





STUNDENPLAN

gültig ab. Aug, 2019

Montag	Yoga	**Voranmeldung!	07:50 – 08:55
	Yoga	**Voranmeldung!	09:15 – 10:20
	Yoga	**Voranmeldung!	10:30 – 11:05
	Meditation	**Voranmeldung!	11:45 – 12:15
	ZUMBA KINDER	3-6 JAHRE	14:30 – 15:20
	BREAKDANCE/TOP ROCKS	AB 6 JAHREN	16:15 – 17:05
	MTV-MOVES 2	AB 8 JAHREN	17:15 – 18:05
	TôsôX		18:15 – 19:05
	Aerodance		19:15 – 20:00
	Nia/Zumba Gold		20:00 – open end
	Dienstag	Bodyforming	
Bodyforming 		(auch Rückbildung nach Geburt) >>>Neu ab 12.08.19	09:30 – 10:20
Power Yoga		>>>Neu ab 20.08.19	10:30 – 11:20
barre concept®			14:00 – 14:55
VORBALLETT		3-6 JAHRE	15:00 – 15:50
BALLETT I		6-8 JAHRE	16:00 – 16:50
BALLETT II (mit choreo)		AB 9 JAHREN	17:00 – 17:50
Ballett Erwachsene/Jugendliche			18:00 – 18:50
M.A.X			19:00 – 19:50
Pilates			20:00 – 20:50
Mittwoch		Yoga	**Voranmeldung!
	Yoga	**Voranmeldung!	09:15 – 10:20
	Yoga	**Voranmeldung!	10:45 – 11:50
	BREAKDANCE	AB 8 JAHREN	13:00 – 13:50
	Faszien-Fitness/Bodytoning	kinderbetreuung auf anfrage	14:00 – 14:50
	Yoga	**Voranmeldung!	17:00 – 18:00
	Power Jumping	>>>Neu ab 27. Aug.	18:05 – 18:35
	Yoga	**Voranmeldung!	18:45 – 19:45
	Yoga	**Voranmeldung!	20:00 – 21:00
Donnerstag	Bodytoning 		09:00 – 09:50
	Pilates mit Stretching 		10:00 – 10:50
	BALLETT I	6-8 JAHREN	16:15 – 17:05
	BALLETT II	AB 9 JAHREN	17:15 – 18:05
	Aerodance		18:15 – 19:05
	Toning/BodyWorkout		19:15 – 20:05
	Power Yoga		20:15 – 21:05
Freitag	Power-Yoga		08:20 – 09:20
	Pilates 	(auch Rückbildung nach Geburt)	09:30 – 10:20
	Schwangerschaftsgymnastik	* Voranmeldung	10:30 – 11:20
	RYTHMISCHER KINDERTANZ	3-4 JAHRE	15:00 – 15:50
	KINDERTANZ II/VORBALLETT	4-6 JAHRE	16:00 – 16:50
	BREAKDANCE	7-11 JAHRE	17:00 – 18:50
	HIP-HOP I	7-11 JAHRE	18:00 – 18:50
	HIP-HOP II	AB 12 JAHREN	19:00 – 19:50
	Zumba®	für Erwachsene ab 16 Jahren	20:00 – 20:50
	Samstag	ZUMBA FÜR KINDER	AB 7 JAHREN
Strong by Zumba/Bodyforming			10:20 – 11:10
LATIN HIP-HOP		ab 13 Jahren	11:15 – 12:05

**Yoga Voranmeldung

 Mit kinderbetreuung

! KINDERKURSE

Heidi Büchel 079 519-67 52 oder
Cathleen Epper 079 705-40 82

** Diese Stunden sind nicht in Abo enthalten