



Restplatz-Börse

Steigen Sie jetzt noch ein: Einige Kurse laufen schon – aber es sind noch Plätze frei.
Alle Infos unter www.vhs-sl-fuerth.de oder direkt bei uns.

25-7337	Beweglich rund um die Wirbelsäule	Mo.	18.15 - 19.10 Uhr
25-7383	Fitness für jederMANN	Mo.	19.00 - 20.00 Uhr
26-62304	Englisch für Seniorinnen und Senioren – B1, kleine Gruppe	Di.	09.00 - 10.30 Uhr
26-62305	Englisch – Mittelstufe B1	Di.	19.00 - 20.30 Uhr
26-62404	English Conversation – B2	Mi.	18.00 - 19.30 Uhr
26-62603	English Conversation Club – Aufbaustufe C2	Mi.	19.45 - 21.15 Uhr
26-62604	Morning Conversation Course – Aufbaustufe C2	Do.	09.00 - 10.30 Uhr
26-63301	Französisch – B1/B2 in der Kleingruppe	Do.	08.30 - 10.00 Uhr
26-64104	Italienisch – A1 (4. Semester) Kleingruppe	Mi.	10.15 - 11.45 Uhr
26-64105	Italienisch – Grundstufe A1 (4. Semester)	Mi.	17.00 - 18.15 Uhr
26-64203	Italienisch – A2 (3. Semester)	Mo.	10.15 - 11.45 Uhr
26-64205	Italienisch – A2 (7. Semester)	Mi.	19.30 - 20.45 Uhr
26-6603	Russisch – A1/A2	Mi.	18.00 - 19.30 Uhr
26-6701	Tschechisch – Grundstufe A1	Mi.	19.15 - 20.45 Uhr
26-7220	Achtsames Hatha Yoga für einen starken Rücken	Di.	16.25 - 17.55 Uhr
26-7222	Hatha Yoga für mehr Achtsamkeit, Kraft und Verbundenheit	Di.	18.00 - 19.30 Uhr
26-7313	Sich bewegen – Wirbelsäulengymnastik nur für Frauen	Mi.	11.30 - 12.15 Uhr
26-7316	Rückhalt Wirbelsäule	Mi.	19.15 - 20.00 Uhr
26-7319	Wirbelsäulengymnastik	Mi.	19.30 - 20.30 Uhr
26-7323	Rückenfitness und Entspannung 50+	Di.	08.00 - 08.45 Uhr
26-7332	Gesundheits- und Wirbelsäulengymnastik	Di.	10.35 - 11.35 Uhr
26-7361	Sturzprophylaxetraining für Frauen und Männer ab 60 Jahren	Mi.	08.15 - 09.00 Uhr
26-7363	Gymnastik im Alter – Osteoporoseprophylaxe	Do.	09.00 - 10.00 Uhr
26-7380	Fitness für Männer	Do.	17.30 - 18.30 Uhr
26-7407	Bodyworkout for everybody – mit Pilateselementen	Fr.	15.00 - 16.00 Uhr,
26-7440	Ganzkörper-Workout	Do.	19.45 - 20.45 Uhr
26-7442	Body- und Rückenfit	Mi.	17.30 - 18.30 Uhr
26-7451	Bodyfit – Stabilität und Beweglichkeit	Mo.	19.40 - 20.40 Uhr
26-8204	Singen tut gut – Offener Singkreis	Mi.	19.30 - 21.00 Uhr
26-8223	Gitarrenworkshop – Einstiegskurs	Fr.	17.00 - 18.30 Uhr
26-8316	Tanz mit und bleib fit – 60+ ohne Tanzpartner	Mi.	16.15 - 17.15 Uhr
26-8317	Tanzvergnügen – für Wiedereinsteiger mit Grundkenntnissen	Mi.	17.30 - 19.00 Uhr
26-8323	Linedance international – Kurs für Anfänger	Do.	20.00 - 21.30 Uhr
26-8326	Country Linedance und dessen Herkunft, für Fortgeschrittene	Mi.	19.00 - 21.00 Uhr