

**TGO Fitnessabteilung:  
Trainingsplan Januar 2021**

<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>
<b>Gym</b> <b>16:30 h</b> Babette		<b>Rückentraining</b> <b>17:00 h</b> Simone		<b>Yoga</b> <b>16:00 h</b> Sonja
<b>Faszientraining</b> <b>18:00 h</b> Babette	<b>European Tae Bo</b> <b>18:00 h</b> Tina	<b>Intervalltraining</b> <b>18:30 h</b> Elena	<b>Bodystyling</b> <b>18:30 h</b> Heiko / Elena	<b>Functional Training</b> <b>18:00 h</b> Sarah
		<b>Yoga</b> <b>20:00 h</b> Sonja		

<https://meet.jit.si/tgobertshausenfitness>