



Teilnahme über: [twrs.me/6264](https://twrs.me/6264)

# HAMBURG TOWERS - DIGGI, BEWEGTE PAUSE !

KW 11 (15.-21.03.21)	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09:20-09:45 UHR			Morning Stretch mit Till		
09:45- 10:10 UHR			Morning Stretch mit Till		
11:00- 11:25 UHR	Basketball mit Yannick	Yoga Balance mit Özhan	Kampfsport mit Till	Koordination mit Yannick	Yoga mit Helge
11:35- 12:00 UHR	Basketball mit Yannick	Intensives Intervall Training mit Özhan	Kampfsport mit Till	Koordination mit Yannick	Yoga mit Helge
14:00- 14:25 UHR	Tanzen mit Anthony Falivi	SPECIAL GUEST		Ballschule mit Yannick	More than Ballgefühl mit Kalle
14.30-15.00 UHR			Jr. NBA League online Basketball Workout mit Özhan		

