

Veranstaltungsprogramm 1/2025

Bei allen Kursen ist eine Anmeldung bei der VG Jockgrim,
Tel.: 07271/599-179 (zwischen 8.30 Uhr und 12.00 Uhr) unbedingt erforderlich.

Kurse im 1. Halbjahr 2025

Gymnastik:

„Männer-Gymnastik“ - Kurs-Nr.: I3020041NE

Sie können hier die Verbesserung der Beweglichkeit, Stärkung der Muskulatur und die Anregung von Herz- & Kreislauftätigkeit durch aktives Mitüben fördern.

Kursleiter: Karl-Heinz Hammer
Ort: Grundschule Neupotz, Turnhalle
Termin: Freitag, 10.01.2025 bis 13.06.25
Uhrzeit: 20:00 - 20:45 Uhr
Gebühr: kostenlos
Dauer: fortlaufend 19 Termine (außerhalb der Schulferien)
Anmeldeschluss: Einstieg jederzeit möglich!

„Gymnastik - ab 50+ - aktiv bis ins hohe Alter“ - Kurs-Nr.: I3027042NE

In diesem Kurs soll die Beweglichkeit erhalten, die Muskulatur verbessert und gestärkt werden. Zusätzlich werden Ausdauer & Entspannung trainiert, um agil und vital in den Tag zu starten.

Kursleiter: Riva Seeber
Ort: Kultur- & Freizeithaus Neupotz
Termin: Montag, 13.01.2025 - 16.06.25
Uhrzeit: 09:30 - 10:15 Uhr
Gebühr: 60,00 Euro/Person
Dauer: fortlaufend 19 Termine (außerhalb der Schulferien)
Anmeldeschluss: Einstieg jederzeit möglich!

Kochen & Backen:

„Low Carb-Küche“ - Kurs-Nr.: I3052002NE

Kursleiter: Rosemarie Döring
Ort: Grundschule Neupotz, Erdgeschoß Küche
Termin: Dienstag, 11.02.2025
Uhrzeit: 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 15,00 Euro/Person
Anmeldeschluss: 05.02.2025

„Muffins - Herzhaft oder süß gebacken - für Kinder ab 6 Jahren“ - Kurs-Nr.: I3052009NE

Kursleiter: Rosemarie Döring
Ort: Grundschule Neupotz, Erdgeschoß Küche
Termin: Samstag, 22.02.2025
Uhrzeit: 10:00 - 12:30 Uhr
Gebühr: 13,00 Euro/Person
Anmeldeschluss: 16.02.2025

„Vegetarische Küche“ - Kurs-Nr.: I3052008NE

Kursleiter: Rosemarie Döring
Ort: Grundschule Neupotz, Erdgeschoß Küche
Termin: Dienstag, 18.03.2025
Uhrzeit: 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 15,00 Euro/Person
Anmeldeschluss: 12.03.2025

„Aufläufe - Gutes aus dem Ofen - für Jugendliche ab 12 Jahren“ - Kurs-Nr.: I3052004NE

Kursleiter: Rosemarie Döring
Ort: Grundschule Neupotz, Erdgeschoß Küche
Termin: Samstag, 22.03.2025
Uhrzeit: 10:00 - 12:30 Uhr
Gebühr: 13,00 Euro/Person
Anmeldeschluss: 16.03.2025

„Kreative Spargelküche“ - Kurs-Nr.: I3052005NE

Kursleiter: Rosemarie Döring
Ort: Grundschule Neupotz, Erdgeschoß Küche
Termin: Dienstag, 01.04.2025
Uhrzeit: 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 15,00 Euro/Person
Anmeldeschluss: 26.03.2025

„Osterbacken - für Kinder ab 6 Jahren“ - Kurs-Nr.: I3052006NE

Kursleiter: Rosemarie Döring
Ort: Grundschule Neupotz, Erdgeschoß Küche
Termin: Samstag, 05.04.2025
Uhrzeit: 10:00 - 12:30 Uhr
Gebühr: 13,00 Euro/Person
Anmeldeschluss: 30.03.2025