



Livesport Kursplan 23. - 27.11.2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	9:30 - 10:30 Rückenfit mit Kathrin www.zoom.us/j/94494536515	09:00 - 10:00 Reha Orthopädie mit Johanna & Kathrin Zugangsdaten in der Geschäftsstelle erhältlich 10:00 - 10:45 Neurokinetik mit Johanna www.zoom.us/j/91637442829		
		17:00 - 17:45 Funktionstraining mit Maike Zugangsdaten in der Geschäftsstelle erhältlich	16:00 - 16:45 Kids Dance 2 - 6 Jahre mit Kathrin www.zoom.us/j/91522790607	
17:30 - 18:30 Pilates mit Johanna www.zoom.us/j/94939530020		18:00 - 19:00 Tabata mit Kim www.zoom.us/j/91949731062	18:00 - 19:00 Bodyforming mit Nicole www.zoom.us/j/97371475584	
19:00 - 20:00 Hot Iron mit Kim www.zoom.us/j/93042269960	18:30 - 19:30 BBP mit Kathrin www.zoom.us/j/91827214741	19:15 - 20:15 Hot Iron mit Kim www.zoom.us/j/98066433790	19:15 - 20:15 Thai Do mit Sven www.zoom.us/j/94711914089	
20:15 - 21:00 Bauch & Mobility mit Kim www.zoom.us/j/97189927783				

ACHTUNG: Reha- und Funktionstraining NUR mit Verordnung!

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

Fragen, Anregungen, technischer Support:

kathrinalmeida@vfl-stade.de