

# HERBSTFERIENPROGRAMM Pole Dance



Wir wünschen allen Kindern schöne und erholsame Ferien

**Das Herbstferienprogramm ist nur für Mitglieder des Tanzstudio Jülichs.**

In der ersten Ferienwoche (14.10.2024 – 19.10.2024) ist das Studio geöffnet!

In der zweiten Ferienwoche in der Zeit vom **21.10.2024** bis zum **26.10.2024** ist das Studio geschlossen.

Ab dem **28.10.2024** starten wieder alle Kurse wie gewohnt.

**Pole Dance & Pole Package Kurse Erwachsene 1.Schulferienwoche (14.10. – 19.10.2024)**

In der Ferienwoche könnt Ihr außerhalb Eures regulären Kurses an weiteren Kursen teilnehmen.  
Einfach vorbeikommen, dafür müsst Ihr Euch nicht anmelden.

Kurs	Uhrzeit	Tag	Level
Stretching Pole Package	17:45 – 18:45 Uhr	Mo. 14.10.2024	All Level
Pole Dance Tricks	18:45 – 19:45 Uhr	Mo. 14.10.2024	Stufe I-II
Pole Dance Tricks	19:00 – 20:00 Uhr	Mo. 14.10.2024	Einsteiger
Pole Dance Tricks	19:45 – 20:45 Uhr	Mo. 14.10.2024	Stufe IV
Pole Dance Tricks	18:30 – 19:30 Uhr	Di. 15.10.2024	Stufe I
Stretching Pole Package	18:00 – 19:00 Uhr	Mi. 16.10.2024	All Level
Pole Dance Tricks	18:00 – 19:00 Uhr	Mi. 16.10.2024	Stufe I
Open Training Pole Package	19:00 – 20:00 Uhr	Mi. 16.10.2024	All Level
Pole Dance Tricks	18:15 – 19:15Uhr	Do. 17.10.2024	Stufe II-III
Pole Dance Tricks	19:15 – 20:15 Uhr	Do. 17.10.2024	Einsteiger
Open Training Pole Package	18:00 – 19:00 Uhr	Fr. 18.10.2024	All Level
Pole Dance Tricks	19:00 – 20:00 Uhr	Fr. 18.10.2024	Stufe I
Pole Dance Tricks	20:00 – 21:00 Uhr	Fr. 18.10.2024	Stufe I-II
Pole Dance Tricks	10:00 – 11:00 Uhr	Sa. 19.10.2024	Einsteiger
Pole Power Pole Package	11:15 – 12:00 Uhr	Sa. 19.10.2024	All Level



Das Herbstferienprogramm ist nur für Mitglieder des Tanzstudio Jülichs.

## Fitness

### **Bodyshape**

**Montag, 14.10.2024**

19:35 – 20:35 Uhr

### **Zumba**

**Mittwoch, 16.10.2024**

19:15 – 20:15 Uhr

### **Yoga**

**Donnerstag, 17.10.2024**

09:30 – 10:45 Yoga

### **Yoga für Schwangere**

**Donnerstag, 17.10.2024**

19:30 – 20:30 Uhr

## Paartanz

### **Paartanz Tanzkreis**

**Dienstag, 15.10.2024**

19:30 – 20:45 Uhr

### **Paartanz Anfänger**

**Mittwoch, 16.10.2024**

19:15 – 20:30 Uhr

In der Zeit vom **21.10.2024** bis zum **27.10.2024** ist das Studio geschlossen.  
Ab dem **28.10.2024** starten wieder alle Kurse wie gewohnt.