

„Switch“ Sonntag-Specials im Januar:

06.01.2019 mit Beate und Raúl:

11:00 Uhr Bodystyling (Beate)

12:00 Uhr Zumba (Raúl)

13.01.2019 mit Roman:

11:00 Uhr Rückenfit

12:00 Uhr Dance Aerobic

20.01.2019 mit Alexandra:

11:00 Uhr Pilates

12:00 Uhr Step Mittelstufe

27.01.2019 mit Natalie:

11:00 Uhr Langhantel

12:00 Uhr Step Mittelstufe

und

Carmen: 'Vinyasa Yoga' (1,5 Std. bis 12.30 Uhr)

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