





Sendeplan




<https://tele-gym.de/>

Datum	 25.05. – 19.07..2026	 25.05. – 19.07..2026	 20.07. – 13.09.2026	 20.07. – 13.09.2026
Uhrzeit	7.20 – 7.35 Uhr	8.55- 9.10 Uhr	7.20 – 7.35 Uhr	8.55 – 9.10 Uhr
Montag	Happy Balance mit Johanna Fellner TELE-GYM 43	Aktiv & beweglich mit 60+ mit Gabi Fastner TELE-GYM 42	Traumfigur Schlank fit & gesund - mit Nina Winkler TELE-GYM 36	Jeden-Tag-Fitness TELE-GYM 52
Dienstag	Gesund & schön - funktionelles Figurtraining mit Gabi Fastner TELE-GYM 40	Gesunder Rücken mit Andy Fumolo TELE-GYM 23	Dance Aerobic mit Johanna Fellner TELE-GYM 35	Emotional Moves mit Isabella, Lil und Franz TELE-GYM 25
Mittwoch	Starker Rücken mit Johanna Fellner TELE-GYM 32	Integrales Qi Gong mit AW Friedrich & Eva Rehle TELE-GYM 22	Gesunder Rücken mit Andy Fumolo TELE-GYM 23	Aktiv & fit gegen Osteoporose mit Mia Schmidt TELE-GYM 26
Donnerstag	Jeden-Tag-Fitness TELE-GYM 52	Emotional Moves mit Isabella, Lil und Franz TELE-GYM 25	Happy Balance mit Johanna Fellner TELE-GYM 43	Yoga Pilates 50 Plus mit Yvonne Haugg TELE-GYM 37
Freitag	Nordic Walking mit Peter Schlickerieder TELE-GYM 28	Dance Aerobic mit Johanna Fellner TELE-GYM 35	Starker Rücken mit Johanna Fellner TELE-GYM 32	Integrales Qi Gong mit AW Friedrich & Eva Rehle TELE-GYM 22
Samstag	7.30 Uhr Traumfigur Schlank fit & gesund - mit Nina Winkler TELE-GYM 36	8.45 Uhr Aktiv & fit gegen Osteoporose mit Mia Schmidt TELE-GYM 26	7.30 Uhr Gesund & schön - funktionelles Figurtraining mit Gabi Fastner TELE-GYM 40	8.45 Uhr Aktiv & beweglich mit 60+ mit Gabi Fastner TELE-GYM 42
Sonntag	7.30 Uhr Yoga Pilates 50 Plus mit Yvonne Haugg TELE-GYM 37	Kein TELE-GYM	7.30 Uhr Nordic Walking mit Peter Schlickerieder TELE-GYM 28	kein TELE-GYM



Sendeplan

<https://tele-gym.de/>

Datum			
Uhrzeit	8.30-8.45 Uhr	13.00 – 13.15 Uhr	13.15 – 13.30 Uhr
Montag	Starker Rücken mit Johanna Fellner TELE-GYM 32	kein TELE-GYM	kein TELE-GYM
Dienstag	Traumfigur Schlank fit & gesund - mit Nina Winkler TELE-GYM 36	Aktiv & beweglich mit 60+ mit Gabi Fastner TELE-GYM 42	Integrales Qi Gong mit AW Friedrich & Eva Rehle TELE-GYM 22
Mittwoch	Aktiv in den Tag TELE-GYM 24	Gesund & schön - funktionelles Figurtraining mit Gabi Fastner TELE-GYM 40	Emotional Moves mit Isabella, Lil und Franz TELE-GYM 25
Donnerstag	ZEN Meditation mit Hinnerk Sobu Polenski TELE-GYM 21	Jeden-Tag-Fitness TELE-GYM 52	Gesunder Rücken mit Andy Fumolo TELE-GYM 23
Freitag	Yoga Pilates 50 Plus mit Yvonne Haugg TELE-GYM 37	Aktiv & fit gegen Osteoporose mit Mia Schmidt TELE-GYM 26	Happy Balance mit Johanna Fellner TELE-GYM 43
Samstag	8.00 Uhr Nordic Walking mit Peter Schlickerrieder TELE-GYM 28	Aktiv in den Tag TELE-GYM 24	Yoga Pilates 50 Plus mit Yvonne Haugg TELE-GYM 37
Sonntag	8.05 Uhr Dance Aerobic mit Johanna Fellner TELE-GYM 35	kein TELE-GYM	kein TELE-GYM