

November 2026

November 2026							Dezember 2026						
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
2	3	4	5	6	7	8	7	1	2	3	4	5	6
9	10	11	12	13	14	15	14	8	9	10	11	12	13
16	17	18	19	20	21	22	21	15	16	17	18	19	20
23	24	25	26	27	28	29	28	22	23	24	25	26	27
30								29	30	31			

MONTAG	DIENTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
26. Okt	27	28	29	30	31	1. Nov
2 17:00 Teens Sport und Bewegung ohne Eltern 18:45 Kids: Sport und Bewegung im	3	4 16:00 Kids Kochevent + Eltern kommen ab 18 17:00 Teens (schulungsfrei)	5	6	7	8
9 17:00 Kids: Sport und Bewegung ohne Eltern 18:45 Teens: Sport und Bewegung im	10	11 17:00 Kids und Teens + Eltern, medizinische Schulung (Seminarräume der FBS)	12 15:00 individuelle Ernährungsberatung bei Frau Dr. Uta Peiler (Wittestraße 54, 53225)	13	14	15
16 15:30 Kids: Sport und Bewegung ohne Eltern 17:00 Teens: Sport und Bewegung ohne Eltern	17 14:30 individuelle Ernährungsberatung bei Frau Dr. Uta Peiler (Wittestraße 54, 53225)	18 16:00 Kids schulungsfrei 17:00 Teens Kochevent, Eltern kommen ab 18:30Uhr zum	19 15:00 individuelle Ernährungsberatung bei Frau Anja Roth (online oder live in:	20	21	22
23 15:30 Kids: Sport und Bewegung ohne Eltern 17:00 Teens: Sport und Bewegung ohne Eltern	24	25 16:00 Kids + Eltern, Kompetenz-Training 17:30 Teens +Eltern Kompetenz-Training	26	27	28	29
30 15:30 Kids: Sport und Bewegung ohne Eltern 17:00 Teens: Sport und Bewegung ohne Eltern	1. Dez	2	3	4	5	6

26. Oktober 2026

Montag

Ganztägig

Herbstferien

28. Oktober 2026

Mittwoch

Ganztägig

Herbstferien

14:00 - 17:00

individuelle Ernährungsberatung bei Frau Anja Roth -- online oder live in: Sportplatzstr 18, 51147 Köln / Porz

Anmeldung:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1IHPmO1Fmi-KQTS8OXqHyFDpPudzu35ThCWwyfwPbCVs/edit?gid=977698488#gid=977698488>

Vor der Praxis Roth gibt es Parkplätze. <https://www.praxis-ernaehrung-kommunikation.de/so-finden-sie-mich.html>

Tel.: +49 0160 7201262

2. November 2026

Montag

17:00 - 18:30

Teens Sport und Bewegung ohne Eltern -- Turnhalle der Margot-Barnard-Realschule, René-Schickele-Str. 4, 53123 Bonn

Achtung, Stunde startet um 17 Uhr

18:45 - 20:15

Kids: Sport und Bewegung im Förderzentrum + Elternabend 1 -- **Förderzentrum** E.J.Kiphard, René-Schickele-Str. 4, 53123 Bonn

4. November 2026

Mittwoch

16:00 - 19:00

Kids Kochevent + Eltern kommen ab 18 Uhr zum gemeinsames Essen dazu -- FBS Küche

Achtung: 3 Stunden-Einheit. Bitte achten Sie auf die Pünktlichkeit sowohl um 16:00Uhr (Kinder) als auch um 18:00 Uhr (Eltern), damit das gemeinsame Essen möglichst ruhig und entspannt bleibt.

17:00 - 17:30

Teens -- schulungsfrei

9. November 2026

Montag

17:00 - 18:30

Kids: Sport und Bewegung ohne Eltern -- Turnhalle der Margot-Barnard-Realschule, René-Schickele-Str. 4, 53123 Bonn

Achtung, Stunde startet um 17 Uhr.

18:45 - 20:15

Teens: Sport und Bewegung im Förderzentrum + Elternabend 1 -- **Förderzentrum** E.J.Kiphard, René-Schickele-Str. 4, 53123 Bonn

11. November 2026

Mittwoch

17:00 - 18:30

Kids und Teens + Eltern, medizinische Schulung -- Seminarräume der FBS (Familienbildungsstätte Bonn, Lennéstr. 5, 53113 Bonn)

Achtung, beide Gruppen gemeinsam, geänderte Startzeit, **90 Min** Einheit.

Eltern und Teens mit Frau Dr. Vollbach.

Kids ohne Eltern parallel dazu mit Joke .

12. November 2026

Donnerstag

15:00 - 18:00

individuelle Ernährungsberatung bei Frau Dr. Uta Peiler -- Wittestraße 54, 53225 Bonn

Anmeldung:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1HPmO1Fmi-KQTS8OXqHyFDpPudzu35ThCWwyfwPbCVs/edit?gid=977698488#gid=977698488>

Vor der Praxis Peiler gibt es Parkplätze. info@eb-peiler.de, Tel.: +49 0160 7201262

16. November 2026

Montag

15:30 - 17:00

Kids: Sport und Bewegung ohne Eltern -- Turnhalle der Margot-Barnard-Realschule, René-Schickele-Str. 4, 53123 Bonn

17:00 - 18:30

Teens: Sport und Bewegung ohne Eltern -- Turnhalle der Margot-Barnard-Realschule, René-Schickele-Str. 4, 53123 Bonn

17. November 2026

Dienstag

14:30 - 17:30

individuelle Ernährungsberatung bei Frau Dr. Uta Peiler -- Wittestraße 54, 53225 Bonn

Anmeldung:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1HPmO1Fmi-KQTS8OXqHyFDpPudzu35ThCWwyfwPbCVs/edit?gid=977698488#gid=977698488>

Vor der Praxis Peiler gibt es Parkplätze. info@eb-peiler.de, Tel.: +49 0160 7201262

18. November 2026

Mittwoch

16:00 - 17:00

Kids schulungsfrei

17:00 - 19:30

Teens Kochevent, Eltern kommen ab 18:30Uhr zum gemeinsamen Essen dazu. -- FBS Küche

Achtung: 2,5 Stunden-Einheit. Bitte achten Sie auf die Pünktlichkeit sowohl um 17:00 Uhr (Jugendliche) als auch um 18:30 Uhr (Eltern), damit das gemeinsame Essen möglichst ruhig und entspannt bleibt.

19. November 2026

Donnerstag

15:00 - 18:00

individuelle Ernährungsberatung bei Frau Anja Roth -- online oder live in: Sportplatzstr 18, 51147 Köln / Porz

Anmeldung:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1IHPmO1Fmi-KQTS8OXqHyFDpPudzu35ThCWwyfwPbCVs/edit?gid=977698488#gid=977698488>

Vor der Praxis Roth gibt es Parkplätze. <https://www.praxis-ernaehrung-kommunikation.de/so-finden-sie-mich.html>

Tel.: +49 0160 7201262

23. November 2026

Montag

15:30 - 17:00

Kids: Sport und Bewegung ohne Eltern -- Turnhalle der Margot-Barnard-Realschule, René-Schickele-Str. 4, 53123 Bonn

17:00 - 18:30

Teens: Sport und Bewegung ohne Eltern -- Turnhalle der Margot-Barnard-Realschule, René-Schickele-Str. 4, 53123 Bonn

25. November 2026

Mittwoch

16:00 - 17:30

Kids + Eltern, Kompetenz-Training -- Seminarräume der FBS
Achtung, 90 Min Einheit.

17:30 - 19:00

Teens + Eltern Kompetenz-Training -- Seminarräume der FBS
Achtung, 90 Min. Einheit

30. November 2026

Montag

15:30 - 17:00

Kids: Sport und Bewegung ohne Eltern -- Turnhalle der Margot-Barnard-Realschule, René-Schickele-Str. 4, 53123 Bonn

17:00 - 18:30

Teens: Sport und Bewegung ohne Eltern -- Turnhalle der Margot-Barnard-Realschule, René-Schickele-Str. 4, 53123 Bonn

2. Dezember 2026

Mittwoch

16:00 - 17:15

Kids + Eltern Kompetenztraining -- Seminarräume FBS

17:30 - 18:45

Teens + Eltern Kompetenztraining -- Seminarräume FBS