



Liebe Mitglieder,

bisher gibt es noch keine neuen Auflagen von Seiten der Landesregierung für den Sport in Innenräumen.

Wir werden bei unseren bisherigen bewährten Hygienemaßnahmen bleiben: Dem freiwilligen Tragen von Mund-Nase-Masken und eine Teilnehmerbeschränkung auf 12 Personen im Kursraum.

Für die **Teilnahme an unserem Kursprogramm** (vor Ort im Kursraum) ist deshalb eine Reservierung notwendig. Eine Reservierung ist für maximal 2 Wochen im Voraus möglich. Gegen eine monatliche „Reservierungspauschale“ können Kurszeiten auch dauerhaft reserviert werden.

Hier die aktuellen Online-Kurszeiten und der Zoom-Zuganglink:

<https://us02web.zoom.us/j/83127768727?pwd=aUE4M1NxTE1mbWRaNGNKVFp4RnZ5UT09>

	Online-Kurse					
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
10:00 - 10:45	WSG					WSG
11:00 - 11:45	Sitz-Gym	WSG				
12:00 - 12:45		Sitz-Gym	Sitz-Gym	Sitz-Gym		
14:00 - 14:45					Sitz-Gym	
15:00 - 15:45					WSG	
18:00 - 18:45	WSG			WSG		
19:00 - 19:45		WSG	H-WSG			

(WSG = Wirbelsäulengymnastik ; H-WSG = Halswirbelsäulengymnastik)

Eine Reservierung ist bei den Online-Kursen nicht notwendig.

Für Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung.

Wir wünschen euch eine entspannte Herbstzeit.

Euer Vitalis Team