

Online Kursplan Gesundheits-sportverein Leipzig für Februar 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>10 Uhr mit Robin</p> <p><i>Fit und beweglich in die Woche!</i></p>	<p>10 Uhr mit Bea</p> <p><i>Rückenfit</i></p>	<p>10 Uhr mit Franzi</p> <p><i>Fit mit Hantel/Wasserflaschen</i></p>	<p>10 Uhr mit Franzi</p> <p><i>Rhythmus + Ganzkörperstabilität</i></p>	<p>10 Uhr mit Robin</p> <p><i>Kraft + Koordination mit Handtuch</i></p>
			<p>17 Uhr mit Sylvia</p> <p><i>PILATES</i></p>	
<p>18 Uhr mit Robin</p> <p><i>Kraft für die Körpermitte / Intervalltraining</i></p>	<p>18 Uhr mit Bea</p> <p><i>Bauch – Beine - Po</i></p>	<p>18 Uhr mit Franzi</p> <p><i>HIIT/Tabata - Bodyworkout</i></p>		<p>18 Uhr mit Robin</p> <p><i>Ganzkörper - Zirkelfitness</i></p>
<p>19.00 Uhr mit Elena</p> <p><i>YOGA am Abend</i></p>		<p>19 Uhr mit Sylvia</p> <p><i>PILATES</i></p>	<p>18.30 Uhr mit Martin</p> <p><i>YOGA am Abend</i></p>	

Wie kann ich (mit-)trainieren?

- ✓ Kurs finden!
- ✓ Zur passenden Zeit Link folgen!
- ✓ Meeting-ID und Kenncode eingeben!
- ✓ Fertig und viel Spaß!

MEETING-ID: 499 326 0124

Kenncode: 383782

Link: <https://bit.ly/39onWYK>

