

# Kursplan

- Muskelaufbau / Straffen
- Cardio / Fettverbrennung
- Dance
- Kids & Teens
- Entspannung / Kräftigung

MO	DI	MI	DO	FR	SO
<b>16:00-16:20</b> <b>Fit Kids</b> (Zirkeltraining) <b>8-12 Jahre</b>	<b>16:00-16:50</b> <b>Hip-HopTeens</b> <b>12-15 J</b>	<b>16:00-16:50</b> <b>Kids Streetdance &amp; Freestyle Openclass</b> <b>ab 8-15 Jahre</b>	<b>16:15-17:15</b> <b>Formation</b> Meisterschaften	<b>16:00-16:50</b> <b>Hip-Hop Minis</b> <b>5-8 Jahre</b>	<b>11:00-11:20</b> <b>Fatkiller</b>
<b>16:30-17:20</b> <b>Hip Hop Kids</b> <b>8-12 Jahre</b>	<b>17:00-18:00</b> <b>Formation</b> Meisterschaften	<b>17:00-17:20</b> <b>Latino Kids</b> <b>8-12 Jahre</b>	<b>17:30 - 18:20</b> <b>TikTok Dance</b> <b>10-15 Jahre</b>		<b>11:30-11:50</b> <b>Strength</b> <b>Groupworkout</b>
<b>18:00-18:20</b> <b>Sixpack</b>	<b>18:30-18:50</b> <b>Fatkiller</b>	<b>18:00-18:20</b> <b>Cardio-Box</b>		<b>18:00-18:50</b> <b>Fullbody Shape</b>	<b>12:00-12:20</b> <b>Relax &amp; Back</b>
<b>18:30-19:00</b> <b>Booty &amp; Legs</b>	<b>19:00-19:50</b> <b>Pump</b>	<b>18:30-18:50</b> <b>Upper Body</b>	<b>19:15-20:15</b> <b>Dancehall / Afrodance</b>	<b>19:00-19:50</b> <b>Latino Dance</b>	
<b>19:15-20:15</b> <b>Heels Dance</b>				<b>20:00-21:00</b> <b>Open Choreo Class</b> <b>Hip Hop</b>	