

Liebe Mitglieder & Kursteilnehmer/innen des TV Darmsheim,

damit Sie während der Corona-Krise nicht „einrosten“, bieten wir ab sofort für alle Mitglieder und Kursteilnehmer/innen des TV Darmsheim ein kostenloses Online-Kursangebot über die Plattform „zoom“ an. Beim Online-Training wird der Körper trainiert und ein Ausgleich zum Alltag geschaffen werden.

Zur Teilnahme ist der Download der App entweder auf dem Handy oder einem Laptop notwendig. Eine Registrierung bei Zoom ist nicht erforderlich, es gelten die Datenschutzbestimmungen der Plattform Zoom. Alle Teilnehmer/innen erhalten vor Beginn der Trainingseinheit die nötigen Zugangsdaten, um sich beim Trainingsprogramm einzuloggen.

Zur Teilnahme wird nur eine Matte bzw. Decke für den Boden benötigt. Die Trainingseinheiten sind live, d.h. es kann nur zu den angegebenen Zeiten mitgemacht werden.

Montags,	17.15-17.45 Uhr	mit Jennifer Ralle
Mittwochs,	18.15-18.45 Uhr	mit Jennifer Ralle
Freitag,	18.15-18.45 Uhr	mit Jennifer Ralle

Wir weisen darauf hin, dass sich das Angebot an unsere Mitglieder und Kursteilnehmer/innen richtet und ausschließlich für Erwachsene konzipiert ist. Die Online-Kurse sind nicht für Teilnehmer des Rehabilitationssports geeignet. Wir möchten auch darauf hinweisen, dass jede/r Teilnehmer/in selber verantwortlich ist, die Übungen entsprechend der eigenen körperlichen und gesundheitlichen Verfassung auszuüben, der TV Darmsheim kann hier keinerlei Verantwortung übernehmen.

Anmeldung per E-Mail mit Vor- & Nachname an die Kursleiterin:
Jennifer Ralle: jennifer.rale@tvdarmsheim.de

Im Anschluss an die Anmeldung bei der Kursleiterin werden notwendigen Zugangsdaten versendet.

Wir wünschen alles Gute, bleiben Sie gesund!