



dance & fit
Schule für Bewegung
und Gestaltung

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|---|-----------------------------------|---|---|----------------------------------|---------|----------------------------------|
| | | | 7.30-8.20 BBP | | | |
| 9.00-9.50 Balance & Stretch | | 9.00-9.50 BBP | | 9.00-9.50 Pilates/ Faszien | | |
| 10.00-10.50 Zumba  | | 10.00-10.50 Pilates | | 10.00-10.50 Workout Burn | | 10.00-10.50 Workout Strong |
| | | | | | | |
| 15.00-15.50 Ballett ab 9 | 15.00-15.50 Ballett ab 4 | 15.00-15.50 Hip Hop ab 6 | | 15.00-15.50 Ballett ab 3 | | |
| 16.00-16.50 Kindertanz ab 5 | 16.00-16.50 Hip Hop ab 12 | 16.00-16.50 Ballett ab 6 | | 16.00-16.50 Ballett ab 8 | | |
| 17.00-17.50 Ballett- Spitzentanz ab 10 | 17.00-17.50 Yoga | 17.00-17.50 Hip Hop ab 10 | | 17.00-17.50 Hip Hop ab 10 | | |
| 18.00-18.50 Step Start: ab 1.11 | | 18.00-18.50 Zumba  | 18.15-19.45 Yoga & Freie Atemschule Grundkurs | 18.00-18.50 BBP | | |
| 19.00-19.50 Pilates | 19.00-20.30 Yoga für Männer | 19.00-19.50 Workout Strong | | 19.00-19.50 Ballett Erw. | | |
| 20.00-21.00 Show Dance | | 20.00-21.00 Modern Dance/Jazz Anfänger | 20.00-21.30 Yoga & Freie Atemschule Aufbaukurs | | | |

| | | | |
|-------------|------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|
| Tanz Kinder | Tanz Erwachsene ab 16 Jahren | Fitness & Gesundheit ab 16 Jahren | Yoga/Meditation und Schulungskreis |
|-------------|------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|

| | |
|--|---|
| Stunden der Schule für Bewegung und Gestaltung | Externe Unterrichtsfächer außerhalb des Schulangebots |
|--|---|

Wir betreuen dich persönlich und individuell!
Du trainierst in moderner, angenehmer Atmosphäre!
Durch unser Kursangebot lernst du andere Menschen kennen und kannst dich austauschen!
Ein vielseitiges, breites Kursangebot steht dir zur Verfügung!
Wir sind für alle Altersklassen da!
Ohne lange Vertragslaufzeiten!