



TSV Westerhausen-Föckinghausen e.V.

HOME WORKOUT IM LIVE STREAM

- FIT DURCH DEN LOCKDOWN -

Heute Live!

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
18.00 Uhr					Functional Fitness
18.30 Uhr	Tabata				
19.00 Uhr		Fit fürs Team	Fit für Jedermann	Lateinamerikanisches Dance-Fitness Workout	

Der Live-Stream läuft über „Zoom“.

Für die Teilnahme bitte die Zoom-App herunterladen oder auf dem PC den Zoom-Client installieren.

Auf unserer Homepage findet ihr dann immer spätestens an dem Tag, an dem das Homeworkout stattfindet den entsprechenden Trainings-Link für den Live-Stream!
Der Link wird auch über unsere Social-Media Kanäle bekannt gegeben!

Kommt gesund und fit durch den Lockdown!