

## Kursplan Studio auf der **Schulstr. 3** in Radeberg:

### Montag

- 9.30 Uhr **Zwergensprache** mit Sara (Raum 1)  
 17.30 Uhr **Pilates/ NIM** mit Kathrin (Raum 1)  
 18.45 Uhr **Pilates für Schwangere** mit Kathrin (Raum 1)

### Dienstag

- 8.30 Uhr **Rückbildungskurs** mit Hebamme Marthe (Raum 1)  
 10.30 Uhr **Rückbildungskurs** mit Hebamme Marthe (Raum 1)  
 15.45 Uhr **KiTami Kindertanz** ab 4 J. mit Viola (Raum 2)  
 16.45 Uhr **KiTami Kindertanz** ab 4 J. mit Viola (Raum 2)  
 18 Uhr **Geburtsvorbereitungskurs** mit Hebamme Nina (Raum 1)  
 18 Uhr **Dunstan Babysprache** mit Sara  
 Workshop am 02.07. (Raum 1)

### Mittwoch

- 9.30 Uhr **Rückbildungskurs** mit Hebamme Anke (Raum 1)  
 17 Uhr **Kinder Yoga** ab 6 J. mit Janet (Raum 1)  
 17.30 Uhr **offene Matte/ BJJ** ab 8 J. mit Kevin/ Julien (Raum 2)  
 18.30 Uhr **offene Matte/ BJJ** ab 15 J. mit Kevin/ Julien (Raum 2)  
 18.30 Uhr **Beckenboden-Intensivkurs** mit Hebamme Sophie (Raum 1)  
 ab August

### Donnerstag

- 9.30 Uhr **Rückbildungskurs** mit Hebamme Carolin (Raum 1)  
 17 Uhr **Little Muay Tigers** - Thai Kickboxen ab 4 J. mit Kevin (Raum 2)

### Freitag

- 9.30 Uhr **Geburstvorbereitende Akupunktur** mit Hebamme Nina (Raum 1)  
 20 Uhr **Strong by Zumba** mit Viola (Raum 2)

## Kursplan Sport- und Tanzzentrum, Am Bahnhof 2:

### Montag

- 10 Uhr **Kangatraining** mit Baby mit Jasmin  
15.45 Uhr **Starke Krümel** Kindersport ab 4 J. mit Jasmin  
17 Uhr **Taekwondo** für alle ab 6 J. mit Noor  
20 Uhr **BURN/ HIIT the Beat** mit Jasmin/ Mo (live und online)

### Dienstag

- 10 Uhr **KangaOnWheel** - Sport mit Kinderwagen - OUTDOOR  
mit Jasmin (Kursstart 06.08.)  
17 Uhr **Little Muay Tigers** - Thai Kickboxen ab 4 J. mit Kevin  
18 Uhr **Teen Muay Tigers** - Thai Kickboxen ab 8 J. mit Kevin/ Jasmin  
19 Uhr **Muay Tigers** - Thai Kickboxen für alle ab 15 J. mit Kevin

### Mittwoch

- 10 Uhr **Kangatraining** mit Baby mit Jasmin  
11.45 Uhr **PreKanga für Schwangere** mit Jasmin  
17 Uhr **Teenie Tanz** ab 8 J. mit Viola  
18.30 Uhr **ZUMBA** mit Viola  
19.45 Uhr **ZUMBA** mit Viola

### Donnerstag

- 10 Uhr **Krabbel Fit Mini** ab 6 Monaten mit Jasmin (Kursstart 08.08.)  
16 Uhr **Breaking4Kids** - Break Dance ab 7 J. mit Leif  
17 Uhr **Breaking4Kids** - Break Dance ab 7 J. mit Leif  
18.15 Uhr **Teen Muay Tigers** - Thai Kickboxen ab 8 J. mit Kevin/ Jasmin  
19.15 Uhr **Muay Tigers** - Thai Kickboxen für alle ab 15 J. mit Kevin

### Freitag

- 10 Uhr **Krümel Spielkreis** ab 9 Monate bis 2 J. mit Jasmin  
16 Uhr **Knirpse Fit** Eltern-Kind-Kurs 1,5 - 3 J. mit Jasmin  
17.10 Uhr **Taekwondo** für alle ab 6 J. mit Noor  
18.30 Uhr **Vinyasa Yoga** für alle mit Maria

### Samstag

- 9.30 Uhr **Nappy Dance** Eltern-Kind-Kurs 1,5 - 3,5 Jahre mit Isabell  
10.35 Uhr **Nappy Dance** Eltern-Kind-Kurs 1,5 - 3,5 Jahre mit Isabell

