

FREDS SCHATZKAMMER

KURS	DATUM
TÖPFERN	23.11.2019
WEIHNACHTSBÄCKEREI	30.11.2019
WEIHNACHTSBÄCKEREI	07.12.2019
WEIHNACHTSBÄCKEREI	14.12.2019

Die Teilnahme an den Kursen ist ab 5 Jahren möglich, jeweils von 10.00 Uhr - 14.00 Uhr. Für Freds Schatzkammer ist keine Mitgliedschaft erforderlich.

Mehr Schatzkammer Kurse findet ihr unter www.kidsz.de

NÄHKURSE

Die aktuellen Termine der Nähkurse entnehmt bitte unserer Internetseite unter www.kidsz.de.

Informationen:
Wenn vorhanden, kommst du mit Nähmaschine, Schere, Lineal, Steck- und Nähadeln, Nähgarn, Schneiderkreide, Baumwollstoffen (auch Reste), Vlieseline sowie bunten Knöpfen und Bändern zum Verzieren.

Für kleinere Projekte sind einfache Stoffe und Materialien vorhanden.

Hast du schon konkrete Vorstellungen?
Bringe bitte das Schnittmuster und entsprechenden Stoff mit.

Keine Mitgliedschaft erforderlich.

FERIENBETREUUNG

In den KidsZ Camps hat Ferienlangeweile keine Chance!

Mehr unter www.kidsz.de

Für die Camps ist eine Kurzmitgliedschaft möglich.
Alle Camps und weitere Informationen auf www.kidsz.de

DAS KINDERSPORTZENTRUM IM OSC



KIDSZ

DAS KINDERSPORTZENTRUM IM OSC



KIDSZ

Hausaufgabenbetreuung:
Lecker essen.
Zusammen die Hausaufgaben machen.
Und dann:
Sport, Spiel und Spaß!

Der KidsZ Club des Osnabrücker Sportclubs bietet den Eltern von Grundschulern die Möglichkeit, ihre Kinder nach der Schule gut betreut zu wissen.
Weiter Informationen unter www.kidsz.de

KURS PROGRAMM



KidsZ - Kindersportzentrum
Hiärm-Grube-Straße 8
49080 Osnabrück
Telefon: 0541/5805777-0
www.osnabruecker-sportclub.de

www.kidsz.de
kidsz@kidsz.de
facebook.com/OSC.kidsZ

www.kidsz.de

SPEZIALKURSE

KURS	INFORMATION	KONTAKT
KANGA TRAINING	Mutter/ Vater und Baby	Kristina Dahl kristina.d@kangatraining.de
NIA	für jedermann und jedefrau	Nicole Bockbreder info@nianic.de
KRAV MAGA	Kinder, Jugendliche und Erwachsene	Edgar Torres info@kravmagazentrum.de
YOGA FÜR KIDS	für kids 6-11 J.	Geschäftsstelle kidsz@kidsz.de

Für die Spezialkurse ist keine Mitgliedschaft erforderlich.
Weitere Informationen auf www.kidsz.de

KURSE IN WEITEREN RÄUMLICHKEITEN

	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	FREITAG	SAMSTAG
11:00					
11:15					
11:30					
11:45					
12:00					
12:15					
12:30					
12:45					
13:00					
13:15					
13:30					
13:45					
14:00					TAEKWONDO Wettkampfttraining nach Absprache
14:15					
14:30					
14:45					
15:00			EINRAD (Anfänger ab 6. J.) Halle D	GYMNASTIK UND TANZ (ab 2. Klasse) Montessori Schule	
15:15					
15:30					
15:45					
16:00			BAMBINI KICKERS (Jungs only) Halle B	GYMNASTIK UND TANZ (ab 7. Klasse) Montessori Schule	
16:15					
16:30		YOGA (6-11 J.) Aktivital Raum 3	EINRAD (Fortgeschrittene ab 6. J.) Halle D	GYMNASTIK UND TANZ (ab 7. Klasse) Montessori Schule	
16:45					
17:00					
17:15					
17:30					
17:45					
18:00	GYMNASTIK UND TANZ (ab 4. Klasse) Montessori Schule		EINRAD (Fortgeschrittene ab 6. J.) Halle B	GYMNASTIK UND TANZ (ab 16 J.) Montessori Schule	
18:15					
18:30		GYMNASTIK UND TANZ (ab 20 J.) Fortgeschrittene und Anfänger) Montessori Schule			
18:45					
19:00					
19:15					
19:30					
19:45					
20:00					
20:15					
20:30					
20:45					
21:00					
21:15					
21:30					
21:45					
22:00					

■ tänzerischer Bereich
■ Zusatzbeitrag erforderlich
■ buntbes Sportprogramm
■ Spezialkurs, ohne Mitgliedschaft möglich,
■ Kampfsport (auch für Erw.)
■ Kursgebühr auf Nachfrage

FREDS TURNHALLE

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
08:00					
08:15					
08:30					
08:45					
09:00			SPORTKIDSZ 1/2 (1-2J.+Eltern)		
09:15					KRABELL SPORTKIDSZ 1/2 (6-18 Mon.+Eltern)
09:30	KRABELL SPORTKIDSZ 1/2 (6-18Mon.+Eltern)				KRABELL SPORTKIDSZ 1/2 (6-18 Mon.+Eltern)
09:45					
10:00	SPORTKIDSZ 1/2 (1-2J.+Eltern)				SPORTKIDSZ 1/2 (1-2J.+Eltern)
10:15					SPORTKIDSZ 1/2 (1-2J.+Eltern)
10:30	SPORTKIDSZ 1/2 (1-2J.+Eltern)				SPORTKIDSZ 1/2 (1-2J.+Eltern)
10:45					
11:00					
11:15				KRABELLSPORT (6-12 M.)	
11:30					
11:45					
12:00					
12:15					
12:30					
12:45					
13:00	KIDSZ CLUB				
13:15					
13:30					
13:45					
14:00	KIDSZ CLUB				
14:15					
14:30					
14:45					
15:00				BAMBINI-KICKER (ab 4 J.)	BAMBINI-KICKER (ab 4 J.)
15:15	KLEINE BALLSPIELE (ab 4 J.)		KRABELLSPORT (6-12 M.)	BAMBINI-KICKER (ab 4 J.)	BAMBINI-KICKER (ab 5 J.)
15:30					
15:45					
16:00	WELTENBUMMLER (2-4 J.+Eltern)	WELTENBUMMLER (2-4J.+Eltern)	TURNEN (5-8 J.)	WELTENBUMMLER (2-4J.+Eltern)	
16:15					
16:30					
16:45					
17:00	SPORTKIDSZ 1/2 (ab 5 J.)				Taekwondo (8-12 J.)
17:15		KRAV MAGA (6-10 J.)	BALLSPIELE (ab 5 J.)	SPORT- KARUSSELL (ab 6 J.)	
17:30					
17:45					
18:00		KRAV MAGA	KARATE (bis Orangegurt)	KRAV MAGA	
18:15					
18:30					
18:45					
19:00		KARATE (ab Grüngurt)	KARATE (ab Grüngurt)		TAEKWONDO (ab 13J.)
19:15					
19:30					
19:45					
20:00					
20:15					
20:30					
20:45					
21:00					
21:15					
21:30					
21:45					
22:00					

- Sportkidsz / Weltenbummler
- Turnen
- buntes Sportprogramm
- Kampfsport (auch für Erw.)
- Spezialkurs, ohne Mitgliedschaft möglich, Kursgebühr auf Nachfrage

AUFGEPASST!
Die Kurse „Sportkidsz“ bestehen aus zwei Teilen. Der erste Teil spielt sich in der Turnhalle ab und dann geht's rüber in die Bewegungslandschaft.

Hinweis:
Die Zeilen markieren die genutzten 15 Min., z. B. Krabbelsport am Mittwoch beginnt um 15:15 Uhr und endet um 16:00 Uhr.

Alle Angaben ohne Gewähr. Bitte beachte, dass sich Kurse, Zeiten und Räume kurzfristig ändern können.

FREDS BEWEGUNGSLANDSCHAFT

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
08:00					
08:15					
08:30					
08:45					
09:00					
09:15					
09:30			SPORTKIDSZ 2/2 (1-2J.+Eltern)	ENTDECKERKIDSZ (ab 1J.+Eltern)	KRABELL SPORTKIDSZ 2/2 (6-18 Mon.+Eltern)
09:45					
10:00	KRABELL SPORTKIDSZ 2/2 (6-18Mon.+Eltern)			ENTDECKERKIDSZ (ab 2J.+Eltern)	KRABELL SPORTKIDSZ 2/2 (6-18 Mon.+Eltern)
10:15					
10:30	SPORTKIDSZ 2/2 (1-2J.+Eltern)			ENTDECKERKIDSZ (ab 2J.+Eltern)	SPORTKIDSZ 2/2 (1-2J.+Eltern)
10:45					
11:00	SPORTKIDSZ 2/2 (1-2J.+Eltern)				SPORTKIDSZ 2/2 (1-2J.+Eltern)
11:15					
11:30					
11:45					
12:00					
12:15					
12:30					
12:45					
13:00	KIDSZ CLUB				
13:15					
13:30					
13:45					
14:00	KIDSZ CLUB				
14:15					
14:30					
14:45					
15:00					
15:15	ENTDECKERKIDSZ (1-2 J.+Eltern)	ENTDECKERKIDSZ (1-2 J.+Eltern)		ENTDECKERKIDSZ (1-2 J.+Eltern)	ENTDECKERKIDSZ (ab 3 J. ohne Eltern)
15:30					
15:45					
16:00	WELTENBUMMLER (2-4 J.+Eltern)	WELTENBUMMLER (2-4 J.+Eltern)	ENTDECKERKIDSZ (2-4 J.+Eltern)	WELTENBUMMLER (2-4 J.+Eltern)	ENTDECKERKIDSZ (1-4 J.+Eltern)
16:15					
16:30					
16:45					
17:00					
17:15					
17:30	SPORTKIDSZ 2/2 (ab 5 J.)	KINDER- GEBURTSTAG		KINDER- GEBURTSTAG	KINDER- GEBURTSTAG
17:45					
18:00					
18:15					
18:30					
18:45					
19:00					
19:15					
19:30					
19:45					
20:00					
20:15					
20:30					
20:45					
21:00					
21:15					
21:30					
21:45					
22:00					

- Sportkidsz / Weltenbummler
- Turnen
- Entdeckerkidsz

FREDS TANZRAUM

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
08:00					
08:15					
08:30					
08:45					
09:00					
09:15					
09:30		KANGA			
09:45					
10:00					
10:15					
10:30					
10:45		KANGA			
11:00					
11:15					
11:30					
11:45					
12:00					
12:15					
12:30					
12:45					
13:00	KIDSZ CLUB				
13:15					
13:30					
13:45					
14:00	KIDSZ CLUB				
14:15					
14:30					
14:45					
15:00	GYMNASTIK UND TANZ (4. J.)	GYMNASTIK UND TANZ (Vorschulkinder)	GYMNASTIK UND TANZ (2. Klasse)		JAZZ DANCE (3-5 J.)
15:15					
15:30					
15:45					
16:00	GYMNASTIK UND TANZ (ab 4. Klasse)	GYMNASTIK UND TANZ (1. Klasse)	GYMNASTIK UND TANZ (3. Klasse)	BALLETT (ab 5 J.)	JAZZ DANCE (6-8 J.)
16:15					
16:30					
16:45					
17:00	GYMNASTIK UND TANZ (ab 7. Klasse)			BALLETT (ab 10 J.)	JAZZ DANCE (9-12 J.)
17:15					
17:30					
17:45					
18:00		TAEKWONDO (8-12 J.)			
18:15					JAZZ DANCE (13-16 J.)
18:30	GYMNASTIK UND TANZ (ab 16 J.)				
18:45					
19:00		TAEKWONDO (ab 13 J.)		NIA	
19:15					
19:30					
19:45					
20:00					
20:15	GYMNASTIK UND TANZ (Erwachsene)				
20:30		BALLETT (Erwachsene)			
20:45			LA DYNAMIQUE (Erwachsene)		
21:00					
21:15					
21:30					
21:45					
22:00					

- tänzerischer Bereich (auch für Erw.)
- buntes Sportprogramm
- Kampfsport (auch für Erw.)
- Zusatzbeitrag erforderlich
- Spezialkurs, ohne Mitgliedschaft möglich, Kursgebühr auf Nachfrage

FREDS THERAPIEHALLE

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
08:00					
08:15					
08:30					
08:45					
09:00					
09:15					
09:30					
09:45					
10:00					
10:15					
10:30					
10:45					
11:00					
11:15					
11:30					
11:45					
12:00					
12:15					
12:30					
12:45					
13:00	KIDSZ CLUB				
13:15					
13:30					
13:45					
14:00	KIDSZ CLUB				
14:15					
14:30					
14:45					
15:00	REHA-CLUB 3 (Psychomotorik 5-8 J.)				
15:15					
15:30				KINDER- GEBURTSTAG	KINDER- GEBURTSTAG
15:45					
16:00	KINDER IN BEWEGUNG PSYCHOMOTORIK (3-5 J.)				
16:15					
16:30					
16:45					
17:00	REHA-CLUB 3 (Psychomotorik 5-8 J.)			REHA-CLUB 1 (Physiotherapie in Gruppe)	Krav Maga (6-10 J.)
17:15					
17:30					
17:45					
18:00				REHA-CLUB 1 (Physiotherapie in Gruppe)	Karate (bis Orangegurt)
18:15					
18:30					
18:45					
19:00					Karate (ab Grüngurt)
19:15					
19:30					
19:45					
20:00					
20:15					
20:30					
20:45					
21:00					
21:15					
21:30					
21:45					
22:00					

AUFGEPASST!
Krabbelsport am Mittwoch
und am Donnerstag in der
Turnhalle.



- Psychomotorik
- Rehasport
- Kampfsport (auch für Erw.)
- Spezialkurs, ohne Mitgliedschaft möglich, Kursgebühr auf Nachfrage