

GWE-Online-Sport



2026 Zuhause am Ball!

KW 38

MO 14. Sep.	DI 15. Sep.	MI 16. Sep.	DO 17. Sep.	FR 18. Sep.	SA 19. Sep.	SO 20. Sep.
19:00-20:30 Uhr Dein Yoga Duo für Kraft & Beweglichkeit mit Julia & Stefan im Wechsel Live aus dem Spiegelsaal	18:30-19:15 Uhr Mobility & Stretch mit Manuela Vertretung Ute Keine Übertragung		19:00 -20:30 Uhr Reconnect Yoga Übung, Atmung und Meditation mit Julia M. Live aus dem Spiegelsaal	8:30-10 Uhr Morning Yoga für Jung & Alt mit Stefan Live aus dem Spiegelsaal		11:00 -12:30 Uhr Yin Yoga mit Johanna Live aus dem Spiegelsaal
	19:30-20:15 Uhr Body-Workout mit Manuela Vertretung Ute Keine Übertragung					