








## Kursplan ab Januar 2023

## Kurse für Kinder

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<p><u>09:30 -10:15 Uhr</u></p>  <p><b>Kurs: 001</b> <b>Tanzen für Kinder von 20 bis 40 Monaten</b> Kursleitung: Tina Hamacher</p>		<p><u>09:15 Uhr – 10:15 Uhr</u> <b>Kurs: 3-6 Monate Zwergenzeit 07</b> Geburtsmonat Aug., Sept. und Okt. 2022 Kursleitung: Estelle Macana Estelle's Glückskind</p>	<p><u>09:15 Uhr – 10:15 Uhr</u> <b>Kurs: 6-9 Monate Zwergenzeit 01</b> Geburtsmonat Mai, Juni und Juli 2022 Kursleitung: Estelle Macana Estelle's Glückskind</p>	<p><u>09:30 -10:30 Uhr</u> <b>Kurs: ZF 407 Zwergenfit</b> ab der Krabbelzeit <b>ca. 10 – 20 Monate</b> Kursleitung: Tina Hamacher</p>	
		<p><u>10:45 Uhr – 11:45 Uhr</u> <b>Kurs: 3-6 Monate Zwergenzeit 08</b> Geburtsmonat Aug., Sept. und Okt. 2022 Kursleitung: Estelle Macana Estelle's Glückskind</p>	<p><u>10:45 Uhr – 11:45 Uhr</u> <b>BindungsRaum Mini 7 bis 13 Monate</b> Kursleitung: Katrin Salzmann ErziehungsWeise</p>	<p><u>11:00 -12:00 Uhr</u> <b>Kurs: ZF 408 Zwergenfit</b> ab der Krabbelzeit <b>ca. 10 – 20 Monate</b> Kursleitung: Tina Hamacher</p>	
<p><u>15:15 -16:00 Uhr</u></p>  <p><b>Kurs: 002</b> <b>Tanzen für Kinder von 20 bis 40 Monaten</b> Kursleitung: Tina Hamacher</p>		<p><u>15:15 -16:00 Uhr</u></p>  <p><b>Kurs: 004</b> <b>Tanzen für Kinder von 20 bis 40 Monaten</b> Kursleitung: Tina Hamacher</p>	<p><u>15:30 -16:15 Uhr</u> <b>Kurs: Kinderyoga –OHNE Eltern- 4 – 7 Jahre</b> Kursleitung: Jennifer Jansen Jenny's Konfettibande</p>	<p><u>15:15 -16:15 Uhr</u> <b>Kurs: ZF 409 Zwergenfit</b> ab der Krabbelzeit <b>ca. 10 – 20 Monate</b> Kursleitung: Tina Hamacher</p>	
<p><u>16:30 -17:15 Uhr</u></p>  <p><b>Kurs: 003</b> <b>Tanzen für Kinder von 20 bis 40 Monaten</b> Kursleitung: Tina Hamacher</p>		<p><u>16:30 -17:15 Uhr</u></p>  <p><b>Kurs: 005</b> <b>Tanzen für Kinder von 20 bis 40 Monaten</b> Kursleitung: Tina Hamacher</p>	<p><u>16:30 -17:15 Uhr</u> <b>Kurs: Elternkind Yoga 3 – 6 Jahre</b> Kursleitung: Jennifer Jansen Jenny's Konfettibande</p>		





## Kurse für Erwachsene

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<p><u>18:00 Uhr – 19:00 Uhr</u>  <b>Achtsamkeit und Entspannung für Mamas</b>            Kursleitung: Katrin Salzmann            ErziehungsWeise</p>	<p><u>19:30 Uhr – 21:00 Uhr</u>  <b>Mini &amp; Me Schwangerentreff</b>            Kursleitung: Estelle Macana            Estelle´s Glückskind</p> <p><b>Ab 21. Februar 2023</b></p>	<p><u>19:00 Uhr – 20:00 Uhr</u>  <b>Yoga</b>            Kursleitung: Christina Bachem            Anahata Yoga by Tina</p>	<p><u>19:00 -20:00 Uhr</u>  <b>Fitness/ Vinyasa-Yoga</b>            Kursleitung: Anne Maronna</p> <p><b>Ab 02. Februar 2023</b></p>		
<p><u>19:15 Uhr – 21:15 Uhr</u>  <b>versch. Elternworkshops</b>            Kursleitung: Katrin Salzmann            ErziehungsWeise</p> <p><b>Nächster am            07. November 2022</b></p>					



Tina Hamacher  
Telefon: 0177 7570953



info@littlesteps-dueren.de  
www.littlesteps-dueren.de