

Kursplan

gültig ab September 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
16.00 Uhr			Dance-Kids [ab 5 - 6 Jahre] Esma - (15.00 - 15.45 Uhr)			Mini-Dancer [ab 4 - 5 Jahre] Janina - (15.00 - 15.45 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)		
17.00 Uhr	Jazz/Hip Hop - Kids [ab 6 - 8 Jahre] Lena (16.00 - 17.00 Uhr)	Mini-Dancer [ab 4 - 5 Jahre] Jenny - (16.15 - 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)	
18.00 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)	Jazz-Dance I [Teens + Erwachsene] Ina K. (17.45 - 19.00 Uhr)	Hip Hop - Teens [ab 12 - 15 Jahre] Carmen (17.00 - 18.00 Uhr)		 Carmen & Franci (17.00 - 19.00 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)	Dance-Fitness [Fitness] Chris (17.30 - 18.30 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)		 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!