

# KINDER KURSPLAN | JUNIOR STUDIO CLASS TIMETABLE

## AB | FROM 01/11/2018



MONTAG   MONDAY	DIENSTAG   TUESDAY	MITTWOCH   WEDNESDAY	DONNERSTAG   THURSDAY	FREITAG   FRIDAY	SAMSTAG   SATURDAY	SONNTAG   SUNDAY
16.00-16.30 <b>Academy Lesestunde</b> Academy Team, Loft 1 (2-5 J)	16.00-16.45 <b>Wasserspaß</b> Academy Team, Pool (ab 5 J)	10.00-11.00 <b>Baby Singkreis</b> Academy Team, Academy (6 M.-2 J)	16.00-16.30 <b>Hüpfburg Action Minis</b> Academy Team, Turnhalle (3-5 J)	16.00-17.00 <b>Ballspiele</b> Louise, Teamsporthalle (6-8 J)	10.00-11.00 <b>Academy Happy Hour</b> Academy Team, Partyzone (3-7 J)	10.00-11.00 <b>Minisportler</b> Academy Team, Teamsporthalle (2-3 J)
16.30-17.30 <b>Kinder Atelier</b> Academy Team, Academy (6-13 J) €	16.00-17.00 <b>Basketball 1</b> Annalena, Turnhalle (6-8 J)	16.00-17.00 <b>Fußball</b> Julius, Teamsporthalle (ab 6 J)	16.00-17.00 <b>Selbstverteidigung für Kinder 1</b> Andi, Loft 2 (4-6 J) €	16.40-17.40 <b>Selbstverteidigung 3 Teens</b> Andi, Mind and Body 1 (ab 10 J) €	11.00-12.00 <b>Kinder Atelier</b> Academy Team, Academy (3-6 J)	11.00-12.00 <b>Sportliche Kids</b> Academy Team, Teamsporthalle (4-5 J)
17.30-18.00 <b>Hüpfburg Action Teens</b> Academy Team, Turnhalle (ab 8 J)	16.00-16.50 <b>Ballett 1</b> Marat, Loft 2 (3-5 J) €	16.15-16.45 <b>Sportliche Kids</b> Academy Team, Loft 1 (4-5 J)	16.30-17.00 <b>Hüpfburg Action Maxis</b> Academy Team, Turnhalle (6-8 J) €	17.00-18.00 <b>Fitness Junior</b> Louise, (ab 9 J)	13.00-14.00 <b>Fußball</b> Academy Team, Teamsporthalle (ab 6 J)	12.00-13.00 <b>Sportsacademy</b> Academy Team, Teamsporthalle (ab 6 J)
	17.00-17.50 <b>Ballett 2</b> Marat, Loft 2 (ab 6 J) €	16.45-17.15 <b>Minisportler</b> Academy Team, Loft 1 (2-3 J)	17.00-18.00 <b>Multi Sports + Chill</b> Academy Team, Partyraum (6-12 J)	17.30-18.00 <b>Mini Disco</b> Partyzone (2-13 J)		14.00-15.00 <b>Kreativer Kindertanz</b> Marat, Loft 2 (3-5 J) €
	17.00-18.00 <b>Basketball 2</b> Annalena, Turnhalle (ab 9 J)	17.00-18.00 <b>Akrobatik</b> Louise, Teamsporthalle (ab 5 J)	17.00-18.00 <b>Selbstverteidigung für Kinder 2</b> Andi, Loft2 (6-12 J) €			14.00-16.00 <b>Family Fun Time</b>
	17.30-18.30 <b>Teen Dynamic</b> Academy Team (ab 12 J)	18.00-19.00 <b>Cardiotraining</b> Louise, Cardioraum (ab 9 J)				15.00-16.00 <b>Hip Hop</b> Marat, Loft 2 (6-8 J) €
	18.00-18.50 <b>Show Dance</b> Marat, Loft 2 (9-12 J) €					

Bitte beachten Sie, dass **alle Kinderkurse anmeldepflichtig** sind.  
Please note, that **all children's classes are bookable**.

An- und Abmeldung sowie weitere Informationen zu unseren Kursen und Preisen erhalten Sie persönlich in der Academy oder telefonisch unter 030 8906888-35.  
For bookings, cancellations and for further information about classes and prices please visit us directly at the Academy or call us on 030 8906888-35.

ALTERSGRUPPEN  
AGE GROUPS

Jahre z. B.  
Years e.g. 4-6 J

Betreuungsgebühr  
Crèche Attendance Fee

€ Kostenpflichtig  
Paid Class

Auf myASPRIA.com finden Sie unseren Online-Kursplan, in dem Sie nach Kategorie, Kurs oder Trainer filtern können.  
You will find the online timetable for our current classes at myASPRIA.com, where you can search by category, type of class or instructor.

Bei mehr als 5 Minuten Verspätung ist eine Kursteilnahme leider nicht mehr möglich.  
If you are more than 5 minutes late, you will not be able to participate in the class.

Gültig ab November 2018. Änderungen vorbehalten.  
Effective from November 2018. Subject to modifications.

## DIE KLEINEN DINGE MACHEN DEN UNTERSCHIED...

### IT'S THE LITTLE THINGS THAT MAKE A DIFFERENCE...

Familien sind für Aspria eine Herzensangelegenheit. Deshalb haben wir die Aspria Academy gegründet, die ein breitgefächertes Angebot an Aktivitäten und Events für Kinder ab dem Kleinkind- bis ins Teenageralter bereithält.

In unseren exklusiven Räumlichkeiten bieten wir so Freiraum und Flexibilität für die ganze Familie – alles unter einem Dach.

The Aspria Academy has developed a wide range of activities and events that children can enjoy from babies to teens in our exclusive facilities, offering freedom and flexibility for the whole family all under one roof.

#### ACADEMY LERNKURSE | ACADEMY COURSES (KOSTENPFLICHTIG | PAID CLASS)

##### ASPRIA MINI (3-5 J | YEARS OLD)

Ballett 1 / Kreativer Kindertanz



##### ASPRIA JUNIOR (6-8 J | YEARS OLD)

Hip Hop



##### ASPRIA JUNIOR + (9-11 J | YEARS OLD)

Basketball 2, Show Dance, Cardiotraining, Fitness Junior, Selbstverteidigung 3 Teens



## KURSBESCHREIBUNGEN CLASS DESCRIPTIONS

Weitere Kursbeschreibungen für Kurse ab 14 Jahren finden Sie in unserem Erwachsenen-Kursplan.

Please find further information on all classes from the age of 14 up in our adult studio class timetable.

#### ACADEMY HAPPY HOUR

Jeden Samstag gibt es tolle Spiele, spannende Geschichten oder sportliche Aktivitäten in einer abwechslungsreichen Vielfalt. Every Saturday children experience great games, exciting stories or different sports activities.

#### ACADEMY LESESTUNDE READING TIME

Jeden Montag nehmen wir uns eine Auszeit vom Alltagsstress und tauchen in die Welt der Bücher ein. Every Monday we take a break from daily stress and dive into the world of books.

#### AKROBATIK | ACROBATICS

In diesem Kurs erwartet die Kinder eine Mischung aus Kraftübungen und Turnen. Die Kleinen entwickeln ein Gefühl für Balance und Koordination. In this class a mix of strength, gymnastic and coordination exercises awaits the children. They develop their balance and coordination.

#### BABY SINGKREIS

BABY SINGING CIRCLE  
Das gemeinsame Musizieren fördert die Entwicklung Ihres Kindes. Making music together promotes the development of your child.

#### BALLETT 1+2

Spielerisch werden die Techniken des Balletts sowie Koordination und Beweglichkeit trainiert. The kids will practice the techniques of classical ballet and improve their coordination skills.

#### BALLSPIELE | BALL GAMES

Hier üben die Kids den Umgang mit unterschiedlichen Bällen und lernen ganz nebenbei die Grundfähigkeiten für gängige Ballsportarten. Children will learn the basic skills for various types of sport. They'll workout and practice different techniques in a fun and engaging way.

#### BASKETBALL 1+2

Mit den Trainings-Experten von Alba lernen die Kinder in der Academy Basketball-Mannschaft Dribbeln, Fangen und Werfen. The children learn to dribble, catch and throw with the training experts from Alba in an Academy basketball team.

#### CARDIOTRAINING CARDIO TRAINING

Die Kinder entdecken ein altersgerecht aufbereitetes Ausdauertraining zur Verbesserung des Stoffwechsels und des allgemeinen Gesundheitszustandes. The children will take part in cardio training, specifically tailored for their age group and designed to improve their metabolism and overall state of health.

#### FITNESS JUNIOR

Ein abwechslungsreiches Zirkel-Trainingsprogramm an Geräten und auf dem Bodenbereich. Here kids discover a diverse circuit-training programme with machines and the floor area.

#### FUSSBALL | FOOTBALL

Hier werden den sportbegeisterten Kindern erste Fußballtechniken beigebracht, die sie anschließend in einem Spiel anwenden können. Children learn the fundamental techniques of football, which can then be applied in a game.

#### HIP-HOP

In diesem Kurs erwarten die Kids coole „Moves“ zu mitreißender Musik. In this class cool moves and music awaits the children.

#### KINDER ATELIER CHILDREN'S STUDIO

Im Kinder Atelier malen, pinseln, spachteln, schaben, spritzen, bauen sowie werken unsere kleinen Künstler mit Ton und Salzteig. In the children's studio, our little artists will paint, brush, paint, scrape, spray, build and work with clay and salt dough. Here enthusiastic action is in the foreground.

#### KREATIVER KINDERTANZ CREATIVE CHILDREN'S DANCE

Eine tänzerisch-musische Körpererziehung für Kinder im Vorschulalter. Spielerisch werden Muskulatur und Rhythmusgefühl gestärkt sowie die Phantasie angeregt. A holistic, musical body training for children at preschool age. This class will focus on building up muscle strength and rhythm and will stimulate the children's imagination.

#### MULTI SPORTS + CHILL

Kommt rum und freut euch auf wilde Partien. Die beliebten Brettspiel- Klassiker dürfen natürlich auch nicht fehlen. Your children will take part in exciting athletic matches as well as classic board game competitions.

#### MINI DISCO

Ob klein oder groß, hier ist jedes Kind dazu eingeladen, das Tanzbein zu schwingen. In this fun session, your child will love dancing to our fun mixture of music.

#### MINISPORTLER MINI ATHLETES

Mit viel Spaß und Freude wird in diesem Kurs die Feinmotorik der Kinder gefördert und der Bewegungsapparat gestärkt – ein Kleinkind-Turnen der besonderen Art. With lots of fun and joy, in this class fine motor skills are promoted and the musculoskeletal system is strengthened. A special kind of toddler gymnastics.

#### SELBSTVERTEIDIGUNG 1-3 SELF DEFENCE 1-3

In diesem Kurs vermitteln wir den Kindern ein besseres Selbstbewusstsein und zeigen ihnen, wie man sich in Gefahrensituationen verhält. In this class we teach the kids to improve their self-confidence and show them how to behave in dangerous situations.

#### SHOW DANCE

Tanzen fördert nicht nur die Kondition, Konzentration und Koordination, sondern macht dabei auch noch richtig Spaß! This class is all about cool moves and modern dance – great for kids who like to dance and be active.

#### SPORTLICHE KIDS SPORTY KIDS

Hier tauchen Kinder ein in eine spannende Welt von Bällen, Seilen, Schwungtüchern und vielem mehr. Here children will explore a world of balls, ropes, parachutes and much more.

#### TEEN DYNAMIC

Teen Dynamic ist ein ganzheitlicher Körperaufbaukurs zur Förderung der Fähigkeiten Kraft, Ausdauer, und Schnelligkeit. Teen Dynamic is a bodybuilding course designed to improve strength, endurance and speed.



### KINDERKURSREGELN CHILDREN'S CLASS AND COURSE RULES

- Alle Eltern/Erziehungsberechtigten sind dazu verpflichtet, ein entsprechendes Auskunftsformular bzw. ein Mitgliedschaftsformular auszufüllen. Nur so kann die Clubnutzung der Kinder sowie deren Teilnahme an jeglichen Aktivitäten gestattet werden. All Parent/Guardians are required to complete a Child Information Form or membership form for children using the facilities/activities
- Kinder unter 14 Jahren dürfen den Club nur in Begleitung eines Erwachsenen besuchen.\* Children under the age of 14yrs must be accompanied or supervised by an adult at all times in the club\*  
\*Ausgenommen, das Kind nimmt an einer beaufsichtigten Aktivität teil (diese ist definiert als eine Aktivität, bei der sich die Kinder unter ständiger Beaufsichtigung befinden wie z. B. ein Camp) \*Unless he/she is taking part in a supervised activity, defined as an activity which children are under constant supervision
- Kinder ab 14 Jahren dürfen die Clubanlage auch ohne die Begleitung eines Erwachsenen nutzen. Diese Nutzung umfasst den gesamten Club inklusive Swimmingpool, Kursangebote und Trainingsflächen während unserer Familienzeiten.\*\* Children aged 14yrs + can use the facilities unaccompanied using swimming pool, attend group exercise classes and the wellbeing areas during our family opening hours\*\*
- Jugendliche Mitglieder im Alter von 16 bis 17 Jahren können den Club während der gesamten Öffnungszeiten nutzen.\*\* Children members aged 16-17yrs can use club during the full club opening hours\*\*  
\*\*Voraussetzung ist eine vollständige Wellbeing Geräte- und Trainingseinweisung sowie die Vervollständigung des Auskunfts-Formulars für Minderjährige. \*\*Subject to a full Wellbeing induction/programme providing a full induction into the proper use of the equipment
- Wir möchten natürlich, dass Kinder in unserem Club Spaß haben, aber die Sicherheit steht für uns an erster Stelle. Deshalb möchten wir Sie bitten, gegenseitig Rücksicht zu nehmen und Ihre Kinder nicht im Club sowie den gastronomischen Bereichen herumtoben zu lassen. We want children to be safe and have fun the club. We do request that they do not run around the restaurant areas and we ask all members respect other club users
- Bitte beachten Sie, dass das erwachsene Mitglied das Kind bis zum Beginn einer Aktivität begleiten muss und dieses pünktlich zum Ende dieser auch wieder abholen hat. Please note the adult member must remain with the child until the start of the activity and must collect promptly when the activity finishes
- Bitte beachten Sie, dass in unserer Kinderbetreuung sowie der gesamten Academy ein absolutes Nussverbot herrscht. Please note we operate a no NUT policy throughout the Creche and Academy

#### KINDERBETREUUNGSZEITEN | CRÈCHE OPENING HOURS

Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag	08.30 bis 13.00 Uhr und 15.00 bis 18.30 Uhr
Monday, Tuesday, Wednesday and Friday	08:30 to 13:00 and 15:00 to 18:30
Donnerstag   Thursday	08.30 bis 18.30 Uhr   08:30 to 18:30
Samstag   Saturday	09.30 bis 17.00 Uhr   09:30 to 17:00
Sonntag   Sunday	09.30 bis 16.00 Uhr   09:30 to 16:00

#### SCHWIMMZEITEN FÜR KINDER SWIMMING TIMES FOR CHILDREN

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag	11.00 bis 12.30 Uhr und 16.00 bis 18.00 Uhr
Monday, Tuesday, Thursday and Friday	11:00 to 12:30 and 16:00 to 18:00
Mittwoch	11.00 bis 12.30 Uhr und 14.00 bis 16.00 Uhr
Wednesday	11:00 to 12:30 and 14:00 to 16:00
Samstag und Sonntag	10.00 bis 12.00 Uhr und 14.00 bis 16.00 Uhr
Saturday and Sunday	10:00 to 12:00 and 14:00 to 16:00

#### SAUNAZEITEN FÜR KINDER | SAUNA TIMES FOR CHILDREN

Dienstag, Freitag   Tuesday, Friday	16.00 bis 18.00 Uhr   16:00 to 18:00
Sonntag   Sunday	10.00 bis 13.00 Uhr   10:00 to 13:00

#### KINDERBETREUUNG

Unsere liebevoll ausgestattete clubeigene Kinderbetreuung vereint hochqualifizierte Experten und kindgerechte Aktivitäten und Angebote für unsere kleinen Mitglieder ab 8 Wochen. Unser Ziel ist es, Ihnen als Eltern die nötige Gewissheit und Ruhe zu geben die es braucht, damit auch Sie Ihren Club so intensiv wie möglich genießen können während die Kleinen in einer einzigartigen Umgebung gut umsorgt und betreut werden. Unsere Kinderbetreuung bietet altersgerechte Spielsachen und Kuschelplätze. Wenn die Kinder älter werden bieten unsere Academy Sessions die notwendigen sportlichen und geistigen Herausforderungen.

#### CRÈCHE

Our fully equipped crèche area offers a range of activities and a high level of care for children from 8 weeks, our professional team of staff provide parents with the peace of mind to use our facilities while their children are stimulated and cared for in our fit for purpose environments. Our crèche is equipped with toys and cuddle spaces for kids of all ages. However, why not try our Academy sessions as the children get older.



ACADEMY

Academy Kursplan | Academy Studio Class Timetable  
Ab November 2018 | From November 2018



aspria.com

Aspria Berlin Ku'damm  
Karlsruher Straße 20  
10711 Berlin  
+49 30 8906888-35

 ASPRIA  
BERLIN KU'DAMM

LIVE LIFE WELL