

## schwerelos Online Kursplan

- Münster November 2020 -

Stand 4.11.2020 - Änderungen vorbehalten

### Freitag, 6.11.2020

- 17:30 – 18:30 Uhr Exotic Pole – Kathi
- 18:45 – 19:45 Uhr Floorwork – Kathi

### Samstag, 7.11.2020

- 12 – 13 Uhr Power Bootcamp – Anna
- 13:15 – 14:15 Uhr Flexibility-Training – Anna

### Montag 9.11.2020

- 18 – 19 Uhr Flexi Power Flow – Anne
- 19:15 – 20:15 Uhr Hatha Yoga – Kathi
- 20:30 – 21:30 Uhr Pole Tricks&Kombos L4-6 – Kathi

### Dienstag, 10.11.2020

- 11 – 12 Uhr Flexibility-Training – Simone
- 19 – 20 Uhr Pole Tricks&Kombos L1-3 – Simone

### Mittwoch 11.11.2020

- 18 – 19 Uhr Yoga Vinyasa Flow für Fortgeschrittene – Kathi
- 19:15 – 20:15 Uhr Twerk – Kathi
- 20:30 – 21:30 Uhr Chair Dance – Dominique

### Donnerstag 12.11.2020

- 18 – 19 Uhr Pole Flow ab Level 1 – Anna
- 19:15 – 20:15 Uhr Power Bootcamp – Anna
- 20:30 – 21:30 Flexi Power Flow – Anne

### Freitag, 13.11.2020

- 17:30 – 18:30 Uhr Exotic Pole – Kathi
- 18:45 – 19:45 Uhr Floorwork – Kathi

### Sonntag, 15.11.2020

- 13 – 14 Uhr Chair Dance – Anne
- 14:15 – 15:15 Uhr Yin Yoga & Flow – Anne

### Montag, 16.11.2020

- 18 – 19 Uhr Flexi Power Flow – Anne
- 19:15 – 20:15 Uhr Hatha Yoga – Kathi
- 20:30 – 21:30 Uhr Pole Tricks&Kombos L4-6 – Kathi

### Dienstag, 17.11.2020

- 11 – 12 Uhr Flexibility-Training – Simone
- 19 – 20 Uhr Pole Tricks&Kombos 1-3 – Simone
- 20:15 – 21:15 Uhr Flexi Power Flow – Anne

### Mittwoch 18.11.2020

- 18 – 19 Uhr Yoga Vinyasa Flow für Fortgeschrittene – Kathi
- 19:15 – 20:15 Uhr Floorwork – Kathi
- 20:30 – 21:30 Uhr Chair Dance – Dominique

### Donnerstag 19.11.2020

- 18 – 19 Uhr Pole Tricks&Kombos L1-3 – Anna
- 19:15 – 20:15 Uhr Power Bootcamp – Anna

### Freitag, 20.11.2020

- 17:30 – 18:30 Uhr Exotic Pole – Kathi
- 18:45 – 19:45 Uhr Floorwork – Kathi

### Samstag, 21.11.2020

- 12 – 13 Uhr Power Bootcamp – Anna
- 13:15 – 14:15 Uhr Flexibility-Training – Anna

### Sonntag, 22.11.2020

- 16 – 17 Uhr Pole Flow ab Level 4 – Anne

### Montag, 23.11.2020

- 18 – 19 Uhr Flexi Power Flow – Anne
- 19:15 – 20:15 Uhr Hatha Yoga – Kathi
- 20:30 – 21:30 Uhr Pole Tricks&Kombos L4-6 – Kathi

### Dienstag, 24.11.2020

- 11 – 12 Uhr Flexibility-Training – Simone
- 19 – 20 Uhr Pole Tricks&Kombos L1-3 – Simone

### Mittwoch 25.11.2020

- 18 – 19 Uhr Yoga Vinyasa Flow für Fortgeschrittene – Kathi
- 19:15 – 20:15 Uhr Twerk – Kathi
- 20:30 – 21:30 Uhr Chair Dance – Dominique

### Donnerstag 26.11.2020

- 18 – 19 Uhr Pole Flow ab Level 1 – Anna
- 19:15 – 20:15 Uhr Power Bootcamp – Anna
- 20:30 – 21:30 Uhr Flexi Power Flow – Anne

### Freitag, 27.11.2020

- 17:30 – 18:30 Uhr Exotic Pole – Kathi
- 18:45 – 19:45 Uhr Floorwork – Kathi

### Samstag, 28.11.2020

- 12 – 13 Uhr Pole Flow ab Level 4 – Anne
- 13:15 – 14:15 Uhr Flexi Power Flow – Anne

### Montag 30.11.2020

- 18 – 19 Uhr Flexi Power Flow – Anne
- 19:15 – 20:15 Uhr Hatha Yoga – Kathi
- 20:30 – 21:30 Uhr Pole Tricks&Kombos L4-6 – Kathi