

## **Bewegungsideen – weitere Links mit sportlichem Inhalt:**

---

→ Videos bitte selbstständig und nach Bedarf auswählen...

Move at home:

vom Landessportbund Berlin

Mitmachangebote täglich um 09:30 und 14:00 Uhr

<https://lsb-berlin.net/aktuelles/move-at-home/>

Die tägliche Sportstunde – von ALBA Berlin

<https://www.youtube.com/albaberlin>

MTV München

<https://www.youtube.com/channel/UCkuUg6Bnh6COuCyw3h10yUg/videos>

Bei Youtube eingeben: Fitness-Training wird auf Englisch angesagt!

→ 5 Minute Move | Kids Workout 1 | The Body Coach TV