

# Online-Sport vom 03.05. bis 07.05.2021

Sport für alle mit der TSG Hatten-Sandkrug



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	09:00-09:45 <b>Bauch-Beine-Po</b>	09:00-09:45 <b>Funktionale Fitness</b>	9:00-10:15 <b>Yoga</b>	09:00-09:45 <b>Fit mit Stuhl</b>
	10:00-10:30 <b>Gleichgewichtstraining</b>	10:00-11:00 <b>Yoga</b>		10:00-10:45 <b>Rückenfit</b>
		15:00-16:00 <b>Koordination &amp; Gedächtnistraining</b>	16:45-17:30 <b>Ballett</b> 	
18:00-18:45 <b>Fit-Mix</b>	18:30-19:15 <b>Yoga</b>	18:00-18:45 <b>Pilates</b>	18:00-18:45 <b>Rücken Power</b>	18:00-18:45 <b>Fit ins Wochenende</b>
19:00-19:45 <b>Pilates</b>	19:30-20:30 <b>Zumba</b>	19:00-19:45 <b>Fit-Mix</b>	19:00-19:45 <b>Cardio Power</b>	
20:00-20:45 <b>Rückenfit</b>	 <b>!Basics!</b>	20:00-20:30 <b>Dehnen &amp; Wohlfühlen</b>		



Teilnehmen am Computer, Tablet oder Smartphone:

<https://bit.ly/3u8cQiH>

**Zugangscode 325 621 213**