

## „Switch“ Sonntag-Specials im Januar:

### 07.01.2018 mit Roman:

11:00 Uhr Rückenfit  
12:00 Uhr Dance Aerobic

### 14.01.2018 mit Natalie:

11:00 Uhr Muscle Power  
12:00 Uhr Functional Step & Dance

### 21.01.2018 mit Alexandra:

11:00 Uhr Pilates  
12:00 Uhr Step Mittelstufe

*und*

*Carmen: !15:00 Uhr! 'Hatha Flow' (1,5 Std. bis 16.30 Uhr)*

### 28.01.2018 mit Claudia:

11:00 Uhr Bodystyling  
12:00 Uhr Basic Step

**Viel Spaß beim Training!**  
**Euer netzwerk körper Team**