

STUNDENPLAN Ballettschule im Hofgarten / Gesundheitszentrum Lohmar gültig ab Januar 2023

Großer Saal

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	09:00 – 10:00 Pilates Level 2 D. Schuster-Weber	09:45 – 10:45 Rückenfitness D. Schuster-Weber	09:00 – 10:00 Pilates Level 1 D. Schuster-Weber	09:30 – 10:30 Entspannt ins Wochenende Hatha Yoga K. Kopp	9:00 – 10:00 Einzelstunde
	10:15 – 11:15 Dance Fitness M. Czychi	10:45 – 11:45 Rückenfitness D. Schuster-Weber		10:30 – 11:30 Bodyworkout Barre und Flexibilität J.Radermacher	10:00 – 11:30 Ballett open class A. Hartmann
			10:30 – 11:15 Rehasport Gelenke D. Schuster-Weber		11:30 – 13:00 Akrobatik M. Weber
		14:30 – 15:15 Eltern-Kind-Tanzen		13:45 – 14:30 Tänzerische Früherziehung 3 (Troisdorf)	
14:00 – 14:45 Rehasport Wirbelsäule K. Degthareva		14:00 – 15:00 Einzelstunde			13:00 – 15:00 Einzelstunde
15:15 – 16:00 Kindertanzen K. Degthareva	15:15 – 16:00 Tänzerische Frühförderung 2 J.Radermacher	15:00 – 15:30 Einzelstunde	15:15 – 16:00 Pilates (Heidepänz)	15:15 – 15:45 Tänzerische Früherziehung 1 D. Schuster-Weber	15:00 – 16:00 Einzelstunde
16:15 – 17:15 Förderklasse 2 T. Bardowicks	16:00 – 16:30 Tänzerische Frühförderung 1 J.Radermacher	15:30 – 16:00 Einzelstunde	16:30 – 17:15 Rehasport D. Schuster-Weber	15:45 – 16:45 Kinderballett A. Hartmann	16:00 – 17:00 Einzelstunde
17:15 - 18:15 Ballett Erwachsene Anfänger T. Bardowicks	16:30 – 17:30 Ballett 1 J.Radermacher	16:00 – 16:30 Einzelstunde	17:15 – 18:30 Modern Jazz 2 A. Wurche	17:00 – 18:15 Ballett und Spitzentanz A. Hartmann	17:00 – 18:00 Einzelstunde
18:15 – 19:15 Förderklasse 3 T. Bardowicks	17:30 – 18:00 Spitze Anfänger J.Radermacher	17:00 – 18:00 Streetdance Jazz A. Wurche	18:30 – 19:30 Joy of Dance – Golden Age A. Wurche		18:00 – 19:30 Einzelstunde
19:30 – 21:00 Modern Jazz 3 J.Radermacher	18:00 – 18:45 Einzelstunde	18:00 – 19:30 Jazz Fortgeschrittene / MDC A. Wurche	19:45 – 20:45 Jazz Company A. Wurche		
	18:45 – 20:45 Klass. Ballett 5-6 J.Radermacher		20:45 – 21:45 Allegro Dance Company D. Schuster-Weber		

STUNDENPLAN Ballettschule im Hofgarten / Gesundheitszentrum Lohmar gültig ab Januar 2023

Kleiner Saal

<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>	<i>Samstag</i>
	09:00 – 10:00 Rückenfitness M. Czychi				
	10:30 – 11:30 Rückenfitness D. Schuster-Weber				10:30 – 11:30 Jazz Contemporary Ehemaligen-Training (1x/Monat) D. Schuster-Weber
	11:30 – 12:15 Rückenfitness D. Schuster-Weber				
	14:45 – 15:30 Pilates Level 1 D. Schuster-Weber				
		15:45 – 16:15 Tänzerische Früherziehung 1 D. Schuster-Weber	15:00 – 16:00 Kinderballett J.Radermacher	13:45 – 15:45 Einzelstunden	
	16:30 – 17:30 Breakdance T. Langen	16:30 – 17:30 Ballett 1-2 D. Schuster-Weber	16:00 – 17:00 Ballett 2 J.Radermacher	15:45 – 16:30 Tänzerische Frühförderung 2 D. Schuster-Weber	
16:00 – 18:00 Einzelstunde	17:30 – 18:30 Streetchance Hip-Hop 1 T. Langen	17:30 – 18:30 Einzelstunde	17:00 – 18:15 Ballett 4 + Spitze J.Radermacher	16:30 – 18:00 Ballett 3 + Spitzenvorbereitung D. Schuster-Weber	
18:30 – 19:30 Bodyworkout Barre und Flexibilität J.Radermacher	18:30 – 19:30 Streetchance Hip-Hop 2 T. Langen	18:30 – 19:30 Rückenfitness D. Schuster-Weber	18:15 – 19:45 Förderklasse 3 Y. Akman	18:00 – 19:00 Förderklasse 2 D. Schuster-Weber	
19:30 – 21:00 Ballett 6 T. Bardowicks	19:30 – 21:00 Yin Yoga (NEU) G. Hoffmann	19:30 – 20:30 Cardio Pilates D. Schuster-Weber	19:45 – 20:45 Pilates Level 2 D. Schuster-Weber		
		20:30 – 21:30 Gesellschaftstanz-Projekt D. Schuster-Weber	20:45 – 21:15 Allegro Dance Company D. Schuster-Weber		