

Kursnummer	Kurstitel	Beginn	Zeit
25-132001W	Engpass-Dehnübungen und Faszien-Rollmassage nach Liebscher & Bracht	06.01.2025	17:30
25-125001W	Orientalischer Tanz für Erwachsene/Einsteiger Teil 1	07.01.2025	17:30
25-125002W	Orientalischer Tanz für Erwachsene - Fortgeschrittene/Geübte Teil 1	07.01.2025	19:00
25-132004W	Rückenschule - Wirbelsäulengymnastik u. Haltungsschulung 1	08.01.2025	10:00
25-135000K	Bewusste Ernährung	08.01.2025	17:30
25-151001K	Produktiv mit iPhone und iPad: Grundlagen und praktische Tipps	08.01.2025	18:00
25-129000E	Makramee knüpfen - Boho Chic für Ihr Zuhause	11.01.2025	10:00
25-131007K	Yoga - Der Sonnengruß	11.01.2025	09:00
25-131009W	Dance Yoga - Bewegung und Emotion	11.01.2025	10:00
25-132001K	Energy-Dance® - Muskelschwung zur Verbesserung der Durchblutung	13.01.2025	16:15
25-129001K	Kreatives Nähen für Anfänger - Grundkurs	13.01.2025	17:00
25-127000E	Aquarell- Form und Fluß für Anfänger und Geübte	13.01.2025	18:30
25-127001E	Aquarell- Form und Fluß für Anfänger und Geübte	14.01.2025	18:30
25-116000K	Power- Workshop Stark im Alltag	14.01.2025	09:00
25-132001N	Feldenkrais I	14.01.2025	18:00
25-132011K	Pilates für Einsteiger und Fortgeschrittene	14.01.2025	17:00
25-148001N	Französisch für Anfänger II	15.01.2025	18:00
25-148004N	Französisch Konversation	15.01.2025	19:30
25-131001N	Hatha-Yoga für Anfänger und Geübte I	15.01.2025	17:00
25-131002N	Hatha-Yoga für Anfänger und Geübte II	15.01.2025	18:45
25-131003N	Hatha-Yoga für Anfänger und Geübte III	16.01.2025	18:30
25-131005G	Hatha-Yoga Aufbaukurs 7	16.01.2025	16:45
25-131006G	Hatha-Yoga Aufbaukurs 8	16.01.2025	18:30
25-131009K	Yoga für den Rücken - Kraft	17.01.2025	09:30
25-134001K	Gesunder Darm - Stärkung des Immunsystems - Vortrag	20.01.2025	19:00
25-131001E	Yin Yoga-Entspannung für Körper & Geist	22.01.2025	18:00
25-116002K	Power- Workshop Stark im Alltag	23.01.2025	17:00
25-131014K	Yin Yoga-Entspannung für Körper & Geist	23.01.2025	18:30
25-12B001N	Grundlagen der digitalen Fotografie (ab 18 Jahre)	25.01.2025	10:00
25-132003K	Rückhalt - die Wirbelsäule trainieren, den Rücken stärken	27.01.2025	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: 06351/490-923 o. -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