

Sendeplan KW 17
BEWEG.DICH@HOME 26.04-30.04

Power@home

Dienstag 27. April 16:30-17:15 Uhr

Thema	Corefitness
Übungsleiterin	Louisa Schüttke
Zielgruppe	Mix
Materialien	keine

FRÜHLINGS.FIT@home

Mittwoch 28. April 16:30-17:15 Uhr

Thema	Hanteln all over
Übungsleiterin	Conny Zarth
Zielgruppe	Mix
Materialien	

ENTSPANN.DICH@home

Freitag 30. April 16:30-17:15 Uhr

Thema	EntspannungsYoga
Übungsleiterin	Conny Zarth
Zielgruppe	Mix
Materialien	