

Vorträge

Live oder Online, gebührenfrei!

Behördenschwungel Geburt, Fr., 18.9.+27.11., 17 h
Leichter Start in die Beikost, Do., 24.9., 20 h
Grenzen setzen, Di., 29.9., 20 h
Hochsensible Kinder, Di., 6.10., 20 h
Elterngeld, Kindergeld & Co, Sa., 10.10., 9 h
Warum folgen wir Influencer:innen auf Social Media? Di., 13.10., 18 h
Veränderungen begleiten, Mi., 14.10., 20 h
Mit Kindern klar sprechen, Mi., 21.10., 20 h
Über Tod und Sterben reden, Do., 5.11., 20 h
Autonomie ("Trotz")-Phase, Mo., 9.11., 20 h
Geheimnis des Bildungserfolgs, Di., 10.11., 17 h
Still-Infoabend, Di., 17.11., 19 h
Social Media, Mechanismen, Di., 17.11., 18 h
Social Media, Balance finden, Di., 24.11., 18 h

Betreute Spielgruppen

Gruppe "Villa Metz": Di., Mi., Fr., 8.30 – 12.00 h
Gruppe "Güba": Mo., Di., Do., 8.30 – 12.00 h

Momentan sind wieder Plätze frei! Bitte tragen Sie sich in die Warteliste ein, Sie erhalten dann weitere Informationen.

Ermäßigungen:

z.B. mit KreisBonusCard/Junior
Neu: 20% für Studis/Azubis auf Sport- und Entspannungskurse

Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage!

Dies ist ein Auszug aus dem aktuellen Kursprogramm. Änderungen sind möglich. Unser Kursangebot wird laufend erweitert.

Ein Einstieg in bereits laufende Kurse ist jederzeit möglich, sofern Plätze verfügbar.

Sie finden unser aktuelles Programm unter:

www.fbs-tuebingen.de

Wir freuen uns über Ihre Online-Anmeldung!

Persönliche und telefonische Beratung und Anmeldung:

Mo-Do: 8.00 – 12.00 Uhr

Fr: 9.00 – 11.00 Uhr

Schulferien: Mo-Do: 8.00 – 12.00 Uhr

Tel.: 07071-930466

Mail: buero@fbs-tuebingen.de



Familien-Bildungsstätte Tübingen e.V.
Hechinger Str. 13, 72072 Tübingen
Außenstelle Güterbahnhofsareal: Eisenbahnstr. 11, Tübingen
Außenstelle Mössingen: Goethestr. 4



[fbs.tuebingen](https://www.instagram.com/fbs.tuebingen)

Kursprogramm Highlights

Sept. – Nov. 2026

Tübingen

Finde den Kurs, der zu Dir passt!

Familien-Bildungsstätte Tübingen e.V.



Rund um die Geburt

Rückbildungsgymn., z.B. ab Mo., 7.9., 10.30 h
und ab Fr., 2.10., 11.30 h und ab Mo., 2.11., 10.30 h
Kanga/K.onWheel z.B. ab Mo., 14.9., 9 h und 10.15 h
Mama-Baby-Yoga, ab Mi., 16.9., 9.15 h
Yoga in der Schwangerschaft, ab Do., 17.9., 19.15h
Mami-Fitness, z.B. ab Do., 17.9., 9.15 h
Erste-Hilfe bei Kindern, Sa., 19.9., und 21.11., je 9 h
Geburtsvorbereitung, z.B. ab Di., 6.10., 18 h,
Baby-Handling, Sa., 24.10., 9 h
Papa-Kind-Workout, ab Sa., 28.11., 10.30 h

Eltern-Kind Gruppen

LEFino, BeSS, Spiel-Zeit, versch. Altersstufen
Bewegungsspaß/-spiele, versch. Altersstufen
Miniclubs, verschiedene Wochentage
Die Kunst der Kleinen, z.B. ab Di., 15.9., 16.15 h
Babyschwimmen, ab Di., 15.9., 8.30 h
Musik erleben, ab Do., 17.9., 15 h und 16.15 h
Klang & Bewegung, z.B. ab Mo., 21.9., 9.30 h
Baby-Yoga, ab Di., 22.9. u. ab Di., 10.11., je 15 h
Babymassage, z.B. ab Mi., 23.9. + 11.11., je 15 h
Wald-Miniclub, ab Di., 22.9., 15.30 h
Türkischsprachiger Miniclub, ab Di., 22.9., 16.15 h
Vater-Kind-Bewegungsspaß, ab Sa., 10.10., 10 h
Bücherzwerge, ab Do., 8.10., 16 h
Baby bites & coffee, ab Mo., 16.11., 14.30 h

Familien-Aktivitäten

Mit Alpakas unterwegs, Sa., 19.9. und 17.10., 10 h
Wilde Früchte bestimmen, Sa., 26.9., 13.30 h
Wie kommen Äpfel in die Flasche, Sa., 10.10., 14 h
Menstruationszyklus verstehen, Sa., 17.10., 14.30 h
Kreativnachmittag, Sa., 17.10., 13.30 h
Gyoza- Teigtaschen-Kochkurs, Sa., 17.10., 11 h
Bernsteinschleifkurs, So., 18.10., 14 h
Der Stuttgarter Flughafen, Fr., 30.10., 14.30 h
Kletterworkshop, Fr., 6.11., 17 h
Futterglocken f. Vögel, Sa., 7.11., 14 h
Schafwanderung zum Märchensee, So., 29.11., 11 h

Kinder und Jugendliche

Tanzkinder, ab Mi., 16.9., 15.30 und 16.30 h
Kinderyoga, z.B., ab Mo., 21.9., 16.45 h
Cupcake-Werkstatt, Sa., 26.9., 9.30 h
Magische Tonkunst, Sa., 26.9., 10 h
Kinder und Hunde (Begegnung), Fr., 9.10., 16 h
Schattentheater, Sa. 10.10., 10 h
Kochkurse, z.B. Reisbällchen, Sa., 10.10. 15 h
Kinder-Zirkus-Spaß, ab Fr., 6.11. 14 h und 15 h
Stark auch ohne Muckis, Sa., 7.11., 9.00 h
Kick dich stark, ab Fr. 20.11., 16.45 h
Selbstbehauptung, Sa., 28.11., 10 h

Ferienkurse: Sommer + Herbst

Sommerferien – es sind noch Plätze frei!
Weitere Infos finden Sie auf der Homepage
Kinofilm mit dem Handy drehen?! Sa., 24.10., 10 h
Perlenschmuck basteln, Sa., 24.10., 10 h
Relax, Entspannung, ab Mo., 26.10., 9 h
Scratchbuilding, ab Mo., 26.10., 8.30 h
Manga-Figuren zeichnen, ab Mo., 26.10., 9 h
Herbstküche für Kinder, Mi., 28.10. 10 h
Werkeln mit Holz: Schiffsbau, ab Mi., 28.10., 9 h
Naturkosmetik selbst gemacht, Fr., 30.10., 10 h

Bewegung und Entspannung

Stretch & Relax, ab Mo., 14.9., 17 h
Pilates, ab Mo., 14.9., 18.00 h
Yoga für Männer, ab Mo., 14.9., 19.15 h
Bauch, Beine, Po, ab Mi., 16.9., 18 h
Rundumfitness, ab Do., 17.9., 17.30 h
Fit mit Karate, ab Do., 17.9., 20 h
Schwimmkurse/Anfänger, z.B. ab Sa. 19.9., 17 h u. 18 h
Tanz-Mix, ab Di., 22.9., 18 h
Line Dance, ab Fr., 25.9., 18 h
Biodanza für Frauen u. Queers, ab Fr., 2.10., 18.30 h
Hybrid Yoga Rücken&Nacken, ab Di., 6.10., 18.30 h
Trampolin für Körper&Seele, ab Di., 13.10. 9 h und 17 h
Fitness mit Kampfsport, ab Mo., 23.11., 19.30 h
Kickboxen als Selbstverteidigung, ab Fr., 20.11., 18 h

Kochkurse

Brasilianische Küche, Fr., 25.9., 18.30 h
Kurdische Küche, Mi., 7.10., 17.30 h
Kochkunst für Männer, Mo., 12.10., 19 h
Japanische Washoku-Basics, Do., 22.10., 18 h
Levantinische Küche, Mi., 4.11., 17.30 h
Vegetarische Tantanmen, Do., 5.11., 18 h
Pizza: Neapolitanisch+NewYork, Do., 12.11., 18 h
Pizza Course (Englisch), Do., 26.11., 18 h

UNSER TIPP: Buchen Sie ein Gruppen-Event!

Kreativität und Musik

Nähkurse an verschiedenen Wochentagen, z.B.:
ab Di., 15.9., 9.00 h und 18.30 h
ab Mi., 16.9., 18.30 h oder ab Fr., 2.10., 19. h
Ukulele-Kurs Anfänger:innen, ab Di., 15.9., 19.30 h
Blockflötenkurse, z.B. ab Do., 17.9., 8.30 h
Altflötenkurs, ab Do., 17.9., 9.30 h (14täglich)
Gitarrenkurse, z.B. ab Mi., 16.9., 19.15 h
Fotokurs für Anfänger:innen, Sa., 12.9., 14 h
Naturkosmetik selber herstellen, Sa., 7.11., 10 h

Offene Treffs und Projekte Gebührenfrei, ohne Anmeldung

Spiel, Spaß und Deutsch
Jeden Montag, 15 h, FBS Raum 003

Fit & Fun
Jeden Freitag, 10.15 h, FBS, Raum 006

Offener Näh-Treff
Donnerstags, 14täglich, 9 h, FBS, Raum 106

Baby-Zeit, jeden Donnerstag, 9 h, FBS Raum 003

Offener Eltern-Kind Treff
Jeden Mittwoch, 15 h, FBS GÜBa **STÄRKE**

Yoga für Alleinerziehende, ab Fr., 25.9., 15.15 h
(mit Anmeldung)