



LANDKREIS EICHSFELD

Pressemitteilung

Nr. 2019/015

Heilbad Heiligenstadt, den 01.02.2019

Kurse an der Kreisvolkshochschule Eichsfeld-Leinefelde

Englischkurse ab 19.02.2019

Die Kreisvolkshochschule Eichsfeld in Leinefelde bietet mit Beginn am 19.02.2019 zwei Englischkurse für Interessenten mit guten Vorkenntnissen im Anfängerniveau an. Die Kurse sind so konzipiert, dass sie wichtige Ausdrücke und Redewendungen praxisnah anwendbar machen. Besonderes Augenmerk wird dabei darauf gelegt, dass den Teilnehmern ein Rüstzeug auf den Weg gegeben wird, so dass sie sich in sprachlich relevanten Situationen auch grundlegend selbst helfen können.

Der erste Kurs beginnt am frühen Nachmittag um 13:30 Uhr und erstreckt sich über 15 Nachmittage. Der Abendkurs beginnt um 19:30 Uhr und erstreckt sich über 20 Abende. Für Interessenten, die unsicher über ihre Vorkenntnisse sind, bietet die Kreisvolkshochschule Eichsfeld kostenlose Einstufungstests an.

Kurs „Gesunder Rücken!“ in Niederorschel ab 21.02.2019

Die KVHS Eichsfeld beginnen in Niederorschel am 21.02.19 um 17:45 Uhr und um 18:45 Uhr zwei Gesundheitskurse über jeweils 9 Abende an. In diesen Kursen werden Wirbelsäulengymnastik und funktionelles Muskeltraining mit bewusster Atmung verbunden, was zur Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit, der Korrektur der Körperhaltung sowie der Verbesserung der Koordinationsfähigkeit und dadurch zu mehr Wohlbefinden führt. Lernen Sie, wie durch die spezifische Arbeit mit den fünf Elementen aus der TCM (traditionelle chinesische Medizin) und durch fließende Bewegungsabläufe der gesamte Körper gekräftigt und gedehnt werden kann. Ziel des Kurses ist u. a. die Vorbeugung von Rückenbeschwerden. Interessenten melden sich bitte in der Außenstelle Leinefelde der KVHS Eichsfeld.

Anmeldung und Information

Kreisvolkshochschule Eichsfeld
Konrad-Martin-Straße 101
37327 Leinefelde-Worbis
Tel.-Nr.: 03605 51670
Internet: www.kvhs-eichsfeld.de