

Voraussichtliche Kursplanung 2025

Kurstitel:	Durchführungszeit:
Yoga	Januar bis Dezember 2025
EigenART – Kunstkurs	20.01.2025 – 12.05.2025
Selbstsicherheitstraining	20.2.2025 - 17.4.2025
Lauftraining – Gemeinsam laufen	10.3.2025 – 28.4.2025
Erste Hilfe	13.03.2025
Ängste verstehen und überwinden	27.3.2025 – 10.4.2025
Qi Gong	17.3.2025 - 26.5.2025
Barista Kurs	2.6.2025 & 2. Semester 2025
Kreativ - Kurs	16.6.2025 – 21.7.2025
Kommunikation und Teamarbeit	31.7.2025 – 28.8.2025
Computer – Infrastruktur für zu Hause	13.8.2025 – 20.8.2025
Stressbewältigung und Entspannung	28.8.2025 – 2.10.2025
Badminton	25.9.2025 – 11.12.2025
Gesunde Ernährung	30.9.2025 – 28.10.2025
ZRM - Wie erreiche ich meine Ziele	9.10.2025 – 13.11.2025
Pilates – Für einen starken Körperkern	16.10.2025 – 20.11.2025
Umgang mit Behörden	14.11.2025
Smartphone Fotografie	26.11.2025 – 11.12.2025
Vom Korn zum Kuchen	2. Semester 2025
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.