

ZOOM SPORTPROGRAMM gültig: 15.02.2021

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

9:00 - 10:00
Yoga
Manu

10:00 - 10:50
Reha-Sport
Birgit K.

11:30 - 12:30
Pilates am Vormittag
Silvia

11:00 - 12:00
Fitness von Kopf bis Fuß
Birgit K.

16:00 - 16:30
Turnen 4 - 6 J.
Manuela

16:00 - 16:30
Turnen 4 - 6 J.
Manuela

17:15 - 18:15
Rückenfitness
Birgit K.

17:30 - 18:20
Reha-Sport
Birgit K.

17:00 - 18:00
Dance 7 - 10 Jahre
Lilli

17:00 - 18:00
Dance 11 - 13 J.
Annika + Malin

18:30 - 19:30
Full body workout
Lilli

17:50 - 18:50
Body and Shape meets Pilates
Lilli

18:30 - 19:30
Ganzkörperfitness
Birgit K.

18:30 - 19:30
Linedance
Carola

18:15 - 19:15
Powerworkout
Birgit K.

19:40 - 20:40
Rückenfitness
Birgit K.

19:00 - 20:00
Starker Rücken – fester Bauch
Lilli

19:40 - 20:40
Bodypower
Birgit K.-V.

19:40 - 20:40
Fitlates
Susanne

Logge dich 5 Minuten vor Beginn über folgenden Link ein:

<https://zoom.us/join>: "einem Meeting beitreten" MeetingID: 518 391 2556;

Zoom-Link öffnen, Passwort: TVOyten

Änderungen im Programm vorbehalten

Meldepflichtig: Info/Anmeldung über info@TV-oyten.de

Stufenweiser Einstieg ins Training

Der TV Oyten haftet nicht für den Verbleib von Daten während und in der Folge von online-Kursen bzw. online Veranstaltungen mittels der Software ZOOM oder vergleichbarer Software.

euer online-sport team