

Bitte mit vor Anmeldung /NINIS TANZFABRIK /St.Markus Kirche bis zu 20 Menschen

Montag:
16:20Uhr – 17:00Uhr – Kindertanzen
18:30 Uhr – 19:15Uhr – Zumba
19:15 Uhr – 20 : 00Uhr - Zumba
Dienstag:
16:00 Uhr- 16:45Uhr – Hip Hop
17:00 Uhr – 17:45 Uhr – B/B/Po – Wer eigne Gymnastikmatte hat bitte mitbringen.
18:00Uhr – 18:45Uhr – Klassisches Ballett
19:00Uhr – 19:45Uhr - Jumping
Mittwoch :
18:00 Uhr – 18.45Uhr – Tabata - Gymnastikmatte mitbringen
19:00Uhr – 19:45Uhr - Jumping
Donnerstag:
16:00Uhr – 16:45 Uhr – Kinderballett
17:00Uhr – 17:45Uhr – Zumba
18:00Uhr- 18:45Uhr – Barre Workout - Gymnastikmatte mitbringen
19:00Uhr – 19:40 Uhr – Wie gewünscht - Jumping oder Tabata
Freitag :
15:00Uhr – 15:45Uhr – Zumba Kids
16:00Uhr- 16: 40Uhr- Musical kids
17:00Uhr -17:45Uhr – Zumba Kids
18:00 Uhr – 18:45 Uhr –Barre Wourkout- Gymnastikmatte und Therabänder mitbringen
19:00Uhr – 19:45 Uhr – Zumba
Samstag-
11:00 Uhr – 12:00Uhr Yoga – Gymnastikmatte mitbringen
Wichtig: Hygieneregeln einhalten / Abstanden Bleiben /Masken nicht vergessen
Umkleiden und WC offen /Duschen geschlossen / Training ohne Masken