

Sendeplan KW 18
BEWEG.DICH@HOME 03.05 – 07.05

Power@home

Dienstag 04. Mai 16:30-17:15 Uhr

Thema	Fitmix
Übungsleiterin	Louisa Schüttke
Zielgruppe	Mix
Materialien	keine

FRÜHLINGS.FIT@home

Mittwoch 05. Mai 16:30-17:15 Uhr

Thema	kick & box fit
Übungsleiterin	Conny Zarth
Zielgruppe	Mix
Materialien	

ENTSPANN.DICH@home

Freitag 07. Mai 16:30-17:15 Uhr

Thema	EntspannungsYoga
Übungsleiterin	Conny Zarth
Zielgruppe	Mix
Materialien	