

Belegungsplan ab 13. September 2021

I+II+III+IV+V		Vereinsheim		Donnerstag			
SI	STUDIO I, Steinstraße 81						
PS I+II	POLE-STUDIO, Marburger Straße 13			19.15-20.45	Rücken Fit	Christin	OH
WSO	Wirtschaftsschule am Oswaldsgarten						
FES P	Friedrich-Ebert-Schule Wieseck - Pausenraum/Partyraum			10.00-11.15	Good Morning Yoga	Juliane	I+H
LUS	Ludwig-Uhland-Schule, Aulweg 120			15.45-16.45	Ballett Kids (3-5 J.)	Julia	I
Raum + H	Hybridkurs (Präsenz- + Online-Kurs)			17.00-18.00	Ballett Youth (5-8 J.)	Julia	I
OH	Reiner Onlinekurs			18.30-19.30	Chair Dance (ab ca. 13 J.)	Adina+Celina	I
Outdoor Ringallee	Outdoorkurs Ringallee = Treffpunkt Eingang Hallen-Schwimmbad Ringallee			19.35-20.35	TwerXout	Adina+Celina	I
Montag							
				16.00-17.00	Bühnentanz Tanzsternchen I (8-10 J.)	Angelika	II
				17.00-18.00	Bühnentanz Tanzsternchen II (10-12 J.)	Angelika	II
16.15-17.15	Kreativer Kindertanz (3-5 J.)	Natalie	I	18.00-19.30	Ballett Adults	Julia	II
17.30-18.30	Contemporary Kids (6-12 J.)	Julia	I	19.30-20.30	Tabata	Janika	II+H
18.30-20.00	Contemporary Adults (ab ca. 13 J.)	Julia	I				
20.00-21.30	Ballett Anfänger Adults (ab ca. 15 J.)	Julia	I	17.00-18.00	Lateinam. Tänze, Kinder+Jugend, Beginner	Nastja	III
				18.00-19.30	Bühnentanz "Gloria" (12-14 J.)	Angelika	III
16.30-17.30	Ballett Kids (3-5 J.)	Nicole	II	19.30-21.00	Israelische Tänze, Erwachsene	Angelika+Michael	III
17.30-18.30	Ballett Youth (5-8 J.)	Nicole	II				
18.30-19.30	Cardio-Kickboxen	Randi	II	18.00-19.30	Hip-Hop Leistungsgruppe / Voguing Oldway	Ina	IV
19.30-20.45	Stretching	Alina	II+H				
				9.15-11.15	Bernd Privattraining	Bernd	V
18.00-19.15	Pilates	Alina	III+H	15.00-17.00	Privates Training Rhythmische Sportgymnastik (RSG)	Julia J.	V
19.15-20.15	Hip-Hop All Style Class Anfänger + Fortgeschrittene (ab ca. 12 J.)	Trang	III	17.00-18.00	Hip Hop Kids (ab ca. 5 J.)	Mara+Evelyn	V
				18.30-20.00	Contemporary All Levels (ab 12 J.)	Janina	V
17.00-18.00	Breakdance Kids "Mini-Breaker" (ab ca. 5-8 J.)	Alex	IV	20.15-21.45	Kizomba	Mark & Tatyana	V
18.00-19.00	Breakdance Teens+Adults+Leistung	Alex	IV				
19.00-20.00	Power Aerobic	Janika	IV+H	16.00-17.00	Taekwondo Kids, Anf. (ab ca. 5 J.)	Jannik	SI
				17.00-18.00	Taekwondo Kids, Fort. (ab ca. 5 J.)	Jannik	SI
15.00-16.30	Privates Training Rhythmische Sportgymnastik (RSG)	Julia J.	V	18.00-19.30	Taekwondo Adults (ab ca. 12 J.)	Jannik	SI
16.30-18.00	Rhythm. Sportgymnastik ab ca. 6 Jahre, Fortgeschrittene (RSG)	Julia J.	V	19.30-21.00	Kickboxen Anfänger (ab ca. 12 J.)	Michael	SI
18.00-19.00	Bands Fit / Mini-Bands-Workout	Denise	V				
19.00-20.00	Dance-Fitness	Denise	V	18.30-20.00	Aerial Silk Beginner (ab 12. J.)	Tamara	WSO
20.15-21.45	Yoga - Rückenschule	Salar	V				
				18.00-20.00	Breakdance Showtraining	Fabricio	LUS
18.00-19.30	Kickboxen Anfänger (ab ca. 12 J.)	Stephan	SI				
19.30-21.30	Kickboxen Fortgeschrittene	Stephan	SI	19.00-21.00	Capoeira (ab ca. 14 Jahre)	Patrik	FES P
18.30-20.00	Aerial Silk Intermediate (leicht Fortgeschrittene ab 12. J.)	Tamara	WSO	Freitag			
19.00-21.00	Capoeira (ab ca. 14 Jahre)	Patrik	FES P	17.15-18.30	Intervalltraining	Nina	OH
Dienstag							
				15.15-16.15	Ballett Kids (3-5 J.)	Julia	I
				16.30-17.30	Ballett Kids (5-8 J.)	Julia	I
18.30-19.30	Faszientraining	Denise	OH	17.30-18.30	Ballett Youth (8-12 J.)	Julia	I
				18.30-19.30	Ballett Teens (ab ca. 12 J.)	Julia	I
10.30-11.30	Pilates	Michaela	I+H	19.30-20.30	Zumba (ab ca. 12 J.)	Julia	I
16.30-17.30	Ballett Kids 5-8 J.	Nicole	I				
17.30-18.30	Ballett Youth 8-11 J.	Nicole	I	18.30-20.00	Contemporary Adults (ab ca. 13 J.)	Ana Clara	II
18.30-20.00	Ballett Advanced Teens (12-16 J.)	Julia	I				
20.15-21.45	Hobby-Paartanzgruppe, Fortgeschrittene Erwachsene (ab ca. Gold-Star)	Bernd	I	16.30-18.00	Rock 'n' Roll Kids (ab ca. 5 J. - 12 J.)	Eileen	III
				18.00-19.15	Lateinam. Tänze, Hobby-u. Turnierpaare, Adults	Nastja	III
15.30-16.30	Bühnentanz Tanzsternchen Nachwuchs I (4-6 J.)	Angelika	II				
16.30-17.30	Bühnentanz Tanzsternchen Nachwuchs II (7-9 J.)	Angelika	II	18.00-20.00	Breakdance freies Training	ohne Trainer	IV
17.30-18.30	Bauch-Beine-Po (BBP)	Randi	II+H				
19.00-20.30	Tango Argentino Nuevo, Erwachsene, Einsteiger	Igor	II	15.30-16.45	Rhythm. Sportgymnastik 4-12 Jahre, Anfänger/Hobby (RSG)	Julia J.	V
20.30-22.00	Tango Argentino Nuevo, Erwachsene, Mittelstufe	Igor	II	16.45-18.00	Rhythm. Sportgymnastik ab ca. 6 Jahre, Fortgeschrittene (RSG)	Julia J.	V
				18.00-19.30	Yin&Yang Yoga	Juliane	V+H
17.00-18.00	Breakdance Kids "Mini-Breaker" (ab ca. 5-8 J.)	Anton	III				
18.30-20.00	House Class Adults (ab ca. 12 J.)	Jemal	III	16.30-17.30	Kickboxen Kids (ab ca. 7 J. bis 12 J.)	Judith&Sandra	SI
20.00-21.00	Ballett-Fitness (jedes Alter)	Julia	III+H	17.30-19.30	K1 / Boxen / Thaiboxen (ab ca. 12 J.)	Ali	SI
10.00-11.15	Good Morning Yoga	Juliane	V+H	18.00-20.30	Rock 'n' Roll Akrobatik+Tanz Couples Advanced ab 13 J.	Christina&Lukas	WSO
15.45-16.45	Kinderturnen / Turnen "Minis" (ca. 3-5 J.)	Eileen	V				
17.00-18.15	Kinderturnen / Turnen "Kids" (ca. 5-8 J.)	Eileen	V	17.15-18.30	Stretching	Simon	PS I+H
18.30-20.00	Dancehall Level 2+3 (Mittelst./Fortgeschr.) (ab ca. 13 J.)	Roja	V				
20.00-21.30	High Heel Class (ab ca. 13 J.)	Roja	V	Samstag			
16.30-18.00	Taekwondo Wettkampf (ab ca. 13 J.)	Jannik	SI	11.15-12.30	BBP	Nina	OH
18.00-19.30	Fighter Fitness	Michael	SI				
19.30-21.00	Krav Maga (ab ca. 13 J.)	Jan-Erik	SI	10.15-11.15	Zumba (ab ca. 12 J.)	Randi	II
17.00-18.15	Rhythm. Sportgymnastik 4-12 Jahre, Anfänger/Hobby (RSG)	Julia J.	WSO	14.00-15.00	Hula-Hoop Tricks&Dance Kids (ab ca. 5 J.)	Lea	V
18.15-20.00	Rhythm. Sportgymnastik ab ca. 6 Jahre, Fortgeschrittene (RSG)	Julia J.	WSO				
18.00-20.00	Rock 'n' Roll (frei)	Tina und Lukas	WSO	10.00-12.30	Rock 'n' Roll "TransFormation" Hauptteam	Christina & Lukas	WSO
				10.00-13.00	Aerial Silk freies Training	Tamara	WSO
16.00-17.00	Ballett Kids (3-5 J.)	Julia	FES P	13.00-14.30	Aerial Silk Schnupperkurs (ab ca. 12 J.)	Tamara	WSO
17.00-18.00	Ballett Kids (5-8 J.)	Julia	FES P	14.30-16.00	Aerial Silk Intermediate (leicht Fortgeschrittene ab 12. J.)	Tamara	WSO
Mittwoch							
				11.15-13.45	Fit&Flexy	Anna	PS I+H
20.15-21.30	Stay fit for Pole (ohne Pole)	Christin	OH	Sonntag			
16.15-17.15	Kreativer Kindertanz (3-5 J.)	Natalie	I	11.00-12.00	Ballett Kids 5-8 J.	Lena	I
18.30-19.30	Kettlebell	Denise	I	12.00-13.30	Ballett Adults ab 14 J.	Lena	I
19.30-20.30	Zumba (ab ca. 12 J.) (ab 13.09.2021)	Vanessa	I				
				9.00-11.30	Israelische Tänze (freies Training)	Angelika+Michael	II
17.30-18.30	Hip-Hop Showgruppe/Leistungsgruppe Youth (8-12 J.)	Laura & Julia K.	II	17.00-19.00	K1 / Boxen / Thaiboxen (jedes Alter)	Ali	II
18.30-20.00	HipHop Jugend und Adults (ab ca. 12 J.)	Roja	II	19.00-20.30	Fitness-Boxen	Ali	II
20.00-21.30	Dancehall Level 1+2 (Anfänger/Mittelstufe) (ab ca. 13 J.)	Roja	II				
				17.00-18.00	Zumba (ab ca. 12 J.)	Vanessa	III
13.00-18.00	Privates Training Rhythmische Sportgymnastik (RSG)	Julia J.	III				
18.30-20.00	Hip-Hop Open Class (ab ca. 12 J.) Anfänger+Fortgeschrittene	Abtin	III	9.15-11.15	Bernd Privattraining	Bernd	V
20.15-21.45	Hip-Hop Adults (ab 18 J.)	Abtin	III	14.00-15.20	Bachata Anfänger	Julia+Ahmad	V
				15.30-16.50	Salsa Anfänger	Julia+Ahmad	V
17.30-19.00	Contemporary Adults (ab ca. 13 J.)	Ana Clara	IV	17.00-18.20	Bachata Mittelstufe	Julia+Ahmad	V
				18.30-19.50	Salsa Fortgeschrittene	Julia+Ahmad	V
15.15-16.15	Eltern-Kind-Turnen ab 1 Jahr	Maike	V				
16.15-17.15	Eltern-Kind-Turnen ab 2 Jahren	Maike	V	16.00-17.00	Taekwondo Kids, Anf. (ab ca. 5 J.)	Jannik	SI
18.00-19.00	Tabata	Randi	V	17.00-18.00	Taekwondo Kids, Fort. (ab ca. 5 J.)	Jannik	SI
20.15-21.45	Yoga - Ashtanga	Salar	V	18.00-19.30	Taekwondo Adults (ab ca. 12 J.)	Jannik	SI
16.00-17.00	KungFu Kids (ca. 5-8 J.)	Jan-Erik	SI	10.00-11.15	Rhythm. Sportgymnastik 4-12 Jahre, Anfänger/Hobby (RSG)	Julia J.	WSO
17.00-18.00	KungFu Youth (ab ca. 8 J.)	Jan-Erik	SI	11.15-12.30	Rhythm. Sportgymnastik ab ca. 6 Jahre, Fortgeschrittene (RSG)	Julia J.	WSO
18.00-19.30	Martial Arts (Jugendliche + Adults)	Jan-Erik	SI				
19.30-21.30	Kickboxen Wettkampftraining	Stephan	SI	15.30-16.45	Parkour "Mini-Warriors" (5-9 J.)	Jan+Moritz	WSO
				16.45-18.00	Parkour "Youth" & "Adults" (ab ca. 10 J.) mit Jan u. Moritz	Jan+Moritz	WSO
18.30-20.00	Parkour, jedes Alter (ab ca. 12 J.)	Jan	WSO				
20.00-21.30	Jumping	Denise	WSO				