



GWE-Online-Sport

2026 Zuhause am Ball!

KW 44

MO 26. Okt.	DI 27. Okt.	MI 28. Okt.	DO 29. Okt.	FR 30. Okt.	SA 31. Okt.	SO 1. Nov.
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 Vertretung Julia G.		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					