

GROUP FITNESS

INDOOR/OUTDOOR ANGEBOTE - 18.05. - 24.05.20



Germanenallee 4 | 48429 Rheine | Tel. 05971/97 49 0 | info@tvjahnreine.de | www.tvjahnreine.de

INDOOR/OUTDOOR ANGEBOTE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09.00 - 09.45 Uhr Reaktiv Berlin/Annette	09.00 - 09.45 Uhr RückenFit Berlin/Tanja	09.15 - 10.00 Uhr RückenFit München/Tanja	10.00 - 10.45 Uhr Body Compact Outdoor/Elke N.	09.00 - 09.45 Uhr Salsa Berlin/Marion	10.00 - 10.45 Uhr Intervall Training Outdoor/Hannah
10.00 - 10.45 Uhr RückenFit Berlin/Tanja	09.15 - 10.00 Uhr Body Compact München/Annette	09.45 - 10.30 Uhr Yoga Fitness London/Annette	11.00 - 11.45 Uhr Fighting Fitness Outdoor/Elke N.	09.15 - 10.00 Uhr Yoga für den Rücken München/Manuela	11.00 - 11.45 Uhr Cross Training Outdoor/Benita
17.00 - 17.45 Uhr Intervall Training Outdoor/Sarah	09.30 - 10.15 Uhr Reaktiv Sydney/Cordula	16.45 - 17.30 Uhr Yoga für eine stabile Mitte London/Tatjana	12.00 - 12.45 Uhr Cross Training Outdoor/Maylin	10.00 - 10.45 Uhr Body Compact Berlin/Marion	15.45 - 16.30 Uhr Zumba Fitness Outdoor/Anita
17.45 - 18.30 Uhr Sanftes Yoga London/Magdalene	10.00 - 10.45 Uhr Taij Chi Outdoor/Mirko	17.00 - 17.45 Uhr Intervall Training Outdoor/Alena		16.00 - 16.45 Uhr Intervall Training Outdoor/Alena	17.00 - 17.45 Uhr Strong Nation Outdoor/Anita
18.00 - 18.45 Uhr Cross Training Outdoor/Maylin	17.00 - 17.45 Uhr Intervall Training Outdoor/Helen	17.15 - 18.00 Uhr Fun Tone München/Marion		17.00 - 17.45 Uhr Fighting Fitness Outdoor/Elke N.	
18.00 - 18.45 Uhr Body Compact Berlin/Sarah	17.15 - 18.00 Uhr RückenFit München/Marion	18.00 - 18.45 Uhr Cross Training Outdoor/Hannah		17.30 - 18.15 Uhr Body Compact Sydney/Anita	Sonntag
19.15 - 20.00 Uhr Reaktiv München/Cordula	18.00 - 18.45 Uhr Body Compact Berlin/Marion	18.15 - 19.00 Uhr RückenFit München/Marion		18.00 - 18.45 Uhr Body Compact Outdoor/Elke N.	10.00 - 10.45 Uhr Intervall Training Outdoor/Alena
	18.00 - 18.45 Uhr Cross Training Outdoor/Lukas	19.15 - 20.00 Uhr Body Compact München/Monika P.		18.15 - 19.00 Uhr RückenFit München Anita	11.00 - 11.45 Uhr Zumba Fitness Outdoor/Heidi
	18.30 - 19.15 Uhr RückenFit Sydney/Sarah	19.30 - 20.15 Uhr Reaktiv Sydney/Marion			
	18.45 - 19.30 Uhr Yoga für eine stabile Mitte London/Tatjana				
	19.00 - 19.45 Uhr Strong Nation Outdoor/Anita				
	19.00 - 19.45 Uhr Body Compact Berlin/Laura				

Für alle Sportangebote gilt:

- **Es ist eine vorherige Anmeldung über SportMEO notwendig**
- Bitte melde dich max. für zwei Sportangebote pro Tag an
- Bring deine eigene Matte/dein eigenes Getränk mit
- Bitte beachtet sämtliche Hygiene- und Abstandsregeln
- Es können keine Duschen und Umkleiden im Gebäude genutzt werden
- Bei Outdoor-Angeboten: Treffpunkt für jeden Kurs ist jeweils 10 Min. vor Kursstart am grünen Tor

www.tvjahnreine.de/sportmeo

**Schaut auch auf unseren anderen
Kanälen vorbei:**



<https://www.facebook.com/tvjahnreine/>



https://www.instagram.com/tv_jahn_1885/



<https://www.youtube.com/user/Jahn1885>

GROUP FITNESS

INDOOR/ZOOM ANGEBOTE - 18.05. - 24.05.20



Sprickmannstraße 7 | 48431 Rheine | Tel. 05971/97 49 11 | info@tvjahnreine.de | www.tvjahnreine.de

INDOOR ANGEBOTE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09.15 - 10.00 Uhr RückenFit Gym 1/Heike K.	09.00 - 09.45 Uhr Body Compact Gym 2/Julia	09.00 - 09.45 Uhr RückenFit Gym 2/Lisa H.		09.15 - 10.00 Uhr Body Compact Gym 1/Irina	
10.15 - 11.00 Uhr Reaktiv Gym 1/Heike K.	09.15 - 10.00 Uhr Reaktiv Gym 1/Heike K.	09.15 - 10.00 Uhr Pilates Gym 1/Beate		10.15 - 11.00 Uhr Faszienyoga Gym 1/Sandra	
18.00 - 18.45 Uhr RückenFit Gym 2/Heike K.	10.15 - 11.00 Uhr FitMix Gym 1/Heike K.	10.00 - 10.45 Uhr Yoga Gym 2/Lisa H.		18.00 - 18.45 Uhr RückenFit KDR Halle/Julia	
18.15 - 19.00 Uhr Yoga Gym 1/Sandra	18.00 - 18.45 Uhr RückenFit KDR Halle/Julia	10.15 - 11.00 Uhr Body Compact Gym 1/Monika H.		19.00 - 19.45 Uhr Body Compact KDR Halle/Julia	
19.00 - 19.45 Uhr Body Compact KDR Halle/Irina	18.15 - 19.00 Uhr Reaktiv Gym 1/Heike K.	18.00 - 18.45 Uhr Pilates Gym 2/Beate			
	19.00 - 19.45 Uhr Body Compact KDR Halle/Julia	18.00 - 18.45 Uhr RückenFit KDR Halle			
		19.00 - 19.45 Uhr Body Compact KDR Halle/Julia			

Für alle Sportangebote gilt:

- **Es ist eine vorherige Anmeldung über SportMEO notwendig**
- Bitte melde dich max. für zwei Sportangebote pro Tag an
- Bring deine eigene Matte/dein eigenes Getränk mit
- Bitte beachtet sämtliche Hygiene- und Abstandsregeln
- Es können keine Duschen und Umkleiden im Gebäude genutzt werden

www.tvjahnreine.de/sportmeo

ZOOM ANGEBOTE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
18.15 - 19.15 Uhr Zumba Fitness Zoom/Anita			17.00 - 18.00 Uhr Strong Nation Zoom/Anita		11.00 - 12.00 Uhr Zumba Fitness Zoom/Kathleen
			18.15 - 19.15 Uhr Zumba Fitness Zoom/Kathleen		

Zoom

Einige **Zumba**-Angebote finden bei Zoom statt.

Hierfür bitte vorher die App installieren, oder die Seite im Internet aufrufen.

Die ID lautet: **577 624 2119** Kennwort: **999150**