

**Rückbildungsdaten
im Lockdown bis Ende Februar 2021**



Gemäss Information des BGB (Berufsverband für Gesundheit und Bewegung) vom 20.1.2021, gehört Rückbildung nicht zum Freizeitbereich und darf wie folgt durchgeführt werden:

- Kleingruppen mit max. 5 Personen (inkl. Leitung)
- Maskenpflicht

Dies werde ich ab Woche 4/2021 gerne umsetzen und biete in der Zeit des zweiten Lockdowns bis Ende Februar 2021 folgende Lektionen an:

KW 4/2021

Donnerstag,	28.01.2021	19.10 – 20.10 Uhr *
Freitag,	29.01.2021	18.00 – 19.00 Uhr *

KW 5/2021

Donnerstag,	04.02.2021	19.10 – 20.10 Uhr *
Freitag,	05.02.2021	18.00 – 19.00 Uhr *

KW 6/2021

Dienstag,	09.02.2021	19.10 – 20.10 Uhr *
Donnerstag,	11.02.2021	19.10 – 20.10 Uhr *
Freitag,	12.02.2021	18.00 – 19.00 Uhr *

KW 7/2021

Donnerstag,	18.02.2021	19.10 – 20.10 Uhr *
Freitag,	19.02.2021	18.00 – 19.00 Uhr *

KW 8/2021

Donnerstag,	25.02.2021	19.10 – 20.10 Uhr *
Freitag,	26.02.2021	18.00 – 19.00 Uhr *

* In sämtlichen Lektionen besteht die Möglichkeit, per Zoom-Livestream mit dabei zu sein.