

Freie Plätze verfügbar!

Lauftreff – ohne Vorkenntnisse, Kursnummer: 25H3022516

In diesem Kurs werden Sie behutsam an das Laufen herangeführt – ganz ohne Leistungsdruck. Die Trainingseinheiten bestehen aus kurzen Geh- und Laufintervallen, die von Einheit zu Einheit langsam gesteigert werden.

Ab Dienstag, 09.09.2025 18:00 – 18:45 Uhr, 12x

Kursort: Ludgerus-Grundschule Lippborg; Turnhalle, Ludgeristraße 5, Lippetal
Kursgebühr: 34,80 Euro

Vortrag Selbstbestimmtes Lebensende, Kursnummer: 25H3001316

In diesem Vortrag werden ethische, medizinische und juristische Fragen rund um Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und die Gestaltung eines selbstbestimmten Lebensendes besprochen.

Am Mittwoch, 10.09.2025 15:00 – 16:30 Uhr

Kursort: Haus Biele, Bahnhofstraße 15, Lippetal-Hovestadt
Kursgebühr: 2,50 Euro

Bachata für Paare, Kursnummer 25H3003016

Entdecken Sie gemeinsam mit ihrem Partner die sinnliche Welt der Bachata – dem Tanz voller Leidenschaft und karibischem Lebensgefühl.

Am Samstag, 20.09.2025 14:30 – 17:30 Uhr,

Kursort: St. Stephanus Grundschule Oestinghausen, Schulstraße 9, Lippetal
Kursgebühr: 14,00 Euro

Vortrag Plötzlich Pflegebedürftig, Kursnummer 25H3050016

In diesem Vortrag erhalten Sie einen verständlichen Überblick über die gesetzliche Definition, die Antragstellung bei einer Pflegeversicherung sowie den verschiedenen Pflegegrade.

Am Donnerstag, 25.09.2025 18:30 – 20:00 Uhr

Kursort: Haus Biele, Bahnhofstraße 15, Lippetal-Hovestadt
Kursgebühr: kostenfrei, Anmeldung jedoch zwingend erforderlich.

Informationen zu den Kursen und Anmeldungen unter www.vhsssoest.de oder 02921-1031333

Bei weiteren Fragen: VHS Zweigstelle Lippetal, Jenny Burkert,

☎ 02923-980224, ☎ 0155-60346942, ✉ j.burkert@soest.de