

Sportkurse 6 - 18 Jahre

AusPowerKurs

<i>Tag</i>	<i>Zeit</i>	<i>Ort</i>	<i>Trainer</i>
Montag <u>ab 8 Jahre</u>	17.00 – 18.00	TH Waldblick Oberschule	Chris, Falk

TurnAkrobatik

<i>Tag</i>	<i>Zeit</i>	<i>Ort</i>	<i>Trainer</i>
Montag (Einsteiger ab 7 Jahre)	15.30 – 16.30	TH Ringstraße Zauckerode	Franzi
Montag (Fortgeschrittene ab 7 Jahre)	16.00 – 17.00	TH Ringstraße Zauckerode	Franzi

KinderSport KK-Kurs

ACHTUNG - Bitte nur mit Anmeldung!

<i>Tag</i>	<i>Zeit</i>	<i>Ort</i>	<i>Trainer</i>
Mittwoch (6 - 8 Jahre)	15.30 – 16.30	TH Krönertstr. Feld 1	Ina
Mittwoch (8 - 12 Jahre)	15.30 – 16.30	TH Krönertstr. Feld 1	Ina

Crossfit / ParcourPower

<i>Tag</i>	<i>Zeit</i>	<i>Ort</i>	<i>Trainer</i>
Donnerstag (6 - 8 Jahre)	15.30 – 16.30	TH Krönertstr. Feld 1	Franzi, Katrin
Donnerstag (ab 9 Jahre)	17.30 – 18.30	TH Krönertstr. Feld 1	Franzi



KaterKicker's

<i>Tag</i>	<i>Zeit</i>	<i>Ort</i>	<i>Trainer</i>
Dienstag (ab 8 Jahre)	16.30 – 17.30	TH Glück Auf GS Freital Zauckerode	Katrin Jens

AusPOWERKurs:

Hier kannst Du Dich richtig auspowern und den Kopf frei bekommen.
Wir trainieren Kondition, Kraft und Schnelligkeit und bauen den Stress ab.

POWERN. BOXEN. KICKEN.

TurnAkrobatik

Unsere Kombination aus Turnen und Akrobatik.
Das Spezielle Training bestehend aus Turn-Elementen wie z.B. Handstand und Rad, kombiniert mit Akrobatischen Figuren, Krafttraining und Dehnung.

Crossfit / ParcourPower

Trainiere mit Spiel und Spaß deine Kraft, Beweglichkeit, das Gleichgewicht und deine Kletterkünste.
(Das Training mit schweren Gewichten ist **kein** Bestandteil des Kurses.)

KinderSport KK-Kurs

Ab 06.02.2019 auch bei uns, der Präventionskurs für 6-8 jährige Kinder.
Die Präventionsmaßnahme wird zertifiziert und kann von den Krankenkassen gefördert werden.
Bitte um Anmeldung, da dies ein 8 - wöchiger Kurs mit begrenzter Teilnehmerzahl ist.

KaterKickers:

TOOOOR... bei den „KaterKickers Freital“ kommst du ganz ohne Leistungsdruck ins Schwitzen und hast Spaß am Fußballtraining.

Muskelkater Freital e.V.

Abteilung Kinder- & Jugendsport

Ina Jentsch

kindersport@muskelkater-freital.de