

TABALiNGO – 3. Quartal 2026 – KURSPLAN



Training:	Zeit	Alter	Ort	Trainer	Infos
MONTAG	07.09., 14.09., 21.09., 28.09., 05.10., 12.10.				
Ninja-Warrior MO-16	16.00-17.00	Ab 7	Warrior-Workout	Ursula & Jonas & Marius	
Ninja-Warrior MO-17	17.10-18.10	Ab 8	Warrior-Workout	Alex & Jack & Jonas	
Tanzen Neon-Youngster	17.00-18.00	8 - 14	TABALiNGO-Halle	Kristina & Hildegard	
Kettlebell	18.20-19.20	Ab 16	Sport-Stube	Vladimir & Jonas	
Ninja-Warrior Zeitslot	18.15-20.15	Ab 16	Warrior-Workout	Alex / offenes Training	
Tanzen Dark Dancers	18.10-19.10	Ab 16	TABALiNGO-Halle	Kristina & Hildegard	
Taekwondo	19.20-20.20	Ab 12	TABALiNGO-Halle	Erika & Klaus	
DIENSTAG	08.09., 15.09., 22.09., 29.09., 06.10., 13.10.				
Multi-Fit-Minis	16.00-16.50	3 – 5	TABALiNGO-Halle	Kristina & Jonas	
Ninja-Warrior DI-16	16.00-17.00	Ab 8	Warrior-Workout	Tristan & Simon	
Triballon	17.00-18.00	Ab 12	Nike-Nische oder Zentis-Zone	Claas & Eric	
Ballspaß	17.00-18.00	Ab 6	TABALiNGO-Halle	Kristina & Alex	
Ninja-Warrior DI-17	17.10-18.10	Ab 10	Warrior-Workout	Tristan & Simon	
Boxen	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	Warrior-Workout	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	02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10., 14.10.				
Multi-Fit 1	16.00-16.50	Ab 6	TABALiNGO-Halle	Kristina & Jule & Marius	
Ninja-Warrior MI-16	16.00-17.00	Ab 8	Warrior-Workout	Tristan & Angelyna	
Multi-Fit 2	17.00-18.00	Ab 8	TABALiNGO-Halle	Kristina & Marius	
Ninja-Warrior MI-17	17.10-18.10	Ab 10	Warrior-Workout	Tristan	
Fußball U9	17.00-18.00	6 - 9	Angela-Arena	Anja & Lena	
Fußball U11	17.00-18.00	9 - 11	Creutz-Court	Claas & Jule	
Basketball	18.00-19.00	Ab 8	Halle Höhenstr. ^a oder Zentis-Zone	Ursula & Fabian & Eric	Geänderte Zeit
Fußball U15	18.10-19.10	11 - 14	Creutz-Court	Claas & Tim	

Training:	Zeit	Alter	Ort	Trainer	Infos
Tischtennis	18.10-19.10	Ab 8	TABALiNGO-Halle	Klaus & Kristina & Marius	Nicht 02.09.
Tai Chi	19.20-20.50	Ab 18	Sport-Stube	Angelika	Nicht 23.09.
DONNERSTAG	03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 15.10.				
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	- Offenes Training	
Triballon	17.00-18.00	6-12	TABALiNGO-Halle	Claas & Marius	
Darts	18.10-19.10	Ab 14	Sport-Stube	Udo	
Theater und Stockkampfkunst	18.10-19.10	Ab 14	TABALiNGO-Halle	Ursula & Felix	
Stepper-Fitness	19.20-20.20	Ab 14	TABALiNGO-Halle	Melanie	Nicht 03.09.
Fußball U19	18.10-19.10	15 - 18	Creutz-Court	Claas & Tim	
Fußball-Ü19-1	19.20-20.35	Ab 19	Creutz-Court	Claas	
FREITAG	04.09., 11.09., 18.09., 25.09., 02.10., 09.10.				
Bogenschießen	14.40-15.40	Ab 8	TABALiNGO-Halle	Jörg	Nicht 16.10.
Bogenschießen	16.00-17.00	Ab 8	TABALiNGO-Halle	Jörg	Nicht 16.10.
Tischkicker	16.00-17.00	Ab 6	Kicker-Kabinett	Claas	Nicht 16.10.
Bogenschießen	17.00-18.00	Ab 16	TABALiNGO-Halle	Jörg	Nicht 16.10.
Bouldern-3	17.00-18.00	8 - 14	Boulder-Bude	Tristan	Nicht 16.10.

^a Sporthalle - Grundschule Höhenstraße 25, Stolberg-Donnerberg

^b NN = Nike-Nische, SpSt= Sport-Stube, BB= Boulder-Bude, WW = Warrior-Workout

TABALiNGO – 3. Quartal 2026 – Preise:

Ballspaß, Basketball, Bogenschießen, Bouldern, Boxen, Darts, Fit & Fun, Fußball, Golf, Kettlebell, Multi-Fit, Ninja-Warrior, Stepper-Fitness, Tanzen, Taekwondo, Tai Chi, Theater/Stockkampfkunst, Tischkicker, Tischtennis, Triballon, Yoga, 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. **Alle Beiträge sind zu Beginn des Quartals fällig.**

Für Personen aus der Teilhabeleistung reichen die 180,- Euro Jahresbeitrag!

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. Triballon 6. Fit & Fun 7. Tischkicker 8. Lego bauen 9. Darts 10. Zumba

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:

04.09., 11.09., 18.09., 25.09., 02.10., 09.10.

Achtung: Findet nicht statt am: 16.10.

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

SAMSTAGS-ANGEBOTE:

Termine 2026 - Q3	Fußball	Fit n Fun	Bouldern	Ninja-Warrior	Musical Gruppe	Rollsport Musical	Multisport	Nähen	Disco
Sa 05.09.	Familientag - Pflegekinder mit FASD Köln								
Sa 12.09.	Pflegekindertag Aachen					11-17h			
Sa 19.09.	11-17h				11-17h		11-17h		Disco
Sa 26.09.	12. Ninja-Warrior-Aktionstag								
Sa 03.10.	Feiertag								
Sa 10.10.	11-17h	11-17h	11-17h			11-17h		11-17h	
	Herbstferien 17.10.-01.11.2026								

Anmerkung:

Kosten:

Fußball, Fit & Fun, Multisport, Nähen, Graffiti, Musicalgruppe, Rollsportmusicalgruppe:

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

Ninja-Warrior, Bouldern:

Teilnehmer mit Förderbedarf 90,- Euro und Teilnehmer ohne Förderbedarf 45,- Euro

Disco:

19.09.2026 - 18.00 - 22.00 Uhr - Eintritt frei ohne Anmeldung ab 14 Jahren!

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