

Terminkalender 2019			
Januar 2019:			
ab 07.01.2019	Mo+Fr	20x	Deutsch für ausländische Mitbürger - Fortgeschrittene Stufe A 2.1
07.01.2019	Mo	1x	Kleine Tierchen - große Wunder! Die Bluteigel-/Hirudotherapie
ab 08.01.2019	Di	7x	Word (2007, 2013 und 2016) für Einsteiger
ab 10.01.2019	Do	7x	Excel (2007,2013 und 2016) für Einsteiger
11.01.2019	Fr	1x	In Vino veritas - im Wein liegt die Wahrheit (Spanische Weine)
ab 12.01.2019	Sa	10x	Deutsch für ausländische Mitbürger - Fortgeschrittene Stufe A 2.2
ab 14.01.2019	Mo	10x	Gitarre für Anfänger
14.01.2019	Mo	1x	Wege zur Gelassenheit
ab 15.01.2019	Di	10x	Gitarre für Fortgeschrittene
15.01.2019	Di	1x	Liebe dich selbst!
15.01.2019	Di	1x	Gesund durch Vitamin D
ab 15.01.2019	Di	10x	Balance-Fit
ab 15.01.2019	Di	10x	Fitness- und Ausdauertraining
16.01.2019	Mi	1x	Kündigung, Kündigungsschutzklage und sonstige Fallstricke im Arbeitsrecht
ab 16.01.2019	Mi	10x	Pilates-Training
ab 21.01.2019	Mo	10x	Meine Ruheinsel - Entspannung und Achtsamkeit
ab 22.01.2019	Di	5x	Merkwerk - Ein gutes Gedächtnis ist erlernbar
24.01.2019	Do	1x	Trennung und die daraus resultierenden Folgen
25.01.2019	Fr	1x	In Vino veritas - im Wein liegt die Wahrheit (Französische Weine)
28.01.2019	Mo	1x	Entspannung mit Klangschalen nach Frank Plate - Theorie und Praxis
ab 29.01.2019	Di	10x	Yoga Spezial - Sanfter Einstieg in die Yogapraxis
ab 29.01.2019	Di	10x	Yoga für Sportliche
Jan 19	Di	10x	Gymnastikkurs zur Verbesserung der Körperhaltung und Beweglichkeit
Jan 19	Do	10x	Zumba
Februar 2019:			
ab 04.02.2019	Mo	2x	Wintergemüse
05.02.2019	Di	1x	Gutes Bauchgefühl - Gesundheit beginnt im Darm
11.02.2019	Mo	1x	Fit und abwehrgestärkt durch Säure-Basen-Balance
14.02.2019	Do	1x	Leinenlos - Leinen trifft Papier - Gestalten von Karten
19.02.2019	Di	1x	Dein inneres Kind heilen - Vortrag mit Meditation
19.02.2019	Di	1x	Gewichtsreduktion und Stoffwechselaktivierung
ab 21.02.2019	Do	10x	Aquarellmalen
21.02.2019	Do	1x	Die Kunst der heilenden Berührung - Infoabend
März 2019:			
ab 07.03.2019	Do	6x	Gourmetküche
07.03.2019	Do	1x	Whisky - Wasser des Lebens - Anfängerkurs
07.03.2019	Do	1x	Wie schütze ich mich vor den Gefahren von Windows 10?
07.03.2019	Do	1x	Gesundheit in deinen Händen - Handreflexzonenmassage
09.03.2019	Sa	1x	Bauchtanz - Workshop auf moderne orientalische Musik
11.03.2019	Mo	1x	Erben, Vererben, Schenkungen
11.03.2019	Mo	1x	Alternative Behandlungsmöglichkeiten bei Rücken-/Spannungskopfschmerzen
ab 11.03.2019	Mo	10x	Yoga
ab 12.03.2019	Di	8x	Farben (er)leben in der Aquarellmalerei
ab 12.03.2019	Di	6x	Form - Feuer - Farbe

12.03.2019	Di	1x	Erkenne die Hilferufe deines Körpers und bring ihn wieder in Balance
12.03.2019	Di	1x	Wenn die Abwehr verrückt spielt - Allergien und Unverträglichkeiten
ab 12.03.2019	Di	10x	Zumba
13.03.2019	Mi	1x	Beziehungen der neuen Zeit - raus aus der Abhängigkeit
ab 13.03.2019	Mi	5x	Fit und gesund - Gesundheitsprogramm für Erwachsene
14.03.2019	Do	1x	Whisky - Wasser des Lebens - Fortgeschrittenenkurs
ab 14.03.2019	Do	5x	Einblicke in die Welt des Internet
ab 14.03.2019	Do	3x	Die 12 Schüssler-Salze - Salze des Lebens - Intensivseminar
ab 14.03.2019	Do	5x	Fit und gesund - Gesundheitsprogramm für Erwachsene (vormittags)
ab 15.03.2019	Fr	15x	Englisch für Anfänger
15.03.2019	Fr	1x	Edelsteinschmuck
15.03.2019	Fr	1x	Sachkundelehrgang Motorsäge - Basis I
15.03.2019	Fr	1x	Homöopathische Erste Hilfe
16.03.2019	Sa	1x	Basiskurs Fotografie für Anfänger
16.03.2019	Sa	1x	Merkwerk - Leichter lernen mit MNEMO(Merk-)Techniken
ab 18.03.2019	Mo	5x	Ich mach mein Ding! - Selbstcoaching für Ihr Berufs- und Privatleben
19.03.2019	Di	1x	Finger-Yoga
21.03.2019	Do	1x	Whisky - Wasser des Lebens - Sensorik
ab 22.03.2019	Fr	3x	Kochen für Männer
23.03.2019	Sa	1x	Was Frauen (wissen) wollen - Mit typgerechten Farben an Ausstrahlen gewinnen
25.03.2019	Mo	1x	Achtsam leben - Stressbewältigung durch Achtsamkeit (Vortrag)
26.03.2019	Di	1x	Infekte, Magen-Darmprobleme, Rücken- und Gelenkschmerzen ...
27.03.2019	Mi	1x	Osteoporose
30.03.2019	Sa	1x	Selbstmanagementtechniken
März/April 2019 oder Herbst		1x	Gestaltung des eigenen Fotobuches
April 2019:			
ab 01.04.2019	Mo+Fr	20x	Deutsch für ausländische Mitbürger - Anfänger A 1.1
ab 01.04.2019	Mo	4x	Achtsam leben - Stressbewältigung durch Achtsamkeit (Kurs)
ab 01.04.2019	Mo	11 x	Gesundheitsorientiertes präventives Ausgleichstraining
ab 02.04.2019	Di	10x	Luxemburgisch
02.04.2019	Di	1x	Wenn die Hormone Achterbahn fahren ...
03.04.2019	Mi	1x	Dein Leben darf leicht sein - komm in deinen Flow
ab 03.04.2019	Mi	10x	Pilates-Training
ab 05.04.2019	Fr	6x	LaufYoga (BreathWalk): Atmen - Gehen - Entspannen
ab 06.04.2019	Sa	10x	Deutsch als Fremdsprache - Stufe B 1.1
08.04.2019	Mo	1x	Bluthochdruck aus der Sicht von Heilpraktikern
11.04.2019	Do	1x	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson (Schnupperabend)
12.04.2019	Fr	1x	Blaudruck
12.04.2019	Fr	1x	Typologisch erfolgreich kommunizieren
13.04.2019	Sa	1x	Landschaftsfotografie
13.04.2019	Sa	1x	Bogenschießen
15.04.2019	Mo	1x	Brotaufstriche
28.04.2019	So	6x	6-Einheiten-Golf-Grundkurs für Anfänger
Apr 19	Mo	10x	Meine Ruheinsel - Entspannung und Achtsamkeit
Apr 19	Mi	10x	Bauchtanz für Anfänger mit Vorkenntnissen
Apr 19	Do	10x	Zumba
Mai 2019:			

ab 06.05.2019	Mo	6x	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
ab 07.05.2019	Di	8x	Autogenes Training
ab 07.05.2019	Di	10x	Yoga Spezial - Sanfter Einstieg in die Yogapraxis
ab 07.05.2019	Di	10x	Yoga für Sportliche
11.05.2019	Sa	1x	Emotionale Intelligenz & empathische Kommunikation
13.05.2019	Mo	1x	Spargelzeit - Klassische Rezepte mit Spargel und Erdbeeren
14.05.2019	Di	1x	Schmerz lass nach - Chronische Schmerzen ganzheitlich behandeln
14.05.2019	Di		Tagesfahrt "Eifel und Hohes Venn"
18.05.2019	Sa	1x	Wald tut gut! Gesundheit und Wohlbefinden aus dem Wald
29.05.2019	Mi	1x	Lust auf coole Cocktails
Juni 2019:			
ab 03.06.2019	Mo	10x	Yoga
ab 04.06.2019	Di	10x	Zumba
15.06.2019	Sa	1x	Abenteuer Wald
16.06.2019	So	6x	6-Einheiten-Golf-Grundkurs für Anfänger
ab 17.06.2019	Mo	3x	Brote aus dem eigenen Herd
			Sommerferien 01.07. - 09.08.2019
Juli 2019:			
26.07.-08.08.2019			Jahresekursion "Nordkap und Lofoten"
ab 28.07.2019	So	6 x	6-Einheiten-Golf-Grundkurs für Anfänger
August 2019:			
ab 12.08.2019	Mo+Fr	20x	Deutsch für ausländische Mitbürger - Anfänger A 1.2
15.08.2019	Do	1x	Wie schütze ich mich vor den Gefahren von Windows 10?
15.08.2019	Do	1x	Finger-Yoga
ab 17.08.2019	Sa	10x	Deutsch als Fremdsprache - Stufe B 1.2
ab 20.08.2019	Di	5x	Einblicke in die Welt des Internet
ab 22.08.2019	Do	6x	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
ab 23.08.2019	Fr	15x	Englisch für Lernende mit Vorkenntnissen
Aug 19	Mo	10x	Meine Ruheinsel - Entspannung und Achtsamkeit
September 2019:			
01.09.2019	So	1x	Wald tut gut! Gesundheit und Wohlbefinden aus dem Wald
ab 02.09.2019	Mo	3x	Die 12 Schüssler-Salze - Salze des Lebens - Intensivseminar
02.09.2019	Mo	1x	Kleine Tierchen - große Wunder! Die Blutegel-/Hirudotherapie
ab 02.09.2019	Mo	11 x	Gesundheitsorientiertes präventives Ausgleichstraining
03.09.2019	Di	1x	Erkenne die Hilferufe deines Körpers und bring ihn wieder in Balance
03.09.2019	Di	1x	Gewichtsreduktion und Stoffwechselaktivierung
04.09.2019	Mi	1x	Trennung und die daraus resultierenden Folgen
ab 06.09.2019	Fr	6x	LaufYoga (BreathWalk): Atmen - Gehen - Entspannen
08.09.2019	So	6x	6-Einheiten-Golf-Grundkurs für Anfänger
ab 09.09.2019	Mo	2x	Vegetarische Küche
ab 10.09.2019	Di	8x	Farben (er)leben in der Aquarellmalerei
ab 10.09.2019	Di	6x	Form - Feuer - Farbe
ab 10.09.2019	Di	4x	Achtsam leben - Stressbewältigung durch Achtsamkeit (Kurs)
ab 11.09.2019	Mi	10x	Pilates-Training

ab 11.09.2019	Mi	3x	Stress und Verspannungen abschütteln mit TRE
12.09.2019	Do	1x	Whisky - Wasser des Lebens - Anfängerkurs
12.09.2019	Do	1x	Dein inneres Kind heilen - Vortrag mit Meditation
17.09.2019	Di	1x	Infekte, Magen-Darmprobleme, Rücken- und Gelenkschmerzen ...
19.09.2019	Do	1x	Whisky - Wasser des Lebens - Fortgeschrittenenkurs
20.09.2019	Fr	1x	Sachkundelehrgang Motorsäge - Basis I
21.09.2019	Sa	1x	Was Frauen (wissen) wollen - Mit typgerechten Farben an Ausstrahlen gewinnen
23.09.2019	Mo	1x	Spanisches Kochen
26.09.2019	Do	1x	Whisky - Wasser des Lebens - Sensorik
28.09.2019	Sa	1x	Landschaftsfotografie
28.09.2019	Sa	1x	Bogenschießen
Sep 19	Sa	1x	Bauchtanz - Workshop auf moderne orientalische Musik
Sep 19	Do	10x	Zumba
Herbst 2019	Do	10x	Aquarellmalen
Herbst 2019	Di	10x	Gymnastikkurs zur Verbesserung der Körperhaltung und Beweglichkeit
Oktober 2019:			
01.10.2019	Di		Tagesfahrt "Saarland - Lothringen"
02.10.2019	Mi	1x	Beziehungen der neuen Zeit - raus aus der Abhängigkeit
03. - 06.10.2019			Exkursion nach Holland und an die Nordsee
14.10.2019	Mo	1x	Fit und abwehrgestärkt durch Säure-Basen-Balance
ab 14.10.2019	Mo	10x	Yoga
15.10.2019	Di	1x	Facetten der römischen Küche
ab 15.10.2019	Di	7x	Word (2007, 2013 und 2016) für Einsteiger
15.10.2019	Di	1x	Wenn die Hormone Achterbahn fahren ...
ab 15.10.2019	Di	10x	Zumba
ab 15.10.2019	Di	10x	Yoga Spezial - Sanfter Einstieg in die Yogapraxis
ab 15.10.2019	Di	10x	Yoga für Sportliche
16.10.2019	Mi	1x	Säure-Basen-Gleichgewicht
ab 17.10.2019	Do	6x	Man(n) kocht selbst
17.10.2019	Do	1x	Leinenlos - altem Bauernleinen neues Leben einhauchen
ab 17.10.2019	Do	7x	Excel (2007,2013 und 2016) für Einsteiger
ab 17.10.2019	Do	6x	Heilmeditationen für Körper, Geist und Seele
ab 18.10.2019	Fr	6x	Selbstverteidigung mit "Köpfchen"
ab 21.10.2019	Mo	2x	Zubereiten mit dem Wok
ab 21.10.2019	Mo	5x	Ich mach mein Ding! - Selbstcoaching für Ihr Berufs- und Privatleben
21.10.2019	Mo	1x	Gesundheit in deinen Händen - Handreflexzonenmassage
ab 22.10.2019	Di	5x	Traditionelle Eifeler Küche
22.10.2019	Di	1x	Gesund durch Vitamin D
22.10.2019	Di	1x	Die Kunst der heilenden Berührung - Infoabend
24.10.2019	Do	1x	Kündigung, Kündigungsschutzklage und sonstige Fallstricke im Arbeitsrecht
25.10.2019	Fr	1x	Blaudruck
November 2019:			
04.11.2019	Mo	1x	Vorsorgevollmacht - Betreuungsverfügung - Patientenverfügung
04.11.2019	Mo	1x	Alternative Behandlungsmöglichkeiten bei Rücken-/Spannungskopfschmerzen
ab 05.11.2019	Di	4x	Familien- und Heimatkundeseminar
ab 06.11.2019	Mi	2x	Kartoffelgerichte
08.11.2019	Fr	1x	In Vino veritas - im Wein liegt die Wahrheit (Deutsche Weine)

12.11.2019	Di	1x	Liebe dich selbst!
12.11.2019	Di	1x	Wenn die Abwehr verrückt spielt - Allergien und Unverträglichkeiten
ab 14.11.2019	Do	5x	Wohlbefinden und Gelassenheit durch Meditation
15.11.2019	Fr	1x	Aus der Natur - mit der Natur
16.11.2019	Sa	1x	Fußreflexzonenmassage
18.11.2019	Mo	1x	Entspannung mit Klangschalen nach Frank Plate - Theorie und Praxis
ab 20.11.2019	Mi	2x	Leichte Köstlichkeiten für die Feiertage
22.11.2019	Fr	1x	In Vino veritas - im Wein liegt die Wahrheit (Italienische Weine)
22.11.2019	Fr	1x	Edelsteinschmuck
24.11.2019	So		Buchvorstellung "950 Jahre Pfarrei St. Laurentius Seffern"
26.11.2019	Di	1x	Gutes Bauchgefühl - Gesundheit beginnt im Darm
29.11.2019	Fr	1x	In der Weihnachtsbäckerei ... Plätzchenbacken für Grundschulkinder
30.11.2019	Sa		Adventstour Colmar/Isenheimer Altar
Nov 19		1x	Schutz vor ungebetenen Gästen - Einbruchschutz
Nov 19	Mo	10x	Meine Ruheinsel - Entspannung und Achtsamkeit
Dezember 2019:			
04.12.2019	Mi	1x	Dein Leben darf leicht sein - komm in deinen Flow
09.12.2019	Mo	1x	Bluthochdruck aus der Sicht von Heilpraktikern
Januar 2020:			
	Fr	15x	<i>Französisch für Anfänger</i>