

## Verlinkungen zu Workouts

Dienstag:	
Teil 1: Bodywork	<a href="https://vimeopro.com/user111260460/fitness-und-workout/video/408347082">https://vimeopro.com/user111260460/fitness-und-workout/video/408347082</a>
Teil 2: Sportinformation	<a href="https://www.zdf.de/kinder/die-sportmacher/staffel-3folge-2-karate-rope-skiipping-strassenrad-100.html">https://www.zdf.de/kinder/die-sportmacher/staffel-3folge-2-karate-rope-skiipping-strassenrad-100.html</a>
Donnerstag:	
Training mit ALBA Berlin	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3kbhr03wJh4">https://www.youtube.com/watch?v=3kbhr03wJh4</a>
Samstag:	
Yoga VFL Wolfsburg Teil 1 bis 3	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ITJLOhZ_JcM">https://www.youtube.com/watch?v=ITJLOhZ_JcM</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=gum1rJmXjAo">https://www.youtube.com/watch?v=gum1rJmXjAo</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=tGt8M0X6Wfl">https://www.youtube.com/watch?v=tGt8M0X6Wfl</a>
Kindertanz für Grundschul Kinder:	<a href="https://vimeopro.com/user111260460/kindersport/video/404512373">https://vimeopro.com/user111260460/kindersport/video/404512373</a>