Dance Soulution
Studio für Tanz und Fitness

www.dance-soulution.de

Kursplan

gültig ab Oktober 2026

Zeit/Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
VORMITTAG						
9.00 Uhr		**Bodylates** [Fitness] Ina R. / Larissa (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**
		Dance-Kids [ab 5 - 6 Jahre] Esma - (15.00 - 15.45 Uhr)		**Mini-Dancer** [ab 4 - 5 Jahre] Esma - (15.00 - 15.45 Uhr)		
16.00 Uhr	**Dance-Kids** [ab 5 - 6 Jahre] Jenny - (15.30 - 16.15 Uhr)				**Dance-Kids** [ab 5 - 6 Jahre] Arabella - (15.30 - 16.15 Uhr)	
	Jazz/Hip Hop - Kids [ab 6 - 8 Jahre] Lena (16.00 - 17.00 Uhr)	**Jazz/Hip Hop - Kids** [ab 6 - 8 Jahre] Josy (16.00 - 17.00 Uhr)	**Jazz/Hip Hop - Kids** [ab 6 - 8 Jahre] Katrin (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)	**Mini-Dancer** [ab 4 - 5 Jahre] Arabella - (16.15 - 17.00 Uhr)
17.00 Uhr	**Mini-Dancer** [ab 4 - 5 Jahre] Jenny - (16.15 - 17.00 Uhr)					
	Jazz/Hip Hop - Kids [ab 9 - 11 Jahre] Katrin (17.00 - 18.00 Uhr)	**Jazz/Hip Hop - Kids** [ab 9 - 11 Jahre] Josy (17.00 - 18.00 Uhr)	**Breakdance - Kids** [ab 9 - 11 Jahre] Patrick / Jakob (17.00 - 18.00 Uhr)	**Hip Hop - Teens** [ab 12 - 15 Jahre] Carmen (17.00 - 18.00 Uhr)	**Dance-Fitness** [Fitness] Chris (17.30 - 18.30 Uhr)	X-PERIENCE dancecrew Carmen & Franci (17.00 - 19.00 Uhr)
18.00 Uhr	**Hip Hop - Teens** [ab 12 - 15 Jahre] Moni (18.00 - 19.00 Uhr)	**Modern-Dance** [Teens + Erwachsene] Vio (17.45 - 19.00 Uhr)	**Breakdance I/II** [Teens + Erwachsene] Patrick / Jakob (18.00 - 19.00 Uhr)	**Hip Hop I** [ab 16 Jahre] Franci (18.00 - 19.00 Uhr)		
	Jazz-Dance I [Teens + Erwachsene] Ina K. (18.00 - 19.15 Uhr)					
19.00 Uhr		**Hip Hop II/III** [ab 16 Jahre] Vio (19.00 - 20.00 Uhr)	**Bokwa®** [Fitness] Ina R. (19.00 - 20.00 Uhr)	**TABATA** (HIIT) [Fitness] Sophia / Chris (19.00 - 20.00 Uhr)		GentriX dancecrew Janett & Therri (19.00 - 21.00 Uhr)
20.00 Uhr	**Jazz-Dance II** [Teens + Erwachsene] Vio (19.15 - 20.30 Uhr)	**ZUMBA®** [Fitness] Sophia (20.00 - 21.00 Uhr)	**ZUMBA®** [Fitness] Franci (20.00 - 21.00 Uhr)	**Bodylates** [Fitness] Jelena (20.00 - 21.00 Uhr)		
21.00 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!