

Kursplan

Info	Montag	Zeit in h	Gruppe	Raum	Altersstufe	Level	Lehrer/in	
	08:45 - 09:45	01:00	Vinyasa Yoga ****	Popcorn	Adults	open level	Miriam Sanz Nussbaumer	
	18:05 - 19:05	01:00	Open style/Urban Kids	Popcorn	Kids	Medium	Malena Virga	
	18:05 - 19:05	01:00	Open style/Urban Teens	Candy	Teens	Beginners	Svenja Büttiker	
	19:00 - 20:00	01:00	Pump-Sation**	Eventraum	Adults	open level	Marcia Millonig	
	19:10 - 20:05	00:55	Vinyasa Yoga ****	Popcorn	Adults	open level	Miriam Sanz Nussbaumer	
	19:10 - 20:10	01:00	Förderklasse	Candy	Kids/Teens/Adults	open level	Svenja Büttiker	
	20:15 - 21:15	01:00	Open style/Urban Adults	Popcorn	Young Adults Ü16	open level	Svenja Büttiker	
	20:15 - 21:15	01:00	Open style Urban Adults	Candy	Adults Ü35	open level	Denise Baumgartner	
Info	Dienstag	Zeit in h	Gruppe	Raum	Altersstufe	Level	Lehrer/in	
	12:00 - 13:00	01:00	Hot-Iron**	Eventraum	Adults	open level	Cornelia Mosimann	
	16:00 - 16:40	00:40	Open style/Urban Kiddies	Candy	Kiddies	Beginners	Amanda Jeker	
	16:50 - 17:50	01:00	Open style/Urban Kids	Candy	Kids	Medium	Amanda Jeker	
	17:50 - 18:50	01:00	Open style/Urban Kids	Popcorn	Kids	Medium	Lorine Tran	
	17:55 - 18:55	01:00	Open style/Urban Teens	Candy	Teens	Medium	Amanda Jeker	
	19:00 - 20:00	01:00	Förderklasse	Candy	Kids/Teens/Adults	open level	Amanda Jeker	
Info	Mittwoch	Zeit in h	Gruppe	Raum	Altersstufe	Level	Lehrer/in	
	17:55 - 18:55	01:00	Zumba*	Candy	Adults	open level	Andrea Viatte	
	18:00 - 18:55	00:55	Sugar rush	Popcorn	Kiddies	Showgroup	Denise Baumgartner	
	19:00 - 20:00	01:00	Pilates**	Eventraum	Adults	open level	Marcia Millonig	
	19:10 - 21:10	02:00	Next step	Candy	Teens	Showgroup	Amanda Jeker	
	19:30 - 20:30	01:00	Open style Urban Adults	Popcorn	Adults Ü25	open level	Annelise Pfluger	
Info	Donnerstag	Zeit in h	Gruppe	Raum	Altersstufe	Level	Lehrer/in	
	16:30 - 17:10	00:40	Open style/Urban Kiddies	Popcorn	Kiddies	Beginners	Syria Gulizia	
	17:15 - 17:55	00:40	Open style/Urban Kids	Popcorn	Kids	Beginners	Syria Gulizia	
	17:45 - 19:45	02:00	Cute emotion	Candy	Kids	Showgroup	Sarah Henzirohs	
	18:45 - 19:45	01:00	Vinyasa Yoga ****	Popcorn	Adults	open level	Miriam Sanz Nussbaumer	
	19:00 - 20:00	01:00	Pump-Sation**	Eventraum	Adults	open level	Marcia Millonig	
	20:00 - 22:00	02:00	Intense	Candy	Adults	Showgroup	Amanda Jeker	
Info	Freitag	Zeit in h	Gruppe	Raum	Altersstufe	Level	Lehrer/in	
	09:00 - 10:00	01:00	Pilates**	Eventraum	Adults	open level	Marcia Millonig	
	16:30 - 17:10	00:40	Open style/Urban Kids	Candy	Kids	Beginners	Marie Santucci	
	17:20 - 18:20	01:00	Open style/Urban Kids	Candy	Teens	Beginners	Marie Santucci	
	19:00 - 20:00	01:00	Kangoojump***	Candy	Adults	open level	Bettina Nagy	

Alterskategorien:

Kiddies	4 - 6 years
Kids	7 - 11 years
Teens	12 - 15 years
young adults	16 - 25 years
Adults	Ü25 & Ü35 years

* Infos unter 079 767 62 30 / andrea.viatte@gmx.ch

** Infos unter 079 263 05 16 / Marcia Millonig/ www.vitalityinn.ch

*** Infos unter 076 644 00 76 / Insta: bn_personal_training

**** Infos unter 058 255 01 90 / Miriam Sanz Nussbaumer / https://flowlicious.ch/

Open style/Urban ist ein Stil-Mix, bei dem jeder Stil seine eigene Technik hat. Die meisten dieser Stile entspringen der Hip-Hop-Kultur. Unser Leiterteam ist so vielfältig und jeder einzigartig in seinem Tanzstil, mit dem Kursnamen «Open style/Urban» werden wir allen Bedürfnissen «gerecht». Wenn du mehr davon wissen/sehen willst – komm einfach für eine Schnupperlektion vorbei!