

Kursplan



HERBST/WINTER 2019/2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10 h			09:30 - 10:15 Pilates Chair	09:30 - 10:30 Tänzerische Seniorengymnastik			
11 h	10:00 - 10:50 Fit in die Woche		10:30 - 11:20 Pilates Mobilisation				
12 h	11:00 - 11:50 Pilates I - II					11:00 - 12:00 Bauch + Rücken	11:00 - 12:00 Zumba
13 h						12:00 - 13:00 Bodyforming	
16 h				15:45 - 16:45 Ballett I (6 - 8 Jahre)			
17 h	16:00 - 17:00 HIP HOP (5 - 8 Jahre)	16:00 - 16:50 Kinderkreativtanz (4 - 6 Jahre)	16:00 - 17:00 HIP HOP (9 - 12 Jahre)		16:00 - 17:00 HIP HOP (5 - 8 Jahre)		
18 h	17:00 - 18:00 HIP HOP (9 - 12 Jahre)	17:15 - 18:05 Pilates I	17:00 - 18:00 HIP HOP (Teens)	17:00 - 18:00 Ballett II (ab 8 Jahre)	17:00 - 18:00 HIP HOP (9 - 12 Jahre)		
19 h	18:15 - 19:05 Bauch + Rücken	18:15 - 19:05 Bodyforming	18:00 - 19:00 HIP HOP (Company)	18:15 - 19:05 Bodyforming	18:00 - 19:00 HIP HOP (Teens)		
20 h	19:15 - 20:05 Pilates I-II	19:15 - 20:05 Latino Dance	19:15 - 20:05 Pilates I-II	19:15 - 20:05 Pilates I-II	19:15 - 20:30 Ballet für Erwachsene		

MICHALA MOVES
 Telefon: 01575 1037774
 E-Mail: info@michala-moves.de
www.michala-moves.de