

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
Anmeldungen bitte über das Kontaktformular auf www.allonge.de



Studio für Bewegung und Tanz
Sonntag

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
<p>✓ Workshop hat noch freie Plätze; Anmeldung ist noch möglich</p> <p>✓ Nur noch wenige Plätze verfügbar; Anmeldung ist noch möglich</p> <p>✓ Workshop ist ausgebucht; keine Anmeldung mehr möglich</p>				<p>10.00 - 11.00 Externes Angebot: Kanga</p>		<p>10.00 - 11.00 Externes Angebot: Kanga</p>							
										<p>12.30 - 13.30 Externes Angebot: Karate</p>			
<p>15.30 - 16.30 (ab 4 Jahre) Kindertanz Silke/Caro W5-043: 06.08. ✓ W6-095: 13.08. ✓</p>		<p>15.30 - 16.30 (ab 6 Jahre) Kindertanz 2 Eva W6-103: 14.08. ✓</p>		<p>15.30 - 16.15 (ab 2 Jahre) Fit Kids Vivi W5-060: 08.08. ✓ W6-113: 15.08. ✓</p>									
<p>16.30 - 17.30 (ab 7-12 Jahre) Dancing Kids Silke/Caro W5-044: 06.08. ✓ W6-096: 13.08. ✓</p>		<p>16.30 - 17.30 (ab 4 Jahre) Kindertanz 1 Eva W6-105: 14.08. ✓</p>		<p>16.00 - 17.00 (ab 4-6 Jahre) Kindertanz Caro/Kira W5-061: 08.08. ✓ W6-114: 15.08. ✓</p>		<p>16.30 - 17.30 (ab 7-12 Jahre) Summerdance Eva W6-123: 16.08. ✓</p>		<p>16.30 - 17.30 (ab 7-12 Jahre) Jazzdance Nadine W6-133: 17.08. ✓</p>		<p>16.30 - 17.30 (ab 13 Jahre) Ballett/Modern Coline W6-134: 17.08. ✓</p>			
				<p>17.00 - 18.00 (ab 7-12 Jahre) Moderner Tanz Caro/Kira W5-063: 08.08. ✓ W6-116: 15.08. ✓</p>		<p>17.00 - 18.00 (ab 5-9 Jahre) Breakdance for Kids Annika W6-124: 16.08. ✓</p>				<p>16.00 - 17.00 H.I.I.T. (Hochintensives Intervalltraining) Irene W5-091: 11.08. ✓ W6-147: 18.08. ✓</p>			
		<p>17.30 - 18.30 (ab 7-12 Jahre) Streetdance Kids Nadine W5-045: 06.08. ✓ W6-097: 13.08. ✓</p>		<p>17.45 - 18.45 Jugend & Erw. Contemporary Ballett Eva W6-108: 14.08. ✓</p>				<p>18.00 - 19.00 (ab 10 Jahre) Breakdance Annika W6-125: 16.08. ✓</p>		<p>17.30 - 19.00 Jazzdance f. Erw. 2 Freddy W5-080: 10.08. ✓ W6-135: 17.08. ✓</p>		<p>17.00 - 18.00 (ab 13 Jahre) Hip Hop Kenny W6-148: 18.08. ✓</p>	
<p>18.30 - 19.30 Jugend & Erw. Streetdance Kenny W5-046: 06.08. ✓ W6-098: 13.08. ✓</p>						<p>18.30 - 19.30 Pilates Caro/Regine W5-065: 08.08. ✓ W6-118: 15.08. ✓</p>				<p>18.15 - 19.15 Pilates & Stretch Nadja W5-081: 10.08. ✓ W6-136: 17.08. ✓</p>		<p>17:45 - 18:45 Zumba® Natascha W5-093: 12.08. ✓ W6-149: 19.08. ✓</p>	
<p>19.30 - 20.30 NIA™ Ellen W5-048: 06.08. ✓ W6-100: 13.08. ✓</p>		<p>19.00 - 20.00 Jugend & Erw. Jazz/Modern Kira W5-056: 07.08. ✓ W6-109: 14.08. ✓</p>		<p>19.30 - 20.30 Moderndance f. Erw. Nadine/Kira W5-066: 08.08. ✓ W6-119: 15.08. ✓</p>		<p>19.00 - 20.00 (ab 13 Jahre) Streetdance Kenny W6-128: 16.08. ✓</p>		<p>19.15 - 20.15 Mobility & Fasziensfitness Nadja W5-082: 10.08. ✓ W6-137: 17.08. ✓</p>				<p>19.00 - 20.00 Dance Aerobic Natascha W5-094: 12.08. ✓ W6-150: 19.08. ✓</p>	
<p>20.00 - 21.00 STRONG by Zumba® Nadine W5-049: 06.08. ✓ W6-101: 13.08. ✓</p>		<p>19.30 - 20.30 Fatburner Natascha W5-057: 07.08. ✓ W6-110: 14.08. ✓</p>		<p>19.30 - 20.30 Pilates 2 Caro/Regine W5-067: 08.08. ✓ W6-120: 15.08. ✓</p>		<p>20.00 - 21.00 Zumba® Mona W5-074: 09.08. ✓ W6-129: 16.08. ✓</p>		<p>20.15 - 21.15 Salsa Dance Sandra W5-083: 10.08. ✓ W6-139: 17.08. ✓</p>					
		<p>20.30 - 21.30 Starker Rücken Vivi W5-058: 07.08. ✓ W6-111: 14.08. ✓</p>		<p>20.30 - 21.30 Fitness Kompakt Body-Workout Natascha W5-059: 07.08. ✓ W6-112: 14.08. ✓</p>		<p>20.45 - 21.45 Ballett f. Erw. Nadine/Kira W5-069: 08.08. ✓ W6-122: 15.08. ✓</p>		<p>20.45 - 21.45 Streetdance f. Erw. Kenny W5-075: 09.08. ✓ W6-130: 16.08. ✓</p>					
				<p>20.45 - 21.45 Yoga / Pilates Entspannung Sinja W6-121: 15.08. ✓</p>									

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.**