



STUNDENPLAN

ab August 2022



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9:00	Monday Morning Flow Hatha Yoga 9:00-10:15 Annja	Dance Yoga 9:00-10:00 Petra Daniele	Kreativer Kinderballett ab 3 // 9:30-10:15 Taryn	T-Bow // 8:30-9:30 Slingness // 9:45-10:45 <i>bewegung pur antriebskraft.ch</i> mit Sibylle Hausherr	Ballett für Erwachsene 9:30-10:30 // Deborah	Yoga Morning Flow mit Mirjam's Yoga Heart 8:45-9:45 mirjams-yoga-heart.ch
10:00			Golden Yoga/ Slow Flow Andrea 10:45-11:45			Saturday Morning Flow Indoor/Outdoor Yoga mit Taryn 9:00-10:15 oder 8:30-9:45
11:00		Schwangerschafts-Pilates 10:15-11:15 Petra Daniele NEU!!				
					Nita	Sonntag
14:00	Montags mit Taryn Kreativer Kinderballett 2. Klasse // 14:30-15:20		KIDS YOGA 14:00-15:00 Manuela Anmeldung: kidsyoga@gman.ch		Kreativer Kinder Jazz 4-6 Jahren // 14:00-14:50	Teens Yoga Flow Mirjam's Yoga Heart 10:00-11:00 alle 2. Wochen mirjams-yoga-heart.ch
15:00	Pre - Ballett 2. Kiga/ 1. Kl. // 15:30-16:15	Pre - Ballett mit Taryn ab 1. Kiga // 15:00-15:50	Pre - Ballett mit Deborah 3- 4 Jahren // 15:00-15:45		Contemporary Jazz Dance ab 8 // 15:00-15:50	
16:00	Pre - Ballett 3. Klasse // 16:25-17:15	Pre-Ballett ab 1. Kl // 16:00-16:50	Pre-Ballett ab 1. Kl // 16:00-16:50 Deborah	Ballett mit Taryn ab 9 // 16:15-17:15 Taryn	Contemp. Jazz Dance 4. Kl // 16:00-17:00	
17:00	Ballett 3 & 4. Klasse // 17:25-18:25	Ballett ab 8 // 17:00-18:00	Breaking 7-9 // 17:00 - 18:00 B boy Cho	Contemporary Jazz Dance ab 5. Kl // 17:30-18:45	Contemporary Jazz Dance ab 10 // 17:10-18:25	
18:00	T-Bow // 18:00-19:00 Slings Myofaziales Training // 19:10 - 20:10 <i>bewegung pur antriebskraft.ch</i> mit Sibylle Hausherr	Ballett ab 5. Kl // 18:05-19:20	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	YOGA SPECIALS mit Mirjam Monatlich Voll Mond Yoga Mirjam's Yoga Heart mirjams-yoga-heart.ch
19:00	Ballett & Pre-Pointe ab 10 // 18:30-19:45	Free Your Mind Cardio Dance Flow 19:45-20:45// Moni	Wednesday Evening Yoga Flow 20:15-21:30 Andrea	Rückbildungskurs 19:30-20:30 www.rueckbildung.ch mit Lina Svedhage	Vinyasa Open Flow mit Mirjam's Yoga Heart 20:00 - 21:15 mirjams-yoga-heart.ch	
20:00						
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.- //

