

Präventionskurse an der VHS Freiburg

Folgende Kursangebote des Sommersemesters 2017 werden von der **AOK** bezuschusst

Titel	Kursnr.	Name	Vorname	Kursstart	von	bis	Kosten
Im Alltag entspannen mit PME	171301422	Wetzel	Nicole	08.03.2017	09:15	10:30	83
Im Alltag entspannen mit PME	171301423	Wetzel	Nicole	15.03.2017	16:30	18:00	80
Autogenes Training - Grundkurs	171301425	Hauber	Waltraud	13.02.2017	18:00	19:00	66
Autogenes Training - Grundkurs	171301426	Hauber	Waltraud	08.03.2017	19:00	20:00	74
Hatha-Yoga	171301501	Schaefer	Renate	15.02.2017	20:10	21:40	112
Hatha-Yoga	171301502	Schaefer	Renate	15.02.2017	10:15	11:45	112
Hatha-Yoga	171301503	Schaefer	Renate	16.02.2017	12:15	13:30	112
Hatha-Yoga	171301504	Frehe	Kerstin	10.03.2017	10:30	12:00	104
Hatha-Yoga	171301505	Schillmöller	Brigitte	16.02.2017	20:15	21:45	112
Hatha-Yoga	171301507	Metzger	Simon	14.02.2017	20:00	21:30	120
Hatha-Yoga	171301508	Hasebrink	Dr. Gesa	16.02.2017	16:30	18:00	120
Hatha-Yoga	171301510	Greifzu	Olaf	13.02.2017	18:00	19:30	120
Hatha-Yoga	171301511	Greifzu	Olaf	13.02.2017	20:15	21:45	120
Hatha-Yoga	171301513	Albert	Heidemarie	16.02.2017	18:15	19:45	104
Hatha-Yoga	171301514	Albert	Heidemarie	15.02.2017	18:15	19:45	104
Hatha-Yoga	171301518	Hirschvogel	Gabriele	15.02.2017	15:20	16:50	150
Hatha-Yoga	171301520	Höhne	Sabine	16.02.2017	18:00	19:30	120
Hatha-Yoga	171301521	Höhne	Sabine	16.02.2017	07:30	08:30	74
Hatha-Yoga	171301522	Metzger	Sarah	15.02.2017	07:30	09:00	120
Hatha-Yoga	171301525	Hasebrink	Dr. Gesa	13.02.2017	18:15	19:45	120
Yoga für den Mann	171301538	Greifzu	Olaf	16.02.2017	18:00	19:30	104
Hatha-Yoga	171301539	Mundhaas	Maruma	15.02.2017	16:30	18:00	120
Yoga für Seniorinnen und Senioren 60+	171301550	Götz	Isa	06.03.2017	16:15	17:45	100
Qigong - Stärkung der Lebenskraft	171301620	Märtens	Inge	13.02.2017	18:00	19:30	112
Qigong - Stärkung der Lebenskraft	171301621	Märtens	Inge	13.02.2017	19:40	21:10	112
Qigong - Stärkung der Lebenskraft	171301622	Märtens	Inge	17.02.2017	10:15	11:15	74
Qigong für Ruhe und Bewegung - Die 8 Brokate	171301627	Seiter	Eva	17.02.2017	15:30	16:30	64

Qigong - Grundkurs I	171301635	Sagmeister	Regina	21.02.2017	09:45	10:45	67
Qigong - Grundkurs II	171301636	Sagmeister	Regina	23.05.2017	09:45	10:45	67
Taiji - Grundkurs	171301642	Klugmann	Axel	08.03.2017	19:45	21:00	80
Geerdet, zentriert, entspannt: Taiji-Grundkurse	171301646	Dreyer	Axel	14.02.2017	18:30	19:45	67
Geerdet, zentriert, entspannt: Taiji-Grundkurse	171301647	Dreyer	Axel	16.02.2017	17:20	18:20	54
Funktionelle Gymnastik für die ältere Generation	171302224	Salm	Elisabeth	14.02.2017	16:00	16:45	68
Funktionelle Gymnastik für die ältere Generation	171302225	Salm	Elisabeth	14.02.2017	17:00	17:45	68
Funktionelle Gymnastik für die ältere Generation	171302226	Salm	Elisabeth	15.02.2017	16:30	17:15	68
Rückhalt - Ganzheitliche Rückenschule	171302429	Schneeganss	Julia	14.02.2017	20:00	21:00	64
Rücken fit - Kraft und Entsp. für die Wirbelsäule	171302430	Schauer	Gisela	13.02.2017	18:15	19:45	108
Rücken fit - Kraft und Entsp. für die Wirbelsäule	171302431	Grube	Magdalena	16.02.2017	17:50	18:50	75
Rücken fit - Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule 50+	171302432	Skarzynski	Sylvia	15.02.2017	18:00	19:00	80
Rücken fit - Kraft und Entsp. für die Wirbelsäule	171302433	Skarzynski	Sylvia	15.02.2017	19:10	20:10	80
Rücken fit - Kraft und Entsp. für die Wirbelsäule	171302434	Obel	Silvia	15.02.2017	19:05	19:50	60
Rücken fit - Kraft und Entsp. für die Wirbelsäule	171302435	Obel	Silvia	15.02.2017	19:55	20:40	60
Rücken fit - Kraft und Entsp. für die Wirbelsäule	171302436	Rothacker	Annett	14.02.2017	09:00	10:10	94
Rücken fit - Kraft und Entsp. für die Wirbelsäule	171302439	Dombrowski	Ruth	14.02.2017	08:45	09:45	80
Rücken fit - Kraft und Entsp. für die Wirbelsäule	171302440	Dombrowski	Ruth	14.02.2017	09:50	10:50	80
Rücken fit - Kraft und Entsp. für die Wirbelsäule	171302442	Frank	Gudrun	15.03.2017	18:00	19:15	93
Rückenpower mit Pilates	171302444	Kern	Tobias	16.02.2017	19:30	20:30	80
Fit von Kopf bis Fuß 50+	171302463	Grube	Magdalena	16.02.2017	16:30	17:40	87
Fit von Kopf bis Fuß 50+	171302464	Grube	Magdalena	14.02.2017	19:30	20:30	75
Rund und bewegt - Bewegung für gewichtige Menschen	171302466	Frank	Gudrun	16.02.2017	19:00	20:15	93
Fitness-Gymnastik	171302468	Stihl	Judith	15.02.2017	19:20	20:30	93
Fitness-Gymnastik	171302469	Stihl	Judith	15.02.2017	20:35	21:35	80
Fitness-Gymnastik	171302470	Gertz	Susanne	13.02.2017	18:00	19:05	87
Fitness-Gymnastik	171302471	Gertz	Susanne	13.02.2017	19:15	20:20	87
Herz aktiv - Ganzkörpertraining für Herz und Kreislauf	171302478	Meincke	Frank	16.02.2017	18:00	19:00	64
Ganzkörpertraining	171302481	Ermer	Olga	14.02.2017	20:40	21:40	80
Ganzkörpertraining	171302482	Kern	Tobias	14.02.2017	19:30	20:30	80
Ganzkörpertraining	171302483	Kern	Tobias	14.02.2017	20:40	21:40	80
Body and Shape	171302484	Stalter	Stephanie	13.02.2017	19:10	20:10	80
Body and Shape	171302487	Karlsch	Veronika	14.02.2017	18:00	19:00	80

Body and Shape	171302488	Karlisch	Veronika	14.02.2017	19:10	20:10	80
Fit im Alltag - Energie tanken u. Muskeln aufbauen	171302491	Eppinger	Frauke	16.02.2017	10:45	11:45	80
Lauf-ABC	171302498	Kern	Tobias	16.02.2017	20:40	21:40	80
Pilates	171302523	Sopart	Sigrid	17.02.2017	12:15	13:15	64
Pilates	171302524	Sopart	Sigrid	17.02.2017	13:30	14:30	64
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302529	Stalter	Stephanie	13.02.2017	20:15	21:15	80
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302530	Schauer	Gisela	15.02.2017	08:45	10:15	104
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302531	Schauer	Gisela	16.02.2017	09:15	10:30	80
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302532	Schauer	Gisela	16.02.2017	10:45	11:45	64
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302533	Schauer	Gisela	17.02.2017	08:40	09:55	80
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302534	Kaluza	Babett	20.02.2017	17:00	18:15	80
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302535	Kaluza	Babett	20.02.2017	18:20	19:35	80
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302536	Eppinger	Frauke	14.02.2017	09:30	10:30	80
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302537	Eppinger	Frauke	14.02.2017	10:45	11:45	80
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302541	Mitternacht	Melanie	15.02.2017	18:40	19:40	70
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302542	Mitternacht	Melanie	15.02.2017	19:50	20:50	70
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302548	Eckert	Almut	14.02.2017	17:15	18:15	80
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302549	Eckert	Almut	14.02.2017	18:20	19:20	80
Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge	171302550	Schneeganss	Julia	13.02.2017	19:40	20:40	64
Pilates und Stretch	171302566	Ermer	Olga	14.02.2017	19:30	20:30	80
Nordic Walking-Basics	171302605	Müller-Kühner	Rudolf	27.03.2017	17:30	19:00	90
Nordic Walking-Basics	171302606	Müller-Kühner	Rudolf	31.03.2017	16:10	17:40	90
Der Lauftreff: Richtig laufen lernen!	171302607	Müller-Kühner	Rudolf	24.03.2017	17:45	19:15	80
Schmerzfrei-Übungen	171304424	Meincke	Frank	06.03.2017	08:00	09:00	80

Stand: 06.02.2017