

Registrierung/Anmeldung wie gewohnt via Eversports

Unter **Videos** findet du nun aufgezeichnete Trainings, die du jederzeit durchführen kannst

Wie FUNKTIONIERT das ONLINE-TRAINING:

- Einmal pro Woche wird der Plan für die darauffolgende Woche auf der Homepage www.lifre.at (direkt hier unter diesem Text) und in der Eversports App veröffentlicht (mehr Infos zu Eversports findest du in den beiden Anleitungen entweder nach diesem Text oder oben im Bild über klick auf die beiden grünen
- Für das Training brauchst du eine Trainingsmatte und etwas Platz rund um deine Matte, Trainingsgerät bist du selbst 😊

Du hast Eversports bisher noch nicht verwendet und weißt nicht wie du dich registrieren kannst?

HIER geht's zur Anleitung

Du bist bereits bei Eversports registriert und weißt nicht wie du dich für die neuen Kurse anmelden kannst?

HIER geht's zur Anleitung



Stundenplan Klassen Preise **Videos** Julia

Stundenplan Klassen Preise **Videos** Julia

Stundenplan

< 08.02.2021 - 14.02.2021 > Alle Lehrer

Mo. 08.02

Di. 09.02

Mi. 10.02

Do. 11.02

Fr. 12.02

Sa. 13.02

So. 14.02

18:30 • 60 Min

Bauch Bein Po
mehr als 5 Plätze
Lisi
Online-Übertragu...

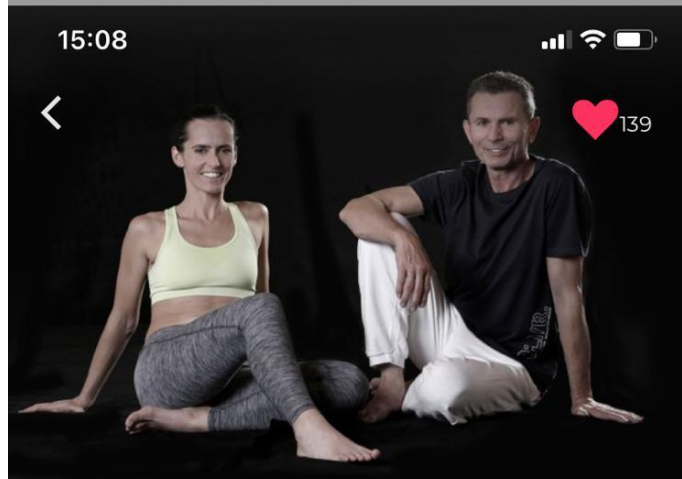
17:30 • 50 Min

Yoga
mehr als 5 Plätze
Julia
Online-Übertragu...

18:30 • 60 Min

Tabata
mehr als 5 Plätze
Andrea
Online-Übertragu...





LIFRE Sportverein

★ 4.97/5

Sipbach 15 4511 Allhaming

AKTIVITÄTEN

PREISE

VIDEOS

INFO

30 Minuten Workout

Mehr



Powerworkout 30...

Lisi

Verfügbar bis 48 Stunden n...

Dehnen

Mehr



In der App findest du die Trainings ebenfalls unter Videos