

# SWITCH-PROGRAMM

## IM SEPTEMBER

SONNTAG

**01. SEP.**

11:15 - 12:15 Uhr

**Pilates**

mit Alexandra

KURSRAUM 1

SONNTAG

**08. SEP.**

11:00 - 12:30 Uhr

**Mobility-Functional-Yoga**

mit Carmen

KURSRAUM 1

SONNTAG

**15. SEP.**

11:00 - 12:30 Uhr

**Bodystyling & Stretch**

mit Claudia

KURSRAUM 1

SONNTAG

**22. SEP.**

11:00 - 11:55 Uhr

**Rückenfit**

mit Roman

KURSRAUM 1

SONNTAG

**29. SEP.**

11:00 - 12:00 Uhr

**Dance Aerobic**

mit Roman

KURSRAUM 1

**Zumba**

mit Raul

KURSRAUM 1

Buch dir deine Teilnahme auf  
[www.netzwerk-koerper.de](http://www.netzwerk-koerper.de)



**netzwerk  
körper**

Das Studio für medizinische Fitness.