

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

info@das-studio3.de



2026



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

bewegung tanz gesundheit

MONTAG

08.00 - 09.00
PILATES
Stephanie Selter

09.15 - 10.15
PILATES
Stephanie Selter

14.45 - 15.35 J4 - 5
KREAT. KINDERTANZ
Lena Liegel

15.40 - 16.40 J10 - 12
MODERN KIDS
Manuela Liszewski

16.50 - 17.50
FASZIENTRAINING* 
Claudia Schnurrer

17.55 - 18.55
RÜCKENTRAINING 
Claudia Schnurrer

19.00 - 20.15
CONTEMPORARY
Emma Hornberg

20.20 - 21.50
CONTEMPORARY
Manuela Liszewski

DIENSTAG

08.00 - 09.00
YOGA 
Maria Merz

09.15 - 10.15
KÖRPERTRAINING 
Claudia Schnurrer

10.30 - 11.30
YOGA 60+
Maria Merz

14.50 - 15.50 J11 - 13
CONTEMPORARY TEENS
Manuela Liszewski

15.55 - 16.45 J6 - 8
KREAT. KINDERTANZ
Manuela Liszewski

16.50 - 17.50 ab J16
CONTEMPORARY TEENS
Manuela Liszewski

17.55 - 19.10
CONTEMPORARY
Manuela Liszewski

18.00 - 19.00
BECKENBODEN
Claudia Schnurrer

19.20 - 20.20
KÖRPERTRAINING 
Claudia Schnurrer

20.30 - 21.30
RÜCKENTRAINING 
Claudia Schnurrer

MITTWOCH

08.00 - 09.00
FLOW YOGA 
Conny von Graes

10.15 - 11.45
FELDENKRAIS
Ellie Putnam

15.00 - 15.50 J4 - 5
KREAT. KINDERTANZ
Stephanie Selter

16.00 - 16.50 J6 - 8
KREAT. KINDERTANZ
Stephanie Selter

17.00 - 18.00 J9 - 11
MODERN KIDS
Stephanie Selter

18.10 - 19.10 ab J15
STREET DANCE FUSION
Alisa Leyzerovich

20.30 - 21.45
FLOW YOGA
Conny von Graes

DONNERSTAG

09.00 - 10.00
SANFTES YOGA 
Maria Merz

10.30 - 11.15
SENIOR*INNEN AKTIV
Maria Merz

14.45 - 15.35 J6 - 8
KREAT. KINDERTANZ
Mira Jäger

15.15 - 16.15
MENO POWER
Claudia Schnurrer

15.40 - 16.40 J8 - 10
MODERN KIDS
Manuela Liszewski

16.45 - 17.45 ab J13
CONTEMPORARY TEENS
Manuela Liszewski

17.50 - 18.50 ab J16
CONTEMPORARY TEENS
Manuela Liszewski

19.00 - 20.15
SANFTES YOGA 
Maria Merz

20.20 - 21.50
CONTEMPORARY
Manuela Liszewski

FREITAG

08.00 - 09.00
FASZIENTRAINING* 
Claudia Schnurrer

09.15 - 10.15
KÖRPERTRAINING
Emma Hornberg

09.30 - 10.30
MENO POWER
Claudia Schnurrer

14.40 - 15.30 J8 - 9
KREAT. KINDERTANZ
Lina Wagner

15.45 - 16.45 J10 - 13
STREET DANCE
Alisa Leyzerovich

16.50 - 18.20 ab J11 - 14
CONTEMPORARY INTENSIV
Manuela Liszewski

ab 19.30
ANGEBOT WECHSELND

Diese Kurse finden
Live & Online statt. 

* ohne Faszienrolle

Bitte beachten: Die in ROT
geschriebenen Kurse finden
im Kleiner3 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.