



Mahlower Straße 139
14513 Teltow
Tel.: 03328 - 47 01 40
Mobil: 0151 - 53 76 66 44
Fax: 03328 - 309 00 91
mail@philantow.de
www.philantow.de

Angebotsübersicht Philantow

Januar - April 2012

Angebote für werdende Eltern, junge Familien, Kinder und Erwachsene jeden Alters



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:30 - 10:30 Uhr Eltern-Baby-Gruppe	9:30 - 10:30 Uhr Krabbelgruppe	9:30 - 10:30 Uhr Spiel- und Singgruppe	9:30 - 11:00 Uhr Spielgruppe für 2- bis 3- Jährige	9:00 - 10:00 Uhr Rückbildungsgymnastik
9:00 - 9:50 Uhr Sitzyoga	11:00 - 12:00 Uhr Eltern-Baby-Gruppe	9:30 - 11:00 Uhr Nähen und Stricken	9:30 - 11:00 Uhr PäPKI Eltern-Baby-Kurs	9:30 - 12:00 Uhr Freitagsfrühstück
10:00 - 11:00 Uhr Rückenschule	9:30 - 10:45 Uhr Schwangerenyoga	9:00 - 10:20 Uhr Yoga für einen starken Körper	10:00 - 12:00 Uhr, (16.2., 15.3., 19.4.) Wickel und Kompressen	10:00 - 11:00 Uhr Rückbildungsgymnastik
11:30 - 13:00 Uhr Babymassage	11:00 - 12:15 Mami-Baby-Yoga	10:30 - 11:30 Uhr Mamisport	13:00 - 18:00 Uhr PhiloKids - Kinderbetreuung	10:00 - 12:00 Uhr Verwöhn-Massage
14:00 - 15:30 Uhr Seniorencafé	15:00 - 16:00 Uhr Kreatives Angebot	11:00 - 12:30 Uhr Mittagstisch	ab 15:00 Uhr Flöte spielen	10:00 - 12:00 Uhr Tischtennis-Club
15:00 - 18:00 Uhr Werkeln mit Andy	16:15 - 17:15 Uhr Kreatives Angebot	14:00 - 16:00 Uhr (14-tägig) Klöppeln	16:00 - 18:00 Uhr (2. Do im Monat) Rechtsberatung	10:00 - 12:00 Uhr (20.1., 17.2., 16.3., 20.4.) Homöopathische Erstversorgung
15:30 - 16:30 Uhr Kletter-Philis (3-4 Jahre)	16:00 - 17:00 Uhr Kreativer Kindertanz	15:00 - 18:00 Uhr (18.1., 15.2., 21.3., 18.4.) Tanzcafé	16:00 - 17:00 Uhr Kindersport (2 - 3 Jahre)	14:00 - 15:30 Uhr Qi Gong (Anfänger)
16:00 - 17:00 Uhr Kindersport (2-3 Jahre)	16:15 - 17:00 Uhr musikalische Früherziehung	16:30 - 17:30 Uhr Theaterzwerge	16:30 - 17:30 Uhr Tanzgruppe Rheumaliga	15:30 - 17:00 Uhr (ab 24.2.) Bärenbande
16:45 - 17:45 Uhr Kletter-Philis (5-6 Jahre)	17:15 - 18:00 Uhr Drums alive® für Kinder	17:30 - 18:30 Uhr Wirbelsäulengymnastik	17:00 - 18:00 Uhr Kindersport (3 - 5 Jahre)	ab 15:30 Uhr Gitarrenkurs
17:00 - 19:00 Uhr Weight-Watchers-Treffen	17:30 - 18:30 Uhr Stricklesel & Co.	18:00 - 20:00 Uhr Geburtsvorbereitung	18:00 - 19:30 Uhr Yoga für Anfänger	16:00 - 18:15 Uhr Qi Gong (Geübte)
17:00 - 18:00 Uhr Kindersport (3-5 Jahre)	18:30 - 19:30 Uhr Drums alive®	18:00 - 21:00 Uhr (ab 22.2.) Kinder im Blick	19:00 - 22:00 Uhr Mehrgenerationentheater	19:00 - 22:00 Uhr, (14-tägig) Miteinander reden - Übungsgruppe
17:00 - 18:00 Uhr Progressive Muskelentspannung	18:30 - 21:30 Uhr Keramikkurs	18:30 - 20:30 Uhr, (1. Mi im Monat) Gesprächskreis Verwaiste Eltern	20:00 - 21:30 Uhr Yoga für Fortgeschrittene	
18:30 - 19:30 Uhr Autogenes Training	20:00 - 21:00 Uhr Gemeinsam Musizieren	18:45 - 19:45 Uhr Wirbelsäulengymnastik		
18:30 - 19:30 Uhr Wirbelsäulengymnastik		19:30 - 21:00 Uhr Nähen und Stricken		

- Rund um Schwangerschaft und Geburt
- Gesund, Bewegt und Entspannt
- Eltern - Kind - Gruppen
- Beratung und Hilfe
- Für Eltern und Großeltern
- (Aus-)Tausch und Begegnung
- Familien in Trennung
- Das bieten wir auch noch ...
- Musikalisch, Kreativ und Praktisch

Einzel- oder Wochenendveranstaltungen:

Angebot	Termin	Uhrzeit
Erste Hilfe	Sa, 17.03., 5.5.	10:00 - 16:30 Uhr
Erziehen mit Liebe und Grenzen	Do, 16.2., 22.3.	19:00 - 21:00 Uhr
Infoabend Trennung/Scheidung	Mo, 6.2.	18:30 - 20:30 Uhr
Keilrahmen gestalten	Di, 10.4.	12:00 - 14:00 Uhr
Scrapbooking	Sa, 21.1., 3.3., 31.3., 21.4.	17:00 - 20:00 Uhr
Kochen und Backen	Mo, 30.1., 27.2., 2.4., 23.4.	16:00 - 17:30 Uhr
Salsa-Club	So	14:00 - 15:00 Uhr
Ostereierei,	Mo, 2.4.	15:00 - 18:00 Uhr
Miteinander reden	Sa, 4.2., 31.3.	10:00 - 17:00 Uhr
Babysitterkurs	Sa/So, 5./6.5.	10:00 - 16:00 Uhr

