



GWE-Online-Sport

2025 Zuhause am Ball!

KW 48

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
24. Nov.	25. Nov.	26. Nov.	27. Nov.	28. Nov.	29. Nov.	30. Nov.
19:00-20:30 Uhr	18:30-19:15 Uhr		19:00 -20:30 Uhr			11:00 -12:30 Uhr
Hatha Yoga mit Alina Live aus dem Spiegelsaal	Mobility & Stretch mit Manuela Live aus dem Spiegelsaal		Reconnect Yoga Übung, Atmung und Meditation auf dem Stuhl oder Matte mit Julia M. Live aus dem Spiegelsaal			Yin Yoga mit Alina
	19:30-20:15 Uhr					
	Body-Workout mit Manuela Live aus dem Spiegelsaal					