

Zentrum für Tanz, Fitness und Gesundheit Kursprogramm – Herbsttrimester 2010

Hip Hop/Streetchance

Hip Hop	Azra	Dienstag	18:00-18:55	07.09-30.11.2010
Hip Hop for Ladies	Wei-Ken	Donnerstag	18:00-18:55	09.09-02.12.2010
Street Dance Basic	Azra	Donnerstag	19:00-19:55	09.09-02.12.2010
Street Dance I & II	Azra	Donnerstag	20:00-21:30	09.09-02.12.2010
Street Dance for Teens	Azra	Dienstag	17:00-17:55	07.09-30.11.2010
Breakdance Teens	Valentin	Montag	18:00-18:55	06.09-29.11.2010
Jazz Funk for Ladies	Wei-Ken	Dienstag	20:00-20:55	07.09-30.11.2010
MTV Style Dancing Teens	Wei-Ken	Donnerstag	17:00-17:55	09.09-02.12.2010

Yoga/Pilates

Yoga Flow	Malika	Montag	19:00-19:55	06.09-29.11.2010
Pilates Fundamentals for Beginners	Claudia	Dienstag	18:00-18:55	07.09-30.11.2010
Pilates Advanced für Fortgeschrittene	Claudia	Dienstag	20:00-20:55	07.09-30.11.2010
Pilates and more	Claire	Mittwoch	10:00-10:55	08.09-01.12.2010
Yogalates	Eva-Sophie	Mittwoch	19:00-19:55	08.09-01.12.2010
Yogalates	Eva-Sophie	Donnerstag	19:00-19:55	09.09-02.12.2010
Bodyshape Pilates	Claire	Freitag	16:00-17:00	10.09-03.12.2010
Yoga für Schwangere und junge Mütter	Malika	Dienstag	09:00-09:55	07.09-30.11.2010

Health/Fitness

Medical Fitness - Rücken ohne Tücken	Dr. Widhalm	Dienstag	10:00-10:55	07.09-30.11.2010
Medical Fitness - Fit im Büro	Dr. Widhalm	Mittwoch	18:00-18:55	08.09-01.12.2010
Medical Fitness - MFT - Muskelfunktion-	Dr. Widhalm	Freitag	16:00-16:55	10.09-03.12.2010
Medical Fitness - Physio Integrity	Chris	Montag	09:00-09:55	06.09-29.11.2010
Medical Fitness - Physio Integrity	Chris	Mittwoch	10:00-10:55	08.09-01.12.2010
Tai Chi – Qi Gong	Duy-Chan	Mittwoch	09:00-09:55	08.09-01.12.2010
Tai Chi – Qi Gong	Duy-Chan	Mittwoch	20:00-20:55	08.09-01.12.2010
Tai Chi – Qi Gong	Duy-Chan	Freitag	17:00-17:55	10.09-03.12.2010
Bodywork	Dagmar	Montag	18:00-18:55	06.09-29.11.2010
Bodywork	Ursula	Donnerstag	18:00-18:55	09.09-02.12.2010
Bodywork ab 50	Claire	Dienstag	11:00-11:55	07.09-30.11.2010
Taerobic	Ursula	Mittwoch	19:00-19:55	08.09-01.12.2010
Bodyshape Pilates	Claire	Freitag	16:00-17:00	10.09-03.12.2010

Kurse für Kids

Ballett Vorbereitung für Kinder (4-6 Jahre)	Olivia	Dienstag	16:15-17:00	07.09-30.11.2010
Ballett I für Kinder (6-8 Jahre)	Olivia	Dienstag	17:05-17:55	07.09-30.11.2010
Ballett II für Kinder (8-10 Jahre)	Lena Katharina	Montag	16:00-16:55	06.09-29.11.2010
Ballett III für Kinder (10-12 Jahre)	Lena Katharina	Montag	17:00-17:55	06.09-29.11.2010
Breakdance Kids (8-12 Jahre)	Valentin	Montag	17:00-17:55	06.09-29.11.2010
Breakdance Teens	Valentin	Montag	18:00-18:55	06.09-29.11.2010
Street Dance for Teens	Azra	Dienstag	17:00-17:55	07.09-30.11.2010
MTV Style Dancing Teens	Wei-Ken	Donnerstag	17:00-17:55	09.09-02.12.2010

Kursprogramm – Herbsttrimester 2010

Ballett/Jazz				
Ballett	Eva-Sophie	Mittwoch	20:00-20:55	08.09-01.12.2010
Ballet Technik & Choreographie	Dagmar	Montag	19:00-19:55	06.09-29.11.2010
Contemporary Ballett	Eva-Sophie	Donnerstag	20:00-20:55	09.09-02.12.2010
Jazz Funk for Ladies	Wei-Ken	Dienstag	20:00-20:55	07.09-30.11.2010
American Jazz	Wei-Ken	Dienstag	19:00-19:55	07.09-30.11.2010
Modern Jazz Choreographie	Dagmar	Montag	20:00-20:55	06.09-29.11.2010
Jazz Dance	Eva-Sophie	Mittwoch	18:00-18:55	08.09-01.12.2010

Preisliste – Herbsttrimester 2010

Dauer des Trimesters 06.09.2010-03.12.2010		
	Normalpreis	Ermäßigung für Schüler und Studenten
Trimester Karte für einen Kurs	120,-	108,-
Trimester Karte für zwei Kurse	225,-	203,-
Trimester Karte für drei Kurse	300,-	270,-
Einzelstunde	13,-	12,-
Probe 3er	18,-	18,-

Anmeldung über www.casomai.at, info@casomai.at oder telefonisch unter der Nummer 01/276 14 56