

Unser Hybridunterricht - Live über ZOOM

Stand 23.10.2025

Änderungen vorbehalten



Post SV Nürnberg
Mehr Sport geht nicht.

	Montag	Dienstags	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.30 Uhr					
08.45 Uhr					
09.00 Uhr					
09.15 Uhr					
09.30 Uhr					
09.45 Uhr					
10.00 Uhr					
10.15 Uhr					
10.30 Uhr					
10.45 Uhr					
11.00 Uhr					
17.00 Uhr					
17.15 Uhr					
17.30 Uhr					
17.45 Uhr					
18.00 Uhr					
18.15 Uhr					
18.30 Uhr					
18.45 Uhr			18.30 - 19.30		
19.00 Uhr			Mobility (nur online) Ute freies Liveangebot FuG		19.00 - 20.00
19.15 Uhr			19.30 - 20.00		Yoga (nur online) Ute (ZB)
19.30 Uhr			Stretching (nur online) Ute		
19.45 Uhr			freies Liveangebot FuG		
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

Für die mit (ZB) gekennzeichneten Stunden ist eine Anmeldung über die Geschäftsstelle erforderlich / Tel. 0911 - 95 45 95 60 (Zusatzbeitrag 15,-)

Zugangsdaten für die Hybrid- und Onlinestunden erhältst du auf Nachfrage unter sportbuero@post-sv.de