

# Voraussichtliche Kursplanung 2024

<b>Kurstitel:</b>	<b>Durchführungszeit:</b>
Yoga	Januar bis Dezember 2024
EigenART – Kunstkurs	19.02.2024 – 08.04.2024
Ängste verstehen und überwinden	22.02.2024 – 07.03.2024
Lauftraining – Gemeinsam laufen	26.02.2024 – 22.04.2024
Vom Korn zum Kuchen	11.03.2024
Linoldruck – Atelier	18.04.2024 – 02.05.2024
ZRM - Wie erreiche ich meine Ziele	16.05.2024 – 27.06.2024
Erste Hilfe	23.05.2024
Barista Kurs – Von der Bohne zum Kaffee	1. Semester 2024
Qi Gong	1. Semester 2024
Computer – Infrastruktur für zu Hause	12.06.2024 – 26.06.2024
Stressbewältigung und Entspannung	05.08.2024 – 02.09.2024
Pilates – Für einen starken Körperkern	05.09.2024 – 17.10.2024
Kommunikation und Teamarbeit	22.08.2024 – 19.09.2024
Badminton	19.09.2024 – 05.12.2024
Gesunde Ernährung	19.11.2024 – 26.11.2024
Umgang mit Behörden	10.12.2024
Selbstsicherheitstraining	2. Semester 2024
Einkaufen im Internet	2. Semester 2024
Vom Korn zum Kuchen	2. Semester 2024
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.