

Alex Dance'n Sports

Yoga - Akrobatik - Tanz - Fitness

Blumenstrasse 17 * 70182 Stuttgart * 0151 - 269 134 59 info@alex-dance-n-sports.de

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Athletic Pilates 12:45 - 13:45 alle Level Jennifer		Air Yoga 12:45 - 13:45 alle Level	Athletic Stretch 12:30 - 13:30 alle Level
Poledance 13:45 - 15:00 Level 1-2	Air Yoga 14:00 - 15:00 alle Level		Air Artistik 14:00 - 15:15 alle Level	Athletic Pilates 13:45 - 14:45 alle Level
Poledance 15:00 - 16:15 Level 2-3		Poledance 15:00 - 16:15 Level 2	Yoga 15:30 - 16:45 Level 3	Aerial Hoop 15:00 - 16:15 Level 2
Athletic Yoga 16:30 - 17:45 alle Level	Yoga 16:30 - 17:45 Level 1 Anke	Poledance 16:20 - 17:35 Level 1	Athletic Fitness 16:55 - 17:55 alle Level	Aerial Hoop 16:20 - 17:35 Level 1
Yoga 17:55 - 19:10 Level 4	Aerial Hoop 17:55 - 19:10 Level 2	Poledance 17:40 - 18:55 Level 3-4	Poledance 18:00 - 19:15 Level 3-4 Lucia	Yoga 17:45 - 19:00 Level 3
Air Artistik 19:20 - 20:35 Level 2	Poledance Acro Pole 19:20 - 20:35 Level 4	Yoga 19:05 - 20:20 Level 2-3 Anke	Poledance 19:20 - 20:35 Level 2 Lucia	Poledance 19:15 - 20:30 Level 2 Sonja
Air Artistik 20:35 - 21:50 Level 1 Jenny	Poledance 20:35 - 21:50 Level 1 Christine	Yoga 20:30 - 21:45 Level 1 Anke	Poledance 20:35 - 21:50 Level 3 Lucia	Poledance 20:30 - 21:45 Level 1 Sonja

Öffnungszeiten:
15 min. vor
Kursbeginn

**Teilnahme an
den Kursen bitte
vorab schriftlich
per email,
WhatsApp
oder SMS
anmelden**

**Individuelle Termine für
Personal Training,
Workshops oder
Coaching
bitte separat
vereinbaren**

**Personal Training /
sportartspezifische
Betreuung wird auf
Anfrage angeboten.
Termine mit
Adrian Maio
(Physiotherapeut)
bitte separat
vereinbaren**

Preis-Kategorien:

Athletic Pilates	1
Athletic Stretch	1
Athletic Fitness	1
Athletic Yoga	2
Yoga	2
Air Yoga	3
Poledance	3
Air Artistik	3
Aerial Hoop	3

Preisübersicht/ alle Infos
sind zu finden unter
www.alex-dance-n-sports.de