

Wegen der Corona-Pandemie kann es zu kurzfristigen Änderungen im Programmangebot kommen!
Aktuelle Informationen zu der Außenstelle unter: www.kvhs-wnd.de/freisen

KVHS-AUSSENSTELLE FREISEN, ANSPRECHPARTNERIN: FRAU NADINE SCHAADT
TEL. (0 68 55) 9 96 77 86, E-MAIL: VHSFREISEN@T-ONLINE.DE

Teilnahmebedingungen, Zahlungsbedingungen und Ermäßigungen unter: <https://kvhs-wnd.de/info-service/downloads>

PRO-Nr.	Thema	Ort	Gebäude/ Plattform	Beginn / Uhrzeit	Dozent/-in	Dauer	Gebühr
 Kunst und Kultur							
0101	Malen und Zeichnen	Freisen	Mehrgen.-raum	Di. 2.3.21 / 18.00	Frau Kochneva	10 x 2 Z	66,00
0102	Töpferkurs	Freisen	GemS	Mo. 1.3.21 / 16.30	Frau Joas	5 x 3 Z	49,50
0103	Nähkurs	Freisen	GemS	Di. 2.3.21 / 18.00	Frau Weiß	10 x 3 Z	99,00
 Gesundheit							
0104	Aqua-Jogging (Tiefwasser)	Oberkirchen	Schwimmbad	Do. 4.3.21 / 18.30	Frau Nickel	15 x 1 Z	49,50
0105	Aqua-Zumba (Tiefwasser)	Oberkirchen	Schwimmbad	Do. 4.3.21 / 19.30	Frau Piazza	10 x 1 Z	33,00
0106	Yoga der Leichtigkeit	Oberkirchen	Pfarrheim	Mo. 1.3.21 / 18.45	Frau Ost	10 x 1 Z	33,00 + HM
0107	Yoga der Ruhe und Zentrierung	Reitscheid	Mehrzweckhalle	Mi. 3.3.21 / 19.15	Frau Fröhlig	15 x 2	72,00
0108	Yoga zur Entspannung	Oberkirchen	Pfarrheim	Mi. 3.3.21 / 17.30	Frau Natter	10 x 2	48,00 + HM
0109	Yoga für den Rücken	Oberkirchen	Pfarrheim	Mi. 3.3.21 / 19.00	Frau Natter	10 x 2	48,00 + HM
0110	Zumba	Reitscheid	Mehrzweckhalle	Di. 2.3.21 / 18.00	Frau Piazza	10 x 1	33,00
0111	Bodyforming	Reitscheid	Mehrzweckhalle	Di. 2.3.21 / 19.15	Frau Piazza	10 x 1	33,00
0112	Wirbelsäulengymnastik	Reitscheid	Mehrzweckhalle	Mo. 1.3.21 / 20.00	Frau Fröhlig	15 x 1 Z	49,50
0113	Wirbelsäulengymnastik	Reitscheid	Mehrzweckhalle	Mi. 3.3.21 / 18.00	Frau Fröhlig	15 x 1 Z	49,50
0114	Pilates	Reitscheid	Mehrzweckhalle	Mo. 1.3.21 / 17.30	Herr Dusendann	12 x 1 Z	39,60
0115	Pilates	Reitscheid	Mehrzweckhalle	Mo. 1.3.21 / 18.30	Herr Dusendann	12 x 1 Z	39,60
0116	Männerkochkurs	Freisen	GemS	Mo. 8.3.21 / 18.00	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + VZ
0117	Low Carb	Freisen	GemS	Mo. 12.4.21 / 18.00	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + VZ
0118	Fingerfood	Freisen	GemS	Mo. 10.5.21 / 18.00	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + VZ
0119	Partygebäck	Freisen	GemS	Mo. 7.6.21 / 18.00	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + VZ
0120	Street Food	Freisen	GemS	Mo. 5.7.21 / 18.00	Frau Buschauer	1 x 5	12,00 + VZ
0121	Yoga für den Rücken		vhs.cloud	Mi. 10.3.21 / 18.00	Frau Natter	5 x 2	24,00
0122	Wirbelsäulengymnastik		vhs.cloud	Mo. 8.3.21 / 20.00	Frau Fröhlig	5 x 1 Z	16,50
0123	Wirbelsäulengymnastik		vhs.cloud	Mi. 10.3.21 / 18.00	Frau Fröhlig	5 x 1 Z	16,50
0124	Yoga der Ruhe und Zentrierung		vhs.cloud	Mi. 10.3.21 / 19.00	Frau Fröhlig	5 x 2	24,00
0125	Zumba		vhs.cloud	Di. 9.3.21 / 18.00	Frau Piazza	5 x 1 Z	16,50

Zeichenerklärung:

- A = Anfänger
- F = Fortgeschrittene
- Z = Zeitstunde
- E = Eintritt
- HM = Hallenmiete
- VZ = Verzehr