

# Stundenplan Hochdorf ab Mitte August 2018



Stunde	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8.30	Pilates* 08.30 - 09.30	NEU Yoga 08.30 - 09.30	Pilates* 08.30 - 09.30			div. Workshops und Weiterbildungen	div. Workshops und Weiterbildungen
10.00		Rückbildung mit Baby 10.00 - 11.00					
14.00		Babymassage-Kurs 14.00 - 15.15 9./16./23./30. Okt. 2018					
15.55		Kindertanz* 5 - 6 J. 15.55					
16.45		Kids-Dance* ab 7 J. 16.45					
17.30 / 18.20		Teen-Dance* ab 10 J. 17.40		Power Pilates* 1/2 h intensives Training 18.20 - 18.50	Teen-Dance / Hip-Hop* Oberstufe 17.30		
18.30 / 19.00	Zumba 19.00 - 20.00	NEU Power Dance* 40min 18.35 - 19.15	Rückbildung ohne Baby 19.00 - 20.00	Pilates* 19.00 - 20.00	Dance-Styles / Hip-Hop* ab 16 J. 18.30		
20.10	Pilates* 20.10 - 21.10		NEU Hatha Yoga 20.10 - 21.10	Pilates* 20.10 - 21.10			

\* = Krankenkassen anerkannt

mit Kinderbetreuung