

Online - Kursplan 2021 (gültig ab 18.01.2021)

Teilnahme unter <https://meet.jit.si> **TVH-Live**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
						9.00 - 10.00 Uhr Sling
10.00 - 11.00 Uhr Gesund & Fit 50 plus						10.30 - 11.30 Uhr Zumba
		16.00 - 17.00 Uhr Seniorengymnastik (auch im Sitzen möglich)	16.45 - 17.30 Uhr RopeSkipping Midis+Maxis			
	18.00 - 19.00 Uhr Yoga* mit Vorkenntnissen	18.00 - 19.00 Uhr Taekwondo*	17.45 - 18.45 Uhr Zumba			
19.00 - 20.00 Uhr WorldJumping		18.15 - 19.15 Uhr WorldJumping	19.00 - 20.00 Uhr Skipmunks (geschlossene Gruppe)			
	20.15 - 21.15 Uhr BodyFit	19.30 - 20.30 Uhr Wirbelsäulengymnastik	20.15 - 21.15 Uhr BodyFit	20.15 - 21.15 Uhr Vinyasa Yoga für jedermann geeignet		

*Informationen über die Geschäftsstelle
Teilnahme erfolgt nicht über meet.jit.si