



Zoom - Online – Training

für ALLE Mitglieder des GSC

	Zeit von/bis	Trainer & Angebot
Mo	18:30 – 19:30 Uhr	Après-Ski-Gymnastik mit Doris/Su/Christian
Di	08:30 – 9:30 Uhr	Pilates mit Mark
Di	19:00 – 20:00 Uhr	Functional Training mit Tina
Mi	10:00 - 10:30 Uhr	Bewegter Rücken mit Tina
Mi	19:00 – 20:00 Uhr	Sportleryoga mit Katrin
Do	08:30 – 9:30 Uhr	Yoga mit Conny
Do	19:00 – 19:30 Uhr	Flexi-Einheit (Rücken, Bauch, Stretch) mit Toni
Fr	08:30 – 9:30 Uhr	Pilates mit Mark

Infos und Rückfragen unter zoom@gautinger-sc.de