

Kursplan

gültig ab Juni 2025

Zeit/Tag	Montag		Dienstag	Mittwoch		Donnerstag	Freitag	Samstag
VORMITTAG								
9.00 Uhr			Bodylates [Fitness] Ina / Laura (8.30 - 9.30 Uhr)			Bodystyling [Fitness] Lina (9.00 - 10.00 Uhr)		OPEN Fitness-Class [September bis Ostern] Programm s. Aushang + Homepage (9.00 - 10.00 Uhr)
10.00 Uhr								
Nachmittag/Abend								
15.00 Uhr	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 1	Sonntag
16.00 Uhr	Dance-Kids [ab 5 - 6 Jahre] Arabella - (15.00 - 15.45 Uhr)		Dance-Kids [ab 5 - 6 Jahre] Esma - (15.00 - 15.45 Uhr)	Jazz/Hip Hop - Kids [ab 6 - 8 Jahre] Ina (15.00 - 16.00 Uhr)		Mini-Dancer [ab 4 - 5 Jahre] Janina - (15.00 - 15.45 Uhr)		
	Jazz/Hip Hop - Kids [ab 6 - 8 Jahre] Janett (16.00 - 17.00 Uhr)	Mini-Dancer [ab 4 - 5 Jahre] Arabella - (15.45 - 16.30 Uhr)	Jazz/Hip Hop - Kids [ab 6 - 8 Jahre] Anna (16.00 - 17.00 Uhr)	Jazz/Hip Hop - Kids [ab 9 - 11 Jahre] Ina (16.00 - 17.00 Uhr)	Breakdance - Kids [ab 6 - 8 Jahre] Patrick / Jakob (16.00 - 17.00 Uhr)	Jazz/Hip Hop - Kids [ab 9 - 11 Jahre] Esma (16.00 - 17.00 Uhr)	Dance-Kids [ab 5 - 6 Jahre] Katrin - (15.30 - 16.15 Uhr)	
17.00 Uhr	Hip Hop - Teens [ab 12 - 14 Jahre] Laura (17.00 - 18.00 Uhr)		Jazz/Hip Hop - Kids [ab 9 - 11 Jahre] Anna (17.00 - 18.00 Uhr)	Breakdance - Kids [ab 9 - 11 Jahre] Patrick / Jakob (17.00 - 18.00 Uhr)		Hip Hop - Teens [ab 12 - 14 Jahre] Carmen (17.00 - 18.00 Uhr)		 Carmen (17.00 - 19.00 Uhr)
18.00 Uhr	Jazz-Dance I [Teens + Erwachsene] Marina M. (18.00 - 19.15 Uhr)		Modern-Dance [Teens + Erwachsene] Vio (18.00 - 19.00 Uhr)	Breakdance I/II [Teens + Erwachsene] Patrick / Jakob (18.00 - 19.00 Uhr)		Hip Hop I [ab 15 Jahre] Laura (18.00 - 19.00 Uhr)	Dance-Fitness [Fitness] Chris (17.30 - 18.30 Uhr)	
19.00 Uhr	Jazz-Dance II [Teens + Erwachsene] Marina M. (19.15 - 20.30 Uhr)		Hip Hop II/III [ab 15 Jahre] Vio (19.00 - 20.00 Uhr)	Bokwa® [Fitness] Ina (19.00 - 20.00 Uhr)		TABATA (HIIT) [Fitness] Sophia / Chris (19.00 - 20.00 Uhr)		
20.00 Uhr			ZUMBA® [Fitness] Sophia (20.00 - 21.00 Uhr)	ZUMBA® [Fitness] Francesca (20.00 - 21.00 Uhr)		Bodylates [Fitness] Laura (20.00 - 21.00 Uhr)		
21.00 Uhr	 Marina M. (20.30 - 22.00 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!