


## Kursplan

gültig ab Januar 2025

Zeit/Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<b>VORMITTAG</b>						
9.00 Uhr		<b>Bodylates</b> [Fitness] Ina / Laura (8.30 - 9.30 Uhr)		<b>Bodystyling</b> [Fitness] Lina (9.00 - 10.00 Uhr)		<b>OPEN Fitness-Class</b> [September bis Ostern] Programm s. Aushang + Homepage (9.00 - 10.00 Uhr)
10.00 Uhr						
<b>Nachmittag/Abend</b>						
15.00 Uhr	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1
16.00 Uhr	<b>Dance-Kids</b> [ab 5 - 6 Jahre] Arabella - (15.00 - 15.45 Uhr)	<b>Dance-Kids</b> [ab 5 - 6 Jahre] Moni - (15.00 - 15.45 Uhr)	<b>Jazz/Hip Hop - Kids</b> [ab 6 - 8 Jahre] Ina (15.00 - 16.00 Uhr)		<b>Mini-Dancer</b> [ab 4 - 5 Jahre] Janina - (15.00 - 15.45 Uhr)	
17.00 Uhr	<b>Jazz/Hip Hop - Kids</b> [ab 6 - 8 Jahre] Janett (16.00 - 17.00 Uhr)	<b>Mini-Dancer</b> [ab 4 - 5 Jahre] Arabella - (15.45 - 16.30 Uhr)	<b>Jazz/Hip Hop - Kids</b> [ab 6 - 8 Jahre] Anna (16.00 - 17.00 Uhr)	<b>Jazz/Hip Hop - Kids</b> [ab 9 - 11 Jahre] Ina (16.00 - 17.00 Uhr)	<b>Breakdance - Kids</b> [ab 6 - 8 Jahre] Patrick / Jakob (16.00 - 17.00 Uhr)	<b>Jazz/Hip Hop - Kids</b> [ab 9 - 11 Jahre] Esma (16.00 - 17.00 Uhr)
18.00 Uhr	<b>Hip Hop - Teens</b> [ab 12 - 14 Jahre] Laura (17.00 - 18.00 Uhr)		<b>Jazz/Hip Hop - Kids</b> [ab 9 - 11 Jahre] Anna (17.00 - 18.00 Uhr)	<b>Breakdance - Kids</b> [ab 9 - 11 Jahre] Patrick / Jakob (17.00 - 18.00 Uhr)		<b>Hip Hop - Teens</b> [ab 12 - 14 Jahre] Carmen (17.00 - 18.00 Uhr)
19.00 Uhr	<b>Jazz-Dance I</b> [Teens + Erwachsene] Marina M. (18.00 - 19.15 Uhr)		<b>Modern-Dance</b> [Teens + Erwachsene] Vio (18.00 - 19.00 Uhr)	<b>Breakdance I/II</b> [Teens + Erwachsene] Patrick / Jakob (18.00 - 19.00 Uhr)		<b>Hip Hop I</b> [ab 15 Jahre] Laura (18.00 - 19.00 Uhr)
20.00 Uhr	<b>Jazz-Dance II</b> [Teens + Erwachsene] Marina M. (19.15 - 20.30 Uhr)		<b>Hip Hop II/III</b> [ab 15 Jahre] Vio (19.00 - 20.00 Uhr)	<b>Bokwa®</b> [Fitness] Ina (19.00 - 20.00 Uhr)		<b>TABATA (HIIT)</b> [Fitness] Sophia / Chris (19.00 - 20.00 Uhr)
21.00 Uhr	<b>GentryX</b> [Fitness] Marina M. (20.30 - 22.00 Uhr)		<b>ZUMBA®</b> [Fitness] Sophia (20.00 - 21.00 Uhr)	<b>ZUMBA®</b> [Fitness] Francesca (20.00 - 21.00 Uhr)		<b>Bodylates</b> [Fitness] Laura (20.00 - 21.00 Uhr)
						 <b>X-PERIENCE</b> dancecrew Carmen (17.00 - 19.00 Uhr)

I = Anfänger/Anfänger mit Vorkenntnissen    II = Mittelstufe    III = Fortgeschrittene

Der Einstieg in die Kurse ist jederzeit in Form einer GRATIS Probestunde möglich - Wir bitten jedoch um vorherige Anmeldung!