

# Vivace's Gymnastik- und Tanzkursplan

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	
Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2
		8.45-9.45 Bodyshape *									
		9.45-10.45 Pilates *	10.00-11.00 50 Plus	9.30 - 11.00 Yoga	10.00-10.45 Wirbelsäulen- gymnastik	9.30 - 11.00 Yoga *		9.30-10.30 Spezial-Mix	9.30 - 10.30 Yoga <b>(Prävention)</b>		
			11.00-12.00 Fit in den Frühling		10.45-11.30 Stretching & Balance			10.30-11.30 Dance- moves *	10.30 - 11.30 Pilates <b>(Prävention)</b>	11.00-12.30 Yoga *	11.45-13.15 Ballett II
										12.30-13.30 Videoclip- dance I	13.30-14.30 Ballett Kids ab 5 Jahre
										13.30-14.30 Dance- moves II	
15.00-16.00 Ballett Kids ab 4 Jahre										14.30-15.30 Bodyshape *	
16.00-17.00 Ballett Kids ab 7 Jahre	Capoeira <b>i.P.</b>	16.00-17.00 Videoclip- dance II ab 14 Jahre	16.00-17.00 Ballett Kids I-II ab 6 Jahre	16.00-17.00 Videoclip- dance I ab 14 Jahre	16.00-17.00 Kreativer Kindertanz ab 3 Jahre	16.00-17.00 Videoclip- dance I ab 12 Jahre	15.30-16.30 K-Ballett I ab 5 Jahre	16.00-17.00 Kreativer Kindertanz ab 3 Jahre	16.00-17.00 Orient. Tanz Jug II-III	15.30-16.30 Step II *	
17.00-18.00 Yoga	17.00-18.00 Jazz Kids I ab 10 Jahre	17.00-18.00 Dance- moves I *	17.00-18.00 Ballett Kids III ab 14 Jahre	17.00-18.00 Videoclip- dance III ab 15 Jahre	17.00-18.00 Ballett Kids ab 5 Jahre	17.00-18.00 Videoclip- dance II ab 9 Jahre	16.30-17.30 K-Ballett II ab 9 Jahre	17.00-18.00 Kreativer Kindertanz ab 5 Jahre	17.00-18.00 Orient. Tanz Kids I-II		
18.00-19.00 Step Einsteiger+I	18.00-18.50 Bauch und Rücken	18.00-19.00 Bodyshape	18.00-19.00 Pilates *		18.00-19.00 Pilates <b>(Prävention)</b>	18.00-19.00 Bodyshape	17.30-18.30 K-Ballett III ab 14 Jahre	18.00-19.30 Orient III	18.00-19.00 <b>ZUMBA</b> *		
19.00-20.00 Jazz Basic	19.00-20.00 Bodyshape *	19.00-20.15 Energy Yoga	19.00-20.00 Hip Hop	19.00-20.00 <b>AROHA</b> *	19.00-20.30 Orient II	19.00-20.00 Step II bzw. Fatburner	18.30-20.00 Ballett I	19.30-21.00 Yoga Flows *			
20.00-21.30 Jazz II *	20.00-21.30 Ballett Basic *			20.00-21.30 Bauch/Rücken Stretching		20.00-21.30 Jazz I+II	20.00-21.30 Pilates / Stretching				

\* für diese Kurse gibt es 10-er Karten

graue Felder = offenes Programm

**i.P. = in Planung, Interessenten bitte melden !**

Änderungen vorbehalten

Stand Mai 2012