

Größter Sport-Online-Anbieter Niedersachsen

Tag, Datum	Uhrzeit	Angebot	Übungsleiter	Verein	Verlinkung
Montag, 21.12.2020	08.30 - 09.30 Uhr	Vinyasa Yoga	Dani	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Montag, 21.12.2020	10.00 - 11.30 Uhr	Yin Yoga	Dani	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Montag, 21.12.2020	11.00 - 11.50 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Corinna	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Montag, 21.12.2020	12.00 - 12.45 Uhr	Fit-Mix	Rika	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Montag, 21.12.2020	ab 16:00 Uhr	Adventskalender für Kinder	Kira	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/adventskalender/
Montag, 21.12.2020	17.00 - 17.45 Uhr	Turn- und Tanz Weihnachtsfeier, ab 3 Jahre	Fritzi und Rika	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Montag, 21.12.2020	17.00 - 17.50 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Corinna	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Montag, 21.12.2020	17.00 - 17.50 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Levent	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/
Montag, 21.12.2020	ab 18:00 Uhr	Adventskalender Challenge	Julia&Jessica	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/adventskalender-challenge/
Montag, 21.12.2020	18.00 - 18.50 Uhr	Yogilates	Dani	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Montag, 21.12.2020	18.00 - 18.50 Uhr	Fit-Mix	Rika	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Montag, 21.12.2020	18:00 - 18:50 Uhr	Tabata Style	Nadine	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/
Montag, 21.12.2020	18:00 - 19:00 Uhr	Flow Yoga	Okka	VfL Lüneburg	http://www.vfl-lueneburg.de/
Montag, 21.12.2020	19:00 - 19:50 Uhr	Power Intervall	Rika	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Montag, 21.12.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Energy Dance Rücken	Amke	VfL Lüneburg	http://www.vfl-lueneburg.de/
Montag, 21.12.2020	19:00 - 20:15 Uhr	Hatha Yoga	Josephin	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/
Montag, 21.12.2020	20:10 - 21:10 Uhr	Yoga	Amke	VfL Lüneburg	http://www.vfl-lueneburg.de/
Dienstag, 22.12.2020	08.30 - 09.20 Uhr	BBP	Rika	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Dienstag, 22.12.2020	09.30 - 10.20 Uhr	60+	Andrea	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Dienstag, 22.12.2020	09.30 - 10.20 Uhr	Stretch+Relax	Rika	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Dienstag, 22.12.2020	09:30 - 10:30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Katrin	VfL Lüneburg	http://www.vfl-lueneburg.de/
Dienstag, 22.12.2020	10:00 - 11:00 Uhr	Zumba	Alex	VfL Lüneburg	http://www.vfl-lueneburg.de/
Dienstag, 22.12.2020	ab 16:00 Uhr	Adventskalender für Kinder	Kira	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/adventskalender/
Dienstag, 22.12.2020	17:00 - 17:50 Uhr	Stretch & Relax	Sarah	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/
Dienstag, 22.12.2020	17:00 - 17:50 Uhr	Pilates	Dani	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Dienstag, 22.12.2020	ab 18:00 Uhr	Adventskalender Challenge	Julia&Jessica	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/adventskalender-challenge/
Dienstag, 22.12.2020	18:00 - 18:50 Uhr	Strong Nation - Intervallworkout	Sarah	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/
Dienstag, 22.12.2020	18:00 - 18:50 Uhr	Bodyworkout	Andrea	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Dienstag, 22.12.2020	18:00 - 19:00 Uhr	Pilates	Sonja	VfL Lüneburg	http://www.vfl-lueneburg.de/
Dienstag, 22.12.2020	18:30 - 19:30 Uhr	Lady Power	Valentina	VfL Lüneburg	http://www.vfl-lueneburg.de/
Dienstag, 22.12.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Yoga	Sonja	VfL Lüneburg	http://www.vfl-lueneburg.de/
Dienstag, 22.12.2020	19:00 - 20:00 Uhr	Rock that fight	Alex	VfL Lüneburg	http://www.vfl-lueneburg.de/
Dienstag, 22.12.2020	19:00 - 20:15 Uhr	Yoga Mix	Nadine	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/
Dienstag, 22.12.2020	19.30 - 21.00 Uhr	Vinyasa Yoga	Dani	MTV Braunschweig	https://www.mtv-bs.de/de/sport/Buchungsmodul-Kurse/
Mittwoch, 23.12.2019	ab 16:00 Uhr	Adventskalender für Kinder	Kira	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/adventskalender/
Mittwoch, 23.12.2020	17:00 - 17:50 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Levent	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/
Mittwoch, 23.12.2020	ab 18:00 Uhr	Adventskalender Challenge	Julia&Jessica	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/adventskalender-challenge/
Mittwoch, 23.12.2020	18:00 - 18:50 Uhr	Intervalltraining	Laura	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/
Mittwoch, 23.12.2020	18:30 - 19:30 Uhr	Fit durchs Jahr	Valentina	VfL Lüneburg	http://www.vfl-lueneburg.de/
Mittwoch, 23.12.2020	19:00 - 20:15 Uhr	Yoga Flow (Mandala inspiriert)	Paula	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/
Donnerstag, 24.12.2020	ab 16:00 Uhr	Adventskalender für Kinder	Kira	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/adventskalender/
Donnerstag, 24.12.2020	ab 18:00 Uhr	Adventskalender Challenge	Julia&Jessica	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/adventskalender-challenge/

Jederzeit abrufbar

Bereich	Uhrzeit	Angebot	Übungsleiter	Verein	Verlinkung Vereinshomepage	Verlinkung Workout-Video
Fitness	rund um die Uhr	Alltags-Fun-Workout	Elena	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=izDJHedEoE
Fitness	rund um die Uhr	Alternativübungen für den Kraftzirkel	Max	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=aMR_37J8t24
Fitness	rund um die Uhr	Athletik #lang und #hard	Max	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=8YT1d8mg-tk
Fitness	rund um die Uhr	Basic Workout	96-Trainerteam	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=vsHEqAvKGIY
Fitness	rund um die Uhr	Bauch & Körperspannung	Maxi & Florian	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/	https://www.youtube.com/watch?v=dahHGIBvPno
Fitness	rund um die Uhr	Bauch & Nacken	Maxi & Florian	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/	https://www.youtube.com/watch?v=BqtZ5_L28xA
Fitness	rund um die Uhr	Beine	Maxi & Florian	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/	https://www.youtube.com/watch?v=85BvHs7w6M
Fitness	rund um die Uhr	Beine + Ausdauer & Rücken + Stabilisation	Maxi & Florian	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/	https://www.youtube.com/watch?v=DzEIAHMD_w
Fitness	rund um die Uhr	Beine + Stabilisation & Ausdauer + Bauch	Maxi & Florian	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/	https://www.youtube.com/watch?v=fpj5UeuKokg
Fitness	rund um die Uhr	Beintraining für Beginner	Max	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=Ytu1jx8Xcc
Fitness	rund um die Uhr	Beweglichkeitsverbesserung	Steffi und Ricarda	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://tinyurl.com/rollkbew1vfl
Fitness	rund um die Uhr	Brust & Rücken	Maxi & Florian	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/	https://www.youtube.com/watch?v=aZC7MsR99yk
Fitness	rund um die Uhr	Couple-Workout	Elena & Daniel	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=10U0f2X-1b4
Fitness	rund um die Uhr	Familienworkout	96-Trainerteam	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=oRc9NrlrQW
Fitness	rund um die Uhr	Intro & Brust	Maxi & Florian	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/	https://www.youtube.com/watch?v=ODQNR_IETIo

Fitness	rund um die Uhr	Kraft - Intensiv	Max	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=sfsjsioUVn8
Fitness	rund um die Uhr	Kraft für Beginner	Max	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=WhlklMrRgRw
Fitness	rund um die Uhr	Pilates 1	Wiebke	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://tinyurl.com/pilates1vfl
Fitness	rund um die Uhr	Pilates Teil 2	Wiebke	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://www.youtube.com/watch?v=2FWvX9lq-J4
Fitness	rund um die Uhr	Rücken	Maxi & Florian	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/	https://www.youtube.com/watch?v=WKwVqf0C6s
Fitness	rund um die Uhr	Schultern & Trizeps + Brust	Maxi & Florian	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/	https://www.youtube.com/watch?v=Z_ITWqVQK-s
Fitness	rund um die Uhr	Schultern & Waden	Maxi & Florian	Eintracht Hildesheim von 1861 e.V.	https://www.eihi.de/	https://www.youtube.com/watch?v=7vGd9UnGwO4
Fitness	rund um die Uhr	TabaPower vom 11.11.2020	Anna	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Fitness	rund um die Uhr	TabaPower vom 11.11.2020	Anna	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Fitness	rund um die Uhr	Tabata für Anfänger 1	Charly	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://tinyurl.com/tabaf1vfl
Fitness	rund um die Uhr	Tabata für Anfänger Teil 2	Charly	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://www.youtube.com/watch?v=a9a1wiTkl_s
Fitness	rund um die Uhr	Tabata für Fortgeschrittene 1	Charly	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://tinyurl.com/tabafortg1vfl
Fitness	rund um die Uhr	Tabata für Fortgeschrittene Teil 2	Charly	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://www.youtube.com/watch?v=rtXcbNA4-A
Groupfitness	rund um die Uhr	Bauch Beine Po - Beginner	Daniel	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=pWpZksPZxg&feature=youtu.be
Groupfitness	rund um die Uhr	Bauch, Beine, Po - Fortgeschrittene	Daniel	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=dwZ71NzW46QM
Groupfitness	rund um die Uhr	Bauch,Beine,Po - Experten	Daniel	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=0H01UFaA3Y
Groupfitness	rund um die Uhr	Bauchtraining	Claudia	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://www.youtube.com/watch?v=HMHTYfh1nZM
Groupfitness	rund um die Uhr	BBP Nikolaus-Spezial vom 04.12.2020	Kira	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Groupfitness	rund um die Uhr	BBP vom 13.11.2020	Kira	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Groupfitness	rund um die Uhr	BBP vom 26.11.2020	Kira	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Groupfitness	rund um die Uhr	Faszientraining mit Ball und Rolle	Elena	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=B6kE2bK0gY
Jumping Fitness	rund um die Uhr	Jumping Fitness vom 9.11.2020	Anna	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Jumping Fitness	rund um die Uhr	Jumping Fitness vom 16.11.2020	Anna	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Jumping Fitness	rund um die Uhr	Jumping Fitness vom 23.11.2020	Anna	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Jumping Fitness	rund um die Uhr	Jumping Fitness vom 30.11.2020	Anna	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Yoga / Entspannung	rund um die Uhr	Entspannungsreise	Elena	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=J4x8kzn0tA
Yoga / Entspannung	rund um die Uhr	QiGong vom 27.11.2020	Judith	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
spez. Rollkunstlauf	rund um die Uhr	Rollkunstlauf Drehsprünge	Steffi und Ricarda	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://tinyurl.com/rollkdreh1vfl
spez. Rollkunstlauf	rund um die Uhr	Rollkunstlauf Piruetten	Steffi und Ricarda	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://tinyurl.com/rollkpir1vfl
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Alternativübungen für den Beweglichkeitszirkel	Daniel	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=Lzf5HY5lg
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Alternativübungen zum Stabilisationszirkel	Elena	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=TrvXQhT6LU
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Hockergymnastik	Ursel	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://tinyurl.com/hocker1vfl
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Koordination für Lehrlinge	Daniel	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=RzQtoNtRgBY
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Mobility für Beginner	Katja	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=hdHIKR1JMgo
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Rückenfit für Beginner	Elena	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://youtu.be/Ek-3XBR04QM
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Rückenfit für Fortgeschrittene	Elena	Hannover 96 e.V.	https://www.hannover96.de/verein/aktuelles-news.html	https://www.youtube.com/watch?v=j3HTQ0Brbw
Gesundheitssport	rund um die Uhr	RückenFit vom 1.12.2020	Kerstin	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Gesundheitssport	rund um die Uhr	RückenFit vom 25.11.2020	Petra	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Rückentraining	Claudia	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://www.youtube.com/watch?v=k25H2kOEs
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Schulter-Nacken	Claudia	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://tinyurl.com/sn1vfl
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Stretching	Claudia	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://tinyurl.com/stretching1vfl
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Claudia	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://tinyurl.com/wseym1vfl
Gesundheitssport	rund um die Uhr	Wirbelsäulengymnastik vom 3.12.2020	Judith	MTV Wolfenbüttel	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/	https://www.mtv-wolfenbuettel.de/de/news/online-sport/
Dance & Zumba	rund um die Uhr	Line Dance Teil 1	Martina	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://www.youtube.com/watch?v=egE0X041k2bc
Dance & Zumba	rund um die Uhr	Line Dance Teil 2	Martina	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://www.youtube.com/watch?v=x94UQgI3Wp8
Dance & Zumba	rund um die Uhr	Line Dance Teil 3	Martina	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://www.youtube.com/watch?v=ugoKXdsODI
Dance & Zumba	rund um die Uhr	Line Dance Teil 4	Martina	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://www.youtube.com/watch?v=kP5WaOlZOCw
Dance & Zumba	rund um die Uhr	Line Dance Teil 5	Martina	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://www.youtube.com/watch?v=DikI5S6THY
Dance & Zumba	rund um die Uhr	Zumba X-Mas Version	Karin	VfL Wolfsburg e.V.	https://www.vfl-wob.de/	https://www.youtube.com/watch?v=F38EgYtKLCs