

## FREDS SCHATZKAMMER

Herbst/  
Winter

KURS	DATUM
TÖPFERN	07.11.2020
WEIHNACHTSBÄCKEREI	12.12.2020
WEIHNACHTSBÄCKEREI	19.12.2020

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](http://www.kidsz.de)

## NÄHKURSE

Die aktuellen Termine der Nähkurse entnehmt bitte unserer Internetseite unter [www.kidsz.de](http://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](http://www.kidsz.de)

Für die Camps ist eine Kurzmitgliedschaft möglich.  
Alle Camps und weitere Informationen auf [www.kidsz.de](http://www.kidsz.de)

## DAS KINDERSPORTZENTRUM IM OSC



KIDSZ

## DAS KINDERSPORTZENTRUM IM OSC



KIDSZ

# REHA SPORT

von 3-17 Jahre

Wir machen  
dich fit.



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

[www.kidsz.de](http://www.kidsz.de)  
[kidsz@kidsz.de](mailto:kidsz@kidsz.de)  
[facebook.com/OSC.kidsZ](https://facebook.com/OSC.kidsZ)

# KURS PROGRAMM



[www.kidsz.de](http://www.kidsz.de)

gültig ab 27.08.2020

## SPEZIALKURSE

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

Für die Spezialkurse ist keine Mitgliedschaft erforderlich.  
Weitere Informationen auf [www.kidsz.de](http://www.kidsz.de)

## KURSE IN WEITEREN RÄUMLICHKEITEN

Tag	14:00	14:15	14:30	14:45	15:00	15:15	15:30	15:45	16:00	16:15	16:30	16:45	17:00	17:15	17:30	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	
DIENSTAG					FREDS SPORTSCHULE (2 u 3. Klasse) Halle A				FREDS SPORTSCHULE (Vorschule/1. Kl.) Halle A																					
MITTWOCH																	GYMNASTIK UND TANZ (ab 4. Klasse) Montessori Schule													
DONNERSTAG					EINRAD unteres Parkdeck bis 09.10.				EINRAD unteres Parkdeck bis 09.10.																					
FREITAG																														

Taekwondo Wettkampftraining findet nach Absprache  
samstags 13:30 - 15:00 Uhr statt

- tänzerischer Bereich
- buntes Sportprogramm
- Freds Sportschule
- Spezialkurs, ohne Mitgliedschaft möglich, 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)				
09:45					
10:00	SPORTKIDSZ 1/2 (1-2J.+Eltern)				SPORTKIDSZ 1/2 (1-2J.+Eltern)
10:15					
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					
14:15					BAMBINI-KICKER (ab 4 J.)
14:30					
14:45					
15:00				BAMBINI-KICKER (ab 4 J.)	BAMBINI-KICKER (ab 5 J.)
15:15					
15:30					
15:45					
16:00	WELTENBUMMLER (2-4 J.+Eltern)	WELTENBUMMLER (2-4J.+Eltern)	KINDER- GEBURTSTAG	WELTENBUMMLER (2-4J.+Eltern)	WELTENBUMMLER (2-4 J.+Eltern)
16:15					
16:30					
16:45					
17:00	SPORTKIDSZ 1/2 (ab 5 J.)				
17:15		KRAV MAGA (6-10 J.)			
17:30					
17:45					
18:00		KRAV MAGA		KRAV MAGA	
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					

### 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.

- Sportkidsz / Weltenbummler/Krabbelsport
- buntes Sportprogramm
- Spezialkurs, ohne Mitgliedschaft möglich, Kursgebühr auf Nachfrage

#### 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)				
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					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00					
15:15	ENTDECKERKIDSZ (1-2 J.+Eltern)	ENTDECKERKIDSZ (1-2 J.+Eltern)	KRABELLSPORT (6-12 M.)	ENTDECKERKIDSZ (1-2 J.+Eltern)	ENTDECKERKIDSZ (4-6 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)	WELTENBUMMLER (2-4 J.+Eltern)
16:15					
16:30					
16:45					
17:00					
17:15		KINDER- GEBURTSTAG	KINDER- GEBURTSTAG	KINDER- GEBURTSTAG	KINDER- GEBURTSTAG
17:30	SPORTKIDSZ 2/2 (ab 5 J.)				
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/Krabbelsport
- 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					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00	GYMNASTIK UND TANZ (Vorschulkinder)	GYMNASTIK UND TANZ (ab 4 J.)	GYMNASTIK UND TANZ (3. Klasse)		JAZZ DANCE (3-5 J.)
15:15					
15:30					
15:45					
16:00	GYMNASTIK UND TANZ (1. Klasse)	GYMNASTIK UND TANZ (2. Klasse)	GYMNASTIK UND TANZ (ab 4. Klasse)		JAZZ DANCE (6-9 J.)
16:15					
16:30					
16:45					
17:00					
17:15	GYMNASTIK UND TANZ (ab 6. Klasse)		JAZZ DANCE (10-14 J.)		
17:30		TAEKWONDO (6-12 J.)			
17:45					
18:00					TAEKWONDO (6-12 J.)
18:15					
18:30					
18:45					
19:00	GYMNASTIK UND TANZ (ab 16 J.)	TAEKWONDO (ab 13 J.)		NIA	
19:15					
19:30					
19:45					
20:00					TAEKWONDO (ab 13 J.)
20:15					
20:30					
20:45					
21:00	GYMNASTIK UND TANZ (Erwachsene)			LA DYNAMIQUE (Erwachsene)	
21:15					
21:30					
21:45					
22:00					

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

## FREDS THERAPIEHALLE

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
08:00					
08:15					
08:30					
08:45					
09:00	 <div style="border: 2px solid red; padding: 5px; display: inline-block;">                     Hallo kids, in meiner Sportschule haben wir viel Spaß!                 </div>				
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					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00	REHA CLUB (Psychomotorik 5-8 J.)	FREDS SPORTSCHULE (3-5 J.)	FREDS SPORTSCHULE (3-5 J.)		
15:15					
15:30				KINDER- GEBURTSTAG	KINDER- GEBURTSTAG
15:45					
16:00	KINDER IN BEWEGUNG PSYCHOMOTORIK (3-5 J.)	FREDS SPORTSCHULE (3-5 J.)	FREDS SPORTSCHULE (3-5 J.)		
16:15					
16:30					
16:45					
17:00	REHA CLUB (Psychomotorik 5-8 J.)			REHA CLUB (Physiotherapie in Gruppe/Orthopädie)	Krav Maga (6-10 J.)
17:15					
17:30		REHA CLUB (Physiotherapie in Gruppe/Orthopädie)		REHA CLUB (Physiotherapie in Gruppe/Orthopädie)	
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					

- Psychomotorik
- Rehasport
- Freds Sportschule
- Spezialkurs, ohne Mitgliedschaft möglich, Kursgebühr auf Nachfrage