



TV Langendreer 1882

www.tv-langendreer.de



Unser aktueller Online-Wochenplan

Wochenprogramm online

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00 - 9:45 Uhr Pulmo				
	17:30 - 18:45 Uhr Ortho		16:15 - 17:00 Uhr Ortho	16:00-17:00 Uhr Kleinkinderturnen
	17:45 - 19:00 Uhr Workouts Mädchen ab 10		17:15 - 18:00 Uhr Ortho	17:00 - 18:00 Uhr Grundschulgruppe
18:00 - 19:00 Uhr Zumba Fitness		18:45 - 19:45 Uhr Gym@home		
	19:05 - 20:05 Uhr Ganzkörper-Online- Training			
20:00 Uhr Schottisch Dancing mit LostSheep				

Infos zum Online-Kinderturnen unter:

kinder@tv-langendreer.de

Gym@home	kurzes Theraband / Stuhl
----------	--------------------------

Alles findet in unserem virtuellen Sportzentrum statt.
Einwahldaten und Hilfe bekommt ihr unter :
erwachsene@tv-langendreer.de

Kurs	Materialien
Workouts für Mädchen ab 10	

Unter Zoom.

Einwahldaten und Hilfe bekommt ihr unter :
jugend@tv-langendreer.de

Kurs	Thema
Ganzkörper-Online-Training	Schaut mal rein

Einwahldaten und Hilfe bekommt ihr unter :
erwachsene@tv-langendreer.de

Kurs	Thema
Pulmo Montags	Lungensport
Pulmo Donnerstags	
Ortho Montag	Matte mit Stab
Ortho Donnerstag 1	Ohne Materialien
Ortho Donnerstag 2	Ohne Materialien

Einwahldaten und Hilfe bekommt ihr unter :
m.kramer@djk-ruhrtaal-witten.de

Kurs	Thema	Materialien
Zumba	Fitness	-
Zumba	Sentao	Fällt aus

Einwahldaten und Hilfe bekommt ihr unter :
zumba@tv-langendreer.de

Kurs	Materialien
Schottisch dancing	Unbedingt vorher anmelden

Einwahldaten und Hilfe bekommt ihr unter :
lostsheep@tv-langendreer.de