

Neuer Kursplan ab 14.05.2018 in Regen

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--|--|--|--|---|
| | | | | |
| | | 15.30 - 16.30 Uhr <u>Kids Dance Club</u> HipHop, Videoclipdancing und Zumba Alter: von 7 - 9 Jahre Gina / Nicole | 16.00 - 16.45 Uhr <u>Little Ballett</u> tänzerische Früherziehung für Ballett Alter: von 4 - 6 Jahre Franziska | |
| 17.00 - 17.45 Uhr <u>Rambazamba</u> HipHop für Minis Alter: 5/6 Jahre Nicole | 16.00 bis 16.45 Uhr <u>Kindertanz</u> Kindertänze für Kids Alter: von 4 - 6 Jahre Nicole | 16.30 - 17.30 Uhr <u>Teens Dance Club</u> HipHop, Videoclipdancing und Zumba Alter: ab 11 Jahre Nicole | 17.00 bis 18.00 Uhr <u>Ballett for Kids</u> Anfänger Alter: von 8 - 11 Jahre Franziska | |
| 18.00 bis 18.55 Uhr <u>SmoveyWalk</u> Level: Jedermann Teilnahme nur mit Voranmeldung möglich Martina | 16.45 - 17.45 Uhr <u>Kids Dance Club</u> HipHop, Videoclipdancing und Zumba Alter: von 9 - 11 Jahre Nicole | 17.30 - 18.30 Uhr <u>HipHop Company</u> HipHop, Videoclipdancing und Zumba Alter: ab 12 Jahre Nicole | 18.00 - 19.00 Uhr <u>Vital feat Körperwerkstatt</u> Fitness f. Rücken, Bauch + Po Ganzkörperworkout Level: Jedermann Gina / Nicole | 17.00 - 22.00 Uhr <u>Tanzkurse</u> siehe separates Programm Tanja |
| 18.00 bis 18.50 Uhr <u>Körperwerkstatt</u> Level: Jedermann Nicole | 18.00 - 18.50 Uhr <u>H.I. Langhanteltraining</u> Level 1 für Anfänger Teilnahme nur mit Voranmeldung möglich Nicole | 18.30 bis 19.15 Uhr <u>Fitboxen</u> Level: Anfänger Nicole | 19.00 - 20.15 Uhr <u>Hatha Yoga</u> Level: Jedermann Miriam | |
| 19.00 - 19.55 Uhr <u>Pilates</u> Level: Jedermann Waltraud | 19.00 bis 19.50 Uhr <u>Zumba</u> Level: Jedermann Nicole und Erika | 19.15 bis 20.00 Uhr <u>H.I. Langhanteltraining</u> Level 2 für Fortgeschrittene Teilnahme nur mit Voranmeldung möglich Nicole | | |

Bitte beachten Sie das für folgende Kurse eine vorherige Anmeldung notwendig ist:

- Smovey Walk
- H.I. Langhanteltraining Level 1
- H.I. Langhanteltraining Level 2

Kursplan unter Vorbehalt.

Ein Ausfall von Kursen kann aufgrund von Krankheit oder anderweitiger Verhinderung des jeweiligen Trainers sowie Ersatztrainer und Ersatzkurse möglich sein.