

Online Live Trainingsplan des TSV Grünwald e.V.
Sommerferien
(Montag 29.07.2024 - Sonntag 09.09.2024)

Kategorie	Tag	Uhrzeit	Kursname	Dauer	TrainerIn	Online Plattform	Kontakt/Zugang
Teilnahme für alle TSV Mitglieder möglich!	Montag	09:30 Uhr	Ganzkörpertraining 50+ (mit Flexibar/Deuser Schwingstange) nur am 26.08. und 02.09.	60 Min.	Stefanie	zoom	Für Teilnahme bitte Stefanie eine Mail an stefanie.hepp@tsv-gruenwald.de schreiben. Anschließend erhalten Sie den zoom Link und können am Training teilnehmen.
Teilnahme für alle TSV Mitglieder möglich!	Montag	19:00 Uhr	Zumba Fitness am 19.08.	60 Min.	Andrea	zoom Meeting ID: 828 1487 7425 Passcode: 888643	https://us02web.zoom.us/j/82814877425?pwd=ybpCPidPXTy9GiR1rky5k9Blat6DOF.1
Teilnahme für alle TSV Mitglieder möglich!	Montag	19:00 Uhr	Zumba Fitness am 26.08.	60 Min.	Andrea	zoom Meeting ID: 826 5663 5271 Passcode: 185216	https://us02web.zoom.us/j/82656635271?pwd=VE4eHv26JcdE44xhcZ1UeiMVaQRiAW.1
Teilnahme für alle TSV Mitglieder möglich!	Mittwoch	09:30 Uhr	Ganzkörpertraining 50+ (ohne Gerät) am 28.08. und 04.09.	60 Min.	Stefanie	zoom	Für Teilnahme bitte Stefanie eine Mail an stefanie.hepp@tsv-gruenwald.de schreiben. Anschließend erhalten Sie den zoom Link und können am Training teilnehmen.

Teilnahme für alle TSV Mitglieder möglich!	Donnerstag	18:00 Uhr	Cardio Workout am 22.08., 29.08., 05.09.	45 Min.	Gabriella	zoom Meeting-ID: 889 3250 8900 Kenncode: 775649	https://us02web.zoom.us/j/88932508900?pwd=luocFb3bBlyb2h0Az621Sni7rVL5kH.1
Teilnahme für alle TSV Mitglieder möglich!	Donnerstag	18:45 Uhr	Workout mit Andrea am 08.08.	60 Min.	Andrea	zoom Meeting ID: 852 2818 5311 Passcode: 024716	https://us02web.zoom.us/j/85228185311?pwd=5gKcYryXgpf3U9QdBbZB2GQr2bKLj.1
Teilnahme für alle TSV Mitglieder möglich!	Donnerstag	18:45 Uhr	Workout mit Andrea am 22.08.	60 Min.	Andrea	zoom Meeting ID: 846 4173 2831 Passcode: 510580	https://us02web.zoom.us/j/84641732831?pwd=99R0t64fDfJs2cM8nW4VImyAS4f2oI.1
Teilnahme für alle TSV Mitglieder möglich!	Donnerstag	18:45 Uhr	Workout mit Andrea am 29.08.	60 Min.	Andrea	zoom Meeting ID: 874 9477 5342 Passcode: 521368	https://us02web.zoom.us/j/87494775342?pwd=s42SWiPxGbHRLlhDO7VYpY5Dij2Qdh.1
Teilnahme für alle TSV Mitglieder möglich!	Freitag	09:30 Uhr	Ganzkörpertraining 50+ (mit Pilates Ball) am 30.08. und 06.09.	60 Min.	Stefanie	zoom	Für Teilnahme bitte Stefanie eine Mail an stefanie.hepp@tsv-gruenwald.de schreiben. Anschließend erhalten Sie den zoom Link und können am Training teilnehmen.