

# Trainingsplan FDC Next Movement 01/2026

Tag	Grundschulturnhalle1 / Realschulturnhalle	Trainer	Tag	Grundschulturnhalle 2	Trainer
<b>Montag</b>	<b>Grundschulturnhalle 1</b>		<b>Montag</b>	<b>Grundschulturnhalle 2</b>	
16:00-16:45	Minis am Montag	Steffi, Marie, Isa, Mia, Maya	16:30-17:30	Elitary ab 14 Jahre	Evelyn und Pia
19:00-21:00	Fitness und Ballsport (Herren)	Steffi, Sascha	19:00-20:00	FitMix ab 16 Jahre	Dana
			20:00-21:00	Yoga ab 16 Jahre	Steffi
			<b>Dienstag</b>	<b>Grundschulturnhalle 2</b>	
			15:00-16:00	Gelbe Gruppe ab 8 Jahre	Alina, Lea, Nadia, Raushen
<b>Mittwoch</b>	<b>Grundschulturnhalle 1</b>		<b>Mittwoch</b>	<b>Grundschulturnhalle 2</b>	
16:00-16:45	Rosa Gruppe ab 5 Jahre	Marie, Finja, Azra, Rümeyssa	16:45-17:45	Dynastie Crew- ab 14 Jahre	Sarah und Pascale
16:45-17:30	hell-Lila Gruppe ab 8 Jahre	Paula, Franka, Summer	17:45-19:45	Invincible Motion Crew Adults	Pascale
17:30-18:30	HipHop Kids ab 10 Jahre	Katrin	<b>Donnerstag</b>	<b>Grundschulturnhalle 2</b>	
<b>Mittwoch</b>	<b>Realschulturnhalle</b>		17:30-18:30	Prevailing Crew ab 11 Jahren	Diana, Jana, Nancy, Leana
16:00-16:45	Minis ab 3 Jahre	Maria und Petra	18:30-19:30	Pilates ab 16 Jahre	Steffi
<b>Freitag</b>	<b>Grundschulturnhalle 1</b>		19:30-21:00	Move Age ab 40 Jahre	Steffi und Nicole
15:00-16:00	blaue Gruppe (ab 12 Jahre)	Evelyn und Milena			
16:00-17:30	Uniting ab 9 Jahre	Kolyn, Lisa	<b>Freitag</b>	<b>Grundschulturnhalle 2</b>	
<b>Freitag</b>	<b>Realschulturnhalle</b>		15:00-16:00	Revive ab 13 Jahre	Kira und Nina
15:30-16:15	Minis ab 3 Jahre	Steffi, Stina, Lenja, Carla	16:00-18:00	Security Crew, Adults	Pascale und Sarah
16:15-17:00	hellblaue Gruppe ab 6 Jahre	Maja, Emilia, Lilli	18:00-20:00	Persisting Crew, Adults	Kolyn
17:00-17:45	lila Gruppe ab 7 Jahre	Lena, Zoé, Isabel, Sophia			
<b>Samstag</b>	<b>Grundschulturnhalle 1</b>		<b>Samstag</b>	<b>Grundschulturnhalle 2</b>	
9:00-10:30	Crazy Crew ab 7 Jahre	Maria, Steffi	10:00-11:30	Next Generation Crew ab 10 Jahren	Regina und Pia

Die Crews trainieren Choreographien für Contests, Teilnahme nur nach Rücksprache mit den Trainerinnen, weitere Infos bei Steffi 0157-55988127

Du möchtest eine Gruppe wechseln oder dich neu anmelden? Bitte melde dich vorher bei Steffi!

