

# LIVESTREAM- KURSPLAN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
09.00 – 09.50 Uhr <b>Train, Stretch &amp; Relax mit Selina</b>	09.00 – 09.50 Uhr <b>Bodyweight-Workout mit Benny</b>		09.00 – 09.50 Uhr <b>Pilates mit Katja</b>	10.00 – 10.50 Uhr <b>Rückenfit mit Franzi</b>	10.00 – 10.50 Uhr <b>Step &amp; Style mit Barbara</b>
10.00 – 10.50 Uhr <b>Tele-Rehasport mit Steffi</b>	10.00 – 10.50 Uhr <b>InBalance mit Yvonne</b>	10.00 – 10.50 Uhr <b>Train, Stretch &amp; Relax mit Selina</b>	10.00 – 10.50 Uhr <b>Tele-Rehasport mit Steffi</b>		11.00 – 11.50 Uhr <b>InBalance mit Barbara</b>
18.00 – 18.50 Uhr <b>FitBoxen mit Christian</b>	18.00 – 18.50 Uhr <b>Rückenfit mit Franzi</b>	18.00 – 18.50 Uhr <b>Tele-Rehasport mit Steffi</b>	18.00 – 18.50 Uhr <b>Bodyweight-Workout mit Selina</b>	 <p>Unser -enswunsch: Bleibt aktiv &amp; 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 <b>Mobility mit Joshua</b>	19.00 – 19.50 Uhr <b>HIIT &amp; Stretch mit Steffen</b>	19.00 – 19.50 Uhr <b>InBalance mit Yvonne</b>			



Auf die Sportwelt-Livestream-Kurse könnt Ihr auf [www.sportweltrosbach.de/immunbooster](http://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** 