

Sommer-Kursplan vom 09.07. - 22.07.2018

Diese Kurse und Workshops sind für alle Allongé-Mitglieder frei.

Alle unten stehenden Kurse können auch unangemeldet von Allongé-Mitgliedern besucht werden! Viel Spaß in den Allongé-Sommerwochen!

Vom 23.07. - 05.08.2018 sind Betriebsferien. Es finden keine Kurse statt.

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	Sonntag	
Studio 1	Studio 2	Studio 1	Studio 2	Studio 1	Studio 2	Studio 1	Studio 2	Studio 1	Studio 2	Studio 1	Studio 1	Studio 2
15.30 - 16.30 (Kita-Alter) Kindertanz "Im Märchenland" Antje/Silke W1-01: 09.07. W2-22: 16.07.					15.30 - 16.15 (ab 2 Jahre) Fit Kids Bewegungsspiele Vivi W1-12: 11.07. W2-33: 18.07.							
16.30 - 17.30 (Grundschulalter) Summerdance Antje/Silke W1-02: 09.07. W2-23: 16.07.		16.30 - 17.30 (Kita-Alter) Kindertanz "Willkommen im Schlaraffenland" Cindy/Eva W1-05: 10.07. W2-26: 17.07.										
				17.30 - 18.30 (Kids + Jugendl.) Moderner Tanz Nelly W1-11: 11.07. W2-32: 18.07.		17.30 - 18.30 (Kids + Jugendl.) Breakdance Annika W1-13: 12.07. W2-34: 19.07.			17.30 - 19.00 Jazzdance für Erw. 2 Freddy			08.07.2018: 15.30-16.30 15.07.2018: 17:45 - 18.45 Zumba Natascha
18.30 - 19.30 Streetdance für Erw. Kenny	18.00 - 19.00 (Jugendliche) Streetdance Nadine W1-03: 09.07. W2-24: 16.07.				18.30 - 19.30 Pilates Regine			18.15 - 19.15 Pilates & Stretch Nadja				08.07.2018: 16.30-17.30 15.07.2018: 18:45 - 19.45 Dance Aerobic Natascha
19.30 - 20.30 NIA Ellen	19.00 - 20.00 (Jugendl. + Erw) Zouk Dance Nadine W1-04: 09.07. W2-25: 16.07.	19.00 - 20.00 Jazz/Modern für Erw. Angi W1-07: 10.07. W2-28: 17.07.		19.30 - 20.30 Modern Dance für Erw. Nadine/Nelly	19.30 - 20.30 Pilates 2 Regine nur am 11.07.	19.00 - 20.30 Jazz- & Modern Erw. 3 Angi		19.15 - 20.15 Mobility & Faszienfitness Nadja				
	20.00 - 21.00 Strong by Zumba Nadine		20.30 - 21.30 Fatburner-Summer-Mix Natascha W1-10: 10.07. W2-31: 17.07.		20.45 - 21.45 Ballett für Erw. Nadine/Nelly	20.00 - 21.00 Zumba Mona		20.15 - 21.15 Salsa Dance Alexis				
			20.30 - 21.30 Fitness Kompakt Body-Workout Natascha			20.45 - 21.45 Streetdance für Erw. Kenny						



Studio für Bewegung und Tanz

* die Teilnahme an allen zusätzlichen Kursen ist kostenlos.	Fortlaufende Kurse für Erwachsene:		Workshops für Erwachsene:		Workshops für Kinder i. Alter v. Jugendliche:	
		Tanzen	Haltung- & Bewegung	Tanzen	Haltung & Bewegung	Kita
					ab ca. 13 J.	