

Stundenplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				07.00 - 08.15 Uhr Yoga Vinyasa Larissa Gassmann		
09.00 - 10.15 Uhr Aerobic f. Erw. ** Info/Anm.: 079 333 08 06 Gaby Schumacher	09.00 - 10.00 Uhr Gymnastik f. Erw. ** Info/Anmeldung: 041 710 88 00 Marinella Rudolf		10.00 - 11.00 Uhr med. QiGong ** Info/Anm.: mail@shiatsu-tcm-holenstein.ch Silvia			
	12.00 - 13.00 Uhr med. QiGong ** Info/Anm.: burkey-evaarte.ch Eva Maria	12.00 - 13.00 Uhr med. QiGong ** Info/Anm.: burkey-evaarte.ch Eva Maria	12.00 - 13.00 Uhr med. QiGong ** Info/Anm.: mail@shiatsu-tcm-holenstein.ch Silvia	10.05 - 11.05 Uhr Pilates E/D mit Kinderbetreuung Larissa Gassmann		
	14.00 - 15.30 Uhr Freies Tanzen Frauen jeden Alters (Fr. 10.-) Thea Gassmann		15.00 - 15.55 Uhr Pré-Ballett 1 ab 5 J. Sarah Malanowski Gautschi	14.15 - 15.15 Uhr Yoga Besetzt		
	16.00 - 16.55 Uhr Kindertanz ab 4 J. Thea Gassmann		16.00 - 16.55 Uhr Pré-Ballett 2 Sarah Malanowski Gautschi			
17.00 - 17.55 Uhr Ballett 2 Larissa Gassmann		17.00 - 17.55 Uhr Dance-Mix 1 ab 7 J. Lorenza Bee Berto				
18.10 - 19.05 Uhr JaNaDANCE ** Info/Anm.: jana.herrero@gmx.ch Jana Herrero	17.00 - 18.00 Belly Dance girls ** Info/Anmeldung: 078 708 27 21 Laila	18.00 - 18.55 Uhr Dancecess Info/Anm.: jana.herrero@gmx.ch Jana Herrero	18.10 - 19.25 Uhr Erw.-Ballett Adv. mit Vorkenntnissen Sarah Malanowski Gautschi	18.30 - 19.30 Uhr Dancehall ab 16 J. Nadja Toscan		
19.10 - 20.05 Uhr bodyART® Flow ** Info/Anm.: jana.herrero@gmx.ch Jana Herrero	19.30 - 20.30 Uhr Erw.-Ballett Beg. Sarah Malanowski Gautschi					

** Info und Anmeldung direkt bei TrainerIn