

	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			WOCHENENDE	
	Spiegelsaal	Studio	Atelier	Spiegelsaal	Studio	Atelier	Spiegelsaal	Studio	Atelier	Spiegelsaal	Studio	Atelier	Spiegelsaal	Studio	Atelier	Samstag	Sonntag
8.00 Uhr																Diverse Workshops	ALLE INFOS online
9.00 Uhr			9.15 - 10.15 Senioren		09:00-10:00 Fit Mom' s	9.00 Uhr VHS Fit durch Bewegung			9.45 Uhr VHS Fitness f. Frauen	09:30 - 10:45 Hatha Yoga mit Tina				08:30-09:30 early bird Yoga			
10.00 Uhr		10:00-11:15 Hatha Yoga mit Tina	Fitness auf d. Minitrampolin													10:00 - 11:00 Functional Fitness	
11.00 Uhr	11.00 -12.00 Feldenkrais															10:00 - 11:30 Aerial Yoga mit Tina (Kurse en bloc)	
12.00 Uhr																12:00 - 13:00 Fitnessboxen	
13.00 Uhr																	
14.00 Uhr																	
15.00 Uhr	15:30 - 16:30 Musikzwerge in Bewegung		15.15 - 16.15 Ballett				15.00-16:00 Dance Room "Minis" mit Denise		15.15-16.15 Ballett	14:45 - 15:45 Musikzwerge in Bewegung		15.15 - 16.15 Ballett					
16.00 Uhr			16.15 - 17.15 Ballett	15:45 - 16:45 Kinderyoga mit Lara	16:30 - 17:30 Musikzwerge in Bewegung	16.00 - 17.00 Hip Hop Kids "Timeless Crew"	freies Training		16.15 - 17.15 Ballett	15:45 - 16:45 Musikzwerge in Bewegung		16.15 - 17.15 Ballett	16.30 - 17:30 Video Clip/K-Pop /Noemi		16.00 Tanzschule		
17.00 Uhr	17.00 - 18.00 Hip Hop Kids mit Rey		17.15 - 18.15 Ballett	17.00 - 18.00 Hip Hop Kids mit Eddy		17.00 - 18.30 Hip Hop Teens "One Rhythm"	Danceroom	17:15-18:15 Yin Yoga	17.15 - 18.15 Ballett	17.0 - 18.00 Dance Room VOGUING	17:00 - 18:00 Betriebssport	17.15 - 18.15 Ballett		16:30 - 17:45 Ashtanga Balance	17.00 Tanzschule		
18.00 Uhr		18.00 - 19.00 Yoga mit Sanna	18.15 - 19.15 Ballett	18:15-19:30 Hatha Yoga mit Tina	17:45 - 19:15 Biodanza Anfänger		18:00 - 20:00 Hip Hop Adults DDC	18:30 - 19:30 Entspannungs Yoga	18.15 -19.15 Ballett					18:00 - 19:15 Hatha Yoga	18.00 Tanzschule		
19.00 Uhr	19:30 -20:45 Hatha Yoga, L2 mit Tina		19:30 - 21:00 Aerial Yoga mit Tina (Kurse en bloc)	19:45-21:00 Hatha Yoga mit Tina	19.30 - 21.30	19.00 - 20.00 Minitrampolin + YoungGo	mit Denise		19.30 Tanzschule		18:30 - 19:45 Ashtanga Balance	19.00 - 20.00 Minitrampolin + YoungGo			19.00 Tanzschule Casinokreis		
20.00 Uhr					Biodanza Fortgeschritten				20.30 Tanzschule		20:00 - 21:00				20.0 - 21.00 Tanzschule Casinokreis		
21.00 Uhr									bis 21.30 Tanzschule								
FORUM	16.00 - 17:00 Betriebssport L 20.15 - 21.15 KickBo by Mao			17.00 - 18:00 Betriebssport WC 18:15 - 19:30 Functional Fitness 20.15 - 21.15 KickBo by Mao			16.00-16:55 Selbstverteidigung Kids 17.00-17:55 Selbstverteidigung Kids 18:30 - 19:30 Krav Maga (Ki.&Ju.) 19:45 - 21:00 Krav Maga (Erw.)			18:30 - 20:00 "Box Training" privat 20.15 - 21.15 Kick Bo by Mao			18:30 - 19:30 Krav Maga (Ki.&Ju.) 19:45 - 21:00 Krav Maga (Erw.)			Sa. 10:00 - 11:00 Functional Fitness Sa. 12:00 - 13:00 Fitnessboxen	