

Video-Übungsstunden während Corona-Krise 2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	08:15-09:15 Bewegung am Morgen Dorothee		08:30-09:30 Power Sport Anja	
10:00-11:00 Rücken Fit Anja		10:00-11:15 Yoga für Männer* Claudia	10:00-11:00 Body Styling <sup>§</sup> Aliona	10:30-11:45 Yoga am Freitag Nadine
18:00-19:00 Body Styling Andrea	17:00-18:00 Ganzkörperworkout Anja	18:00-19:00 Yoga am Abend Nadine		17:00-18:00 Ganzkörperworkout Anja
19:00-20:00 Pilates&WS Fit Andrea		19:15-20:15 Zumba® Aliona		



**Kurse:**

**Fitness**

**Gesundheitssport**

(\*nur für den gebuchten Kurs)

(<sup>§</sup> nur am 16.4.2020 )

**Infos und Anmeldung:**

SV-DJK Taufkirchen e.V.  
 Köglweg 99, 82024 Taufkirchen  
 Tel: 089 612 30 72  
 Fax: 089 66 60 70 11  
 Mail: [info@svdjktaufkirchen.de](mailto:info@svdjktaufkirchen.de)  
[www.svdjktaufkirchen.de](http://www.svdjktaufkirchen.de)