

Kursnummer	Kurstitel	Beginn	Zeit
24-132002K	Online-Kurs: Beckenbodentraining nach CANTIENICA® Methode	06.01.2024	11:00
24-132000K	Energy-Dance® - Natürliche Spannkraft - Herz-Kreislauftraining	08.01.2024	16:15
24-132003K	Online-Kurs: Rückenschule - Wirbelsäulengymnastik	08.01.2024	17:00
24-132001N	Feldenkrais I	09.01.2024	18:00
24-14M001K	Spanisch für Anfänger A.1 - Folgekurs 3	09.01.2024	18:00
24-132009N	Engpass-Dehnübungen und Faszien-Rollmassage nach Liebscher & Bracht	10.01.2024	18:00
24-131015G	Yoga an, auf und mit dem Stuhl	10.01.2024	12:45
24-131010K	Yoga für den Rücken - 1	10.01.2024	19:00
24-132007N	Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining - Alles Gute für den Rücken	11.01.2024	18:30
24-131003N	Hatha-Yoga für Anfänger und Geübte III	11.01.2024	18:30
24-132005N	Seniorengymnastik - Fit und beweglich bis ins hohe Alter	11.01.2024	17:00
24-14M000K	Spanisch für Fortgeschrittene (A2)	11.01.2024	17:30
24-14M000G	Spanisch für Fortgeschrittene	12.01.2024	18:30
24-131018K	Yin Yoga mit Klang von Klangschalen	13.01.2024	09:00
24-131009W	Vinyasa-Yoga für Einsteiger und Geübte	15.01.2024	18:00
24-151001N	Erste Schritte am PC und im Internet	16.01.2024	18:00
24-125002W	Orientalischer Tanz für Erwachsene - Fortgeschrittene/Geübte	16.01.2024	19:00
24-125001W	Orientalischer Tanz für Erwachsene/Einsteiger	16.01.2024	17:30
24-131001D	Sorge gut für Dich - Achtsamkeit & Stressbewältigung	16.01.2024	10:00
24-125004W	Orientalischer Tanz für Kinder 6-12 Jahre	18.01.2024	16:00
24-125003W	Orientalischer Tanz Kinder 4-6 Jahre	18.01.2024	15:00
24-116001K	Visionboard Workshop - Wünsche und Ziele 2024 visualisieren	20.01.2024	10:00
24-131010E	Achtsamkeitsmeditation für Anfänger	27.01.2024	10:00
24-146002K	English Refresher - Englisch Sprachkenntnisse auffrischen	29.01.2024	18:30
24-146001K	Englisch Anfängerkurs - A1.1.1	30.01.2024	18:00
24-131003E	Funktioniert doch alles, oder? - Stressbewältigung	31.01.2024	18:30
24-127005E	Intuitives und entspanntes Malen	31.01.2024	18:30
24-131005K	"Early-Bird-Yoga" - Entspannung am Morgen	03.02.2024	09:00
24-131016G	Breathwalk® - Einatmen, ausatmen, durchatmen und gehen...	03.02.2024	09:00



Telefonische Beratung unter:

Kurse mit Endung D/K - Außenstelle Kirchheimbolanden: 06352/710-108

Kursnummern mit Endung E - Außenstelle Eisenberg: 06351/407-413

Kursnummern mit Endung G - Außenstelle Göllheim: 06351/490-929

Kursnummern mit Endung N - Außenstelle Nordpfälzer Land: 06302/1309

Kursnummern mit Endung W - Außenstelle Winnweiler: 06302/602-0



Für die Teilnahme ist eine schriftliche oder Online-Anmeldung erforderlich.

Weitere Kurse, Informationen und Buchung auf: www.kvhs-donnersbergkreis.de

Frohes Neues Jahr!