

Stundenplan für Movita und Fitness

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:30 – 10:25 Movita Ausdauer Sonnenseite	09:30 – 10:25 Movita Sonnenseite	09:30 – 10:25 Movita Sonnenseite	09:30 – 10:25 Movita Sonnenseite	09:30 – 10:25 Movita Parkseite
10:30 – 11:25 Glückskurs* Sonnenseite	09:30 – 10:25 Body-Fit Parkseite	09:30 – 10:25 SenYoga Tanzwerk	09:30 – 10:25 Movita Für Frauen & Männer Einsteiger Parkseite	10:30 – 11:25 Movita Sonnenseite
	10:30 – 11:25 Movita Sonnenseite	10:30 – 11:25 Elonga Sonnenseite	10:30 – 11:25 Movita Sonnenseite	10:30 – 11:25 Movita Parkseite
	11:30 – 12:25 Movita Sonnenseite	14:30 – 15:25 Movita Parkseite	10:30 – 11:25 Movita Parkseite	10:30 – 11:25 Movita Tanzwerk
16:30 – 17:25 Shape your body Ü30 Tanzwerk	11:30 – 12:25 SenYoga Tanzwerk	14:30 – 15:25 Glückskurs* Einsteiger Sonnenseite		
16:30 – 17:25 Movita Sonnenseite			14:30 – 15:25 Movita Sonnenseite	
17:30 – 18:25 Movita Einsteiger Tanzwerk		17:30-18:25 Line Dance Fortgeschritten Sonnenseite	17:30 – 18:25 Movita Parkseite	
17:30 – 18:25 Movita Sonnenseite	17:30 – 18:25 Movita Tanzwerk	17:30-18:25 Line Dance Einsteiger Tanzwerk		
17:30 – 18:25 Zumba Parkseite		17:30-18:25 Line Dance Club Tanzwerk	18:30 – 19:25 Fitness „Elonga“ Parkseite	
18:30 – 19:25 Move to Music Sonnenseite	18:30 – 19:25 Zumba Parkseite	18:30 – 19:25 Zumba Parkseite		
	19:40 – 20:35 Elonga Sonnenseite	18:30 – 19:25 Shape your body Ü30 Feierstelle	20:50 – 21:45 Move to Music Parkseite	

Für Einsteiger geeignet

Neu: Movita für Frauen & Männer

Spezialgruppen für Mehrfachtänzerinnen

Geschlossene Gruppen – nicht für Mehrfachtänzerinnen

Body-Fit und Yoga nur auf Anfrage

*Glückskurs: Tanzen ab ca. 75 Jahren.

Änderungen vorbehalten / Stand Februar 2024

