

TABALiNGO – 3. Quartal 2025 – KURSPLAN



Training:	Zeit	Alter	Ort	Trainer	Infos
MONTAG	01.09., 08.09., 15.09., 22.09., 29.09., 06.10.				
Ninja-Warrior MO-16	16.00-17.00	Ab 8	Warrior-Workout oder Nike-Nische	Kristina & Marius	
Ninja-Warrior 1	17.00-18.00	Ab 6	Warrior-Workout oder Sport-Stube	Ursula & Marius	Früher Ninja-Newbies
Ninja-Warrior 2	17.10-18.10	Ab 6	Warrior-Workout oder Nike-Nische	Alex & Felix & Jack	
Tanzen Neon-Youngster	17.00-18.00	8 - 14	TABALiNGO-Halle	Kristina & Jule	
Vielseitigkeits-Training	18.10-19.10	Ab 16	Sport-Stube/Halle	Klaus & Eric & Marius	
Ninja-Warrior	18.10-20.10	Ab 16	Warrior-Workout oder Nike-Nische	Alex / Zeitslot	
Tanzen Dark Dancers	18.10-19.10	Ab 16	TABALiNGO-Halle	Kristina & Jule	
Capoeira	19.20-20.20	Ab 6	TABALiNGO-Halle	Martinika	
Darts	19.20-20.20	Ab 16	Sport-Stube	Klaus	
DIENSTAG	02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10.				
Ninja-Warrior DI-16	16.00-17.00	Ab 8	Warrior-Workout oder Boulder-Bude	Tristan	
Triballon	17.00-18.00	Ab 12	Nike-Nische	Claas & Eric	
Ninja-Warrior DI-17	17.10-18.10	Ab 8	Warrior-Workout oder Boulder-Bude	Tristan & Michael	
Ninja-Warrior DI-18	18.15-19.15	Ab 8	Warrior-Workout oder Boulder-Bude	Tristan	
Tanzen Blue Magics	17.00-18.00	Ab 12	TABALiNGO-Halle	Ursula & Kristina	
Taekwondo-1	17.00-18.00	6 - 14	Sport-Stube	Erika & Celina	
Taekwondo-2	18.10-19.10	Ab 16	TABALiNGO-Halle	Erika & Celina	
Fußball-Ü19-2	18.00-19.15	Ab 19	Creutz-Court	Claas & Malte	
Yoga	19.20-20.35	Ab 18	Sport-Stube	Kirsten	Nicht 07.10.
MITTWOCH	27.08., 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10.				
Multi-Fit 1	16.00-16.50	Ab 6	TABALiNGO-Halle	Kristina & Marius	
Ninja-Warrior MI-16	16.00-17.00	Ab 8	Warrior-Workout oder Boulder-Bude	Tristan	
Multi-Fit 2	17.00-18.00	Ab 6	Sport-Stube	Kristina & Marius & Amelie	
Ninja-Warrior MI-17	17.10-18.10	Ab 8	Warrior-Workout oder Boulder-Bude	Tristan	
Basketball	17.00-18.00	Ab 8	Halle Höhenstr. 1) oder Tabalingo-Zentis-Zone (nach Absprache)	Ursula & Fabian & Eric	
Fußball U11	17.00-18.00	6 - 10	TABALiNGO-Gelände	Claas & Lena & Anja	

Training:	Zeit	Alter	Ort	Trainer	Infos
Fußball U15	18.10-19.10	11 - 14	TABALiNGO-Gelände	Claas & Tim	
Tischtennis	18.10-19.10	Ab 8	TABALiNGO-Halle	Klaus & Kristina & Marius	
Tai Chi	19.20-20.50	Ab 18	Sport-Stube	Angelika	
DONNERSTAG	28.08., 04.09., 11.09., 18.09., 25.09., 02.10., 09.10.				
Bouldern-1	16.00-17.00	Ab 6	Boulder-Bude	Tristan & Marius	
Bouldern-2	17.10-18.10	Ab 6	Boulder-Bude	Tristan	
Bouldern-Zeitslot	18.15-20.15	Ab 16	Boulder-Bude	Tristan	
Ballspaß	17.00-18.00	8-12	TABALiNGO-Halle	Claas & Alex & Marius	
Golf	17.00-18.00	Ab 6	Golfplatz ²⁾	Wolfgang & Benni	
Theater	18.10-19.10	Ab 14	TABALiNGO-Halle	Marion & Felix	
Stepper-Fitness	19.20-20.20	Ab 14	TABALiNGO-Halle	Melanie	Nicht 18.09.
Fußball U19	18.10-19.10	15 - 18	TABALiNGO-Gelände	Claas	
Fußball-Ü19-1	19.20-20.35	Ab 19	TABALiNGO-Gelände	Claas	
FREITAG	29.08., 05.09., 12.09., 19.09., 26.09., 10.10.				
Bogenschießen	14.40-15.40	Ab 8	Bogenschießstand /Halle	Jörg & Udo	Nicht 03.10., 10.10.
Bogenschießen	16.00-17.00	Ab 8	Bogenschießstand /Halle	Jörg	Nicht 03.10., 10.10.
Tischkicker	16.00-17.00	Ab 6	Halbzeit-Haltestelle	Felix & Udo	Nicht 03.10., 10.10.
Bogenschießen	17.00-18.00	Ab 16	Bogenschießstand /Halle	Jörg	Nicht 03.10., 10.10.
Bouldern-3	17.00-18.00	8 - 14	Boulder-Bude	Tristan	Nicht 03.10.

1) Sporthalle - Grundschule Höhenstraße 25, Stolberg-Donnerberg

2) Golfplatz - Schurzelter Straße 300, 52074 Aachen

TABALiNGO – 3. Quartal 2025 – Preise:

Fußball, Tanzen, Basketball, Stockkampfkunst, Darts, Vielseitigkeitstraining, Tischtennis, Tischkicker, Triballon, Schwarzlichttheater, Yoga, Tai Chi, Capoeira, Taekwondo, Bogenschießen, Ninja-Warrior, Fit & Fun, Ninja Newbies, Bouldern, Stepper-Fitness, Ballspaß, Golf, Multi-Fit, alle Zeitslots

Kursbeitrag pro Quartal für alle: 60,-

Bei Familien und Mehrkursnutzern werden für jeden Kurs immer 10,- Euro abgezogen und generell die Maximalsumme von 160,- Euro pro Kursquartal nicht überschritten. Für Personen aus der Teilhabeleistung reichen die 180,- Euro Jahresbeitrag! **Alle Beiträge sind zu Beginn des Quartals fällig. Ausnahme: Die Kurse und Angebote sind über Ersatzpflege und nach § 45 SGB XI (zusätzliche Betreuungsleistung) abrechenbar! Dann berechnen wir pro Quartal 20,- Euro Verwaltungsgebühr, weil wir erst am Ende des Quartals abrechnen können.**

FREITAGS-ANGEBOTE:

Wir holen an verschiedenen Schulen die Schüler ab für unser Freitagsangebot.

Inklusive Sport- und Kulturangebote am Freitag-Nachmittag für Kinder und Jugendliche einschließlich Mahlzeiten und Getränke

Auswahl: 1. Bouldern 2. Bogenschießen 3. Tanzen 4. Fußball 5. Ballspaß 6. Fit & Fun 7. Basketball 8. Tischkicker 9. Lego bauen 10. Darts

Zeitplan:

12.30-13.30 Uhr	Mittagessen
13.30-14.30 Uhr	1. Trainingseinheit
14.30-14.40 Uhr	Trinkpause
14.40-15.40 Uhr	2. Trainingseinheit
15.40-16.00 Uhr	Keks-Pause
16.00-17.00 Uhr	3. Trainingseinheit

Folgende Termine sind geplant:

29.08., 05.09., 12.09., 19.09., 26.09.,

Achtung: Findet nicht statt am: 03.10., 10.10.

Kosten: 17,- € pro Stunde (auch über Pflegekasse abrechenbar)

SAMSTAGS-ANGEBOTE:

Termine 2025	Fußball	Fit n Fun	Bouldern	Ninja-Warrior	Musical Gruppe	Rollsport Musical	Multisport	Nähen	Disco	Graffiti
Sa 30.08.	10. Ninja-Warrior-Aktionstag (10-18.00Uhr)									
Sa 06.09.	11-17h	11-17h	11-17h		11-17h				Disco	Graffiti
Sa 13.09.						11-17h				
Sa 20.09.	11-17h			11-17h	11-17h		11-17h			
Sa 27.09.	Familienstag - Pflegekinder mit FASD Köln									
Sa 04.10.	11-17h	11-17h	11-17h			11-17h		11-17h	Disco	
So 12.10.	1. Tischkicker-Liga (14-17.00Uhr)									

Anmerkung:

Graffiti am 06.09. ist noch vorbehaltlich, klärt sich erst in Kürze!

Kosten:

Fußball, Fit & Fun, Ninja-Warrior, Bouldern, Multisport, Nähen, Graffiti, Musicalgruppe, Rollsportmusicalgruppe:

Teilnehmer mit Förderbedarf 90,- Euro und Teilnehmer ohne Förderbedarf 36,- Euro

Disco:

06.09. und 04.10.2025 - 18.00 - 22.00 Uhr - Eintritt frei ohne Anmeldung ab 14 Jahren!

Parallel Dartswettbewerb-Anmeldung **vorher** an Claas: claas@tabalingo.de