

Kursplan

(Stand November 2024)

Familienzentrum Lüttkamp
Friedrichstraße 12
25436 Tornesch



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Tagesmuttertreffen 08:00 bis 09:30 Uhr	Tagesmuttertreffen 08:00 bis 09:30 Uhr	Präventionssport 09:00 bis 10:00 Uhr Leitung: Nadine Marsian 0174 - 1724568	Offener Babytreff mit Babys im ersten Lebensjahr 09:00 bis 10:30 Uhr Leitung: Maike Schröder-Brindöpke Informationen unter: Sarah Kirchner 0151-17706348 Das Angebot ist kostenfrei ☺	Fit und gesund bis ins hohe Alter 09:00 bis 10:00 Uhr Leitung: Petra Christiansen Anmeldung und Informationen unter: 0171 - 5020200
Beratung der Frühen Hilfen 9:30 bis 11:30 Uhr Leitung Sabine Görs Termine unter: 0178 1115757 Das Angebot ist kostenfrei ☺	Spielkreis für Kinder mit Eltern bis 3 Jahre 10:00 bis 11:30 Uhr Leitung: Susann Eydelers Anmeldung und Informationen: Sarah Kirchner 0151-17706348 Das Angebot ist kostenfrei ☺	Präventionskurs Rückenschule 10:15 bis 11:15 Leitung: Nadine Marsian Anmeldung und Informationen unter: 0174 - 1724568	Deutschlernen für Frauen 10:30 bis 12:00 Uhr Leitung: Yvonne Hollers Anmeldung und Informationen: Sarah Kirchner 0151-17706348 Das Angebot ist kostenfrei ☺	Fit und gesund bis ins hohe Alter 10:30 bis 11:30 Uhr Leitung: Petra Christiansen Anmeldung und Informationen unter: 0171 - 5020200
	Herz und Hand Beratung 9:00 bis 12:00 Uhr Leitung Sabine Görs Termine unter: 0178 1115757 Das Angebot ist kostenfrei ☺			Schülerhilfe 15:00 bis 18:00 Uhr Leitung: Zohal Ahmadi Anmeldung und Information unter: Sarah Kirchner 0151-17706348 Das Angebot ist kostenfrei ☺
Spielkreis für Kinder mit Eltern bis 3 Jahre 15:00 bis 16:30 Uhr Leitung: Susann Eydelers Anmeldung und Informationen: Sarah Kirchner 0151-17706348 Das Angebot ist kostenfrei ☺	Deutschlernen für Frauen 15:30 bis 17:00 Uhr Leitung: Yvonne Hollers Anmeldung und Informationen: Sarah Kirchner 0151-17706348 Das Angebot ist kostenfrei ☺		Deutschlernen für Frauen mit Kindern 15:00 bis 17:00 Uhr Leitung: Yvonne Hollers Anmeldung und Informationen unter: Sarah Kirchner 0151-17706348 Das Angebot ist kostenfrei ☺	KiYow / Kinderyoga 15:00 bis 16:00 Uhr Leitung: Csilla Straßburg Anmeldung und Informationen unter: 0151 46505786
WingTsun Kids 17:00 bis 18:00 Uhr Leitung: Martin Lindner Anmeldung und Informationen unter: 0179 - 7817597	Fit und gesund bis ins hohe Alter 15:30 bis 16:30 Uhr Leitung: Petra Christiansen Anmeldung und Informationen unter: 0171 - 5020200			KiYow / Kinderyoga 16:00 bis 17:00 Uhr Leitung: Csilla Straßburg Anmeldung und Informationen unter: 0151 46505786
WingTsun Jugendliche 18:10 bis 19:20 Uhr Leitung: Martin Lindner Anmeldung und Informationen unter: 0179 - 7817597	Fit und gesund bis ins hohe Alter 17:00 bis 18:00 Uhr Leitung: Petra Christiansen Anmeldung und Informationen unter: 0171 - 5020200	WingTsun Kids 16:30 bis 17:30 Uhr Leitung: Martin Lindner Anmeldung und Informationen unter: 0179 - 7817597		After Work Yoga 17:45 bis 18:45 Uhr Leitung: Claudia Riecken-Konstantin Anmeldung und Informationen unter: 04122 - 53416
WingTsun Erwachsene 19:30 bis 21:00 Uhr Leitung: Martin Lindner Anmeldung und Informationen unter: 0179 - 7817597	Präventionssport 18:15 bis 19:15 Uhr Leitung: Nadine Marsian 0174 - 1724568	WingTsun Jugendliche und Erwachsene 17:45 bis 19:15 Uhr Leitung: Martin Lindner Anmeldung und Informationen unter: 0179 - 7817597	Fit und Gesund 19:00 bis 20:00 Uhr Leitung: Petra Christiansen Anmeldung und Informationen unter: 0171 - 5020200	
	Yoga, Achtsamkeit und Meditation 19:30 bis 20:45 Uhr Leitung: Nadine Marsian 0174 - 1724568			