

Ideenkiste: Quarantäne

Beitrag von „Susannea“ vom 15. März 2020 21:59

[Zitat von samu](#)

Das kann doch jeder machen wie er will. Nur jetzt halt gerade nicht 😊

Ich wollte wissen, ob es Möglichkeiten gibt, einen Kurs im Studio für zu Hause anzubieten. So dass man mit "seiner Steffi" Zumba machen kann, ist doch anders als mit Buch.

Klar gibt es das.

[Zitat von Conni](#)

Es gibt doch haufenweise Fitness-Videos auf Youtube. Es ist aber nicht das gleiche wie mit Hanteln oder an Geräten Kraft oder Kraftausdauer zu trainieren.

Aber ist eben was anderes als ein Mannschaftssport