Sommer-Schnupper-Wochen für Alle vom 22.07. - 04.08.2019

Alle Workshops ohne Levelangabe sind auch für Einsteiger geeignet. Level 2 = mit Vorkenntnissen, Level 3 = Fortgeschrittene

Anmeldungen bitte über das Kontaktformular auf www.allonge.de - unter dem Menü "Sommerschnupperwochen" geht es zur Anmeldung

- Workshop hat noch freie Plätze; Anmeldung ist noch möglich
- Nur noch wenige Plätze verfügbar; Anmeldung ist noch möglich
- Workshop ist ausgebucht; keine Anmeldung mehr möglich

Montag

Studio 1

- 15.30 - 16.30 (ab 4 Jahre) **Kindertanz** *Danai* *nur in einer Woche* W6-071: 29.07.
- 16.30 - 17.30 (ab 7-12 Jahre) **Dancing Kids** *Stefania/Danai* W5-022: 22.07. W6-072: 29.07.
- 17.30 - 18.30 (ab 13 Jahre) **JazzModern** *Danai* *nur in einer Woche* W6-073: 29.07.
- 19.30 - 20.30 **NIA™** *Ellen* W5-026: 22.07. W6-076: 29.07.

Studio 2

- 17.30 - 18.30 (ab 10 Jahre) **Streetdance** *Kenny* W5-024: 22.07. W6-074: 29.07.
- 18.30 - 19.30 Jugend & Erw. **Streetdance 2** *Kenny* W5-025: 22.07. W6-075: 29.07.
- 20.00 - 21.00 **STRONG by Zumba®** *Nadine/Asal* W5-027: 22.07. W6-077: 29.07.

Dienstag

Studio 1

- 19.30 - 20.30 **Fatburner** *Natascha* W5-032: 23.07. W6-082: 30.07.
- 20.30 - 21.30 **Starker Rücken** *Vivi* W5-033: 23.07. W6-083: 30.07.

Studio 2

- 15.30 - 16.30 (ab 4 Jahre) **Kindertanz** *Angela/Giusy* W5-028: 23.07. W6-078: 30.07.
- 16.30 - 17.30 (ab 7-12 Jahre) **Summerdance** *Angela/Giusy* W5-029: 23.07. W6-079: 30.07.
- 18.30 - 19.30 Jugend & Erw. **JazzModern /Urban Contemporary** *Angela/Kenny* W5-031: 23.07. W6-081: 30.07.
- 20.30 - 21.30 **Fitness Kompakt Body-Workout** *Natascha* W5-034: 23.07. W6-084: 30.07.

Mittwoch

Studio 1

- 16.00 - 17.00 (ab 4 Jahre) **Kindertanz** *Stefania/Giusy* W5-036: 24.07. W6-086: 31.07.
- 17.00 - 18.00 (ab 7-12 Jahre) **Moderner Tanz** *Stefania/Giusy* W5-037: 24.07. W6-087: 31.07.
- 18.15 - 19.15 (ab 13 Jahre) **Moderner Tanz** *Silke* *nur in einer Woche* W6-089: 31.07.
- 19.30 - 20.30 **Moderndance f. Erw.** *Nadine/Maria* W5-041: 24.07. W6-091: 31.07.
- 20.45 - 21.45 **Yoga / Pilates Entspannung** *Silke* W5-043: 24.07. W6-093: 31.07.

Studio 2

- 15.30 - 16.15 (ab 2 Jahre) **Fit Kids** *Vivi* *nur in einer Woche* W6-085: 31.07.
- 18.30 - 19.30 **Pilates** *Regine* *nur in einer Woche* W5-040: 24.07.
- 19.30 - 20.30 **Pilates 2** *Regine* *nur in einer Woche* W6-092: 31.07.
- 20.45 - 21.45 **Ballett f. Erw.** *Nadine/Maria* W5-044: 24.07. W6-094: 31.07.

Donnerstag

Studio 1

- 18.00 - 19.00 (ab 8 Jahre) **Breakdance** *Angela* W5-046: 25.07. W6-096: 01.08.
- 19.00 - 20.30 **Jazz- & Modern-dance f. Erw. 3** *Angela* W5-048: 25.07. W6-098: 01.08.
- 20.45 - 21.45 **Streetdance f. Erw. 2** *Kenny* W5-051: 25.07. W6-101: 01.08.

Studio 2

- 16.30 - 17.30 (ab 7-12 Jahre) **Ballett for Kids** *Angela* W5-045: 25.07. W6-095: 01.08.
- 19.00 - 20.00 (ab 13 Jahre) **Streetdance 2** *Kenny* W5-049: 25.07. W6-099: 01.08.
- 20.00 - 21.00 **Zumba®** *Ananda/Sol* W5-050: 25.07. W6-100: 01.08.

Freitag

Studio 1

- 15.00 - 16.00 (ab 7 -10 Jahre) **Jazzmodern** *Angela/Giusy* W5-052: 26.07. W6-102: 02.08.
- 16.00 - 17.00 (ab 11-16 Jahre) **JazzModern** *Giusy* *nur in einer Woche* W6-103: 02.08.
- 18.15 - 19.15 **Pilates & Stretch** *Nadja* W5-056: 26.07. W6-106: 02.08.
- 19.15 - 20.15 **Mobility & Faszienfitness** *Nadja* W5-057: 26.07. W6-107: 02.08.
- 20.15 - 21.15 **Salsa Dance** *Sandra* W5-058: 26.07. W6-109: 02.08.

Studio 2

- 16.00 - 17.00 (ab 13 Jahre) **Ballett** *Angela* *nur in einer Woche* W5-054: 26.07.
- 17.30 - 19.00 **Jazzdance f. Erw. 2** *Freddy* W5-055: 26.07. W6-105: 02.08.

Samstag

Studio 1

- 9.15 - 10.00 (ab 3 Jahre) **Kindertanz** *Stefania/Giusy* W5-059: 27.07. W6-110: 03.08.
- 10.00 - 11.00 (ab 4 Jahre) **Kindertanz 2** *Stefania/Giusy* W5-060: 27.07. W6-111: 03.08.
- 12.30 - 13.30 **Externes Angebot:** Karate

Studio 2

- 10.00 - 11.00 **Latin Mix** *Sol* *nur in einer Woche* W5-061: 27.07.
- 11.00 - 12.00 **Energy Dance** *Sol* *nur in einer Woche* W5-063: 27.07.

Sonntag

Studio 1

- 09.30 - 10.30 (ab 4-7 Jahre) **Kinderyoga** *Katrin* *nur in einer Woche* W5-064: 28.07.
- 10.30 - 11.30 **Dance Aerobic** *Katrin* *nur in einer Woche* W5-065: 28.07.
- 11.30 - 12.30 **BBP - Bauch, Beine, Po** *Katrin* W5-067: 28.07. W6-118: 04.08.

Studio 2

- 10.30 - 11.30 **Ladies Style** *Sol* W5-066: 28.07. W6-117: 04.08.
- 11.30 - 12.30 Jugend & Erw. **Hip Hop Commercial** *Kenny* W5-068: 28.07. W6-119: 04.08.
- 17:45 - 18.45 **Zumba®** *Natascha* W5-069: 28.07. W6-120: 04.08.
- 19.00 - 20.00 **Dance Aerobic** *Natascha* W5-070: 28.07. W6-121: 04.08.

allongé
Studio für Bewegung und Tanz

Für Allongé-Mitglieder ist die Teilnahme an allen Workshops kostenlos.

Neue Interessenten zahlen nur 10,00 Euro pro Woche

Workshops für

Erwachsene: Tanzen | Haltung & Bewegung

Workshops für

Kinder i. Alter v.: Kita | Grundschule

Jugendliche: ab ca. 13 J.