

HOMESPORTING live über ZOOM für unsere Mitglieder!

Folgende abwechslungsreiche und kostenlose Sportangebote haben wir für euch und die ganze Familie zusammengestellt:

Anmeldung per Email bei carola.fricke@sgroedental.de

Seid dabei und haltet euch fit und gesund!

Tag und Uhrzeit	Titel	Trainerin
Montag, 11.1.21 19.30-20.30 Uhr	Faszien Fit	Carola
Dienstag, 12.1.21 17.00-17.45 Uhr	Dance Aerobic	Lena
Freitag, 15.1.21 18.00-18.45 Uhr	Figur Fit	Marina
Sonntag, 17.1.21 10.30-11.15 Uhr	Tabata-HIIT	Diana
Montag, 18.1.21 17.30 -18.15 Uhr	Bauch Beine Po	Marion
Dienstag, 19.1.21 10.00-10.45 Uhr	Wirbelsäule	Marion
Dienstag, 19.1.21 17.00-18.00 Uhr	Leichtes Aerobic	Lucy
Mittwoch, 20.1.21 19.00-19.45 Uhr	Tabata-Intervalltraining	Kerstin
Donnerstag, 21.1.21 19.00-20.00 Uhr	Krafttraining mit dem eigenen Körpergewicht	Alina
Dienstag, 26.1.21 17.00-18.00 Uhr	Home-office-workout	Lucy
Mittwoch, 27.1.21 19.00-19.45 Uhr	Ski Winterfit Training	Kerstin

Stand 7.1.21

SG Rödental

Rosenauer Weg 3, 96472 Rödental
Tel.: 09563 / 6210
Fax: 09563 / 726880
E-Mail: info@sgroedental.de
Web: www.sgroedental.de

Bankverbindung

VR Bank Coburg EG
Konto-Nr.: 453 06 24
BLZ: 783 60 000
IBAN: DE63 783 60 000 000 453 06 24
BIC: GENODEF1COS

Rechtliches

Registergericht: Amtsgericht Coburg
Registernummer: VR 215
Steuer-Nr.: 212/110/80423