

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
Finanzen: Alles im Griff?	2.3.2026 – 13.4.2026
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	1. Semester 2026
Velofahrkurs	1. Semester 2026
Badminton	1.10.2026 – 17.12.2026
ZRM - Wie erreiche ich meine Ziele	2. Semester 2026
Kommunikation und Teamarbeit	2. Semester 2026
Stressbewältigung und Entspannung	2. Semester 2026
Kreativkurs – Bandweben	2. Semester 2026
Gesunde Ernährung im Fakten Check	2. Semester 2026
Pilates – Für einen starken Körperkern	2. Semester 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.