

Voraussichtliche Kursplanung 2026

Kurstitel:	Durchführungszeit:
Yoga	Januar bis Dezember 2026
EigenART – Kunstkurs	2.2.2026 – 4.5.2026
Selbstsicherheitstraining	4.2.2026 – 15.4.2026
Salz & Mühle	19.2.2026
Lauftraining – Gemeinsam laufen	9.3.2026 – 20.4.2026
Ängste verstehen und überwinden	23.4.2026 – 7.5.2026
Badminton	9.4.2026 – 21.5.2026
Grundlagen der Pferdepflege	22.6.2026
Qi Gong	23.3.2026 – 18.5.2026
Erste Hilfe	8.5.2026
Velofahrkurs	18.5.2026
Badminton	1.10.2026 – 17.12.2026
ZRM - Wie erreiche ich meine Ziele	27.8.2026 – 5.11.2026
Kommunikation und Teamarbeit	2. Semester 2026
Stressbewältigung und Entspannung	2. Semester 2026
Kreativkurs – Bandweben	1.9.2026 – 22.9.2026
Pilates – Für einen starken Körperkern	14.10.2026 – 18.11.2026
Finanzen: Alles im Griff?	16.10.2026 – 20.11.2026
Gesunde Ernährung im Fakten Check	20.10.2026 – 3.11.2026
Künstliche Intelligenz und Digitalisierung	2. Semester 2026
Ergonomie am Arbeitsplatz	auf Anfrage

Anpassungen der Kursdaten sind möglich. Weitere Informationen erhalten Sie bei Jeannette Reinhard-Merlo, IG Arbeit, Kursadministration, 041 560 13 55.