

**TRAININGSPLAN**

Stand: Nov. 2023

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		WOCHENENDE	
LOFT	STUDIO	LOFT	STUDIO	LOFT	STUDIO	LOFT	STUDIO	LOFT	STUDIO	LOFT	STUDIO
	VERMIETET		15:15 Uhr (50min) Tänzerische Früherziehung 4-6 J. (Lola)			9:30 Uhr Gesund & Aktiv Kargah-Projekt 14-tägig			16:15 Uhr Hip Hop Kids 7-10 J. (Cati)		KURSE in Planung  Workshops Geburtstags-Tanzen Junggesellinnen- Abschiede Teambuilding Coaching  auf Anfrage
	VERMIETET		16:15 Uhr Modernes Ballett 7-10 J. (Lola)	17 Uhr Contemporary Teens 14-20 J. (Kirsten)		17 Uhr Contemporary Kids 10-14 J. (Kirsten)	VERMIETET	17:15 Uhr Hip Hop Kids 11-14 J. (Cati)			
18 Uhr Dance Basics Level 1 (Kirsten)	VERMIETET	18 Uhr Ballett Level 1 (Loris)		18 Uhr Commercial Fusion Jazz Level 2 (Kirsten)	18 Uhr Tanz-Akrobatik Kids & Teens. (Anna-Lena)	18.30 Uhr Ballett Level 2 (Kirsten)		VERMIETET	18:15 Uhr Urban Hip Hop Teens & Twens (Cati)		
19 Uhr Ballett Level 3 (Kirsten)	VERMIETET	19 Uhr Modern Jazz Level 2 (Loris)	19 Uhr Improvisation - Offener Level (Kirsten & Mei)	19 Uhr Contemporary Level 1 (Kirsten)	19 Uhr Yoga <i>In Planung</i>	19.30 Uhr (30 Min.) Spitze Level 2 (Kirsten)	19 Uhr Afro Hip Hop Level 1 (Cati)	VERMIETET			
20 Uhr (90 Min.) Contemporary Level 3 (Kirsten)			20 Uhr GUTE NACHT Strech.Breathe.Relax. Offener Level (Kirsten & Mei)	20 Uhr wechselnde Intensiv-Kurse	20 Uhr Gute-Nacht-Yoga <i>In Planung</i>	20 Uhr (90 Min.) Contemporary Level 2 (Kirsten)					
Die Probestunde kostet eine Drop-In-Stunde (15 €) und wird bei einer Anmeldung zurück geschenkt.		Klassen ohne Altersangabe sind für Erwachsene, sowie Tänzer*innen ab 15 J. zugelassen. Ausnahmen bei jüngeren Talenten möglich.		Für unsere Lebenslustigen (Ü40/Ü50) sind viele Kurse geeignet. Sprich uns speziell darauf an.		Bei Kinderkursen wird grob nach Alter unterschieden. Die richtige Klasseneinteilung wird aber immer nach Können und Charakter der Kindes vorgenommen und muss mit den Dozenten abgesprochen werden.				Level 1 = Anfänger Level 2 = Mittelstufe Level 3 = Fortgeschritten und für Profis geeignet	