

Online-Training mit dem LC Rehlingen

Stand: 03.02.2021



Liebe Mitglieder und Freunde des Leichtathletik Clubs Rehlingen,

aufgrund der COVID-19 Beschränkungen ist zurzeit kein Training mehr möglich. Daher bieten wir allen eine Möglichkeit an online weiterhin zu trainieren.

Trainingszeiten:

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Gesundheitssport, Reha Orth. neu ab 08.02.2021! <i>Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit</i> Meeting-ID: 82570562782 Kenncode: 221709 mit Ruth 10.00 bis 10.45 Uhr		Gesundheitssport, Reha Orth. ohne Bodenübungen <i>Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit</i> Meeting-ID: 83234399033 Kenncode: 294307 mit Ruth und Judith 9.00 bis 9.45 Uhr			
		Gesundheitssport, Reha <i>Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit</i> Meeting-ID: 83495228155 Kenncode: 078946 mit Ruth und Judith 10.00 bis 10.45 Uhr			
Integrative Fitnessgruppe Meeting-ID: 81982863574 Kenncode: 691246 mit Beate Klein 17:00 - 17:30 Uhr	Athletiktraining (Anmeldedaten neu ab 09.02.2021) Kraft, Stabilisation und Koordination. Meeting-ID: 84226551880 Kenncode: 280529 mit Jonas, Fabian und Thorsten 18.30 bis 19.30 Uhr	Gesundheitssport, Reha Orth. <i>Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit</i> neu ab 10.02.2021! Meeting-ID: 85235942342 Kenncode: 535860 mit Judith 18.15 bis 19.00 Uhr	Bewegungsbaustelle Wichtel, Zwerge und Vorschulkinder Meeting-ID: 83487612182 Kenncode: 118622 mit Alisha und Judith 16.00 bis 16.45 Uhr		
Gesundheitssport, Reha Orth. <i>Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit</i> Meeting-ID: 86237453600 Kenncode: 014254 mit Ruth und Judith 19.00 bis 19.45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik für jeden Übungen für Rücken und Wirbelsäule Meeting-ID: 85834307422 Kenncode: 839837 mit Lisa Schneider 19.45 bis 20.30 Uhr	Tabata Kraftausdauertraining in Intervallform Meeting-ID: 81106330534 Kenncode: 078160 mit Ann-Cathrine und Beate 19.30 bis 20.15 Uhr	Krafttraining für Kinder U8/U10/U12/U14 Meeting-ID: 85065690264 Kenncode: 796865 mit Beate, Elena, Ann-Cathrine und Kim 17.00 bis 17.45 Uhr	Athletik- und Beweglichkeitstraining NN bisher noch keine weiteren Termine! jeweils 17:30 - 18:15 Uhr	