

# Kursplan ab 2025

Wochentag	Kurs		Zeit	Instruktor	Raum
<b>Montag</b>	Pilates	Erwachsene	09.30-10.30	Cony	1
	HipHop*	Erwachsene A	10:15-11:15	Alana	2
	GymFit & Fun	Erwachsene	14.00-15.00	Brigitte	1
	GymFit & Fun	Erwachsene	15.00-16.00	Brigitte	1
	Hip Hop	Teens A	18.00-19.00	Asia	2
	Zumba	Erwachsene	18.00-19.00	Susi	1
	Hip Hop	Jugendl./Erwachsene	19.00-20.00	Asia	1
	Kangoo Power	Jugendl./Erwachsene	19.30-20.30	Valentina	2

<b>Dienstag</b>	Kindertanz	4-5 J.	17.00-17.50	Shania	1
	Hip Hop	9-12 J., A	18.00-19.00	Shania	1
	BauchBeinePo	Jugendl./Erwachs.	18.00-19.00	Petra	2
	Step Aerobic	Jugendl./Erwachs.	19.00-20.00	Andy	1
	Pilates	Erwachsene	19.00-20.00	Cony	2
	M.A.X.	Erwachsene	20.00-21.00	Sabrina	1
	Groove	Erwachsene	20.00-21.00	Tess	2

<b>Mittwoch</b>	fitdankbaby*	Erwachsene	09.00 - 10.15	Natali	2
	Zumba*	Erwachsene	09.30-10.30	Susi	1
	Trinity Workout	Erwachsene	18.30-20.00	Monica	2
	Zumba	Jugendl./Erwachs.	19.00-20.00	Ramona	1
	TaeBo	Jugendl./Erwachs.	20.00-21.00	Renzo	1
	Line Dance	Jugendl./Erwachs.	20.00-21.15	Alexandra	2

<b>Donnerstag</b>	GymFit & Fun	Erwachsene	08.00-09.00	Brigitte	1
	GymFit & Fun	Erwachsene	09.00-10.00	Brigitte	1
	fitdankbaby*	Erwachsene	09.00-10.15	Natali	2
	GymFit & Fun	Erwachsene	10.00-11.00	Brigitte	1
	Hip Hop	6 - 7 J.	17.00-18.00	Shania	2
	Hip Hop	Kidz 8 - 9 J.	17.00-18.00	Lari, Sara	1
	deepWork	Erwachsene	18.00-19.00	Sabrina	2
	Hip Hop	Teens A	18.00-19.00	Shania	1
	Hip Hop F	Buzzup	19.00-20.30	Larissa	2
	Hip Hop	Teens M/F	19.00-20.00	Asia	1
	Streethoppers	Showgruppe	20.00-22.00	Alana	1

<b>Freitag</b>	Pilates	Erwachsene	08.30-09.30	Cony	1
	Rückbildung*	Frauen nach Geburt	09.00-10.15	Natali	2
	FIT & FUN	Erwachsene	09.30-10.30	Doriz	1
	Step Aerobic	Erwachsene	19.00-20.00	Andy	1
	Kangoo Power*	Jugendl./Erwachs.	19.15-20.15	Valentina	2

<b>Samstag</b>	Power Yoga	Jugendl./Erwachsene	09.00-10.00	Nina	2
	Zumba	Erwachsene	09.15-10.15	Sabrina	1
	Breaken	Kids	10.00-11.00	Beni	2
	Breaken	Kids	11.00-12.00	Beni	1
	Open Class Breaken	Jugendl./Erwachs.	12.00-13.00	Team	1

<b>Sonntag</b>					
	StandardTanz	Erwachsene	17.30-19.00	Nicola	1

A Anfänger

F Fortgeschritten

\*mit Anmeldung