

## Bleiben Sie aktiv - unser aktuelles Kursangebot

### Gesellschaft

Biografie schreiben – über sich oder andere	04.03. / 3x	19.00 Uhr	Do.	Meiringen
<b>NEU</b> Gedanken und Intuition im Alltag	04.03. / 3x	19.30 Uhr	Do.	Meiringen
<b>NEU</b> Gönn dir „Ich-Zyt“ – Erlebnis und Erholung	19.-21.03.		Fr.-So.	Hasliberg
Gemeinsames Musizieren 60+	13.04. / 6x	09.30 Uhr	Di.	Meiringen
Spielend Jassen lernen	05.05. / 4x	19.15 Uhr	Mi.	Meiringen

### Arbeitswelt

Presstexte schreiben – schreiben was zählt	17.03.	19.00 Uhr	Mi.	Meiringen
--	--------	-----------	-----	-----------

### Praktisch / Kreativ

Handlettering - Basiskurs	09.03.	13.30 Uhr	Di.	Meiringen
Handlettering - Basiskurs	11.03.	13.30 Uhr	Do.	Meiringen
Handlettering - verbundene Schrift	16.03.	13.30 Uhr	Di.	Meiringen
Handlettering - verbundene Schrift	10.04.	10.00 Uhr	Sa.	Meiringen
Handlettering - mit Schnörkel / und Karten kreieren	25.03.	13.30 Uhr	Do.	Meiringen
<b>NEU</b> Handlettering - Komposition von einem Spruch und Verzierungen	30.03.	13.30 Uhr	Di.	Meiringen
Spruchschilder selber gestalten	30.03.	14.15 Uhr	Di.	Brünig
Handhabung Motorsäge	13.03.	08.00 Uhr	Sa.	Meiringen

### Informatik / neue Medien

Word vertieft	04.03. / 3x	19.00 Uhr	Do.	Meiringen
Eigene Website mit Jimdo gestalten	10.03.	19.00 Uhr	Mi.	Meiringen
Refresher Office 2019 – Word/Excel/Internet	12.03. / 3x	18.45 Uhr	Fr.	Meiringen
<b>NEU</b> Arbeiten an der eigenen Jimdo-Website – Workshop	17.03.	19.00 Uhr	Mi.	Meiringen
<b>NEU</b> Tabellenkalkulation Excel	23.03. / 3x	19.00 Uhr	Di.	Meiringen
Das Google Konto und andere Cloud-Lösungen	24.03.	19.00 Uhr	Mi.	Meiringen
Einstieg in den Computeralltag / Office 2019	30.04. / 4x	08.30 Uhr	Fr.	Meiringen
<b>NEU</b> Outlook / Mails leicht gemacht	20.05. / 2x	19.00 Uhr	Do.	Meiringen

### Sprachen

#### Laufende Kurse im Präsenzunterricht – Einstieg auf Anfrage möglich

Deutsch als Fremdsprache A2.1 für Frauen (mit Kinderbetr.)		14.00 Uhr	Mo.	Brienz
Deutsch als Fremdsprache A1.2 für Frauen (mit Kinderbetr.)		15.30 Uhr	Mo.	Brienz
Deutsch als Fremdsprache A1.2		18.00 Uhr	Mo.	Meiringen
Deutsch als Fremdsprache A1.1 – mit wenig Vorkenntnissen		18.30 Uhr	Mi.	Meiringen
Deutsch als Fremdsprache A2.1		20.00 Uhr	Mo.	Meiringen

#### Geplante Kurse im Präsenzunterricht

Englisch A2	03.03. / 6x	18.00 Uhr	Mi.	Meiringen
Französisch – Cours de conversation française A2	04.03. / 8x	19.00 Uhr	Do.	Hausen
Spanisch A1 – mit wenig Vorkenntnissen	01.03. / 5x	19.15 Uhr	Mo.	Meiringen
Spanisch Konversation A2/B1 – am Morgen	04.03. / 6x	10.00 Uhr	Do.	Meiringen

#### Laufender Online-Unterricht via Skype – Einstieg auf Anfrage möglich

Englisch A1 - mit wenig Vorkenntnissen		20.00 Uhr	Do.	
Russisch A1 - mit wenig Vorkenntnissen		19.00 Uhr	Mo.	
Russisch A1.1		08.30 Uhr	Mi.	
Italienisch A1.1 – mit wenig Vorkenntnissen		19.00 Uhr	Mi.	
Italienisch B1		09.30 Uhr	Mo.	
Italienisch B1.1		19.30 Uhr	Di.	
Italienisch A2.2		19.30 Uhr	Do.	

### Fitness / Bewegung

Fitgym für Männer	01.03. / 5x	18.00 Uhr	Mo.	Schwanden
Step-Aerobic	01.03. / 5x	19.15 Uhr	Mo.	Schwanden
Pilates – am Abend	01.03. / 5x	18.00 Uhr	Mo.	Hasliberg
Faszien Yoga	02.03. / 5x	17.15 Uhr	Di.	Hasliberg
Hatha Yoga – am Abend	02.03. / 5x	18.45 Uhr	Di.	Hasliberg
Power Hatha Yoga – am Morgen	03.03. / 5x	08.30 Uhr	Mi.	Hasliberg
NEU Yoga für Senioren – am Morgen	03.03. / 5x	10.00 Uhr	Mi.	Hasliberg
Pilates - am Morgen	04.03. / 6x	09.15 Uhr	Do.	Hasliberg
Pilates – am Abend	02.03. / 6x	17.15 Uhr	Di.	Innertkirchen
Fit und Stretch für ALLE – leichtes Training	03.03. / 6x	08.45 Uhr	Mi.	Innertkirchen
TRX-Ganzkörperkrafttraining – am Mittag	03.03. / 6x	12.15 Uhr	Mi.	Innertkirchen
TRX-Ganzkörperkrafttraining – am Abend	04.03. / 6x	17.00 Uhr	Do.	Innertkirchen
TRX-Ganzkörperkrafttraining – am Abend	04.03. / 6x	18.00 Uhr	Do.	Innertkirchen
TRX-Rückbildungskurs	04.03. / 5x	10.00 Uhr	Do.	Meiringen
BODYART – gezieltes Ganzkörpertraining	04.03. / 5x	17.45 Uhr	Do.	Hofstetten
STRONG Nation – 30 Minuten Workout	05.03. / 5x	11.00 Uhr	Fr.	Innertkirchen

### Laufender Online-Unterricht via Skype oder Zoom – Einstieg auf Anfrage möglich

Pilates – am Morgen	09.30 Uhr	Di.
Pilates – am Abend	19.00 Uhr	Di.
Hatha Yoga - am Abend	18.15 Uhr	Di.
Fit und Stretch für ALLE – leichtes Training	08.45 Uhr	Mi.
TRX-Ganzkörperkrafttraining	18.15 Uhr	Do.
Diverse Fitness-Kurse gemäss Stundenplan im Gym Jazz Studio	<a href="http://www.gym-jazz-studio.ch">www.gym-jazz-studio.ch</a>	

Aufgrund der aktuellen Situation kann es zu kurzfristigen Änderungen kommen!