

GWE-Online-Sport



2026 Zuhause am Bau!

KW 3

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
12. Jan.	13. Jan.	14. Jan.	15. Jan.	16. Jan.	17. Jan.	18. Jan.
19:00-20:30 Uhr Hatha Yoga mit Alina Live aus dem Spiegelsaal	18:30-19:15 Uhr Mobility & Stretch mit Manuela Live aus dem Spiegelsaal		19:00 -20:30 Uhr Reconnect Yoga Übung, Atmung und Meditation auf dem Stuhl oder Matte mit Julia M. Live aus dem Spiegelsaal			11:00 -12:30 Uhr Yin Yoga NEU!!! mit Johanna Live aus dem Spiegelsaal
	19:30-20:15 Uhr Body-Workout mit Manuela Live aus dem Spiegelsaal					