

Flow Dance Loft

Zelgli 3, 5452 Oberrohrdorf

+41787736600 //

flowdanceloft@gmail.com

flowdance.ch



STUNDENPLAN

ab Oktober 2021



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
9:00	Monday Morning Flow Pilates/Yoga 9:15-10:30 Indoor/Outdoor mit Taryn	Dance Yoga 9:00 - 10:00 mit Petra Daniele	Kreativer Kinderballett ab 3 // 9:30-10:15	T-Bow // 8:30-9:30 Slingness // 9:45-10:45 bewegung pur antriebskraft.ch mit Sibylle Hausherr	Ballett für Erwachsene 9:30-10:30 // mit Deborah	Yoga Morning Flow mit Mirjam's Yoga Heart STV: Adrian 8:45-9:45 	Saturday Morning Flow Indoor/Outdoor Yoga mit Taryn 9:15-10:30
10:00			Golden Yoga/ Slow Flow Yoga mit Andrea 10:30-11:30				
11:00							
14:00	Kreativer Kinderballett 1. Klasse // 14:30-15:20					Mit Nita Kreativer Kinder Jazz 4-6 Jahren // 14:00-14:50	
15:00	Pre - Ballett 2. Kiga // 15:30-16:15	Pre - Ballett mit Taryn ab 4 // 15:00-15:50				Contemporary Jazz Dance ab 7 // 15:00-15:50	
16:00	Pre - Ballett 2. Klasse // 16:25-17:15	Pre-Ballett ab 5 // 16:00-16:50	Pre-Ballett ab 5 // 16:00-16:50 mit Deborah		Ballett ab 7 // 16:15-17:15 mit Taryn	Contemp. Jazz Dance 3. Kl // 16:00-17:00	
17:00	Ballett 3. Klasse // 17:25-18:25	Ballett ab 7 // 17:00-18:00	Breaking 7-9 // 17:00 - 18:00 mit B boy Cho		Contemporary Jazz Dance ab 9 // 17:30-18:45	Contemporary Jazz Dance ab 10 // 17:10-18:25	
18:00	Ballett ab 9 // 18:30-19:45	Ballett ab 10 // 18:05-19:20	Contemporary Modern Dance Teens & Adults 18:30-19:50 mit Lhamo	Wednesday Evening Yoga Flow 18:45-20:00	Contemporary Jazz Dance Teens 19:00-20:30	Ballett für Erwachsene 18:45-19:45// mit Deborah	
19:00		Free Your Mind Cardio Dance Flow 19:30-20:30 // mit Moni		Rückbildungskurs 19:30-20:30 www.ruekbildung.ch mit Lina Svedhage			
20:00			Wednesday Evening Yoga Flow 20:15-21:30 mit Andrea				
21:00							

Gratis Schnupperlektionen für Kinder & Jugendliche können jederzeit besucht werden. Bitte mit Voranmeldung.

Wenn ein Kurs derzeit ausgebucht ist, haben wir eine Warteliste. // Erwachsene Schnupperlektionen 20.- //