

## Online-Kurse im Ferienprogramm WiSe 2020/21

*Dienstag, 16. Februar bis Sonntag, 28. März 2021*

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
12:00 – 13:00 Uhr <b>Rücken yoga mit Alice</b> <i>Flatrate-Nutzerkarte</i>	18:00 – 19:00 Uhr <b>Vinyasa Flow Yoga mit Sabine</b> <i>Flatrate-Nutzerkarte</i>	10:30 – 11:30 Uhr <b>Hatha Yoga mit Angelina</b> <i>Flatrate-Nutzerkarte</i>	12:15 – 13:15 Uhr <b>Funktionsgymnastik mit Jörg</b> <i>Flatrate-Nutzerkarte</i>
18:00 – 19:00 Uhr <b>Pilates mit Katrin</b> <i>Flatrate-Nutzerkarte</i>		18:00 – 19:00 Uhr <b>Bauch Beine Po mit Charlotte</b> <i>Flatrate-Nutzerkarte</i>	17:30 – 18:30 Uhr <b>Fitnessgymnastik mit Katja</b> <i>Flatrate-Nutzerkarte</i>

### Zusätzliche On-Demand-Angebote:

- ✓ Bauch Express
- ✓ Functional Mobility Express
- ✓ Functional Stretching Express
- ✓ HIIT Express
- ✓ Tabata Express
- ✓ Entspannung für Einsteiger
- ✓ ShortBreak – SportBreak