

Unser Hybridunterricht - Live über ZOOM

Stand 26.09.2022

Änderungen vorbehalten



Post SV Nürnberg
Mehr Sport geht nicht.

	Montag	Dienstags	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.30 Uhr					
08.45 Uhr					
09.00 Uhr	09.00 - 10.00		09.00 - 10.00		
09.15 Uhr	Bauch-Beine-Po		Yogilates		
09.30 Uhr	Lydia NEU ab 10.10.22		Lydia NEU ab 05.10.22	09.30 - 10.15	
09.45 Uhr	freies Liveangebot FuG		freies Liveangebot FuG	Wirbelsäulengymnastik	
10.00 Uhr				Klaus NEU ab 06.10.22	
10.15 Uhr	10.15 - 11.15			freies Liveangebot FuG	
10.30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik				
10.45 Uhr	Lydia				
11.00 Uhr	freies Liveangebot FuG				
17.00 Uhr					
17.15 Uhr					
17.30 Uhr					
17.45 Uhr				17.45 - 18.45	
18.00 Uhr				Bauch-Beine-Po	
18.15 Uhr				Ulli NEU ab 06.10.22	
18.30 Uhr				freies Liveangebot FuG	
18.45 Uhr					
19.00 Uhr					
19.15 Uhr					
19.30 Uhr					
19.45 Uhr					
20.00 Uhr					
20.15 Uhr					
20.30 Uhr					
20.45 Uhr					
21.00 Uhr					

Materialien: Gymnastikmatte / für Bauch-Beine-Po evtl. zwei kleine Wasserflaschen

Anmeldedaten: Fit und Gesund (FuG)

<https://us02web.zoom.us/j/84643636493>

Meeting-ID: 846 4363 6493