

TANZ- UND BEWEGUNGSSTUDIO AN DER ROSENAU

**studio3**

**studio3**

Tanz- und Bewegungsstudio an der Rosenau

Bleichstraße 22b | 90429 Nürnberg

Telefon 0911 2 74 64 27

[www.das-studio3.de](http://www.das-studio3.de)

[info@das-studio3.de](mailto:info@das-studio3.de)



wir sind dabei:  
Das **studio3**  
jetzt bei Instagram

bewegung tanz gesundheit

## MONTAG

08.00 - 09.00  
**QIGONG**  
Daniela Herzing

14.30 - 15.20 J 6 - 8  
**KREAT. KINDERTANZ**  
Manuela Liszewski

15.30 - 16.30 J 13 - 15  
**MODERN TEENS**  
Manuela Liszewski


16.45 - 17.45  
**FASZIENTRAINING**   
Claudia Schnurrer

18.00 - 19.00  
**RÜCKENTRAINING**   
Claudia Schnurrer

19.15 - 20.15  
**CONTEMPORARY**  
Emma Hornberg

20.30 - 21.45  
**CONTEMPORARY**  
Manuela Liszewski

## DIENSTAG

08.00 - 09.00  
**YOGA**   
Maria Merz

09.15 - 10.15  
**KÖRPERTRAINING**   
Claudia Schnurrer


14.40 - 15.30 J 7 - 9  
**KREAT. KINDERTANZ**  
Manuela Liszewski

15.40 - 16.40 J 10 - 12  
**MODERN KIDS**  
Manuela Liszewski

16.50 - 17.50 J 13 - 15  
**MODERN TEENS**  
Manuela Liszewski

18.00 - 19.00  
**CONTEMPORARY**  
Manuela Liszewski

19.15 - 20.15  
**KÖRPERTRAINING**   
Claudia Schnurrer

20.30 - 21.30  
**RÜCKENTRAINING**   
Claudia Schnurrer

## MITTWOCH

08.00 - 09.00  
**PILATES**  
Stephanie Selter

10.15 - 11.15  
**FELDENKRAIS**  
Ellie Putnam

15.00 - 15.50 J 5 - 6  
**KREAT. KINDERTANZ**  
Stephanie Selter

16.00 - 16.50 J 7 - 9  
**KREAT. KINDERTANZ**  
Stephanie Selter

17.00 - 18.00 J 10 - 12  
**MODERN KIDS**  
Stephanie Selter

18.10 - 19.10  
**STREET DANCE**  
Alisa Leyzerovich

19.20 - 20.20  
**TANZ DICH GANZ**  
Alexandra Thiele

20.30 - 21.45  
**SANFTES YOGA**  
Maria Merz

## DONNERSTAG

08.00 - 08.30  
**MEDITATION**  
Maria Merz


09.00 - 10.00  
**SANFTES YOGA**   
Maria Merz

11.00 - 11.45  
**SENIOR\*INNEN AKTIV**  
Maria Merz

15.30 - 16.20 J 4 - 5  
**KREAT. KINDERTANZ**  
Manuela Liszewski

16.30 - 17.30 J 11 - 13  
**MODERN TEENS**  
Manuela Liszewski

17.45 - 18.45 ab J 15  
**MODERN TEENS**  
Manuela Liszewski

19.00 - 20.15  
**SANFTES YOGA**   
Maria Merz

20.30 - 21.45  
**CONTEMPORARY**  
Manuela Liszewski

## FREITAG

08.00 - 09.00  
**FASZIENTRAINING**   
Claudia Schnurrer

09.15 - 10.15  
**KÖRPERTRAINING**   
Emma Hornberg

14.40 - 15.30 J 4 - 5  
**KREAT. KINDERTANZ**  
Lina Wagner

15.45 - 16.45 J 9 - 13  
**STREET DANCE**  
Alisa Leyzerovich

17.00 - 19.00 Kids & Teens  
**CONTEMPORARY**  
Manuela Liszewski

ab 19.30  
**ANGEBOT WECHSELND**

 Dieser Kurs findet Live & Online statt.

Nähere Informationen auf unserer Webseite, per Mail, per Telefon, per Instagram oder gerne auch persönlich im Studio.

Eine Probestunde ist nach Absprache jederzeit möglich.

Studio 3