

Stundenplan Lockdown II / KW 3 – 5

Woche	Tag	Kurs	Zeit	
KW 3/21	Di, 19.1.21	Zoom: Antara® & Stretch	10.00 – 10.55 Uhr	
		Bootcamp Outdoor-Training	17.00 – 17.55 Uhr	
		Bootcamp Outdoor-Training	18.00 – 18.55 Uhr	
	Mi, 20.1.21	Bootcamp Outdoor-Training	17.00 – 17.55 Uhr	
		Bootcamp Outdoor-Training	18.00 – 18.55 Uhr	
	Fr, 22.1.21	Zoom: Antara® Klassik	16.30 – 17.25 Uhr	
KW 4/21	Di, 26.1.21	Zoom: Functional Training	08.45 – 09.40 Uhr	
		Zoom: Antara® & Stretch	10.00 – 10.55 Uhr	
		Bootcamp Outdoor-Training	17.00 – 17.55 Uhr	
		Bootcamp Outdoor-Training	18.00 – 18.55 Uhr	
	Mi, 27.1.21	Bootcamp Outdoor-Training	08.30 – 09.25 Uhr	
		Zoom: Functional Training	18.00 – 18.55 Uhr	
		Zoom: Antara® Klassik	19.15 – 20.10 Uhr	
	Do, 28.1.21	Bootcamp Outdoor-Training	15.00 – 15.55 Uhr	
		Bootcamp Outdoor-Training	16.00 – 16.55 Uhr	
	Fr, 29.1.21	Zoom: Antara® Klassik	16.30 – 17.30 Uhr	
	KW 5/21	Di, 2.2.21	Zoom: Functional Training	08.45 – 09.40 Uhr
			Zoom: Antara® & Stretch	10.00 – 10.55 Uhr
Bootcamp Outdoor-Training			17.00 – 17.55 Uhr	
Bootcamp Outdoor-Training			18.00 – 18.55 Uhr	
Mi, 3.2.21		Bootcamp Outdoor-Training	08.30 – 09.25 Uhr	
		Zoom: Functional Training	18.00 – 18.55 Uhr	
		Zoom: Antara® Klassik	19.15 – 20.10 Uhr	
Do, 4.2.21		Bootcamp Outdoor-Training	15.00 – 15.55 Uhr	
		Bootcamp Outdoor-Training	16.00 – 16.55 Uhr	
Fr, 5.2.21		Zoom: Antara® Klassik	08.45 – 09.40 Uhr	
		Zoom: Functional Training	10.00 – 10.55 Uhr	

Stundenplan Lockdown II / KW 6 – 9

Woche	Tag	Kurs	Zeit
KW 6/21	In der KW 6/21 finden keine Lektionen statt. In dieser Woche genieße ich meine Ferien in Fuerteventura. :o)		
KW 7/21	Di, 16.2.21	Zoom: Functional Training Zoom: Antara® Klassik	18.00 – 18.55 Uhr 19.15 – 20.10 Uhr
	Mi, 17.2.21	Zoom: Functional Training	08.45 – 09.40 Uhr
		Zoom: Antara® & Stretch	10.00 – 10.55 Uhr
		Bootcamp Outdoor-Training Bootcamp Outdoor-Training	17.00 – 17.55 Uhr 18.00 – 18.55 Uhr
Do, 18.2.21	Bootcamp Outdoor-Training	15.00 – 15.55 Uhr	
	Bootcamp Outdoor-Training	16.00 – 16.55 Uhr	
Fr, 19.2.21	Zoom: Antara® Klassik	08.45 – 09.40 Uhr	
	Zoom: Functional Training	10.00 – 10.55 Uhr	
KW 8/21	Di, 23.2.21	Zoom: Functional Training	08.45 – 09.40 Uhr
		Zoom: Antara® & Stretch	10.00 – 10.55 Uhr
		Bootcamp Outdoor-Training	17.00 – 17.55 Uhr
		Bootcamp Outdoor-Training	18.00 – 18.55 Uhr
Mi, 24.2.21	Bootcamp Outdoor-Training	08.30 – 09.25 Uhr	
	Zoom: Functional Training	18.00 – 18.55 Uhr	
	Zoom: Antara® Klassik	19.15 – 20.10 Uhr	
Do, 25.2.21	Bootcamp Outdoor-Training	15.00 – 15.55 Uhr	
	Bootcamp Outdoor-Training	16.00 – 16.55 Uhr	
Fr, 26.2.21	Zoom: Antara® Klassik	08.45 – 09.40 Uhr	
	Zoom: Functional Training	10.00 – 10.55 Uhr	
KW 9/21	Wie der Kursplan ab der ersten März-Woche aussieht, kann frühestens nach dem nächsten Bundesratsentscheid entschieden werden. I'll keep you updated!		