



NETT & FRIENDS SIEGBURG STUNDENPLAN 10-2025 08.10.

BABY-TREFF/ELTERN-KIND-CAFÉ				
	Do	09.30 - 12.00 Uhr	Babys	
ELTERN-KIND-TANZEN/ MINI BALLETT - rosé				
	Mo	Mi	15.15 - 16.00 Uhr	2-4 Jahre
KREATIVER KINDERTANZ/MINI JAZZ - rosé				
Anna-Maria	Mo	15.30 - 16.15 Uhr	3-5 Jahre	
STREETJAZZ/JAZZ DANCE Kids				
Anna-Maria	Mo	16.15 - 17.15 Uhr	6-9 Jahre	
Anna-Maria	Mo	17.15 - 18.15 Uhr	Ab 10 Jahre	
STREETJAZZ/JAZZ DANCE Teens/Erwachsene				
Anna-Maria	Mo	18.15 - 19.15 Uhr	Anfänger	
PRÉ BALLETT - rosé				
Tania	Di	15.15 - 16.00 Uhr	3-5 Jahre	
Mo	Mi	16.00 - 16.45 Uhr	3-5 Jahre	
Goretti	Do	15.00 - 15.45 Uhr	3-5 Jahre	
Goretti	Do	16.45 - 17.30 Uhr	4-6 Jahre	
Tania	Fr	15.30 - 16.15 Uhr	3-5 Jahre	
Noa	Sa	09.30 - 10.15 Uhr	3-5 Jahre	
Noa	Sa	10.15 - 11.00 Uhr	4-6 Jahre	
KINDERBALLETT I - hellblau				
Tania	Di	16.00 - 17.00 Uhr	6-8 Jahre	
Mo	Mi	16.45 - 17.45 Uhr	6-8 Jahre	
Goretti	Do	15.45 - 16.45 Uhr	6-8 Jahre	
Tania	Fr	16.15 - 17.15 Uhr	6-8 Jahre	
Noa	Sa	11.00 - 12.00 Uhr	6-8 Jahre	
Noa	Sa	12.00 - 13.00 Uhr	7-8 Jahre	
KINDERBALLETT II - flieder				
Tania	Di	17.00 - 18.00 Uhr	8-13 Jahre	
Mo	Mi	17.45 - 18.45 Uhr	8-12 Jahre	
Tania	Fr	17.15 - 18.15Uhr	8-12 Jahre	
Noa	Sa	13.00 - 14.00 Uhr	Ab 8 Jahre	
Noa	Sa	14.00 - 14.30 Uhr	Fortgeschritten	
NEU BALLETT	Noa	15.00 - 16.30 Uhr	8-11 Jahre	
COMPANY NAF MELODY		+ 1 Kurs zusätzlich		
KINDERBALLETT/TEENS III - lila				
Tania	Di	17.00 - 18.00 Uhr	8-13 Jahre	
Anja	Do	17.30 - 18.30 Uhr	10-14 Jahre	
Anja	Do	18.30 - 18.45 Uhr	Fortgeschritten	
BALLETT TEENS - schwarz				
Tania	Di	18.00 - 19.00 Uhr	13-23 Jahre	
Mo	Mi	18.45 - 19.45 Uhr	13-18 Jahre	
Tania	Fr	18.15 - 19.15 Uhr	13-18 Jahre	
BALLETT SPITZE				
Tania	Di	19.00 - 20.00 Uhr	Teens/Erw.	
BALLETT ERWACHSENE				
Anja	Do	18.45 - 19.45 Uhr	Basis/Anfänger	
Anja	Di	19.00 - 20.00 Uhr	Stufe I	
Mo	Mi	18.45 - 19.45 Uhr	Anfänger/Stufe I	
Tania	Mi	19.45 - 20.45 Uhr	Stufe II-III	
Tania	Fr	19.15 - 20.30 Uhr	Stufe II-III	

KOSTENLOSE PROBESTUNDE MÖGLICH.

ANMELDUNG ONLINE UNTER: WWW.NETTANDFRIENDS.DE

MINI HIP HOP				
	Emily	Di	16.15 - 17.00 Uhr	3-5 Jahre
	Emily	Mi	15.00 - 15.45 Uhr	3-5 Jahre
	Dunia & Elina	Do	15.15 - 16.00 Uhr	3-5 Jahre
HIP HOP KIDS				
	Emily	Di	15.15 - 16.15 Uhr	6-9 Jahre
	Elina & Alan	Sa	11.45 - 12.45 Uhr	6-8 Jahre
	Milad	Mo	17.15 - 18.15 Uhr	7-10 Jahre
	Emily	Mi	15.45 - 16.45 Uhr	8-11 Jahre
Junior Company		Elina & Dunia	Do	16.00 - 17.00 Uhr
Hip Hop Company		Milad	Mo	18.15 - 19.15 Uhr &
NAF ENERGETIX		Do	17.00 - 18.00 Uhr	10-13 Jahre
HIP HOP Teens/Erwachsene				
	Emily	Di	17.00 - 18.00 Uhr	10-13 Jahre
	Emily	Mi	16.45 - 17.45 Uhr	11-14 Jahre
	Emily	Mi	17.45 - 18.45 Uhr	13-18 Jahre
	Milad	Mo	20.15 - 21.15 Uhr	Fortgeschritten
Hip Hop Company		Milad	Do	19.15 - 20.15 Uhr &
NAF DYNAMIX		Do	18.00 - 19.00 Uhr	13-18 Jahre
NEU		Moody	Do	19.00 - 20.00 Uhr
NEU		Moody	Do	20.00 - 21.00 Uhr
MINI-BREAKDANCE				
	Alan	Sa	10.00 - 10.45 Uhr	3-6 Jahre
BREAKDANCE				
	Alan	Sa	10.45 - 11.45 Uhr	Ab 6 Jahre
	Alan	Sa	12.45 - 13.45 Uhr	Ab 6 Jahre
	Alan	Mo	15.15 - 16.15 Uhr	6-8 Jahre
	Alan	Fr	17.30 - 18.30 Uhr	6-8 Jahre
	Alan	Mo	16.15 - 17.15 Uhr	10-18 Jahre
	Yann	Fr	18.30 - 19.30 Uhr	9-19 Jahre
Breaking Company		Yann	Fr	19.30 - 20.30 Uhr
ORIENTALISCHER BAUCHTANZ Kids/Teens/Erwachsene				
	Goretti	Fr	15.30 - 16.30 Uhr	Ab 6 Jahre
	Goretti	Fr	16.30 - 17.30 Uhr	10-16 Jahre
	Goretti	Mi	19.45 - 20.45 Uhr	Erw. Mittelstufe
	Goretti	Mi	18.45 - 19.45 Uhr	Fortgeschritten
SALSA-BACHATA LADY-STYLE				
	Goretti	Di	18.00 - 19.00 Uhr	Erwachsene
	Goretti	Mi	20.45 - 21.45 Uhr	Erwachsene
PILATES TÄNZERISCH				
	Tania	Mi	20:45 - 21:45 Uhr	Erwachsene
WOGA WORKOUT-YOGA				
	Anja	Di	20.00 - 21.00 Uhr	Erwachsene
	Anja	Do	19.45 - 20.45 Uhr	Erwachsene
YIN YOGA WORKSHOPS				
In Planung		Anja		Erwachsene
In Planung		Goretti		Erwachsene

PAARTANZ

Standard/Latein Grundkurs Anfänger		Ab 27.10.25 Ab 12.01.26	8 x 75 Min. 119,- €/Pers.	Christian	Mo	19.30 - 20.45 Uhr 20.45 - 22.00 Uhr	Erwachsene
Standard/Latein Stufe I /Wiedereinsteiger		Ab 12.01.26	8 x 75 Min. 119,- €/Pers.	Christian	Mo	19.30 - 20.45 Uhr	Erwachsene
Standard/Latein Tanzkreis III		Fortlaufender Kurs mit Mitgliedschaft	44,-€ bzw. 49,€/Pers./Monat	Anja	So	19.05 - 20.20 Uhr	Erwachsene
Standard/Latein Tanzkreis Stufe IV		Fortlaufender Kurs mit Mitgliedschaft	44,-€ bzw. 49,€/Pers./Monat	Anja	So	17.45 - 19.00 Uhr	Erwachsene
Standard/Latein Tanzkreis Stufe V		Fortlaufender Kurs mit Mitgliedschaft	44,-€ bzw. 49,€/Pers./Monat	Niklas	Di	20.00 - 21.15 Uhr	Erwachsene
Crashkurs - Die wichtigsten Tänze DISCOFOX, WALZER & CHA CHA CHA		Sa 08.11.25	3h 49,-€/Pers.	Niklas	Sa	16.00 - 19.00 Uhr	Erwachsene
Discofox-Crashkurs Anfänger & Wiedereinsteiger		So 23.11.25	3h 49,-€/Pers.	Anja	So	14.30 - 17.30 Uhr	Erwachsene
Tanzparty Jeden 1. Samstag im Monat		Sa 04.10. Sa 01.11. / Sa 06.12.25	9,-€/Pers. 8,-€ N&F Mitglieder	Anja	Sa	19.30 - 22.30 Uhr	Erwachsene