

Unterrichts-/Belegungsplan ab 21. November 2022

Vereinsheim				Donnerstag		
III+IV+V	Vereinsheim Hybridkurs (Präsenz- + Online-Kurs)					
Raum + H	Onlinekurs, welcher aus dem Vereinsheim gestreamt wird			10.00-11.15	Good Morning Yoga	Juliane/Onur
Raum + O	Reiner Onlinekurs			15.45-16.45	Ballett Kids (3-5 J.)	Julia
OH	STUDIO I, Steinstraße 81			17.00-18.00	Ballett Kids (5-8 J.)	Julia
SI	POLE-STUDIO 1 oder 2, Marburger Straße 13			18.00-19.30	Ballett Adults	Julia
PSI oder PSII	Wirtschaftsschule am Oswaldsgarten			19.30-20.30	Zumba (ab ca. 12 J.)	Iryna
PSI + H oder PSII + H	Friedrich-Ebert-Schule Wieseck - Pausenraum/Partyraum, Am Eichelbaum 69			16.30-17.30	Hip-Hop Kids (ca. 5-8 Jahre)	Roja
WSO	Ludwig-Uhland-Schule, Aulweg 120			17.30-18.30	STRONG nation™ (ab ca. 12 J.)	Randi
FES P	Georg-Büchner-Schule, Egerländer Str. 5			18.30-19.45	Chair Dance (ab ca. 13 J.)	Celina/Monja
LUS	Turnhalle Pfingstweide, Sportfeld 27, 35398 Gießen / Klein-Linden			19.45-21.00	TwerXout (ab ca. 16 J.)	Celina/Alice
GBS	Bahnhofstraße 64					
THP	Bewegungshalle der Lebenshilfe/Sophie-Scholl-Schule, Grünberger Straße 222, 35394 Gießen			16.00-17.00	Bühnentanz Tanzsternchen I (8-10 J.)	Angelika
BHST	Outdoorkurs Ringallee = Treffpunkt Eingang Hallen-Schwimmbad Ringallee			17.00-18.00	Bühnentanz Tanzsternchen II (10-12 J.)	Angelika
BSS				18.00-19.30	Bühnentanz "Gloria" (12-14 J.)	Angelika
Outdoor Ringallee				19.30-20.30	Tabata (ab ca. 14 J.)	Janika
Montag						
				16.15-17.15	Kreativer Kindertanz (3-5 J.)	Natalie
				17.30-18.30	Contemporary Kids (6-12 J.)	Julia
				18.30-20.00	Contemporary All Levels (ab ca. 13 J.)	Julia
				20.00-21.30	Ballett Anfänger Adults (ab ca. 15 J.)	Julia
				12.00-14.30	Privates Training Rhythmische Sportgymnastik (RSG)	Julia J.
				14.30-16.30	Rhythm. Sportgymnastik ab ca. 6 Jahre, Wettkampfgruppe	Julia J.
				16.30-17.30	Ballett Kids (3-5 J.)	Nicole
				17.30-18.30	Ballett Youth (5-8 J.)	Nicole
				18.30-19.30	Cardio-Kickboxen	Ali
				19.30-20.30	STRONG nation™ (ab ca. 12 J.)	Dana
				16.30-18.00	Privates Training Rhythmische Sportgymnastik (RSG)	Julia J.
				18.00-19.15	Hip-Hop All Style Anfänger + Fortgeschrittene (ab ca. 12 J.)	Trang
				19.15-20.45	Hip-Hop Female Style ab 18 J.	Trang
				19.00-20.00	Power Aerobic (ab ca. 14 J.)	Janika
				15.30-16.45	Kinderturnen / Turnen "Kids" (ca. 6-9 J.)	Moritz
				18.00-19.00	Bands Fit / Mini-Bands-Workout (ab ca. 14 J.)	Denise
				19.00-20.00	Dance-Fitness (ab ca. 14 J.)	Denise
				20.15-21.45	Yoga - Rückenschule	Salat
				17.00-18.15	Pole Level 2	Wechselnd
				18.30-20.00	Pole Level 3	Wechselnd
				20.00-21.15	Pole Schnupperkurs	Wechselnd
				17.15-18.30	Pole Level 1	Wechselnd
				18.45-20.15	Aerial Hoop Masterclass	Nicole
				20.15-21.30	Aerial Hoop Beginner (ab 15 J.)	Nicole
				16.30-18.00	Judo Kids, Anfänger (ca. 4-12 J.)	Karina/Jana
				18.00-19.30	Kickboxen Basics (ab ca. 12 J.)	Stephan
				19.30-21.30	Kickboxen Fortgeschrittene	Stephan
				18.00-20.00	Rhythm. Sportgymnastik ab ca. 6 Jahre, Wettkampfgruppe	Julia J.
				18.30-20.00	Aerial Silk All Levels (Beginner+Intermediate ab 14 J.)	Tamara
				19.00-21.00	Capoeira (ab ca. 14 Jahre)	Patrik
				18.00-20.00	Judo Kids&Youth, Fortgeschrittene (ab ca. 12 J.)	Oleg
Dienstag						
				18.30-19.30	Faszientraining (ab ca. 16 J.)	Denise
				10.00-11.15	Good Morning Yoga	Juliane/Onur
				16.30-17.30	Ballett Kids 5-8 J.	Nicole
				17.30-18.30	Ballett Youth 8-12 J.	Nicole
				18.30-20.00	Ballett Advanced Teens (12-16 J.)	Julia
				20.00-21.00	Ballett-Fitness (jedes Alter)	Julia
				15.30-16.30	Bühnentanz Tanzsternchen Nachwuchs I (4-6 J.)	Angelika
				16.30-17.30	Bühnentanz Tanzsternchen Nachwuchs II (7-9 J.)	Angelika
				17.30-18.30	Bauch-Beine-Po (BBP) (ab ca. 14 J.)	Janika
				18.30-20.00	Dancehall Level 2+3 (Mittelst./Fortgeschr.) (ab ca. 13 J.)	Roja
				20.00-21.30	High Heel Class (ab ca. 13 J.)	Roja
				18.30-20.00	Hip Hop Adults (ab ca. 12 J.)	Jemal
				20.00-21.30	Contemporary All Levels (ab ca. 13 J.)	Caitlin
				19.00-20.30	TSG Nutzung intern	
				15.45-16.45	Kinderturnen / Turnen "Minis" (ca. 3-5 J.)	Eileen
				17.00-18.15	Kinderturnen / Turnen "Kids" (ca. 6-9 J.)	Eileen
				18.30-19.45	Pilates (ab ca. 16 J.)	Alina
				19.45-21.00	Stretching (ab ca. 16 J.)	Alina
				17.00-18.15	Pole Level 1	Wechselnd
				18.30-19.45	Pole Spin Basics	Wechselnd
				20.00-21.15	Pole Level 2	Wechselnd
				16.30-17.45	Aerial Hoop Kids (ab 6 Jahren)	Christin
				18.00-20.00	Meisterschaftstraining	Wechselnd
				20.00-22.00	Trainerausbildung	Wechselnd
				16.30-18.00	Taekwondo Wettkampf (ab ca. 13 J.)	Jannik
				18.00-19.30	Fighter Fitness	Sandra
				19.30-21.00	Krav Maga (ab ca. 13 J.)	Jan-Erik
				17.00-18.15	Rhythm. Sportgymnastik ca. 4-12 Jahre, Anfänger+Fortgeschrittene	Patrick N.
				17.00-18.30	Aerial Silk Kids (ab 8 J. bis ca. 14 J.)	Laura
				17.00-18.30	Aerial Silk Beginner only (ab 14 J.)	Tamara/Laura
				18.15-20.00	Rhythm. Sportgymnastik ab ca. 6 Jahre, Wettkampfgruppe	Julia J.
				18.00-20.00	Rock n' Roll (frei)	Tina und Lukas
				16.00-17.00	Ballett Kids (3-5 J.)	Julia
				17.00-18.00	Ballett Kids (5-8 J.)	Julia
				18.00-19.30	Judo Kids (ca. 4-12 J.) & Anfänger ab 8. Kyu & Fortgeschrittene	Oleg
				19.30-21.30	Judo Kids&Youth (ab ca. 12 J.) & Erwachsene & Wettkampfttraining	Oleg
Mittwoch						
				13.00-15.00	TSG Nutzung intern	Roman
				16.15-17.15	Kreativer Kindertanz (3-5 J.)	Natalie
				17.15-18.30	Hip-Hop Level 2+3 (Mittelstufe/Fortgeschritten ab ca. 12 J.)	Roja
				18.30-19.30	Kettlebell (ab ca. 16 J.)	Denise
				20.00-21.30	Dancehall Level 1+2 (Anfänger/Mittelstufe) (ab ca. 13 J.)	Roja
				13.00-17.15	Privates Training Rhythmische Sportgymnastik (RSG)	Julia J.
				19.00-20.00	Tabata (ab ca. 14 J.)	Vanessa
				20.15-21.45	Hip-Hop Adults (ab 18 J.)	Abtin
				16.30-17.30	Breakdance Kids "Mini-Breaker" (ab ca. 5 J.)	Alex
				17.30-19.00	Contemporary All Levels (ab 12 J.)	Lena
				19.30-21.00	Ballett Spitzentanz (ab ca. 12 Jahren)	Caitlin
				17.00-17.15	Hip-Hop Level 2+3 (Mittelstufe/Fortgeschritten ab ca. 12 J.)	Roja
				18.00-19.00	Breakdance Teens+Adults+Leistung (ab ca. 12 J.)	Alex
				15.15-16.15	Eltern-Kind-Turnen (ab 1 Jahr bis ca. 2 Jahren)	Maike
				16.15-17.15	Eltern-Kind-Turnen (ab 2 Jahre bis ca. 3 Jahren)	Maike
				17.15-18.30	Rhythm. Sportgymnastik ca. 4-12 Jahre, Fortgeschrittene	Julia J.
				18.30-20.00	Hip-Hop Level 1+2 (Anfänger/Mittelstufe ab ca. 12 J.)	Roja
				20.15-21.45	Yoga - Ashtanga	Salat
				17.00-18.15	Pole Level 1	Wechselnd
				18.30-19.45	Pole Level 2	Wechselnd
				20.00-21.15	Pole Conditioning All Levels	Wechselnd
				17.00-18.15	Pole Kids, Fortgeschrittene (ab 6 J.)	Wechselnd
				18.30-19.45	Pole Level 3	Wechselnd
				20.00-21.15	Pole Level 1	Wechselnd
				16.00-17.00	KungFu Kids (ca. 5-8 J.)	Jan-Erik
				17.00-18.00	KungFu Youth (ab ca. 8 J.)	Jan-Erik
				18.00-19.30	Martial Arts (Jugendliche + Adults)	Jan-Erik
				19.30-21.30	Kickboxen Fortgeschrittene/Wettkampfttraining	Stephan
				18.30-20.00	Parkour, jedes Alter (ab ca. 12 J.)	Jan
				20.00-21.30	Jumping (ab ca. 14 J.)	Denise
				16.30-18.00	Judo Kids (ca. 4-12 J.) & Anfänger ab 8. Kyu & Fortgeschrittene	Oleg
				18.00-20.00	Judo Kids&Youth, Fortgeschrittene (ab ca. 12 J.)	Oleg
				15.30-16.45	Parkour Kids (ca. 5-9 J.)	Jan+Moritz
				16.45-18.00	Parkour Jugendliche (ab ca. 10 J.)	Jan+Moritz
				18.00-19.30	Parkour Jugendliche+Erwachsene + Trampolin (ab ca. 13 J.)	Jan+Niklas