

**Bildungswerk des  
Landessportbundes Sachsen e.V.**

Mariennallee 14 b  
01099 Dresden  
Telefon 0351 8009973

info@sportbildung-sachsen.de  
www.sportbildung-sachsen.de

**BILDUNG, DIE BEWEGT**

**2026**

**Training**

**Prävention**

**Therapie**

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1 DO KW 01 <small>Neujahr</small>	1 SO	1 SO	1 MI	1 FR <small>Tag der Arbeit</small>	1 MO KW 23	1 MI	1 SA	1 DI <small>Kraftort: Wald</small>	1 DO <small>Atemworkshop – Indianer Balance®</small>	1 SO <small>Functional Fitness Training (Aufbaukurs)</small>	1 DI
2 FR	2 MO KW 06	2 MO KW 10	2 DO <small>Gründonnerstag</small>	2 SA	2 DI	2 DO	2 SO	2 MI	2 FR	2 MO KW 45	2 MI
3 SA	3 DI	3 DI	3 FR <small>Karfreitag</small>	3 SO	3 MI	3 FR	3 MO KW 32	3 DO	3 SA <small>Tag der Dt. Einheit</small>	3 DI	3 DO
4 SO	4 MI	4 MI <small>Start: MBJR</small>	4 SA	4 MO KW 19	4 DO <small>Fronleichnam</small>	4 SA	4 DI	4 FR <small>SINWische Erfahrung</small>	4 SO <small>Apus Trainer Umgewandelter</small>	4 MI	4 FR
5 MO KW 02	5 DO	5 DO	5 SO <small>Ostersonntag</small>	5 DI	5 FR <small>Seniortag F&amp;F</small>	5 SO	5 MI	5 SA <small>NW-Aufbaukurs Aufwachen Gesunder Geist – Gesunder Körper</small>	5 MO KW 41	5 DO	5 SA
6 DI <small>Heilige Drei Könige</small>	6 FR	6 FR <small>Klang, Bewegung, Interaktion</small>	6 MO KW 15 <small>Osternmontag</small>	6 MI	6 SA <small>Gesundheitsworkshop</small>	6 MO KW 28	6 DO	6 SO <small>NW-Aufbaukurs Trainingswunder</small>	6 DI	6 FR <small>Psychomotorik trifft Kunst</small>	6 SO <small>2. Advent Nikolaus</small>
7 MI	7 SA	7 SA <small>Tape Krumpfsport Faszien F&amp;F</small>	7 DI	7 DO	7 SO	7 DI	7 FR	7 MO KW 37	7 MI <small>Kinder yoga (Aufbaukurs)</small>	7 SA <small>Bewegungsspieltheater für die ganz Kleinen</small>	7 MO KW 50
8 DO	8 SO	8 SO <small>Fachseminar</small>	8 MI	8 FR <small>Reizentraining für Pädagogen Pilates Advanced</small>	8 MO KW 24	8 MI	8 SA	8 DI	8 DO	8 SO <small>Pilates Trainer (Modul 2)</small>	8 DI
9 FR	9 MO KW 07	9 MO KW 11	9 DO	9 SA <small>Tanz der Herrinnen</small>	9 DI	9 DO	9 SO	9 MI	9 FR	9 MO KW 46	9 MI
10 SA	10 DI	10 DI	10 FR	10 SO <small>Muttertag</small>	10 MI <small>Dialog statt Drama</small>	10 FR	10 MO KW 33	10 DO	10 SA <small>M&amp;S Sicherheit geht immer vor</small>	10 DI	10 DO
11 SO	11 MI	11 MI	11 SA <small>Yoga &amp; Meditation</small>	11 MO KW 20	11 DO	11 SA	11 DI	11 FR	11 SO <small>Pilates Trainer (Modul 4)</small>	11 MI	11 FR <small>Pilates Trainer (Modul 3)</small>
12 MO KW 03	12 DO	12 DO	12 SO	12 DI	12 FR <small>Tänze aus aller Welt Functional Outdoor Training</small>	12 SO	12 MI	12 SA <small>Bausatz Atemarbeit</small>	12 MO KW 42	12 DO	12 SA
13 DI	13 FR	13 FR <small>Zurück die Faust, dann der Kopf</small>	13 MO KW 16	13 MI	13 SA <small>Alopecia</small>	13 MO KW 29	13 DO	13 SO	13 DI	13 FR <small>Kontaktsport Koordinationsschulung</small>	13 SO <small>3. Advent</small>
14 MI	14 SA	14 SA <small>Lachyoga</small>	14 DI	14 DO <small>Christi Himmelfahrt</small>	14 SO <small>Functional Outdoor Training (Aufbaukurs)</small>	14 DI	14 FR	14 MO KW 38	14 MI	14 SA <small>Tai Chi &amp; Qi Gong für die Wiedereinsteiger Mobility Training</small>	14 MO KW 51
15 DO	15 SO	15 SO	15 MI	15 FR	15 MO KW 25	15 MI	15 SA <small>Mariä Himmelfahrt</small>	15 DI	15 DO	15 SO	15 DI
16 FR	16 MO KW 08 <small>Rosenmontag</small>	16 MO KW 12	16 DO	16 SA <small>Blind, Wühlmaus &amp; Co.</small>	16 DI	16 DO	16 SO	16 MI <small>Kinder yoga (Grundkurs)</small>	16 FR	16 MO KW 47	16 MI
17 SA	17 DI	17 DI <small>Fastnacht</small>	17 FR	17 SO <small>Kleine Dinge, große Schritte Mit Tai Chi zur inneren Mitte</small>	17 MI	17 FR	17 MO KW 34	17 DO	17 SA	17 DI	17 DO
18 SO	18 MI	18 MI <small>Aschermittwoch</small>	18 SA	18 MO KW 21 <small>Atemtraining Nordic Walking Trainer</small>	18 DO	18 SA	18 DI	18 FR <small>Entspannungsworkshop für Kinder Auf in's Kloster: Impulse f. Körper u. Geist</small>	18 SO	18 MI <small>Buß- und Betttag</small>	18 FR
19 MO KW 04	19 DO	19 DO	19 SO <small>Endofest</small>	19 DI <small>Nachhaltige Ernährung</small>	19 FR <small>Tai Chi &amp; Qi Gong für Kinder Wachwachen</small>	19 SO	19 MI <small>Start: MBJR</small>	19 SA <small>Dein persönliches Körperbild</small>	19 MO KW 43	19 DO	19 SA
20 DI	20 FR	20 FR <small>Frühlingsanfang Rufen, Sehen, Stehen</small>	20 MO KW 17	20 MI	20 SA <small>„Auf's Kraut geschaut“ „Klein aber fein“ Sommeranfang</small>	20 MO KW 30	20 DO	20 SO <small>Körper-Gesundheit für Kinder (Teil 2)</small>	20 DI <small>Intensivtherapeutische Ernährung</small>	20 FR <small>Yoga Retreat</small>	20 SO <small>4. Advent</small>
21 MI	21 SA	21 SA <small>Cardio F&amp;F WABAS&amp;®</small>	21 DI	21 DO	21 SO <small>Neurozentriertes Training</small>	21 DI	21 FR <small>Pädagogik trifft Erfolgspsychologie</small>	21 MO KW 39	21 MI	21 SA <small>Yoga Retreat</small>	21 MO KW 52 <small>Winteranfang</small>
22 DO	22 SO	22 SO	22 MI <small>Rufen ist Gold – schauen kann jeder!</small>	22 FR	22 MO KW 26	22 MI	22 SA <small>RückenSport</small>	22 DI <small>Wunderwelt Dorau</small>	22 DO	22 SO <small>Totensonntag</small>	22 DI
23 FR	23 MO KW 09	23 MO KW 13	23 DO	23 SA	23 DI	23 DO	23 SO	23 MI <small>Herbstanfang</small>	23 FR	23 MO KW 48	23 MI
24 SA	24 DI	24 DI <small>Frühjahrsputz im Körper</small>	24 FR	24 SO <small>Pfingstsonntag</small>	24 MI <small>Kinder yoga (Aufbaukurs)</small>	24 FR	24 MO KW 35	24 DO	24 SA	24 DI	24 DO <small>Heiligabend</small>
25 SO	25 MI	25 MI	25 SA <small>DHf Naturerfahrung</small>	25 MO KW 22 <small>Pfingstmontag</small>	25 DO	25 SA <small>Grafische Visualisierung</small>	25 DI	25 FR <small>Naturerkenntnis: Wald</small>	25 SO <small>Ende Sommerzeit</small>	25 MI <small>Kinder yoga (Aufbaukurs)</small>	25 FR <small>1. Weihnachtstag</small>
26 MO KW 05	26 DO	26 DO	26 SO	26 DI	26 FR	26 SO	26 MI	26 SA <small>Ringes &amp; Reifen Brain F&amp;F</small>	26 MO KW 44	26 DO	26 SA <small>2. Weihnachtstag</small>
27 DI	27 FR	27 FR <small>Greeny Herz</small>	27 MO KW 18 <small>Progressive Muskelrelaxation</small>	27 MI <small>Kinder yoga (Grundkurs)</small>	27 SA <small>Wohlfühl-Becken &amp; freie Hüften</small>	27 MO KW 31	27 DO	27 SO <small>Stressbewältigung durch Achtsamkeit</small>	27 DI	27 FR	27 SO
28 MI	28 SA	28 SA <small>Pilates für Senioren</small>	28 DI <small>Entwicklungsförderung durch Achtsamkeit</small>	28 DO	28 SO	28 DI	28 FR	28 MO KW 40	28 MI	28 SA <small>Gut zu Fuß</small>	28 MO KW 01
29 DO		29 SO <small>Beginn Sommerzeit</small>	29 MI	29 FR <small>Rückwärts Auf in's Kloster</small>	29 MO KW 27	29 MI	29 SA <small>Drauf Alo®-Instructor Nordic Walking Trainer</small>	29 DI	29 DO	29 SO <small>1. Advent</small>	29 DI
30 FR		30 MO KW 14	30 DO	30 SA <small>NW-Refraktor-Technik Rücken F&amp;F</small>	30 DI	30 DO	30 SO <small>Körper-Gesundheit für Kinder (Teil 4)</small>	30 MI	30 FR <small>Functional Fitness Training Achtsamkeits Training</small>	30 MO KW 49	30 MI
31 SA		31 DI		31 SO <small>NW Aufbaukurs Koordination Körpergesundheit</small>		31 FR	31 MO KW 36		31 SA <small>Reformationstag</small>		31 DO <small>Silvester</small>