



Niveaus Online-Fitness

Für alle Offen

Dieses Angebot setzt kein spezifisches Leistungsniveau voraus und ist für alle Unisportler:innen offen.

N1

Dieses Niveau richtet sich an Einsteiger:innen mit wenig bis keinen Vorkenntnissen. Das Angebot ist ideal für alle, die die Grundlagen erlernen möchten.

N2

Auf diesem Niveau werden die Grundlagen vertieft und das Können gefestigt.