



GWE-Online-Sport

2026 Zuhause am Ball!

KW 8

MO 16. Feb.	DI 17. Feb.	MI 18. Feb.	DO 19. Feb.	FR 20. Feb.	SA 21. Feb.	SO 22. Feb.
19:00-20:30 Uhr NEU!! Dein Yoga Duo für Kraft & Beweglichkeit mit Julia & Stefan im Wechsel 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 mit Julia M. Live aus dem Spiegelsaal	NEU 8:30-10 Uhr NEU!! Morning Yoga für Jung & Alt mit Stefan 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					