



# Fitness online

Start: Montag 23.03.2020

Unser Fitness – Online-Angebot im Überblick:

Montags:            9.00-10.00Uhr    ID: 246 830 334  
                         19.00-20.00Uhr    ID: 383 112 986

Dienstags:           9.00-10.00Uhr    ID: 414 328 198  
                         19.00-20.00Uhr    ID: 599 182 359

Mittwochs:           9.00-10.00Uhr    ID: 561 172 569  
                         19.00-20.00Uhr    ID: 486 499 806

Donnerstags:        9.00-10.00Uhr    ID: 164 736 032  
                         19.00-20.00Uhr    ID: 720 250 938

Freitags:            9.00-10.00Uhr    ID: 291 757 396  
                         19.00-20.00Uhr    ID: 544 828 739

Zusätzlich bieten wir an:

Mittwochs: Tanzen	15.00Uhr	ID: 874 804 824
Fit von Kopf bis Fuß	16.00Uhr	ID: 125 309 453
Schwangerschaftsfitness	18.00Uhr	ID: 194 175 673
Rückbildungskurs	19.00Uhr	ID: 242 952 584

Es geht im Internet über „www.Zoom.us“ rein. Dort bitte “einem Meeting beitreten“ anklicken. Dort die entsprechende ID eingeben. Das Passwort kann über [verein@atv-haltern.de](mailto:verein@atv-haltern.de) angefragt werden.

**WICHTIG:** Es müssen die Mikrofone ausgestellt werden, wenn man im Meeting ist!