

Übersicht zu den angebotenen Online Trainingskursen per 07.04.2021

<u>Kursthema</u>	<u>Wochentag</u>	<u>Trainerin</u>	<u>von</u>	<u>bis</u>	<u>Sonstiges</u>
"Wohnzimmersport"	Dienstag	Kirsten Grotemeyer	18:00	19:00	Uhr
Gymnastik	Donnerstag	Kirsten Grotemeyer	09.00	10:00	
Frauenfitness	Dienstag	Victoria Schaffer	18:00	19:00	
Frauenfitness	Donnerstag	Victoria Schaffer	18:30	19:00	
Wirbelsäulengymnastik	Mittwoch	Jutta Nagel-Pamin	19.00	19.45	
Tischfußball	Mittwoch	Patrik Kamczyk	19.00	21.00	
Schwimm-Trockentraining	Dienstag	Finja Moennig	16.00	17.00	nur Kinder
	Donnerstag	Henrike Böttcher	17.00	18.00	nur Kinder
		Malin Broich			

Wer gern bei einem der Kurse teilnehmen möchte muss sich zunächst per E-Mail bei der Trainerin anmelden. Die Teilnahme für Mitglieder ist kostenfrei. Nichtmitglieder zahlen bitte vorab 3,00 € pro Sitzung auf das Konto des Vereins. (gültig bis Ende April 21) Rechtzeitig vor Kursbeginn erhält man dann eine Einladung, die einen Link enthält. Gut 5 Minuten vor Beginn den Link mit Doppelklick aktivieren und schon wird man zum Kurs zugelassen. Bitte das Mikrofon - zur Vermeidung von Störgeräuschen - während des Kurses ausgeschaltet lassen. Sportbekleidung ist von Vorteil, jeder ist für sich selbst verantwortlich.

kirsten-grotemeyer@t-online.de
Patrik.kamczyk@icloud.com

victoria.schaffer@web.de
sidamebi@aol.com

jutta.nagel-pamin@t-online.de
für Schwimmtrockentraining)

