

**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 Tag der Arbeit	1 MO KW 23	1 MI	1 SA	1 DI Kraftfit: Wald	1 DO Atemworkshop – Indianer Balance®	1 SO Functional Fitness Training (Aufbaukurs)	1 DI
2 FR	2 MO KW 06	2 MO KW 10	2 DO Gründonnerstag	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 Karfreitag	3 SO	3 MI	3 FR	3 MO KW 32	3 DO	3 SA Tag der Dt. Einheit	3 DI	3 DO
4 SO	4 MI	4 MI Start: MBJR	4 SA	4 MO KW 19	4 DO Fronleichnam	4 SA	4 DI	4 FR SINWliche Erfahrung	4 SO Apnea Training – Unterwasseratmung	4 MI	4 FR
5 MO KW 02	5 DO	5 DO	5 SO Ostersonntag	5 DI	5 FR Senior Fit	5 SO	5 MI	5 SA NW-Aufbaukurs Aufbauschulung Gewandter Geist – Gewandter Körper	5 MO KW 41	5 DO	5 SA
6 DI Heilige Drei Könige	6 FR	6 FR Klang, Bewegung, Interaktion	6 MO KW 15 Ostermontag	6 MI	6 SA Gewandtesportkademie	6 MO KW 28	6 DO	6 SO NW-Aufbaukurs Trainingsaufbauenden	6 DI	6 FR Psychomotorik trifft Kunst	6 SO 2. Advent Nikolaus
7 MI	7 SA	7 SA Tape Knapptochter – Facetten Fit	7 DI	7 DO	7 SO	7 DI	7 FR	7 MO KW 37	7 MI Kinderyoga (Aufbaukurs)	7 SA Bewegungsspieltheater für die ganz Kleinen	7 MO KW 50
8 DO	8 SO	8 SO Fachseminar	8 MI	8 FR Reizentraining für Pädagogen – Pilates Advanced	8 MO KW 24	8 MI	8 SA	8 DI	8 DO	8 SO Pilates Trainer (Modul 2)	8 DI
9 FR	9 MO KW 07	9 MO KW 11	9 DO	9 SA Tanz der Herrschen	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 Muttertag	10 MI Dialog statt Drama	10 FR	10 MO KW 33	10 DO	10 SA M3-Sicherheit geht Internaut	10 DI	10 DO
11 SO	11 MI	11 MI	11 SA Yoga & Meditation	11 MO KW 20	11 DO	11 SA	11 DI	11 FR	11 SO Pilates Trainer (Modul 4)	11 MI	11 FR Pilates Trainer (Modul 3)
12 MO KW 03	12 DO	12 DO	12 SO	12 DI	12 FR Tänze aus aller Welt – Functional Outdoor Training	12 SO	12 MI	12 SA Bausteine Atemarbeit	12 MO KW 42	12 DO	12 SA
13 DI	13 FR	13 FR Zeit der Faust, dann der Kopf	13 MO KW 16	13 MI	13 SA Akupressur	13 MO KW 29	13 DO	13 SO	13 DI	13 FR Konkrete Koordinationsschulung	13 SO 3. Advent
14 MI	14 SA	14 SA Lockyoga	14 DI	14 DO Christi Himmelfahrt	14 SO Functional Outdoor Training (Aufbaukurs)	14 DI	14 FR	14 MO KW 38	14 MI	14 SA Tai Chi & Qi Gong für die Werkstunde – Mobilität Training	14 MO KW 51
15 DO	15 SO	15 SO	15 MI	15 FR	15 MO KW 25	15 MI	15 SA Mariä Himmelfahrt	15 DI	15 DO	15 SO	15 DI
16 FR	16 MO KW 08 Rosenmontag	16 MO KW 12	16 DO	16 SA	16 DI	16 DO	16 SO	16 MI Kinderyoga (Grundkurs)	16 FR	16 MO KW 47	16 MI
17 SA	17 DI	17 DI Fastnacht	17 FR	17 SO Kleine Dinge, große Schritte – Mit Tai Chi zur inneren Mitte	17 MI	17 FR	17 MO KW 34	17 DO	17 SA	17 DI	17 DO
18 SO	18 MI	18 MI Aschermittwoch	18 SA	18 MO KW 21	18 DO	18 SA	18 DI	18 FR Entspannungstraining für Kinder – Auf in's Kloster: Inupache f. Körper u. Geist	18 SO	18 MI Buß- und Bettag	18 FR
19 MO KW 04	19 DO	19 DO	19 SO	19 DI Nachhaltige Ernährung	19 FR Tai Chi & Qi Gong für Kinder – Waldräuber	19 SO	19 MI	19 SA Dein persönliches Körperbild	19 MO KW 43	19 DO	19 SA
20 DI	20 FR	20 FR Frühlingsanfang – Rufen, Sehen, Stehen	20 MO KW 17	20 MI	20 SA „Auf's Kraut geschaut“ – Kleck oder Fein?	20 MO KW 30	20 DO	20 SO Körper-Gesundheit für Kinder (Teil 2)	20 DI Auswertungsbildende Ernährung	20 FR	20 SO 4. Advent
21 MI	21 SA	21 SA Cardio Fit – WABASQ®	21 DI	21 DO	21 SO Sommeranfang – Neurosensitives Training	21 DI	21 FR	21 MO KW 39	21 MI	21 SA Yoga Retreat	21 MO KW 52 Winteranfang
22 DO	22 SO	22 SO	22 MI	22 FR	22 MO KW 26	22 MI	22 SA RückenSport	22 DI	22 DO Wunderwelt Dorum	22 SO Totensonntag	22 DI
23 FR	23 MO KW 09	23 MO KW 13	23 DO	23 SA	23 DI	23 DO	23 SO	23 MI	23 FR Herbstanfang	23 MO KW 48	23 MI
24 SA	24 DI	24 DI Frühjahrsputz im Körper	24 FR	24 SO Pfingstsonntag	24 MI Kinderyoga (Aufbaukurs)	24 FR	24 MO KW 35	24 DO	24 SA	24 DI	24 DO Heiligabend
25 SO	25 MI	25 MI	25 SA	25 MO KW 22 Pfingstmontag	25 DO	25 SA	25 DI	25 FR	25 SO Ende Sommerzeit	25 MI Kinderyoga (Aufbaukurs)	25 FR 1. Weihnachtstag
26 MO KW 05	26 DO	26 DO	26 SO	26 DI	26 FR	26 SO	26 MI	26 SA Ringen & Rufen – Brain Fit	26 MO KW 44	26 DO	26 SA 2. Weihnachtstag
27 DI	27 FR	27 FR Groovy Herz	27 MO KW18	27 MI Kinderyoga (Grundkurs)	27 SA	27 MO KW 31	27 DO	27 SO Stressbewältigung durch Achtsamkeit	27 DI	27 FR	27 SO
28 MI	28 SA	28 SA	28 DI	28 DO	28 SO	28 DI	28 FR	28 MO KW 40	28 MI	28 SA	28 MO KW 01
29 DO		29 SO	29 MI	29 FR	29 MO KW 27	29 MI	29 SA	29 DI	29 DO	29 SO 1. Advent	29 DI
30 FR		30 MO KW 14	30 DO	30 SA	30 DI	30 DO	30 SO	30 MI	30 FR	30 MO KW 49	30 MI
31 SA		31 DI		31 SO		31 FR	31 MO KW 36		31 SA Reformationstag		31 DO Silvester