

JuniorClub



Montag	Dienstag	Mittwoch
14.15 - 15.00 Uhr Kinderballett Anfänger Dancefloor	exklusiv für Return Mitglieder CRAZYDAY Sie begleiten Ihre Kinder kostenlos* zum Jungle Kids**	15.45 - 16.30 Uhr Badminton lernen für Fruchtzwerge 5-9 Jahre Bad.Platz 1/2
15.00 - 15.45 Uhr Kinderballett Mittelstufe Dancefloor	17.15 - 18.00 Uhr Taekwondo für Fruchtzwerge 5-9 Jahre Bad. Platz 5/6	15.45 - 16.30 Uhr Badminton lernen für Youngster ab 10 Jahren Bad.Platz 1/2
15.45 - 16.30 Uhr Kinderballett Fortgeschrittene Dancefloor	18.00 - 18.45 Uhr Taekwondo für Youngster ab 10 Jahren Bad. Platz 5/6	
	15.00 - 16.00 Uhr Kinderturnen 3-5 Jahre Dancefloor	

Kinderhort im Sportpark

Montag - Freitag	9.00 - 12.30 Uhr 15.00 - 20.00 Uhr
Samstag + Sonntag	10.00 - 17.00 Uhr

Kinderhort im LadySpa

Montag - Freitag	8.30 - 12.30 Uhr 15.00 - 20.00 Uhr
Samstag + Sonntag	10.00 - 16.00 Uhr

* ausgenommen Schulferien und Feiertage

** Jungle Kids

Broichmühlenweg 44
41066 Mönchengladbach
Fon 02161.5624631



Sportpark

Sauna
LadySpa

Dancefloor
Lady Spa

Donnerstag	Freitag	Samstag
<p>exklusiv für Return Mitglieder CRAZYDAY Sie begleiten Ihre Kinder kostenlos* zum Jungle Kids**</p>	<p>15.45 - 16.30 Uhr Badminton lernen für Fruchtzwerge 5-9 Jahre Bad.Platz 1/2</p>	<p>10.30 - 11.15 Uhr Taekwondo für Fruchtzwerge 5-9 Jahre Bad. Platz 5/6</p>
<p>14.30 - 16.30 Uhr Mutter/Kind- und Babysauna im Lady Spa</p>	<p>15.45 - 16.30 Uhr Badminton lernen für Youngster ab 10 Jahren Bad.Platz 1/2</p>	<p>11.15 - 12.00 Uhr Taekwondo für Youngster ab 10 Jahren Bad. Platz 5/6</p>
<p>16.00 - 17.30 Uhr Kids KungFu Soccerplatz</p>	<p>17.00 - 18.00 Uhr Tennis spielen lernen für Fortgeschrittene Tennisplatz 2</p>	<p>12.00 - 13.00 Uhr Tennis spielen lernen für Anfänger Tennisplatz 2</p>
<p>17.15 - 18.00 Uhr Taekwondo für Fruchtzwerge 5-9 Jahre Bad. Platz 5/6</p>		<p>13.00 - 14.00 Uhr Tennis spielen lernen für Fortgeschrittene Tennisplatz 2</p>
<p>18.00 - 18.45 Uhr Taekwondo für Youngster ab 10 Jahren Bad. Platz 5/6</p>		<p>13.00 - 14.30 Uhr Kids KungFu Soccerplatz</p>

Legende

Kinderturnen:

Beim Kinderturnen lernen Ihre Kinder, spielerisch ihre motorischen und koordinativen Fähigkeiten zu bestimmen und zu stärken. Es wird getanzt, gespielt, gesungen und getobt. Grundlagen der Gymnastik werden vermittelt, es wird viel mit dem eigenen Körper gearbeitet.

KungFu:

Trainieren wie die Shaolin-Mönche und sich selbst verteidigen. Hier wird dir alles mit viel Spaß gezeigt.

Taekwondo:

Taekwondo setzt sich aus den Komponenten Tae: Fuß(techniken), Kwon: Faust(einsatz) und Do: Weg (geistige Komponente) zusammen und ist somit insbesondere zur Schulung von Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Flexibilität und zum Stressabbau geeignet. Hier bauen Kinder Frustration und Aggression spielerisch ab.

Tennis:

Erklärtes Ziel unserer Tenniskurse ist es, über zunächst spielerische Elemente Kindern den Zugang zu einer Ballsportart zu eröffnen, bei der später nach und nach technische Elemente eingebaut werden.