

Wochenplan OFT 10. März 25 bis 7. Juni 25

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	Move Brig 10.00-12.00 Contemporary mit Helene Renoux 11.3/18.3/25.3/1.4/ 8.4/15.4/22.4/29.4/6.5 20.5/ 27.5/3.6		Fame Visp 10.00-12.00 Ballett mit Pornpim Karchai 13.3/20.3/27.3/3.4/10. 4/17.4/24.4/1.5/8.5/ 22.5/ 29.5/5.6		22. März 25 09.00-11.00 (Artichoc Tanzatelier Brig) Pilates mit Melanie Theler	
					05. April 25 10.00 - 14.00 (Move Brig) Hip Hop mit Michaela Kvet	
					12. April 25 10.00 - 12.00 (Move Brig) Hip Hop mit Mousa	
	Move Brig 16.45-17.45 Pilates mit Silvia im AquaplustPhysio 25.3/1.4/8.4/ 15.4/22.4/29.4/6.5/ 20.5/ 27.5/3.6 Körpertraining mit Sara im Move 11.3. und 18.3.		Fame Visp 16.45-18.45 Jazz / Technik mit Anna Ortweiler Valerie 13.3/20.3/27.3/3.4/ 10.4/17.4/24.4/1.5/8.5 22.5/ 29.5/5.6		3. Mai 25 10.00-12.00 (Artichoc Tanzatelier Brig) Pilates mit Melanie Theler	
	Move Brig 17.45-18.45 Hip Hop mit Bruce 11.3/18.3/25.3/1.4/8.4 15.4/22.4/27.5/3.6 Körpertraining mit Sara 29.4/6.5/20.5				31. Mai 25 10.00-12.00 (A+O) Yin Yoga mit Jeanette Salzmann	
					07. Juni 25 10.00-12.00 Abschluss mit allen OFT Tänzerinnen (obligatorisch für alle)	