



Ludwigshafen, den 07.04.2021

Liebe GTF Mitglieder und Interessierte,

leider mussten wir das Walking Angebot aufgrund der neuen Allgemeinverfügung nach kurzer Anlaufzeit von 2 Wochen wieder einstellen.

Unsere verschiedensten Onlineangebote führen wir in jedem Fall weiter, sehr wahrscheinlich erweitern wir sogar noch, daher immer auf die homepage schauen 😊

Hier findet Ihr eine Gesamtübersicht:

1. GTF-Online-Pilateskurs mit Sabine Haas

gebührenpflichtig **

seit 09.02.2021 (13 Einheiten, immer dienstags von 11:00-12:00 Uhr)

Grundsätzlich ist aber auch in diesem Kurs ein „Quereinstieg“ möglich. Bei Interesse mail an alfred.haas@arcor.de

2. GTF-Online-Bauch-Beine-Po mit Sula Moschoris

für GTF Mitglieder kostenfrei

seit 04.03.2021 (immer donnerstags von 19:00-20:00 Uhr)

Es ist kein geschlossener Kurs, somit kann jederzeit „beigetreten“ werden.

Anmeldung erfolgt direkt über Sula unter sulamoschoris@gmail.com.

3. GTF-Online-Qigong mit Manfred Zeh

für GTF Mitglieder kostenfrei

seit 05.03.2021 (immer freitags von 18:30-19:30 Uhr)

Ein „Quereinstieg“ ist jederzeit möglich.

Anmeldung über Manfred Zeh unter sonnenblume62@kabelmail.de

4. GTF-Online-Thai Chi mit Manfred Zeh

für GTF Mitglieder kostenfrei

seit 08.03.2021 (immer montags von 19:00 – 20:00 Uhr)

Auch hier ist ein „Quereinstieg“ jederzeit möglich.

Anmeldung über Manfred Zeh unter sonnenblume62@kabelmail.de

5. GTF-Online-Yoga mit Patricia Sanchez-Lafuente

gebührenpflichtig ** (36 € für MG, 72 € für Nichtmitglieder)

seit 19.03.2021 (12 Einheiten immer freitags von 17:00 – 18:30 Uhr)

Anmeldung über Uwe Petermann unter finanzwesen@gtf-maudach.de

(Nachmeldungen sind auch hier jederzeit möglich)

** Für GTF Mitglieder zu deutlich vergünstigten Preisen



6. GTF-Online-Zumba mit Christine Almeda Bauer

für GTF Mitglieder kostenfrei

seit 07.04.2021 (**immer mittwochs von 18:30-19:30 Uhr**)

10er Karten werden angerechnet

Ein „Quereinstieg“ ist jederzeit möglich

Anmeldung ggf. Nachfragen erfolgen direkt über Sula unter sulamoschoris@gmail.com.

Es freut uns sehr, das immer wieder sehr positive Rückmeldungen kommen, gerade weil auch viele Übungsleiter nicht die Medienprofis sind, und sich trotzdem den techn. Herausforderungen stellen, um das Beste aus der Situation zu machen.

Informationen über die Kursinhalte und die Übungsleiter findet Ihr auch auf der Homepage unter <https://www.gtf-maudach.de/verein/uebungsleiter>

Die Kurse laufen über **Zoom**, nach Eurer Anmeldung per mail erhaltet Ihr den Link und die Zugangsberechtigung direkt von den Übungsleitern.

Laptop, PC, Smart TV, Handy mit Internetverbindung und Lautsprecher, optional Kamera (muss aber nicht sein) ist alles was gebraucht wird...

Habt bitte Verständnis, dass die Kurse (Ausnahme Yoga) aus organisatorischen Gründen nur für Mitglieder angeboten wird. P.S. Die Jahres-Erwachsenen-Mitgliedschaft beträgt für alle Angebote des Vereins lediglich 50 €. [Anmeldung](#)

Herzliche Grüße

Alfred Haas

1. Vorsitzender GTF LU-Maudach