

04. JANUAR BIS 31. JANUAR 2021

KURSPLAN *ONLINE*

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SONNTAG

12:15 - POLE COMBI II-III
50MIN - KATHI **ONLINE CLASS**

17:00 HOCHSCHULSPORT ONLINE

17:00 - EXOTIC FLOORWORK
50MIN - ANJA **ONLINE CLASS**

18:00 - POLE CHOREO BEGINNER+*
60MIN - NINA **ONLINE COURSE**

18:00 - POLE GYM II
50MIN - ANJA **ONLINE CLASS**

18:00 - POLÉ GYM I
50MIN - NINA **ONLINE CLASS**

18:00 - EXOTIC SLOW FLOW*
60MIN - KATHI **ONLINE COURSE**

18:05 - FLEXIBILITY SPLITS
50MIN - ANJA **ONLINE CLASS**

19:15 - SENSUAL FLOORWORK*
60MIN - NINA **ONLINE COURSE**

19:05 - FLEXIBILITY BACKBENDS
50MIN - ANJA **ONLINE CLASS**

19:15 - STRIP BASE
50MIN - NINA **ONLINE CLASS**

19:05 - POLE CHOREO INTERM.*
60MIN - KATHI **ONLINE COURSE**

NORD *pole*

MENDELSSÖHNSTRASSE 15B

22761 HAMBURG

* Diese Kurse haben eine feste Laufzeit von 3 Terminen und sind nur geschlossen buchbar. **Individueller Einstieg nur nach Absprache möglich.**