

Sand21- Zoom Training **Dezember Woche 4/5**

Montag 21.12.	Dienstag 22.12.	Mittwoch 23.12.	Sonntag 27.12.	Montag 28.12.	Dienstag 29.12.	Mittwoch 30.12.
09:00-10:00 Uhr Pilates Ariane			10:30-11:30 Uhr Pilates Miriam/Ariane	09:00-10:00 Uhr Pilates Ariane		
	17:00-18:00 Uhr Rückenfit Miriam/Ariane				17:00-18:00 Uhr Rückenfit Miriam/Ariane	18:00-19:00 Uhr Pilates Miriam/Ariane
18:00-19:00 Uhr Pilates Miriam/Ariane	19:00-20:00 Uhr Pilates Ariane	18:00-19:00 Uhr Pilates Miriam/Ariane		18:00-19:00 Uhr Pilates Miriam/Ariane	19:00-20:00 Uhr Pilates Ariane	
20:00-21:00 Uhr Pilates Ewa		24./25./26.Dezember Pause		20:00-21:00 Uhr Pilates Ewa		31.12.+1.1. Pause

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**