

ECHZ Off-Ice Kurse Saison Vorsaison

Wann	Kurs	Niveau	Lehrer(in)	Ort
Montag				
17.30-18.30	Off-Ice Sprungtraining	ab Interbronze	Patricia	Gymnastikraum
18.30-19.30	Fit-tastic Konditionstraining	Offen	Inna	Gymnastikraum
19.45-20.45	Zeitgenössischer Tanz	Alter 12+ ODER Interbronze+	Noemi	Gymnastikraum
Dienstag				
16:15-17:15	Zeitgenössischer Tanz	Alter 12+ ODER Interbronze+	Noemi	Gymnastikraum
Mittwoch				
13.30-14.30	Ballett	Mittelstufe ab 8 Jahren	Sergiy	Gymnastikraum
14.30-15.30	Ballett	Alter 7 und jünger	Sergiy	Gymnastikraum
Donnerstag				
17.00-18.00	Krafttraining	Alter 14+	Torben	Kraftraum
17.00-18.00	Ballett	Anfänger bis Mittelstufe	Sergiy	Gymnastikraum
Samstag				
9:45-10:45	Konditionstraining	bis Bronze	Torben	Gymnastikraum
10:45-11:45	Konditionstraining	ab Bronze	Torben	Gymnastikraum
12.00-13.00	Ballett	Mittelstufe bis Fortgeschrittene	Sergiy	Gymnastikraum