

Stundenplan Jugendliche & Erwachsene August 2025

MONTAG

09.15 – 10.25 (70')	YOGA	im ABO	Heidi Däster
12.15 – 13.15	YOGA	im ABO	Heidi Däster
18.30 – 19.40 (70')	GYMFIT/PILATES		Nelly Halbeis
19.45 – 21.10 (85')	JAZZFIT, TONING & STRETCH		Heidi Däster

DIENSTAG

09.00 – 10.00	STEP & TONING		Heidi Däster
12.05 – 13.05	PILATES	im ABO	Ursina B'hardt
19.00 – 20.10 (70')	HIP HOP	Jug./Erwachsene	Michaela Kvet
20.10 – 21.10	JAZZDANCE	Jug./Erwachsene	Michaela Kvet

MITTWOCH

09.15 – 10.15	JAZZFIT		Heidi Däster
17.35 – 18.45 (70')	KL. BALLETT, im ABO	Jug./Erwachsene	Heidi Däster
18.50 – 19.50	JAZZDANCE	Jug./Erwachsene	Heidi Däster
20.00 – 21.00	STEP & TONING		Heidi Däster

DONNERSTAG

09.00 – 09.55	GYMNASTIK	Seniorinnen	Ursina Burkhardt
10.00 – 11.00	GYMFIT/PILATES		Ursina Burkhardt
12.15 – 13.15	YOGA	im ABO	Heidi Däster
18.00 – 19.25 (85')	JAZZFIT, TONING & STRETCH		Heidi Däster
19.30 – 20.55 (85')	CONTEMPORARY/MODERN		Flavia Unger

FREITAG

09.30 – 10.40 (70')	MOVE & TONE		Heidi Däster
17.15 – 18.15 (70')	KL. BALLETT, mit Spitze	Jug./Erwachsene	Heidi Däster
18.20 – 19.30 (70')	KL. BALLETT M	Jug./Erwachsene	Heidi Däster
19.30 – 20.00	SPITZE	Jug./Erwachsene	Heidi Däster

SAMSTAG

10.00 – 11.15 (70')	YOGA		Heidi /Jeannine
11.30 – 12.40 (70')	KL. BALLETT A, im ABO	Jug./Erwachsene	Heidi Däster

(Ballett: jeweils der letzte Samstag im Monat fällt aus)