

TABALiNGO – 1. Quartal 2026 – KURSPLAN



Training:	Zeit	Alter	Ort	Trainer	Infos
MONTAG	12.01., 19.01., 26.01., 02.02., 09.02., 23.02., 02.03., 09.03., 16.03., 23.03.				
Ninja-Warrior MO-16	16.00-17.00	Ab 8	NN, SpSt oder BB ²	Ursula & Kristina & Marius	Nicht 16.02.
Ninja-Warrior 1	17.10-18.10	Ab 6	NN, SpSt oder BB ²	Ursula & Felix	Nicht 16.02.
Ninja-Warrior 2	17.10-18.10	Ab 6	NN, SpSt oder BB ²	Alex & Marius & Jack	Nicht 16.02.
Tanzen Neon-Youngster	17.00-18.00	8 - 14	TABALiNGO-Halle	Kristina & Jule	Nicht 16.02.
Vielseitigkeits-Training	18.20-19.20	Ab 16	Sport-Stube/Halle	Klaus & Eric & Marius	Nicht 16.02.
Ninja-Warrior Zeitslot	18.15-20.15	Ab 16	Boulder-Bude oder Nike-Nische	Alex / Zeitslot	Nicht 16.02.
Tanzen Dark Dancers	18.10-19.10	Ab 16	TABALiNGO-Halle	Kristina & Jule	Nicht 16.02.
Taekwondo	19.20-20.20	Ab 10	TABALiNGO-Halle	Erika & Klaus	Nicht 16.02.
DIENSTAG	13.01., 20.01., 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 10.03., 17.03., 24.03.				
Ninja-Warrior DI-16	16.00-17.00	Ab 8	Boulder-Bude	Tristan & Simon	
Triballon	17.00-18.00	Ab 12	TABALiNGO-Halle	Claas & Eric	
Ballspaß	17.00-18.00	Ab 6	Sport-Stube	Kristina & Eric	
Ninja-Warrior DI-17	17.10-18.10	Ab 10	Boulder-Bude	Tristan & Simon	
Boxen NEU!!!	18.10-19.10	Ab 8	Sport-Stube	Frank & Felix	
Tanzen Blue Magics	18.10-19.10	Ab 16	TABALiNGO-Halle	Ursula & Kristina	
Ninja-Warrior DI-18	18.15-19.45	Ab 12	Boulder-Bude	Tristan & Michael	
Fußball-Ü19-2	18.00-19.15	Ab 19	Creutz-Court	Claas & Malte	
Yoga	19.20-20.35	Ab 18	TABALiNGO-Halle	Kirsten	
MITTWOCH	07.01., 14.01., 21.01., 28.01., 04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03.				
Multi-Fit 1	16.00-16.50	Ab 6	TABALiNGO-Halle	Kristina & Marius	
Ninja-Warrior MI-16	16.00-17.00	Ab 8	Boulder-Bude	Tristan & Angelyna	
Multi-Fit 2	17.00-18.00	Ab 8	Sport-Stube	Kristina & Marius & Amelie	
Ninja-Warrior MI-17	17.10-18.10	Ab 10	Boulder-Bude	Tristan	
Basketball	17.00-18.00	Ab 8	Halle Höhenstr. ¹	Ursula & Fabian & Eric	
Fußball U11	17.00-18.00	6 - 10	TABALiNGO-Halle, Nike-Nische	Claas & Lena & Anja	
Fußball U15	18.10-19.10	11 - 14	Halle Höhenstr.¹	Claas & Tim	

Training:	Zeit	Alter	Ort	Trainer	Infos
Tischtennis	18.10-19.10	Ab 8	TABALiNGO-Halle	Klaus & Kristina & Marius	
Tai Chi	19.20-20.50	Ab 18	Sport-Stube	Angelika	
DONNERSTAG	08.01., 15.01., 22.01., 29.01., 05.02., 19.02., 26.02., 05.03., 12.03., 19.03., 26.03.				
Bouldern-1	16.00-17.00	Ab 6	Boulder-Bude	Tristan & Marius	Nicht 12.02.
Bouldern-2	17.10-18.10	Ab 6	Boulder-Bude	Tristan	Nicht 12.02.
Bouldern-Zeitslot	18.15-20.15	Ab 16	Boulder-Bude	Tristan	Nicht 12.02.
Triballion NEU!!!	17.00-18.00	6-12	TABALiNGO-Halle	Claas & Alex & Marius	Nicht 12.02.
Golf	17.00-18.00	Ab 6	Sport-Stube, Nike-Nische	Wolfgang	Nicht 12.02.
Darts	18.10-19.10	Ab 16	Sport-Stube	Udo	Nicht 12.02.
Theater und Stockkampfkunst	18.10-19.10	Ab 14	TABALiNGO-Halle	Ursula & Felix	Nicht 12.02.
Stepper-Fitness	19.20-20.20	Ab 14	TABALiNGO-Halle	Melanie	Nicht 12.02.
Fußball U19	18.10-19.10	15 - 18	TABALiNGO-Gelände	Claas	Nicht 12.02.
Fußball-Ü19-1	19.20-20.35	Ab 19	TABALiNGO-Gelände	Claas	Nicht 12.02.
FREITAG	09.01., 16.01., 23.01., 30.01., 06.02., 20.02., 27.02., 06.03., 13.03., 20.03.				
Bogenschießen	14.40-15.40	Ab 8	TABALiNGO-Halle	Jörg & Udo	Nicht 13.02.,27.03.
Bogenschießen	16.00-17.00	Ab 8	TABALiNGO-Halle	Jörg	Nicht 13.02.,27.03.
Tischkicker	16.00-17.00	Ab 6	Kicker-Kabinett	Claas & Udo	Nicht 13.02.,27.03.
Bogenschießen	17.00-18.00	Ab 16	TABALiNGO-Halle	Jörg	Nicht 13.02.,27.03.
Bouldern-3	17.00-18.00	8 - 14	Boulder-Bude	Tristan	Nicht 13.02.,27.03.

¹ Sporthalle - Grundschule Höhenstraße 25, Stolberg-Donnerberg

² NN = Nike-Nische, SpSt= Sport-Stube, BB= Boulder-Bude

TABALiNGO – 1. Quartal 2026 – Preise:

Fußball, Tanzen, Basketball, Theater/Stockkampfkunst, Darts, Vielseitigkeitstraining, Tischtennis, Tischkicker, Triballion, Schwarzlichttheater, Yoga, Tai Chi, Boxen, 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. Das ist auch fällig für alle, die nicht zu Quartalsbeginn zahlen.

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. Kunst 4. Fußball 5. Ballspaß 6. Fit & Fun
7. Tischkicker 8. Lego bauen 9. Darts 10. Zumba (NEU!)**

Zeitplan:

12.30-13.35 Uhr	Mittagessen
13.35-14.35 Uhr	1. Trainingseinheit
14.35-14.40 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:

09.01., 16.01., 23.01., 30.01., 06.02., 20.02., 27.02., 06.03., 13.03., 20.03.,

Achtung: Findet nicht statt am: 13.02., 27.03.

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

SAMSTAGS-ANGEBOTE:

Termine 2026	Fußball	Fit n Fun	Bouldern	Ninja-Warrior	Musical Gruppe	Rollsport Musical	Nähen	Disco
Sa 10.01.	11-17h							Disco
4. Tischkicker-Liga (14-17.00Uhr)								
Sa 17.01.						11-17h		
Sa 24.01.					11-17h			
Sa 31.01.	11-17h	11-17h		11-17h				
Sa 07.02.			11-17h			11-17h	11-17h	Disco
5. Tischkicker-Liga (14-17.00Uhr)								
Sa 14.02.	Karneval-kein Angebot							
Sa 21.02		11-17h	11-17h					
Sa 28.02.	11-17h			Ninja-Wettkampf	11-17h			
6. Tischkicker-Liga (14-17.00Uhr)								
Sa 07.03.		11-17h		11-17h				
Women of Ninja Event								
Sa 14.03					11-17h			
Sa 21.03.	11-17h		11-17h			11-17h	11-17h	Disco
Osterferien 28.03.-12.04.2026								
So 12.04.	Finale Tischkicker-Liga (14-17.00Uhr)							

Anmerkung: Multisport ist in diesem Quartal leider nicht möglich.

Kosten:

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

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

Disco:

10.01. und 07.02.2026 (Karnevalssdisco) und 21.03.2026

18.00 - 22.00 Uhr - Eintritt frei ohne Anmeldung ab 14 Jahren!

Parallel Dartswettbewerb-Anmeldung **vorher** an Claas (nicht 07.02.): claas@tabalingo.de