

Stundenplan 10.10.2019

Studio 1 Hauptstr. 134 a / 4450 Sissach

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		Herren Soft - GYM 50gi+ 09:00 – 10:00	Soft -GYM 60gi+ 08:15 – 09:15	
		Zumba Fitness 10:15 – 11:15	Fit-GYM Power 09:15 – 10:15	
Mittags-Fit 45Min. 12:15 – 13:00		Mittags-Fit 45Min. 12:15 – 13:00		Zappel Müüs Ab 2.5 – 4. Jahren 10:15 – 11:15
Kids - Dance Anfänger ab 6 Jahren 15:45 – 16:45	Zappel Müüs Ab 2.5 – 4. Jahren 15:45 – 16:40			Street Dance ab 8 Jahren 16:30 – 17:30
Street Dance Level M-F ab 8 J. 17:00 – 18:00	Kids Street Dance ab 7 J. Level M 17:00 – 17:55 AUSGEBUCHT	Street Dance ab 8 Jahren / Anfänger 17:00 – 18:00	Kids Dance Kreativ 17:15 – 18:10 1-2 Kindergarten AUSGEBUCHT	Zumba Fitness 17:30 – 18:30
Body Fett Killer 18:00 – 19:00	Street Dance Level M ab 10 J. AUSGEBUCHT 18:00 – 19:00	Body Fett Killer 18:00 – 19:00	Zumba Fitness 18:30 – 19:30	
Functional Training 19:05 – 20:05	Full Body Training 19:15 – 20:15	Street Dance / Hip-Hop Teenies ab 14 J. 19:00 – 20:00	Streetdance für Erw. 19:40 – 20:40 Level M-F	Disco-Fox Hobby Kurs 19:45 – 20:45 Mit Anmeldung
Fila Kick Power 20:15 – 21:15	Strong + Zumba Fitness 20:15 – 21:45 45Min Strong / 45Min. Zumba	Fila Kick Power 20:15 – 21:15		

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Dance Show Gruppe Level F+ ab 10J 17:00 – 18:00	Yoga Kurs 09:00 – 10:00 Nicht für Studio Mitglieder Infos info@yogaandyou.ch	ZU VERMIETEN ANFRAGE info@studioaktiv.ch	ZU VERMIETEN ANFRAGE info@studioaktiv.ch
Yoga Kurs 19:15 – 20:15 Nicht für Studio Mitglieder Infos info@yogaandyou.ch	Street Dance Level A-M ab 8 J. 18:15 – 19:15 mit Aurora	Pilates 19:00 – 20:00		
	Privatlektionen Ab 19:30h	Privatlektionen Ab 20:15h		

Privatlektionen / Hochzeitstanz

Wünschst du dir individuellen, auf deine speziellen Bedürfnisse zugeschnittenen Tanzunterricht?
In Privatlektionen bestimmst du selbst, welche Tänze du erlernen und vertiefen möchtest.

Hochzeitstanz:

Damit der schönste Tag des Lebens noch perfekter wird und in bester Erinnerung bleibt...

Termine für Privatlektionen oder Hochzeitstanz, bitte telefonisch oder via E-Mail Vereinbaren.

Michele Fricchione
Tel. 061 971 22 02
info@studioaktiv.ch

"Me Time" - Zeit für Dich!

Mit Severine (in kleinen Gruppen max 5/6 Teilnehmer oder Einzel Coaching-Training)

Coaching- Training ab ca.mitte Januar 2020.Team Coaching - Training auf Anfrage nach Absprache)

Kontakt/Info/ Anmeldung: Severine Buser : metime4450@gmail.com oder www.schauckelwind.com

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Me Time Erwachsene	Mittags Balance Erw.		Ganzer Morgen Coaching/Kurse ab jan	Me Time Erwachsene
8.45 Uhr bis 9.55 Uhr 60 bis 70 min	12.15 Uhr bis 13.15 Uhr Zeiten können auch etwas angepasst werden			8.45 Uhr bis 9.55 Uhr 60 bis 70 min.
10.15 Uhr bis 11.25 Uhr 60 bis 70 min				19.30 Uhr bis 20.40 Uhr jede 2.Woche,60-70 min.
				Mittags Balance
				12.15 Uhr bis 13.15 Uhr Zeiten können auch etwas angepasst werden (ca bis mitte jan.)

Coaching/Kurse ab jan.	Coaching/Kurse ab jan.	Happy Strong Kids		Teenieclub
13.00 bis 16.00 Uhr	13.30 Uhr bis 15.45 Uhr	17.15 Uhr bis 18.15 Uhr		
Happy Strong Kids 16.15 Uhr bis 17.15 Uhr				18.15 Uhr bis 19.15 Uhr jede 2.Woche
Teenieclub				
17.45 Uhr bis 18.45 Uhr				

Coaching- Training ab ca.mitte Januar 2020.Team Coaching - Training auf Anfrage nach Absprache)

**Kontakt/Info/ Anmeldung: Severine Buser : metime4450@gmail.com oder
www.schauckelwind.com**