18:00 - 19:00 Tabata mit Kim www.zoom.us/j/91971168583</p>	<p>18:00 - 19:00 Bodyfit mit Nicole www.zoom.us/j/97303949034</p>	<p>18:30 - 19:30 Rundum Fit mit Miriam www.zoom.us/j/94058702735</p>
<p>19:00 - 20:00 Hot Iron mit Kim www.zoom.us/j/94229646898</p>	<p>18:30 - 19:30 BBP mit Kathrin www.zoom.us/j/96032670864</p>	<p>19:15 - 20:15 Hot Iron mit Kim www.zoom.us/j/99279554258</p>	<p>19:15 - 20:15 Thai Do mit Sven www.zoom.us/j/92033868777</p>	
<p>20:15 - 21:00 Bauch & Mobility mit Kim www.zoom.us/j/92602476945</p>	<p>ACHTUNG: Reha- und Funktionstraining NUR mit Verordnung!</p>			

Zur Teilnahme einfach auf den Zoom-Link der gewünschten Stunde klicken!

Fragen, Anregungen, technischer Support:

info@vfl-stade.de