



GWE-Online-Sport

2026 Zuhause am Ball!

KW 8

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
16. Feb.	17. Feb.	18. Feb.	19. Feb.	20. Feb.	21. Feb.	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					