

Montag

Uhrzeit	Kurs	Lehrperson	Zielergruppe	Standort	Sprache
17:15 – 18:15 Uhr	Nia® Technique	Alexandra K./Esther	Erwachsene	SG	DE
18:30 – 19:30 Uhr	Aerial Yoga	Ana Paula	Erwachsene	SG	DE/EN
19:45 – 20:45 Uhr	Aerial Yoga (ab 25.04.)	Ana Paula	Erwachsene	SG	DE/EN

Dienstag

Uhrzeit	Kurs	Lehrperson	Zielgruppe	Standort	Sprache
12:00 – 13:00 Uhr	Pilates Circuit mit Geräten	Sara	Erwachsene	SG	DE
17:00 – 18:00 Uhr	Contemporary Fusion Dance	Mara	Jugendliche	Trogen	DE
19:00 – 20:00 Uhr	Pilates meets Aerial Yoga	Sara	Erwachsene	SG	DE

Mittwoch

Uhrzeit	Kurs	Lehrperson	Zielgruppe	Standort	Sprache
13:30 – 14:30 Uhr	Kreativer Kindertanz	Debora	7 – 9 Jahre	Teufen	DE
14:30 – 15:30 Uhr	Kreativer Kindertanz	Debora	4 – 6 Jahre	Teufen	DE
16:00 – 17:00 Uhr	Contemporary Dance	Soraya	9 – 11 Jahre	Niederteufen	EN
16:30 – 17:30 Uhr	Fusion Dance	Sara	7 – 9 Jahre	SG	DE
17:00 – 18:00 Uhr	Contemporary Dance	Soraya	11 – 14 Jahre	Niederteufen	EN
17:00 – 18:00 Uhr	Streetdance	Janis	Kinder	Mörschwil	DE
17:45 – 18:45 Uhr	Pilates meets Barre Workout	Sara	Erwachsene	SG	DE/EN

Donnerstag

Uhrzeit	Kurs	Lehrperson	Zielgruppe	Standort	Sprache
16:30 – 17:30 Uhr	Modern Jazz Dance	Sara	13 – 16 Jahre	SG	DE
17:45 – 18:45 Uhr	Pilates Circuit with Equipment	Sara	Erwachsene	SG	EN
19:00 – 20:00 Uhr	Aerial Yoga meets Faszien	Sara	Erwachsene	SG	DE
20:15 – 21:15 Uhr	Salsa & Bachata für Anfänger	Maja	Erwachsene	SG	DE

Freitag

Uhrzeit	Kurs	Lehrperson	Zielgruppe	Standort	Sprache
08:45 – 09:45 Uhr	Pilates Matte	Sara	Erwachsene	SG	DE
12:00 – 12:00 Uhr	Flow with the Beat (Ab 13.05.)	Alexandra S.	Erwachsene	SG	DE/EN
17:30 – 18:45 Uhr	Förderklasse	Alle	Kinder/ Jugendliche	SG	DE

Samstag

Uhrzeit	Kurs	Lehrperson	Zielgruppe	Standort	Sprache
08:30 – 09:30 Uhr	Nia® Technique	Alexandra K./Esther	Erwachsene	SG	DE
11:00 – 12:00 Uhr	Aerial Yoga	Ana Paula	Erwachsene	SG	DE/EN