

Sommer-Schnupper-Wochen für Alle vom 06.08. - 19.08.2018

Alle Workshops ohne Levelangabe sind auch für Einsteiger geeignet. Level 2 = mit Vorkenntnissen, Level 3 = Fortgeschrittene

Bitte melde dich unter www.allonge.de bis zum 31.07.2018 für deine Schnupper-Workshops an.

Anmeldungen bitte über das Kontaktformular auf www.allonge.de



Studio für Bewegung und Tanz

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 2	Studio 1	Studio 2
		10.00 - 11.00 Senioren Fit Vivi W5-051: 07.08. W6-102: 14.08.		10.00 - 11.00 Externes Angebot: Kanga		10.00 - 11.00 Externes Angebot: Kanga				9.15 - 10.00 (ab 3 Jahre) Kindertanz Annika/Coline W5-084: 11.08. W6-140: 18.08.	9.15 - 10.00 (ab 2 Jahre) Fit Kids Vivi W5-085: 11.08. W6-141: 18.08.		
										10.00 - 10.45 (ab 4-6 Jahre) Kindertanz 2 N.N./Coline W5-086: 11.08. W6-142: 18.08.	10.00 - 11.00 Jugend & Erw. Improvisation Annika W5-087: 11.08. W6-143: 18.08.		
										11.00 - 12.00 (ab 7-12 Jahre) Moderner Tanz N.N./Coline W5-088: 11.08. W6-144: 18.08.	11.00 - 12.00 Jugend & Erw. Tanz & Bewegung Annika W5-089: 11.08. W6-145: 18.08.		
15.30 - 16.30 (ab 4 Jahre) Kindertanz Caro/Silke W5-043: 06.08. W6-1095: 13.08.		15.30 - 16.30 (ab 6 Jahre) Kindertanz 2 Nadine/Eva W5-052: 07.08. W6-105: 14.08.	15.30 - 16.15 (ab 3 Jahre) Kindertanz Nadine W6-104: 14.08.		15.30 - 16.15 (ab 2 Jahre) Fit Kids Vivi W5-060: 08.08. W6-113: 15.08.			15.30 - 16.30 (ab 13 Jahre) Jazzdance Nadine W5-076: 10.08. W6-131: 17.08.	15.30 - 16.30 (ab 6-9 Jahre) Moderner Tanz Caro/Coline W5-077: 10.08. W6-132: 17.08.		12.30 - 13.30 Externes Angebot: Karate	12.00 - 13.00 Beweglichkeit & Kraft Annika W5-090: 11.08. W6-146: 18.08.	
16.30 - 17.30 (ab 7-12 Jahre) Dancing Kids Caro/Silke W5-044: 06.08. W6-096: 13.08.		16.30 - 17.30 (ab 4 Jahre) Kindertanz 1 Kira/Eva W6-105: 14.08.	16.30 - 17.30 (ab 7-12 Jahre) Ballett for Kids Nadine W5-053: 07.08. W6-106: 14.08.	16.00 - 17.00 (ab 4-6 Jahre) Kindertanz Caro/Kira W5-061: 08.08. W6-114: 15.08.	16.30 - 17.30 (ab 13 Jahre) Improvisation Nadine W5-062: 08.08. W6-115: 15.08.		16.30 - 17.30 (ab 7-12 Jahre) Summerdance Kira/Eva W5-070: 09.08. W6-123: 16.08.	16.30 - 17.30 (ab 7-12 Jahre) Jazzdance Nadine W5-078: 10.08. W6-133: 17.08.	16.30 - 17.30 (ab 13 Jahre) Ballett/Modern Caro/Coline W5-079: 10.08. W6-134: 17.08.		16.00 - 17.00 H.I.I.T. (Hochintensives Intervalltraining) Irene W5-091: 11.08. W6-147: 18.08.		
	17.30 - 18.30 (ab 7-12 Jahre) Streetdance Kids Nadine W5-045: 06.08. W6-097: 13.08.	17.45 - 18.45 (ab 13 Jahre) Jazz Show Kira W5-054: 07.08. W6-107: 14.08.	17.45 - 18.45 Jugend & Erw. Contemporary Ballett Nadine/Eva W5-055: 07.08. W6-108: 14.08.	17.00 - 18.00 (ab 7-12 Jahre) Moderner Tanz Caro/Kira W5-063: 08.08. W6-116: 15.08.		17.00 - 18.00 (ab 5-9 Jahre) Breakdance for Kids Annika W6-124: 16.08.		18.00 - 19.00 (ab 10 Jahre) Breakdance Annika W6-125: 16.08.	18.00 - 19.00 (ab 9-12 Jahre) Streetdance Kenny W5-071: 09.08. W6-126: 16.08.	17.30 - 19.00 Jazzdance f. Erw. 2 Freddy W5-080: 10.08. W6-135: 17.08.		17.00 - 18.00 (ab 13 Jahre) Hip Hop Kenny W5-092: 11.08. W6-148: 18.08.	17.45 - 18.45 Zumba® Natascha W5-093: 12.08. W6-149: 19.08.
18.30 - 19.30 Jugend & Erw. Streetdance Kenny W5-046: 06.08. W6-098: 13.08.	18.30 - 19.30 (ab 13 Jahre) Musical Dance Nadine W5-047: 06.08. W6-099: 13.08.		19.00 - 20.00 Jugend & Erw. Jazz/Modern Kira W5-056: 07.08. W6-109: 14.08.	18.15 - 19.15 (ab 13 Jahre) Moderner Tanz Nadine/Kira W5-064: 08.08. W6-117: 15.08.	18.30 - 19.30 Pilates Caro/Regine W5-065: 08.08. W6-118: 15.08.		19.00 - 20.30 Jazz & Modern-dance f. Erw. 3 Kira W5-072: 09.08. W6-127: 16.08.	18.15 - 19.15 Pilates & Stretch Nadja W5-081: 10.08. W6-136: 17.08.	19.15 - 20.15 (für Paare) Gesellschaftstanz Conny W6-138: 17.08.				19.00 - 20.00 Dance Aerobic Natascha W5-094: 12.08. W6-150: 19.08.
19.30 - 20.30 NIA™ Ellen W5-048: 06.08. W6-100: 13.08.	20.00 - 21.00 STRONG by Zumba® Nadine W5-049: 06.08. W6-101: 13.08.	19.30 - 20.30 Fatburner Natascha W5-057: 07.08. W6-110: 14.08.		19.30 - 20.30 Modern-dance f. Erw. Nadine/Kira W5-066: 08.08. W6-119: 15.08.	19.30 - 20.30 Pilates 2 Caro/Regine W5-067: 08.08. W6-120: 15.08.		20.00 - 21.00 Zumba® Mona W5-074: 09.08. W6-129: 16.08.	19.15 - 20.15 Mobility & Fasziensfitness Nadja W5-082: 10.08. W6-137: 17.08.	20.15 - 21.15 Salsa Dance Sandra W5-083: 10.08. W6-139: 17.08.				
20.45 - 21.45 (für Paare) Salsa Justo W5-050: 06.08.		20.30 - 21.30 Starker Rücken Vivi W5-058: 07.08. W6-111: 14.08.	20.30 - 21.30 Fitness Kompakt Body-Workout Natascha W5-059: 07.08. W6-112: 14.08.	20.45 - 21.45 Yoga / Pilates Entspannung Silke W5-068: 08.08. W6-121: 15.08.	20.45 - 21.45 Ballett f. Erw. Nadine/Kira W5-069: 08.08. W6-122: 15.08.	20.45 - 21.45 Streetdance f. Erw. Kenny W5-075: 09.08. W6-130: 16.08.							

Für Allongé-Mitglieder ist die Teilnahme an allen Workshops kostenlos.

Zur besseren Planung bitten wir alle Teilnehmer der regulären Erwachsenenurse, sich für die Teilnahme an zusätzlichen Kursen anzumelden.

Workshops für

Erwachsene: **Tanzen**
Haltung & Bewegung

Workshops für

Kinder i. Alter v. **Kita** **Grundschule**
Jugendliche: **ab ca. 13 J.**