

# AOIDE

POLEDANCE SCHOOL

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<b>BEGINNER</b> ● ● 18:30 – 19:45 Gloria	<b>INTERMEDIATE</b> ● 19:00 - 20:15 Kim	<b>ADVANCED</b> ● 18:45 – 20:00 Kim	<b>INTERMEDIATE</b> ● 18:45 – 20:00 Sereina	<b>FREIES TRAINING</b>  wenn angekündigt im WhatsApp Chat	<b>FREIES TRAINING</b>  wenn angekündigt im WhatsApp Chat	<b>YOGA &amp; STRETCHING</b> alle Levels  wenn angekündigt im WhatsApp Chat
<b>BEGINNER</b> ● ● 20:00 – 21:15 Gloria	<b>STRETCHING</b> alle Levels 20:30 – 21:30 Kim	<b>BEGINNER</b> ● 20:15 – 21:30 Nicole	<b>INTERMEDIATE</b> ● ● 20:15 – 21:30 Sereina			<b>FREIES TRAINING</b>  wenn angekündigt im WhatsApp Chat

● = Level 1    ● ● = Level 2    ● ● ● = Level 3