

Kursprogramm VITOVA ONLINE vom 03.05.2021 – 09.05.2021

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09.30 – 10.30 Uhr Gymnastik ID: 857 1248 7813 Berta	09.30 – 10.05 Uhr Yoga Sarah	09.00 – 10.00 Uhr Qigong ID: 850 6711 1722 Berta		09.30 – 10.30 Uhr Gymnastik ID: 870 3642 4707 Berta		
		ZOOM-KURSE KENNCODE: Vitova			10.00 – 10.30 Uhr Bauch-Beine-Po Sarah	10.00 – 10.45 Uhr Bodyworkout Katrin
	17.30 – 18.30 Uhr Cardio-Workshop ID: 848 5948 3772 Constanze	18.30 – 19.00 Uhr Core-Training ID: 841 1785 0925 Jeremy				
18:00 – 18.45 Uhr Langhanteltraining ID: 818 1409 6654 Constanze	18.00 – 19.00 Uhr Yoga ID: 840 8966 9996 Berta	19.00 – 19.45 Uhr Tabata ID: 841 1785 0925 Jeremy	18.30 – 19.15 Uhr Step ID: 886 5254 7765 Jutta	18.00 – 19.15 Uhr Langhanteltraining Deluxe ID: 818 1409 6654 Constanze		
19:00 – 19.30 Uhr Bauch-Workout ID: 874 9418 8769 Constanze		19.30 – 20.15 Uhr Rückenfitness ID: 819 4252 5253 Alessandra				