

## Fitness

### **89022W: Fitness - Kurs**

Mo | 14.06.21 (4x) | 19:00-20:00 Uhr | 18,00 €

### **89010W: Zumba Gold®**

Di | 01.06.21 | 18:45-20:00 Uhr | 7,00 €

### **89011W: Zumba Mix: Gold® & Fitness®**

Di | 08.06.21 | 18:45-20:00 Uhr | 7,00 €

### **89012W: Zumba Fitness®**

Di | 15.06.21 | 18:45-20:00 Uhr | 7,00 €

### **89013W: Zumba Toning®**

Di | 22.06.21 | 18:45-20:00 Uhr | 7,00 €

### **89014W: Zumba Mix: Step® & Fitness®**

Di | 29.06.21 | 18:45-20:00 Uhr | 7,00 €

### **89015W: Dance Quiz: Zumba® around the world**

Di | 13.07.21 | 18:45-20:00 Uhr | 7,00 €

## Yoga

### **89001W: Eltern-Kind-Yoga**

Sa | 29.05.21 (2x) | 10:30-11:15 Uhr | 14,00 € (pro Paar)

### **89003W: Pränatal-Yoga**

Mi | 02.06.21 (3x) | 11:00-12:00 Uhr | 14,00 €

### **89016W: Yoga und Massage**

Mo | 07.06.21 (4x) | 18:30-19:45 Uhr | 24,00 €

### **89017W: Yoga in der Mittagspause**

Mo | 07.06.21 (4x) | 12:00-12:45 Uhr | 14,00 €

### **89002W: Yin Yoga**

Do | 10.06.21 (3x) | 18:00-19:00 Uhr | 16,00 €

## Entspannung

### **89020W: Wirbelsäulen-Training**

Di | 01.06.21 (5x) | 18:00-19:00 Uhr | 24,00 €

### **89005W: Nutze deinen Atem**

Mi | 02.06.21 | 19:30-21:00 Uhr | 8,00 €

### **89006W: Autogenes Training**

Mo | 07.06.21 | 19:30-21:00 Uhr | 8,00 €

### **89008W: Progressive Muskelentspannung**

Di | 15.06.21 | 19:30-21:00 Uhr | 8,00 €

### **Anmeldung und nähere Informationen unter:**

[www.vhs-kreis-euskirchen.de](http://www.vhs-kreis-euskirchen.de)

[vhs@vhs-kreis-euskirchen.de](mailto:vhs@vhs-kreis-euskirchen.de)

02251 15-780

Die Veranstaltungen finden überwiegend in der  
vhs.cloud oder mittels BigBlueButton statt.

Für die Teilnahme ist ein (mobiles) Endgerät mit  
Tonfunktion notwendig. Kamera sowie ein Mikrofon  
sind bei einigen Kursen ebenfalls erforderlich.

VHS Kreis Euskirchen  
Baumstraße 2  
53879 Euskirchen



## **Digitaler Sommer**

Volkshochschule Kreis Euskirchen

## **Online-Angebote**

**Mai - Juni - Juli '21**

[www.vhs-kreis-euskirchen.de](http://www.vhs-kreis-euskirchen.de)

**02251 15-780**

## Kreativität

### 40114: Zeichnen und Malen für Erfahrene und Unerfahrene

Di | 08.06.21 (4x) | 19:00-21:15 Uhr | 43,20 €

### 41104: Kreatives Schreiben

Sa + So | 29.05.21 + 30.05.21 | 9:00-17:00 Uhr | 65,00 €

## Fremdsprachen

### Englisch

### 60413W: After Work Conversation (B1)

Do | 27.05.21 (10x) | 18:30-20:00 Uhr | 66,00 €

### 60407: Fit with English Idioms

Sa | 29.05.21 | 09:30-16:45 Uhr | 42,00 €

### 60701: English for your job - Kompaktkurs

Sa | 05.06.21 | 09:30-16:45 Uhr | 42,00 €

### 60404: English Tenses Made Easy - Kompaktkurs

Sa | 19.06.21 | 09:30-16:45 Uhr | 42,00 €

### 60405: „Typically German!“ - Kompaktkurs

Sa | 26.06.21 | 9:30-16:45 Uhr | 42,00 €

### 28002: Intensivkurs English for your job

Wochenseminar/ Bildungsurlaub

Mo-Fr | 21.06.- 25.06.21 | 09:00-15:00 Uhr | 147,00 €

### Italienisch

### 62100: Schnupperkurs Italienisch AnfängerInnen (A1)

Di | 25.05.21 (6x) | 18:30-20:00 Uhr | 40,00 €

### 62210: Italienisch - Wiederholungskurs (A2)

Do | 27.05.21 (5x) | 18:30-20:00 Uhr | 33,00 €

## Französisch

### 61200: Réactivez votre français! (A1-A2)

Fr | 28.05.21 (6x) | 18:30-19:30 Uhr | 27,00 €

### 61510: Conversation française en ligne (B1-B2)

Mo | 31.05.21 (5x) | 10:00-11:00 Uhr | 23,00 €

### 61310: Adieu, tristesse! (B1)

Di | 01.06.21 (5x) | 18:30-19:30 Uhr | 23,00 €

## Spanisch

### 67300: Spanisch - Auffrischkurs (A2-B1)

Mo + Mi | ab 07.06.21 (2x pro Woche, 10x) |  
09:00-10:30 Uhr | 66,00 €

## Beruf und Computer

### 35001: Mit Onlinemarketing Kunden gewinnen

Mo | 31.05. (4x) | 17:00-18:30 Uhr | 40,00 €

### 35002: Social Media Marketing

Mi | 09.06.21 (4x) | 17:00-18:30 Uhr | 40,00 €

### 33103: Serienbriefe erstellen in Word

Mi | 09.06.21 (4x) | 18:00-19:30 Uhr | 40,00 €

### 33206: Excel Formeln und Funktionen

Do | 10.06.21 (4x) | 18:00-19:30 Uhr | 40,00 €

### 35003: Social Media für Eltern und Kinder

Di | 22.06.21 | 17:00-19:15 Uhr | 13,50 €

## Politik und Gesellschaft

Hochkarätige Livestreams von ExpertInnen aus Wissenschaft und Gesellschaft zu unterschiedlichen Themen:

vhs wissen live

das digitale Wissenschaftsprogramm

[www.vhs-wissen-live.de](http://www.vhs-wissen-live.de)

## Gesundheit

### Ernährung

### 89004W: Vortrag

Ein gesunder Lebensstil ist die beste Prävention  
- So wichtig ist eine gesunde Ernährung! -

31.05.21 | 19:00-20:30 Uhr | 8,00 €

### Pilates-Training

### 89021W: Pilates-Training

Di | 01.06.21 (5x) | 18:30-19:30 Uhr | 24,00 €

### 89019W: Power Pilates-Training

Mi | 02.06.21 (5x) | 18:00-19:00 Uhr | 24,00 €

### 89018W: Pilates-Training am Vormittag

Fr | 04.06.21 (4x) | 09:30-10:30 Uhr | 19,00 €