

## Neuer Kursplan ab 05.03.2018 bis 29.04.2018 in Regen

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.30 bis 10.30 Uhr <b>BabyFit</b> Workout für Mama mit Baby Alter: 3 bis 9 Monate <small>Nur mit Voranmeldung geschlossener Kurs!</small>				
15.15 bis 16.00 Uhr <b>Klitzeklein#</b> musikalische und tänzerische Frühförderung Alter: 3/4 Jahre	15.15 bis 16.00 Uhr <b>Baby Boogie</b> musikalische und tänzerische Frühförderung f. Mutter + Kind Alter: 1,5 bis 3 Jahre <small>Nur mit Voranmeldung geschlossener Kurs!</small>	15.30 – 16.30 Uhr <b>Kids Dance Club#</b> HipHop, Videoclipdancing und Zumba Alter: von 7 bis 9 Jahre	16.00 – 16.45 Uhr <b>Little Ballett#</b> tänzerische Früherziehung für Ballett Alter: von 4 bis 6 Jahre	15.00 bis 16.00 Uhr <b>Bewegungsschule</b> Fitness, Balance, Koordination und Körpergefühl, Alter: 7 bis 9 Jahre <small>Nur mit Voranmeldung geschlossener Kurs!</small>
16.00 bis 16.45 Uhr <b>Rambazamba#</b> HipHop für Minis Alter: 5/6 Jahre	16.00 bis 16.45 Uhr <b>Kindertanz#</b> Kindertänze für Kids Alter: von 4 bis 6 Jahre	16.30 bis 17.30 Uhr <b>Teens Dance Club#</b> HipHop, Videoclipdancing und Zumba Alter: ab 11 Jahre	17.00 bis 18.00 Uhr <b>Ballett for Kids#</b> Anfänger Alter: von 8 bis 11 Jahre	16.00 bis 17.00 Uhr <b>Selbstverteidigungskurs</b> Für Mädchen ab 11 Jahre 4 x 60 Minuten <small>Nur mit Voranmeldung geschlossener Kurs!</small>
17.00 bis 17.55 U/hr <b>Showtime*#</b> Jazz und Show Alter: ab 12 Jahre	16.45 bis 17.45 Uhr <b>Kids Dance Club#</b> HipHop, Videoclipdancing und Zumba Alter: von 9 bis 11 Jahre	17.30 – 18.30 Uhr <b>HipHop Company#</b> HipHop, Videoclipdancing und Zumba Alter: ab 12 Jahre	18.00 - 19.00 Uhr <b>Vital feat Körperwerkstatt*</b> Fitness f. Rücken, Bauch + Po Ganzkörperworkout Level: Jedermann	17.00 – 18.00 Uhr <b>H.I. Langhanteltraining*</b> Level 1 für Anfänger <small>Teilnahme nur mit Voranmeldung möglich!</small>
18.00 bis 18.55 Uhr <b>Smovey Workout*</b> Level: Jedermann	18.00 – 18.50 Uhr <b>Zumba*</b> Level: Jedermann	18.30 bis 19.30 Uhr <b>Fitboxen*</b> Level: Anfänger	19.00 - 20.15 Uhr <b>Hatha Yoga*</b> Level: Jedermann	18.30 - 20.00 Uhr <b>Standard -/ Latein Grundkurs</b> Level: Anfänger + Auffrischer Einzelbuchung möglich!
19.00 - 19.55 Uhr <b>Pilates*</b> Level: Jedermann	19.00 – 20.00 Uhr <b>H.I. Langhanteltraining*</b> Level 1 für Anfänger <small>Teilnahme nur mit Voranmeldung möglich</small>	19.45 bis 20.30 Uhr <b>Schnupper Tanzkurs</b> 1x im Monat Themenabend siehe Aushang!		

## Neuer Kursplan ab 16.03.2018 in Viechtach

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
				16.00 – 16.45 Uhr <b>Kindertanz#</b> Kindertänze für Kids Alter: 4 bis 7 Jahre
				16.45 – 18. Uhr <b>Kids + Teens Dance Club#</b> HipHop, Videoclipdancing und Zumba Alter ab 8 Jahre