

## Offene vhs

### Kurse kostenlos kennenlernen

Zum Programmstart bietet die vhs ein besonderes Angebot für Neugierige: in der Woche vom 16. bis 21. September können ausgewählte Angebote kostenlos besucht werden, um das vielfältige Programm der vhs kennenzulernen.

Outdoor und Pilates	Mo	16.09.2024	17:00	-	18:00	h	Heinke Friedl
High Intensity Interval Training	Mo	16.09.2024	08:15	-	09:15	h	Bettina Staude
Pilates Strong & Flex	Di	17.09.2024	18:30	-	19:30	h	Heinke Friedl
Move it ! Fitness für Eltern und Kinder	Mi	18.09.2024	16:45	-	17:45	h	Bettina Staude
Wirbelsäulengymnastik II	Mi	18.09.2024	19:20	-	20:20	h	Bettina Staude
Thai Bo mit Power Workout	Do	19.09.2024	20:00	-	21:30	h	Bettina Staude
Pilates - Balanced Body	Do	19.09.2024	08:00	-	09:00	h	Heinke Friedl
Train the Brain - Trainiere das Gedächtnis	Do	19.09.2024	18:15	-	19:45	h	Birgit Schmitt-Drechsler
Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene	Do	19.09.2024	20:00	-	21:00	h	Sabine Steiger
Yoga - Mindful Morning Flow	Sa	21.09.2024	08:30	-	09:30	h	Franziska Servi
Yoga für Kinder	Mo	16.09.2024	16:00	-	17:00	h	Elisabeth Krell-Rottengruber
Italienisch A2.1	Mo	16.09.2024	09:30	-	11:00	h	Alessia Schiatti
Italienisch A1.2	Mo	16.09.2024	11:00	-	12:30	h	Alessia Schiatti
Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen	Do	19.09.2024	19:00	-	20:00	h	Tamara Holy
Französisch A1	Do	19.09.2024	08:30	-	10:00	h	Valérie Stroph
Französisch A2	Do	19.09.2024	10:00	-	11:30	h	Valérie Stroph
English Conversation B2 in the morning	Do	19.09.2024	10:00	-	11:30	h	Audrey Logemann

Das vhs-Team berät Sie gerne und kümmert sich um die Anmeldung im ausgewählten Kurs. Für ganz Kurzentschlossene ist es möglich, spontan teilzunehmen, allerdings ohne Platzgarantie.