

# Wintersemester 2017/18

L Y M A  W O C H E N P L A N	Tempus	MONTAG			DIENSTAG			MITTWOCH				DONNERSTAG				FREITAG		Tempus	
		Saal 1	Saal 2	Saal 3	Saal 1	Saal 2	Saal 3	Saal 1	Saal 2	Saal 3	Maior	Saal 1	Saal 2	Saal 3	Maior	Saal 1	Saal 2		
	07:30-08:00		Schwangerschafts-gymnastik Julia 08 EH					07:30-08:15 Fit in den Tag Anna											
	08:00-08:30	08:00-08:45 Fit in den Tag Christa			08:00-08:45 Fit in den Tag Akos			08:00-08:45 Fit in den Tag Christina				08:00-08:45 Fit in den Tag Akos				08:00-08:45 Fit in den Tag Gabi		08:00-08:30	
	08:30-09:00																	08:30-09:00	
	09:00-09:30	Muskelaufbau & Wirbelsäule Bettina	Schwangerschafts-gymnastik Julia 08 EH		Global Dance Akos	09:15-10:15 Babyzeichensprache Simone (6-18 M.) 12 EH		Alexandertechnik Christina	Fit mit Baby Anna 12 EH (4Mon.-3J.)			Rhythustraining Harald				Tanz- Improvisationen Gabi	Motopädagogik Heike (1-3J) 12 EH	09:00-09:30	
	09:30-10:00																		09:30-10:00
	10:00-10:30		Rückbildungs-gymnastik & Bymassage / Erste Hilfe Julia (6 Wo-8Mon.)		Contemporary Dance Akos			Tanzlabor Christina				Con.Dance Techniken						10:00-10:30	
	10:30-11:00	Ballett Bettina				10:30-11:30 Spielgruppe für kleine Weltentdecker (8-24 M.) 12 EH												10:30-11:00	
	11:00-11:30												Elementares Musizieren Helga (6-24 M) 12 EH					11:00-11:30	
	11:30-12:00																	11:30-12:00	
	12:00-12:30																	12:00-12:30	
	12:30-13:00																	12:30-13:00	
		Mittagspause									Mittagspause								
	14:30-15:00							Motopädagogik (3-5 J.) Heike 12 EH	Mein Baby und ich 13:30-15:30 Susanne (0-1 J.) 08 EH									14:30-15:00	
	15:00-15:30				Kinderturnen Maria											Kindergeburtstag		15:00-15:30	
	15:30-16:00	Affektimpulst Christoph	Tanzzwerge Eva			Kreatives Ballett Gabi			Tanzzwerge Anne	Bee-Bot (4-6 J.) Alex 08 EH	Malkurs Arno Stern Mascha	Familien Capoeira Anna (4-99 J.) 12 EH	Elementares Musizieren Helga						15:30-16:00
	16:00-16:30				Familienyoga Maria (3-99J.)			Familienyoga Heike (3-99 J.) 12 EH			Malkurs Arno Stern Mascha								16:00-16:30
	16:30-17:00	Bodyparkour Akos	Kreatives Ballett Eva	Schwangerschafts-gymnastik Julia 08 EH		Kindertanz Gabi	Kunst für Kinder (7-10 J.) Birgit 12 EH		Tanzzwerge Anne	Scratch (7-10 J.) Alex 08 EH		Capoeira Anna	Elementares Musizieren Helga		Malkurs Arno Stern Mascha				16:30-17:00
	17:00-17:30				Dancehall & Hip-Hop Alina	Kindertanz /Fortgeschritten Gabi		Zirkus Katharina 12 EH						Zaubern Lisa 12 EH					17:00-17:30
	17:30-18:00	Bodyparkour Akos	Funky Ballett Eva						Kindertanz Anne	Lego Mindstorms EV3 (8-13 J.) ab 22.11.2017 Alex 08 EH		Bodyparkour Fortgeschritten Akos	Ukulele für Kinder Christof B. 12 EH						17:30-18:00
	18:00-18:30																		18:00-18:30
	18:30-19:00	18:45-20:15 Jazz Contemporary Dance Akos					Schwangerschafts-gymnastik Julia 08 EH	Tanzkurs Body Workout Christina	Yogalates Tsarina12 EH									18:30-19:00	
	19:00-19:30		Rückenschule Kerstin 12 EH															19:00-19:30	
	19:30-20:00				Improtheater Georg		Functional Fitness- Crawling Akos						Singen und Stimmbildung Sissy 12 EH	LuJong Christof B.				19:30-20:00	
	20:00-20:30																	20:00-20:30	
	20:30-21:00																	20:30-21:00	
	21:00-22:00																	21:00-21:30	

Altersgruppen	Alter
Eltern&Kind (E&K)	0 - 3 Jahre
Kinder	3 - 6 Jahre
Kinder	6 - 10 Jahre
Jugendliche	8 - 12 Jahre
Jugendliche	10 - 14 Jahre
Erwachsene	ab 15 Jahre
Allegemeinsam	Erwachsene + Kinder