



# ONLINE

**L&T**  
CITY GYM

# TRAININGSPLAN

Wann?	Dienstag	Mittwoch	Samstag	Sonntag
10.30 bis 11.00 Uhr	Live Yoga Eva M. Schütte (Facebook)			Live Yoga Eva M. Schütte (Facebook)
11.45 bis 12.00 Uhr	Live, bewegte Pause Körperfreunde (Facebook, Instagram)			
19.30 bis 20.00 Uhr		Live, Zirkeltraining Körperfreunde (Facebook, Instagram)	Live, Zirkeltraining Körperfreunde (Facebook, Instagram)	