

# STUNDENPLAN 2021

## MONTAG

ZEIT	KURS	LEHRER	SAAL
09:00-10:15	Aerobic für Erw.**	Gaby Schumacher	Pavlova
13:45-15:00	Erw. Ballett Adv.	Larissa Gassmann	Nureyew
15:00-16:00	Pré Ballett 2	Larissa Gassmann	Nureyew
15:30-16:30	Pré Ballett 1-2	Natalia Selishta	Pavlova
16:00-17:00	Ballett 1	Larissa Gassmann	Nureyew
17:00-18:00	Ballett 2	Larissa Gassmann	Pavlova
17:30-18:45	Ballett 4, mit Spitze	Yvette Bernasconi	Nureyew
18:10-19:05	JaNaDANCE**	Jana Herrero	Pavlova
18:45-19:30	Spitzentraining	Yvette Bernasconi	Nureyew
18:50-19:50	Pilates	Larissa Gassmann	Yogaraum
19:15-20:10	BODYART® **	Jana Herrero	Pavlova
19:30-21:00	Ballett 5	Yvette Bernasconi	Nureyew

## DIENSTAG

ZEIT	KURS	LEHRER	SAAL
09:00-10:00	4Elements Training **	Jeanette Müller	Pavlova
09:00-10:00	Gymnastik für Erw.**	Marinella Rudolf	Nureyew
16:00-17:00	Pré Ballett 2-Ballett 1	Thea Gassmann	Pavlova
16:00-17:00	Ballett 2-3	Larissa Gassmann	Nureyew
17:00-18:00	DanceMix 1-2	Thea Gassmann	Pavlova
17:00-17:50	Ballett 3-4	Larissa Gassmann	Nureyew
18:00-19:00	Ballett 4-5, mit Spitze	Larissa Gassmann	Nureyew
18:15-19:15	Yoga **	Melanie Gwerder	Yogaraum
19:30-20:30	Erw. Ballett Beg.	Silja Kaufmann	Nureyew
19:45-21:00	Yoga	Larissa Gassmann	Yogaraum
19:45-20:45	Latin Zumba**	Benjamin Possu	Pavlova

## MITTWOCH

ZEIT	KURS	LEHRER	SAAL
14:15-15:30	Ballett 3	Larissa Gassmann	Nureyew
15:00-16:00	Pré Ballett 1	Thea Gassmann***	Pavlova
15:30-16:30	Ballett 1	Larissa Gassmann	Nureyew
16:00-17:00	Pré Ballett 2	Thea Gassmann***	Pavlova
16:30-18:00	Ballett 4, mit Spitze	Larissa Gassmann	Nureyew
17:00-18:00	DanceMix 2	Kim Michel***	Pavlova
17:30-18:30	Viniyoga**	Catherine Fischer	Yogaraum
18:00-19:00	DanceMix 4	Kim Michel***	Nureyew
18:00-18:55	Dancers**	Jana Herrero	Pavlova
19:00-19:55	Dancers**	Jana Herrero	Nureyew
19:00-20:15	Yoga	Larissa Gassmann	Yogaraum

Update: 21.02.2021

Adv. = Advanced

Beg. = Beginners

Erw. = Erwachsene

\* mit Kinderbetreuung

\*\* Info und Anmeldung direkt bei der Lehrerin/ beim Lehrer - siehe online

\*\*\* Stellvertretung für Lorenza Berto

## DONNERSTAG

ZEIT	KURS	LEHRER	SAAL
08:45-10:15	Iyengar Yoga**	Marcia Arias	Yogaraum
10:00-11:00	Med. QiGong**	Syvia Holenstein	Pavlova
12:00-13:00	Med. QiGong**	Syvia Holenstein	Pavlova
14:00-15:00	Pré Ballett 1	Katherine Weyermann	Nureyew
15:00-16:00	KinderTanz	Katherine Weyermann	Nureyew
16:00-17:00	Pré Ballett 2	Katherine Weyermann	Nureyew
16:00-17:00	Ballett 2	Sarah Malanowski	Pavlova
17:00-18:00	Ballett 3	Sarah Malanowski	Pavlova
18:00-19:30	Ballett 4-5, mit Spitze	Yvette Bernasconi	Nureyew
18:00-19:15	Yoga**	Sabrina Scaffoni	Yogaraum
18:10-19:25	Erw. Ballett Adv.	Sarah Malanowski	Pavlova
19:30-20:30	Yoga**	Melanie Gwerder	Yogaraum
19:30-21:00	Ballett OpenClass**	Yvette Bernasconi	Nureyew
19:45-20:45	Breathwork**	Monika Sochan	Pavlova

## FREITAG

ZEIT	KURS	LEHRER	SAAL
07:00-08:15	Yoga	Sabrina Scaffoni	Pavlova
08:45-09:45	Ballett Workout	Larissa Gassmann	Nureyew
10:10-11:10	Pilates*	Larissa Gassmann	Pavlova
12:00-13:00	Lunch Yoga	Larissa Gassmann	Pavlova
14:00-15:00	KinderTanz	Berenice Oswald	Nureyew
15:00-16:00	Pré Ballett 2	Berenice Oswald	Nureyew
16:00-17:00	Ballett 1	Berenice Oswald	Nureyew
17:00-18:00	Ballett 2-3	Berenice Oswald	Nureyew
17:00-18:00	DanceMix 3	Isabella Starrowsky***	Pavlova
18:00-19:00	Modern Dance	Isabella Starrowsky***	Nureyew
18:15-19:15	Sound Healing**	Monika Sochan	Yogaraum
19:00-20:00	Hip Hop	Isabella Starrowsky***	Nureyew
19:30-20:45	Yoga in Polish**	Gosia Pikor	Yogaraum

## SAMSTAG

ZEIT	KURS	LEHRER	SAAL
10:00-11:00	Tanz Akrobatik	Natalia Selishta	Nureyew
10:15-11:30	Yoga**	Sabrina Scaffoni	Pavlova
11:00-12:00	DanceMix 2	Natalia Selishta	Nureyew

## SONNTAG

ZEIT	KURS	LEHRER	SAAL
08:00-09:00	Yoga for Athletes**	Gosia Pikor	Yogaraum
09:30-10:45	SonntagsYoga (2xMonat)	Sabrina Scaffoni	Pavlova
09:30-11:00	CHARITYYoga (1xMonat)	Larissa Gassmann	Pavlova
18:00-19:15	Introduction to Yoga**	Gosia Pikor	Yogaraum

[www.TanzSchuleSteinhausen.ch](http://www.TanzSchuleSteinhausen.ch)

**TANZ  
SCHULE**  
STEINHAUSEN