

Das DIGITALE Sportprogramm des BSV für alle Sparten

Stand: 24.02.2021

Tag	Zeit von	bis	Inhalt	Wo?	Wie?	Link ins BSV-Mitgliederportal
Montag	zeitlich	flexibel	Digitale Trainingspläne	PDF-Datei oder Link		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31186
Montag	10:00	10:45	Wirbelsäulengymnastik @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=25673
Montag	10:00	13:00	Telefonische Rehasport-Sprechstunde	040 - 63 64 72 35		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31158
Montag	10:00	15:00	Sprechzeit Geschäftsstelle BSV	040 - 641 41 44		Telefon: 040 - 641 41 44
Montag	zeitlich	flexibel	Videos Vitalfuß at Home	Link zum BSV-YouTube-Channel		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31536
Montag	18:00	18:45	Zumba @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31033
Montag	20:00	21:00	Pilatoning @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=30952
Dienstag	zeitlich	flexibel	Videos Complete Body Workout	Link zum BSV-YouTube-Channel		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=27158
Dienstag	zeitlich	flexibel	Videos Yoga at Home	Link zum BSV-YouTube-Channel		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31315
Dienstag	10:00	10:40	Body in Balance @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=33875
Dienstag	10:00	13:00	Persönliche Sportberatung (telefonisch)	040 - 63 64 72 35		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31114
Dienstag	zeitlich	flexibel	Videos Judo-Fitness at Home (alle Sparten)	YouTube		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=32429
Dienstag	17:00	17:20	LIVE Judo-Fitness für Kids @ home (alle Sparten)	YouTube LIVE		https://www.youtube.com/watch?v=IVPz2NtHhM&feature=youtu.be
Dienstag	17:35	18:20	LIVE Judo-Fitness für Erwachsene @ home (alle Sparten)	YouTube LIVE		https://www.youtube.com/watch?v=IVPz2NtHhM&feature=youtu.be
Dienstag	18:00	19:00	KOOPERATION: Body Fit @ home	Zoom-Meeting TUS Berne		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=34094
Dienstag	18:30	19:30	Online-Workout @ home	Instagram (bramfeld1945)		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=27384
Mittwoch	zeitlich	flexibel	Videos Fit & Move at Home	Link zum BSV-YouTube-Channel		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=27423
Mittwoch	zeitlich	flexibel	Videos Zumba at Home	Link zum BSV-YouTube-Channel		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=27435
Mittwoch	zeitlich	flexibel	Videos Fitness at Home	Link zum BSV-YouTube-Channel		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31203
Mittwoch	09:50	11:05	KOOPERATION: Fitness 1 / Wirbelsäulengym @ home	Zoom-Meeting TUS Berne		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=34099
Mittwoch	10:00	13:00	Persönliche Sportberatung (telefonisch)	040 - 63 64 72 35		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31240
Mittwoch	10:00	15:00	Sprechzeit Geschäftsstelle BSV	040 - 641 41 44		Telefon: 040 - 641 41 44
Mittwoch	18:45	19:20	Fit & Move @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=33876
Mittwoch	18:00	18:40	Online-Rücken-Fitness @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=30994
Mittwoch	19:00	20:30	Hatha Yoga @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=27411
Donnerstag	zeitlich	flexibel	Sportliche Anregungen für Ältere	PDF-Datei oder Link		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31195
Donnerstag	10:00	15:00	Sprechzeit Geschäftsstelle BSV	040 - 641 41 44		Telefon: 040 - 641 41 44
Donnerstag	zeitlich	flexibel	Videos Judo-Fitness-Zirkel at Home (alle Sparten)	YouTube		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=32433
Donnerstag	12:00	15:00	Telefonische Sportberatung	040 - 63 64 72 35		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31122
Donnerstag	17:00	17:20	LIVE Judo-Fitness für Kids @ home (alle Sparten)	YouTube LIVE		https://www.youtube.com/watch?v=IVPz2NtHhM&feature=youtu.be
Donnerstag	17:30	18:00	Rücken-Yoga @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=33839
Donnerstag	17:35	18:20	LIVE Judo-Fitness für Erwachsene @ home (alle Sparten)	YouTube LIVE		https://www.youtube.com/watch?v=IVPz2NtHhM&feature=youtu.be
Donnerstag	18:00	18:30	Resilienz-Training @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=33848
Donnerstag	18:00	19:00	Online-Workout @ home	Instagram (bramfeld1945)		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=27396
Freitag	zeitlich	flexibel	Videos Kurz-Meditation at Home	Link zum BSV-YouTube-Channel		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=27171
Freitag	08:15	09:15	Kundalini Yoga @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31000
Freitag	09:50	11:05	KOOPERATION: Fitness 2 / Wirbelsäulengym @ home	Zoom-Meeting TUS Berne		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=34104
Freitag	17:00	17:30	LIVE Judo-Fitness für Kids @ home (alle Sparten)	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=33821
Freitag	18:00	18:45	Body Fit @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31008
Freitag	19:00	19:45	LIVE Fitness für ALLE @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=33825
Samstag	zeitlich	flexibel	BSV-Wander- & Joggingstrecken	GPX-Dateien		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31248
Samstag	zeitlich	flexibel	BSV-Winter-Challenge (alle Sparten)	PDF-Dateien		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31131
Samstag	10:00	10:40	Fit am Samstag @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=34019
Samstag	11:00	11:40	Dehnung & Entspannung @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=34027
Sonntag	17:00	17:45	Yogaletics @ home	Zoom-Meeting		https://www.vereinonline.org/Bramfelder_Sportverein/?veranstaltung=31039