

GWE-Online-Sport



2026 Zuhause am Ball!

KW 11

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
9. Mrz.	10. Mrz.	11. Mrz.	12. Mrz.	13. Mrz.	14. Mrz.	15. Mrz.
19:00-20:30 Uhr	18:30-19:15 Uhr		19:00 -20:30 Uhr	8:30-10 Uhr		11:00 -12:30 Uhr
Dein Yoga Duo für Kraft & Beweglichkeit mit Julia & Stefan im Wechsel	Mobility & Stretch mit Manuela		Reconnect Yoga Übung, Atmung und Meditation mit Julia M.	Morning Yoga für Jung & Alt mit Stefan		Yin Yoga mit Johanna
Live aus dem Spiegelsaal	Live aus dem Spiegelsaal		Live aus dem Spiegelsaal	Live aus dem Spiegelsaal		Live aus dem Spiegelsaal
	19:30-20:15 Uhr					
	Body-Workout mit Manuela					
	Live aus dem Spiegelsaal					