

Nr.	Kursbezeichnung	Dozent	Ort	Tag	Beginn	Zeit	Term.	Euro	MTZ	Hinweis
-----	-----------------	--------	-----	-----	--------	------	-------	------	-----	---------

Wallerfangen

Leiter: Dr. Dieter Ullrich, Lerchenweg 15, 66798 Wallerfangen
Infotelefon: 06831 9667166, E-Mail: wallerfangen@kvhs-saarlouis.de

Nähen, Sticken, Stricken

Kurse 10001-10003: Materialkosten pro Teilnehmer(in), abhängig vom Gestaltungswunsch der Teilnehmenden. Nähmaschine und Nähzeug müssen mitgebracht werden.

10001	Nähen für Kinder und Jugendliche (ab 9 Jahren)	Glatigny-Andrä	Schule am Limberg	Sa	11.03.17	14:00-16:00	3	28,00	6	M
10002	Nähen für Kinder und Jugendliche (ab 9 Jahren)	Glatigny-Andrä	Schule am Limberg	Sa	29.04.17	14:00-16:00	3	28,00	6	M
10003	Nähen für Kinder und Jugendliche (ab 9 Jahren)	Glatigny-Andrä	Schule am Limberg	Sa	03.06.17	14:00-16:00	3	28,00	6	M

Kurs 10004: Kaution für Klöppelutensilien, falls gewünscht.

10004	Klöppeln 14-tätlich (Thema nach Absprache)	Frank-Hart	Schule am Limberg	Fr	10.03.17	18:30-20:45	7	74,00	6	M
-------	--	------------	-------------------	----	----------	-------------	---	-------	---	---

Kurse 10005-10006: Materialkosten pro Teilnehmer, abhängig vom Gestaltungswunsch. Nähmaschine und Nähzeug ist mitzubringen.

10005	Nähen und Zuschneiden	Glatigny-Andrä	Schule am Limberg	Mi	08.03.17	18:00-20:15	8	62,00	8	M
10006	Nähen und Zuschneiden	Glatigny-Andrä	Schule am Limberg	Sa	01.04.17	10:00-16:00	1	23,00	7	M

Ernährung

Kurse 10007-10012: Lebensmittelumlage (abhängig von noch festzulegender Menüwahl und Lebensmittelpreisen)

10007	Kochen für Männer (Kurs 1)	Glatigny	Schule am Limberg	Di	07.03.17	18:30-21:30	5	41,00	10	L
10008	Kochen für Männer (Kurs 2)	Glatigny	Schule am Limberg	Di	14.03.17	18:30-21:30	5	41,00	10	L
10009	Kochen für Männer (Kurs 3) belegt!	Glatigny	Schule am Limberg	Mi	08.03.17	18:30-21:30	5	41,00	10	L
10010	Kochen für Männer (Kurs 4) belegt!	Glatigny	Schule am Limberg	Fr	17.03.17	18:30-21:30	5	41,00	10	L
10011	Kochen für Männer (Kurs 5) belegt!	Glatigny	Schule am Limberg	Fr	24.03.17	18:30-21:30	5	41,00	10	L
10012	Kochen für Genießer (geschlossene Veranstaltung)	Glatigny	Schule am Limberg		n. VB	18:30-22:30	4	41,00	10	L

Gesundheitsvorsorge

Kurse 10013-10016: Vor Anmeldung bitte Rücksprache mit der Dozentin, Frau Luxenburger (06838/1375). Bei Schmerzen vorher Arzt konsultieren.

10013	Gesunder Rücken -stabil und mobil-	Luxenburger	St. Nikolaus-Hospital	Di	07.03.17	18:00-19:00	13	45,00	10	
10014	Gesunder Rücken -stabil und mobil-	Luxenburger	St. Nikolaus-Hospital	Di	07.03.17	19:00-20:00	13	45,00	10	
10015	Gesunder Rücken -stabil und mobil-	Luxenburger	St. Nikolaus-Hospital	Do	09.03.17	18:00-19:00	11	38,00	10	
10016	Gesunder Rücken -stabil und mobil-	Luxenburger	St. Nikolaus-Hospital	Do	09.03.17	19:00-20:00	11	38,00	10	

Entspannung, Meditation und Spiritualität

Kurse 10017, 10018-10021: Sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Bitte Matte mitbringen. Bei Schmerzen bitte vor Anmeldung Arzt konsultieren!

10018	Yoga Hatha	Schmidmeier	St. Nikolaus-Hospital	Mi	08.03.17	17:45-19:15	9	53,00	10	
10019	Yoga Hatha	Schmidmeier	St. Nikolaus-Hospital	Fr	10.03.17	18:00-19:30	9	53,00	10	
10020	Yoga Hatha	Schmidmeier	St. Nikolaus-Hospital	Mi	31.05.17	17:45-19:15	4	24,00	10	
10021	Yoga Hatha	Schmidmeier	St. Nikolaus-Hospital	Fr	02.06.17	18:00-19:30	4	24,00	10	

Kurse 10022-10023 und 10017: Bitte Matte mitbringen. Bei Schmerzen Arzt konsultieren.

10017	Yoga Hatha	Weber	St. Nikolaus-Hospital	Mi	08.03.17	17:45-19:15	10	58,00	10	
10022	Yoga Hatha (Fortgeschrittene)	Weber	St. Nikolaus-Hospital	Mo	06.03.17	19:30-21:00	10	58,00	10	
10023	Yoga Hatha (Fortgeschrittene)	Weber	St. Nikolaus-Hospital	Mi	08.03.17	19:30-21:00	10	58,00	10	

Fitness und Bewegung

Kurs 10024: Bitte Matte, Blackroll/Faszienrolle mitbringen.

10024	Faszientraining	Maaß-Quartz	St. Nikolaus-Hospital	Mi	08.03.17	19:20-20:20	10	46,00	8	
-------	-----------------	-------------	-----------------------	----	----------	-------------	----	-------	---	--

Term. = Anzahl der Termine; MTZ = Mindestteilnehmer; VB = Vorbesprechung; n. VB. = nach Vereinbarung; L = Lebensmittelumlage; S = inklusive Lehrwerk; M = zzgl. Materialkosten

