

# Kursplan Pidamo

Stand 27.02.2023

Schuckertstrasse 1 Gescher  
0151 41451691

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
09:00	<b>Pilates</b>				<b>Pilates</b>		
10:00							
11:00							
15:00							
16:00		<b>Ballet Kids bis 8 Jahre</b>	<b>Kiddies dance 4-6 Jahre</b>				
17:00		<b>Hip Jazz dance 8-9 Jahre</b>	<b>Kids dance 7-9 Jahre</b>	<b>Hip Hop mit Chani 8-12 Jahre (ausgebucht)</b>	<b>Thai bo im Fitnessraum als Circle</b>		
17:00			<b>Hip Hop mit Emilia 10-13 J.</b>				
18:00	<b>Tabata mit Yvonne</b>	<b>Full body Workout mit Yvonne</b>	<b>Teen Yoga</b>		<b>Yoga</b>		
18:00	<b>Pilates</b>		<b>Hip Hop mit Emilia 14-18 Jahre</b>	<b>18:30! Dance Step mit Chani</b>			
19:00	<b>Zumba Step</b>	<b>Zumba</b>	<b>Ballett Fitness</b>				
20:00		<b>Pilates</b>	<b>Pilates</b>				