

LIVESTREAM- KURSPLAN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
09.00 – 09.50 Uhr Train, Stretch & Relax mit Selina	09.00 – 09.50 Uhr Bodyweight-Workout mit Benny		09.00 – 09.50 Uhr Pilates mit Katja	10.00 – 10.50 Uhr Rückenfit mit Franzi	10.00 – 10.50 Uhr Step & Style mit Barbara
10.00 – 10.50 Uhr Tele-Rehasport mit Steffi	10.00 – 10.50 Uhr InBalance mit Yvonne	10.00 – 10.50 Uhr Train, Stretch & Relax mit Selina	10.00 – 10.50 Uhr Tele-Rehasport mit Steffi		11.00 – 11.50 Uhr InBalance mit Barbara
18.00 – 18.50 Uhr FitBoxen mit Christian	18.00 – 18.50 Uhr Rückenfit mit Franzi	18.00 – 18.50 Uhr Tele-Rehasport mit Steffi	18.00 – 18.50 Uhr Bodyweight-Workout mit Selina	 <p>Unser -enswunsch: Bleibt aktiv & gesund!</p> <p>Aus diesem Grund bringen wir die Kurswelt und den Rehasport ab sofort live in Euer Wohnzimmer! Seid dabei...!</p>	
19.00 – 19.50 Uhr Mobility mit Joshua	19.00 – 19.50 Uhr HIIT & Stretch mit Steffen	19.00 – 19.50 Uhr InBalance mit Yvonne			



Auf die Sportwelt-Livestream-Kurse könnt Ihr auf www.sportweltrosbach.de/immunbooster zugreifen. Das Passwort für den Zugang verschicken wir mit dem Email-Newsletter (alternativ Anfrage: 06003-7282 oder Email). Im Rehasport erfolgt eine feste Gruppenzuteilung.

LIVE 