

Sand21- Zoom Training **Januar Woche 2**

Montag 11.01.	Dienstag 12.01.	Mittwoch 13.01.	Donnerstag. 14.01.	Freitag 15.01.	Samstag 16.01	Sonntag 17.01.
09:00-10:00 Uhr Pilates Natalie		09:00-10:00 Uhr Yoga leicht Chrsitina		10:00-11:00 Uhr Pilates Miriam		10:30-11:30 Uhr Pilates Miriam
18:30-19:30 Uhr Pilates Miriam	18:30-19:30 Uhr Rückenfit Moni				17:00-18:00 Uhr Cardio Pilates Miriam	
20:00-21:00 Uhr Pilates Ewa		19:00-20:30 Uhr Yoga intensiv Anja	19:30-20:30 Uhr Rückenfit Miriam			

Wie kannst du teilnehmen? Lade Zoom auf deinen Rechner. Melde dich über **info@sand21** zum Zoom Training an.

Du bekommst dann täglich eine Einladung zum Zoom Training.

Bleibt fit und gesund!!! **Miriam und das Team vom Sand21**