

VHS-Präventionskurse im Wintersemester 17/2

Kurse, die im Wintersemester 2017/2018 bei der ZPP zertifiziert sind

| Titel | Kursnummer | Name | Vorname | Kursstart | von | bis | Gebühr | Dauer |
|---|-------------------|--------------|----------------|------------------|------------|------------|---------------|--------------|
| Autogenes Training - Grundkurs | 172301425 | Hauber | Waltraud | 27.09.2017 | 19:15 | 20:45 | 88 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301505 | Schillmöller | Brigitte | 28.09.2017 | 20:15 | 21:45 | 96 | 12x |
| Hatha-Yoga | 172301508 | Döbele | Rosi | 10.10.2017 | 20:00 | 21:30 | 96 | 12x |
| Hatha-Yoga | 172301524 | Hasebrink | Dr. Gesa | 25.09.2017 | 16:30 | 18:00 | 64 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301525 | Hasebrink | Dr. Gesa | 04.12.2017 | 16:30 | 18:00 | 64 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301526 | Hasebrink | Dr. Gesa | 25.09.2017 | 18:15 | 19:45 | 64 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301527 | Hasebrink | Dr. Gesa | 04.12.2017 | 18:15 | 19:45 | 64 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301528 | Mundhaas | Maruma | 27.09.2017 | 16:30 | 18:00 | 64 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301529 | Mundhaas | Maruma | 06.12.2017 | 16:30 | 18:00 | 64 | 8x |
| Qigong - Stärkung der Lebenskraft | 172301620 | Märtens | Inge | 09.10.2017 | 18:00 | 19:30 | 96 | 12x |
| Qigong - Stärkung der Lebenskraft | 172301621 | Märtens | Inge | 09.10.2017 | 19:40 | 21:10 | 96 | 12x |
| Rückenfit | 172302442 | Frank | Gudrun | 11.10.2017 | 18:00 | 19:15 | 93 | 12x |
| Rückenfit | 172302430 | Schauer | Gisela | 25.09.2017 | 18:15 | 19:45 | 144 | 12x |
| Rückenfit | 172302432 | Skarzynski | Sylvia | 27.09.2017 | 18:00 | 19:00 | 64 | 12x |
| Rückenfit | 172302433 | Skarzynski | Sylvia | 27.09.2017 | 19:10 | 20:10 | 64 | 12x |
| Fit für den Alltag - Ganzkörperkräftigung | 172302491 | Eppinger | Frauke | 28.09.2017 | 10:45 | 11:45 | 64 | 12x |
| Pilates | 172302523 | Sopart | Sigrid | 29.09.2017 | 12:15 | 13:15 | 64 | 12x |
| Pilates | 172302524 | Sopart | Sigrid | 29.09.2017 | 13:30 | 14:30 | 64 | 12x |

VHS-Präventionskurse im Wintersemester 17/2

Kurse, die im Wintersemester 2017/2018 bei der AOK zertifiziert sind

| Titel | Kursnummer | Name | Vorname | Kursstart | von | bis | KG € | Termine |
|--------------------------------|-------------------|--------------|----------------|------------------|------------|------------|-------------|----------------|
| Im Alltag entspannen mit PME | 172301422 | Wetzel | Nicole | 04.10.2017 | 09:15 | 10:30 | 83 | 10x |
| Im Alltag entspannen mit PME | 172301423 | Wetzel | Nicole | 06.12.2017 | 19:15 | 20:45 | 88 | 8x |
| Autogenes Training - Grundkurs | 172301425 | Hauber | Waltraud | 27.09.2017 | 19:15 | 20:45 | 88 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301501 | Schaefer | Renate | 27.09.2017 | 20:10 | 21:40 | 112 | 14x |
| Hatha-Yoga | 172301502 | Schaefer | Renate | 27.09.2017 | 10:15 | 11:45 | 112 | 14x |
| Hatha-Yoga | 172301503 | Schaefer | Renate | 28.09.2017 | 12:15 | 13:30 | 112 | 14x |
| Hatha-Yoga | 172301504 | Frehe | Kerstin | 06.10.2017 | 10:30 | 12:00 | 96 | 12x |
| Hatha-Yoga | 172301505 | Schillmöller | Brigitte | 28.09.2017 | 20:15 | 21:45 | 96 | 12x |
| Hatha-Yoga | 172301506 | Ullrich | Andrea | 27.09.2017 | 20:00 | 21:30 | 120 | 15x |
| Hatha-Yoga | 172301507 | Ullrich | Andrea | 28.09.2017 | 16:30 | 18:00 | 120 | 15x |
| Hatha-Yoga | 172301508 | Döbele | Rosi | 10.10.2017 | 20:00 | 21:30 | 96 | 12x |
| Hatha-Yoga | 172301509 | Metzger | Simon | 10.10.2017 | 20:00 | 21:30 | 112 | 14x |
| Hatha-Yoga | 172301510 | Greifzu | Olaf | 25.09.2017 | 18:00 | 19:30 | 120 | 15x |
| Hatha-Yoga | 172301511 | Greifzu | Olaf | 25.09.2017 | 20:15 | 21:45 | 120 | 15x |
| Hatha-Yoga | 172301513 | Albert | Heidemarie | 28.09.2017 | 18:15 | 19:45 | 104 | 13x |
| Hatha-Yoga | 172301514 | Albert | Heidemarie | 27.09.2017 | 18:15 | 19:45 | 104 | 13x |
| Hatha-Yoga | 172301518 | Hirschvogel | Gabriele | 27.09.2017 | 15:20 | 16:50 | 150 | 15x |
| Hatha-Yoga | 172301520 | Höhne | Sabine | 28.09.2017 | 18:00 | 19:30 | 112 | 14x |
| Hatha-Yoga | 172301521 | Höhne | Sabine | 28.09.2017 | 07:30 | 08:30 | 74 | 11x |
| Hatha-Yoga | 172301524 | Hasebrink | Dr. Gesa | 25.09.2017 | 16:30 | 18:00 | 64 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301525 | Hasebrink | Dr. Gesa | 04.12.2017 | 16:30 | 18:00 | 64 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301526 | Hasebrink | Dr. Gesa | 25.09.2017 | 18:15 | 19:45 | 64 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301527 | Hasebrink | Dr. Gesa | 04.12.2017 | 18:15 | 19:45 | 64 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301528 | Mundhaas | Maruma | 27.09.2017 | 16:30 | 18:00 | 64 | 8x |
| Hatha-Yoga | 172301529 | Mundhaas | Maruma | 06.12.2017 | 16:30 | 18:00 | 64 | 8x |

| | | | | | | | | |
|--|-----------|------------|-----------|------------|-------|-------|-----|-----|
| Yoga für den Mann | 172301538 | Greifzu | Olaf | 05.10.2017 | 17:45 | 19:15 | 120 | 15x |
| Yoga für Seniorinnen und Senioren 60+ | 172301550 | Götz | Isa | 25.09.2017 | 16:15 | 17:45 | 100 | 10x |
| Qigong - Stärkung der Lebenskraft | 172301620 | Märtens | Inge | 09.10.2017 | 18:00 | 19:30 | 96 | 12x |
| Qigong - Stärkung der Lebenskraft | 172301621 | Märtens | Inge | 09.10.2017 | 19:40 | 21:10 | 96 | 12x |
| Qigong - Stärkung der Lebenskraft | 172301622 | Märtens | Inge | 06.10.2017 | 10:15 | 11:15 | 74 | 14x |
| Qigong für Ruhe und Bewegung | 172301627 | Seiter | Eva | 29.09.2017 | 15:30 | 17:00 | 96 | 12x |
| Gesund älter werden mit Qigong | 172301633 | Mahler | Hannelore | 09.10.2017 | 14:00 | 15:30 | 80 | 8x |
| Qigong - Grundkurs I | 172301635 | Sagmeister | Regina | 26.09.2017 | 09:45 | 10:45 | 54 | 8x |
| Qigong - Grundkurs II | 172301636 | Sagmeister | Regina | 05.12.2017 | 09:45 | 10:45 | 47 | 7x |
| Ein Qigong-Klassiker: Das Spiel der 5 Tiere | 172301640 | Dreyer | Axel | 04.10.2017 | 17:00 | 18:00 | 66 | 10x |
| Taiji - Grundkurs | 172301642 | Klugmann | Axel | 04.10.2017 | 19:45 | 21:00 | 80 | 12x |
| Geerdet, zentriert, entspannt:Taiji-Grundkurs | 172301647 | Dreyer | Axel | 05.10.2017 | 17:20 | 18:20 | 67 | 10x |
| Geerdet, zentriert, entspannt:Taiji-Grundkurs | 172301646 | Dreyer | Axel | 10.10.2017 | 18:30 | 19:45 | 83 | 10x |
| Funktionelle Gymnastik für die ältere Generation | 172302224 | Salm | Elisabeth | 12.09.2017 | 16:00 | 16:45 | 68 | 17x |
| Funktionelle Gymnastik für die ältere Generation | 172302225 | Salm | Elisabeth | 12.09.2017 | 17:00 | 17:45 | 68 | 17x |
| Funktionelle Gymnastik für die ältere Generation | 172302226 | Salm | Elisabeth | 13.09.2017 | 16:30 | 17:15 | 68 | 17x |
| Rückenfit | 172302430 | Schauer | Gisela | 25.09.2017 | 18:15 | 19:45 | 144 | 12x |
| Rückenfit | 172302431 | Grube | Magdalena | 28.09.2017 | 17:50 | 18:50 | 75 | 14x |
| Rückenfit | 172302432 | Skarzynski | Sylvia | 27.09.2017 | 18:00 | 19:00 | 64 | 12x |
| Rückenfit | 172302433 | Skarzynski | Sylvia | 27.09.2017 | 19:10 | 20:10 | 64 | 12x |
| Rückenfit | 172302436 | Rothacker | Annett | 26.09.2017 | 10:00 | 11:10 | 94 | 15x |
| Rückenfit | 172302439 | Dombrowski | Ruth | 26.09.2017 | 08:45 | 09:45 | 80 | 15x |
| Rückenfit | 172302440 | Dombrowski | Ruth | 26.09.2017 | 09:50 | 10:50 | 80 | 15x |
| Rückenfit | 172302441 | Dombrowski | Ruth | 26.09.2017 | 11:15 | 12:15 | 180 | 15x |
| Rückenfit | 172302442 | Frank | Gudrun | 11.10.2017 | 18:00 | 19:15 | 93 | 12x |
| Rückenpower mit Pilates | 172302444 | Kern | Tobias | 28.09.2017 | 19:30 | 20:30 | 80 | 15x |
| Beckenbodengymnastik (für Frauen) | 172302460 | Eppinger | Frauke | 05.10.2017 | 09:30 | 10:30 | 66 | 10x |
| Fit von Kopf bis Fuß | 172302463 | Grube | Magdalena | 28.09.2017 | 16:30 | 17:40 | 87 | 14x |
| Fit von Kopf bis Fuß | 172302464 | Grube | Magdalena | 26.09.2017 | 19:30 | 20:30 | 75 | 14x |
| Rund und bewegt | 172302466 | Frank | Gudrun | 12.10.2017 | 19:00 | 20:15 | 93 | 14x |
| Fitness-Gymnastik | 172302468 | Stihl | Judith | 27.09.2017 | 19:20 | 20:30 | 93 | 15x |
| Fitness-Gymnastik | 172302469 | Stihl | Judith | 27.09.2017 | 20:35 | 21:35 | 80 | 15x |
| Ganzkörpertraining | 172302481 | Ermer | Olga | 26.09.2017 | 20:40 | 21:40 | 80 | 15x |

| | | | | | | | | |
|--|-----------|---------------|-----------|------------|-------|-------|-----|-----|
| Ganzkörpertraining | 172302482 | Kern | Tobias | 26.09.2017 | 19:30 | 20:30 | 80 | 15x |
| Ganzkörpertraining | 172302483 | Kern | Tobias | 26.09.2017 | 20:40 | 21:40 | 80 | 15x |
| Body and Shape | 172302486 | Stalter | Stephanie | 25.09.2017 | 19:10 | 20:10 | 80 | 15x |
| Body and Shape | 172302487 | Karlisch | Veronika | 26.09.2017 | 18:00 | 19:00 | 80 | 15x |
| Body and Shape | 172302488 | Karlisch | Veronika | 26.09.2017 | 19:10 | 20:10 | 80 | 15x |
| Fit für den Alltag - Ganzkörperkräftigung | 172302491 | Eppinger | Frauuke | 28.09.2017 | 10:45 | 11:45 | 64 | 12x |
| Lauf-ABC | 172302498 | Kern | Tobias | 28.09.2017 | 20:40 | 21:40 | 80 | 15x |
| Pilates | 172302523 | Sopart | Sigrid | 29.09.2017 | 12:15 | 13:15 | 64 | 12x |
| Pilates | 172302524 | Sopart | Sigrid | 29.09.2017 | 13:30 | 14:30 | 64 | 12x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302529 | Stalter | Stephanie | 25.09.2017 | 20:15 | 21:15 | 80 | 15x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302530 | Schauer | Gisela | 27.09.2017 | 08:45 | 10:15 | 104 | 13x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302531 | Schauer | Gisela | 28.09.2017 | 09:15 | 10:30 | 86 | 13x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302533 | Schauer | Gisela | 29.09.2017 | 08:40 | 09:55 | 80 | 12x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302536 | Eppinger | Frauuke | 26.09.2017 | 09:30 | 10:30 | 80 | 15x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302537 | Eppinger | Frauuke | 26.09.2017 | 10:45 | 11:45 | 80 | 15x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302541 | Mitternacht | Melanie | 27.09.2017 | 18:40 | 19:40 | 70 | 13x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302542 | Mitternacht | Melanie | 27.09.2017 | 19:50 | 20:50 | 70 | 13x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302544 | Reichenbach | Jana | 27.09.2017 | 09:50 | 10:50 | 80 | 15x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302545 | Reichenbach | Jana | 27.09.2017 | 11:00 | 12:00 | 80 | 15x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302546 | Reichenbach | Jana | 29.09.2017 | 09:00 | 10:00 | 80 | 15x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302547 | Reichenbach | Jana | 29.09.2017 | 10:15 | 11:15 | 80 | 15x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302548 | Eckert | Almut | 26.09.2017 | 17:15 | 18:15 | 80 | 15x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302549 | Eckert | Almut | 26.09.2017 | 18:20 | 19:20 | 80 | 15x |
| Pilates - Sanftes Training bringt schnelle Erfolge | 172302560 | Kaluza | Babett | 25.09.2017 | 17:00 | 18:15 | 86 | 13x |
| Nordic Walking-Basics | 172302605 | Müller-Kühner | Rudolf | 27.09.2017 | 16:40 | 18:10 | 80 | 8x |
| Nordic Walking-Basics | 172302606 | Müller-Kühner | Rudolf | 29.09.2017 | 16:00 | 17:30 | 80 | 8x |