

FITNESS  BEAUTY
AMANUSA KIDS-KURSPLAN

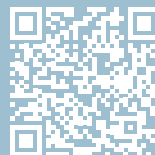
gültig ab **06. Februar 2023**

Die **Teilnehmerzahl ist begrenzt** und abhängig von der Raumgröße. Deshalb ist für jeden Kurs eine Anmeldung ab 24h vor Kursbeginn über unsere App erforderlich. **Solltest du deinen gebuchten Termin nicht einhalten können, ist eine Abmeldung mindestens 2 Std. vor Kursbeginn dringend erforderlich!** Alle Kurse werden **15 Minuten** früher vom Trainer beendet, damit genug Zeit zur Desinfektion und zum Lüften bleibt. Bitte desinfiziere alle benutzten Trainingsgeräte nach Ende des Kurses. Bitte bringe deine eigene Matte und ein großes Handtuch mit.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Öffnungszeiten: 08.00-22.30 Uhr Kinderbetreuung: 09.00-14.00 Uhr 16.00-19.15 Uhr	Öffnungszeiten: 08.00-22.30 Uhr Kinderbetreuung: 09.00-12.00 Uhr 16.00-19.30 Uhr	Öffnungszeiten: 08.00-22.30 Uhr Kinderbetreuung: 09.00-12.00 Uhr 16.00-19.15 Uhr	Öffnungszeiten: 08.00-22.30 Uhr Kinderbetreuung: 09.00-12.00 Uhr 16.00-19.30 Uhr	Öffnungszeiten: 08.00-22.30 Uhr Kinderbetreuung: 09.00-12.30 Uhr 16.00-19.15 Uhr	Öffnungszeiten: 09.00-19.00 Uhr Kinderbetreuung: 11.00-15.15 Uhr	Öffnungszeiten: 09.00-19.00 Uhr Kinderbetreuung: 10.00-15.00 Uhr
11.00 - 12.30 Rückbildungsyoga R2 Rebecca	09.30 - 10.30 Lounge Workout mit Babytrage (2-8 Mon.) Chiara		11.00 - 12.00 Lounge Mama & Kind-Workout Katharina W.			
15.30 - 16.30 Zumba® Kids (5-7 J.) Lounge Lidia	10.30 - 11.30 Lounge Rückbildungsgymnastik Chiara		15.00 - 16.00 Lounge Kinderturnen (2-4 J.) Chiara			
16.00 - 17.00 Kids Kickboxen (7-10 J.) R1 Hanane	15.00 - 16.00 Lounge Kindertanz (3-4 J.) Stephanie		15.00 - 16.00 WORLD JUMPING® Kids (5-7 J.) R1 Lidia			
16.30 - 17.30 Zumba® Kids (8-11 J.) Lounge Lidia	16.00 - 17.00 Lounge Kinderballett (4-5 J.) Stephanie		16.00 - 17.00 Fit Kids (5-7 J.) R2 Chiara			
17.00 - 18.00 Teens Kickboxen (11-14 J.) R2 Hanane	16.00 - 17.00 R1 Kinderballett (9-12 J.) Chiara		16.00 - 17.00 WORLD JUMPING® Kids (8-11 J.) R1 Lidia			
	17.00 - 18.00 Lounge Kinderballett (5-6 J.) Stephanie		17.00 - 18.00 R2 Fit Kids (8-11 J.) Chiara			
	17.00 - 18.00 R2 Kinderballett (7-8 J.) Chiara					

AMANUSA
 Ludwigsplatz 6
 64295 Darmstadt
 Tel.: 06151 - 3608360
 www.amanusa.de

Die **Teilnehmerzahl ist begrenzt** und abhängig von der Raumgröße. Deshalb ist für jeden Kurs eine Anmeldung ab 24h vor Kursbeginn über unsere App erforderlich. **Solltest du deinen gebuchten Termin nicht einhalten können, ist eine Abmeldung mindestens 2 Std. vor Kursbeginn dringend erforderlich!**



■ Mama & Kind Kurse
 ■ Kinderkurse

R1: Raum 1
 R2: Raum 2
 R3: Raum 3

#MEINAMANUSA

