

Kurse im virtuellen Klassenzimmer

Wir laden Sie ein mit unseren Online-Angeboten auch von zu Hause aus aktiv zu bleiben!

In diesem Newsletter finden Sie das aktuelle Online-Angebot unserer VHS-Kursleiter*innen.

- **Winterblues adé**

Gerade in Zeiten, wo uns sprichwörtlich die Decke auf den Kopf zu fallen droht, weil wir entweder nicht das Haus verlassen können oder zu wenig Sonne abbekommen, können reine ätherische Öle ganz viel für uns tun.

Termin: MI 19.01.21, 18.30 – 20.30 Uhr

Kursleiter: Agnes Frühwald-Scherer, Aromapraktikerin, Raindrop-Practitioner

Kosten: 25 €

Anmeldung/Info: 0676 3518187, a.fruehwald@zeit-zu-leben.at

- **Bildungs- und Berufsberatung Niederösterreich**

Die Bildungs- und Berufsberatung geht für die Zeit des harten Lockdowns wieder online: Nutzen Sie die digitalen Angebote wie Online-, Chat- und Videoberatung (hauptsächlich via Zoom) oder die bewährte Telefonberatung (NÖ-Hotline: 02742 25025) bequem von zu Hause aus.

Termine unter: <https://www.bildungsberatung-noe.at/termin/>

- **Ab Jänner gibt es wieder ONLINE fitdankbaby-Kurse!**

Infos/Anmeldung gerne jederzeit bei Manuela Niterl 0677/614 75 001, manuela.niterl@fitdankbaby.at oder www.fitdankbaby.at

fitdankbaby PRE - Aktiv in der Schwangerschaft

Termin: ab DI 11. Jänner 2022, 19:30 Uhr / 5 Einheiten (Dauer je Einheit 75 min) / € 50, Einstieg jederzeit möglich!!!

fitdankbaby RÜCKBILDUNG - Die Basis für dich und dein Baby

ab etwa 6 - 8 Wochen nach der Geburt (10 Wochen nach KS)

Termin: ab DI 11. Jänner 2022, 9:00 Uhr / 6 Einheiten (Dauer je Einheit 75 min) / € 60

fitdankbaby LIVE ONLINE mit Baby/Kleinkind

Termin: ab MI 12. Jänner 2022, 9:00 Uhr / 5 Einheiten (Dauer je Einheit 75 min) / € 50

fitdankbaby FÜR DICH - Aktiv auch ohne Baby

Termin: ab MI 12. Jänner 2022, 10:30 Uhr / 5 Einheiten (Dauer je Einheit ca. 50 min) / € 45

Mit freundlichen Grüßen

das Team der VHS Südliches Waldviertel

VHS Kursdatenbank