

# Außenstelle Lathen

<a href="#">010503.0L</a>	Wie verhindere ich einen Wohnungseinbruch und wie verhalte ich mich danach
<a href="#">020110.0L</a>	Betreuungskraft für die "Verlässliche Grundschule" (VGS)
<a href="#">060300.0L</a>	Tastschreiben am PC
<a href="#">060500.0L</a>	Buchführung Grundkurs
<a href="#">060601.0L</a>	Textverarbeitung Word für Windows
<a href="#">060602.0L</a>	Einstieg in die Tabellenkalkulation mit Excel 2000
<a href="#">060603.0L</a>	Einführung in Power Point
<a href="#">060604.0L</a>	Einführung in das Internet
<a href="#">060605.0L</a>	Fit für den Computer
<a href="#">060606.0L</a>	Internet für Senioren / Seniorinnen
<a href="#">060607.0L</a>	Gestalten von Web-Seiten mit Frontpage 2000 und Netscape-Composer
<a href="#">060701.0L</a>	Network-Marketing
<a href="#">070101.0L</a>	Treffpunkt Deutsch
<a href="#">070102.0L</a>	Duits voor Nederlanders Deutsch für Niederländer
<a href="#">070601.0L</a>	Spanisch für Urlauber (für absolute Anfänger)
<a href="#">071500.0L</a>	Niederländisch für absolute Anfänger
<a href="#">071501.0L</a>	Niederländisch Konversationskurs
<a href="#">071502.0L</a>	Niederländisch am Morgen
<a href="#">080401.0L</a>	Handarbeiten für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
<a href="#">080402.0L</a>	Feine Stickereien in verschiedenen Techniken
<a href="#">090201.0L</a>	Kochen für junge Hausfrauen und -männer und solche, die es werden wollen
<a href="#">090202.0L</a>	Torten backen - füllen, verzieren
<a href="#">090203.0L</a>	Aus dem Ofen, heiß auf den Tisch
<a href="#">090204.0L</a>	Dipps und Häppchen zu später Stunde
<a href="#">100201.0L</a>	Yoga Vormittagskurs
<a href="#">100202.0L</a>	Schnupperkurs Yoga
<a href="#">100301.0L</a>	Inline-Skating für Anfänger
<a href="#">100302.0L</a>	Inline-Skating Aufbaukurs
<a href="#">100303.0L</a>	Fitness - Wellness - Wohlfühlgymnastik

[100304.0L](#)

Aerobic nach moderner Musik

[100305.0L](#)

Aerobic nach moderner Musik

[100306.0L](#)

Aerobic nach moderner Musik

[100307.0L](#)

Lady-Fitness nach Musik

[100308.0L](#)

Fitness - Wellness - Wohlfühlgymnastik

[100309.0L](#)

Aerobic nach moderner Musik (Schnupperkurs für Anfänger)

[100310.0L](#)

Aerobic nach moderner Musik (Schnupperkurs für Anfänger)

[100311.0L](#)

Aerobic nach moderner Musik

[120200.0L](#)

Motorbootführerschein A - Binnen

[120201.0L](#)

Sportbootführerschein - Küste

[140601.0L](#)

Computerkurs für Kids

# Außenstelle Lathen

010503.0L

**Wie verhindere ich einen Wohnungseinbruch und wie verhalte ich mich danach**

- Vortrag -

Ist das Malheur erst einmal passiert, ist es bekanntlich zu spät! Diese Erkenntnis kommt einem erst in den Sinn, wenn das vielleicht Vermeidbare tatsächlich passiert ist. Umso wichtiger ist es, vorbeugend alles das zu unternehmen, was den privaten Wohnungseinbruch erschwert bzw. verhindert. Aber auch dann ist guter Rat teuer, wenn das Unglück eingetreten ist. Was muss ich tun, was unterlassen... Fragen über Fragen, die an diesem Abend beantwortet werden sollen.

**Leitung**

Günter Schmitz

**Ort**

Haus des Gastes, , Lathen

**Gebühr**

**Beginn**

Mittwoch, 2002-10-16, 19:30 Uhr

**Dauer**

1 x

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

020110.0L

## Betreuungskraft für die 'Verlässliche Grundschule' (VGS)

In der Samtgemeinde Lathen ist zum 01. August 2001 an allen Grundschulen die "Verlässliche Grundschule" (VGS) eingeführt worden. Eine Arbeitsgruppe des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. hat ein Lehrgangskonzept entwickelt, an Hand dessen die VHS Papenburg zukünftige Betreuungskräfte an der VGS auf ihre verantwortungsvolle Tätigkeit vorbereitet. Wenn Sie an einer Qualifizierung zur Betreuungskraft interessiert sind, bitten wir um Kontaktaufnahme unter 04961/82312, Herr Schade.

Leitung

Ort

Gebühr

Beginn

, , Uhr

Dauer

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

060500.0L

**Buchführung Grundkurs**

**Leitung**

**Ort**

**Gebühr**

48,00 EUR

**Beginn**

, , Uhr

**Dauer**

12 x; 24 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

060601.0L

## Textverarbeitung Word für Windows

Dieser Kurs richtet sich an alle, die für berufliche und private Zwecke den Umgang mit einem professionellen Textverarbeitungssystem erlernen möchten.

Inhalt-Texteingabe, Korrektur, Textausgabe -Textformatierung -Aufzählungen und Nummerierungen -Tabellen -Dokumentvorlagen -Serienbriefe -Import von Grafiken, Zeichnen

**Leitung**

Sandra Althüser

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

66,00 EUR

**Beginn**

Freitag, 2002-10-04, 19:00 Uhr

**Dauer**

6 x; 20 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

060602.0L

## Einstieg in die Tabellenkalkulation mit Excel 2000

**Zielgruppe** Der Kurs wendet sich an Personen ohne Vorkenntnisse in Tabellenkalkulation, die das Programm Excel 2000 kennen lernen wollen.

**Voraussetz.** Grundkenntnisse Windows 95/98

**Inhalt**-Anwendungsmöglichkeiten des Programms -Tabellen erstellen, gestalten und ausdrucken -Funktionen anwenden -Einfache Verknüpfungen anwenden -Präsentationsgrafiken erstellen

**Leitung**

Rainer Möhlenkamp

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

105,60 EUR

**Beginn**

Montag, 2002-09-09, 19:00 Uhr

**Dauer**

8 x; 32 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

060603.0L

## Einführung in Power Point

In Ihrem beruflichen Alltag wird es häufig der Fall sein, dass Sie aufgefordert werden, beispielsweise über den aktuellen Stand Ihres Projekts erste Ergebnisse, geplante Studien usw. vor einem bestimmten Zuhörerkreis zu referieren. Vielfach wird heute in solchen Fällen nicht eine rein mündliche Vortragsweise erwartet, sondern eine Präsentation, d.h. ein Vortrag, bei dem die wichtigsten Inhalte zusätzlich optisch aufbereitet dargeboten werden. PowerPoint unterstützt Sie dabei optimal.

InhalteDie Teilnehmer/innen -haben Einblick in die Funktionen und Möglichkeiten von Power Point. -können Folien und Bildschirmpräsentationen fachgerecht erstellen und präsentieren.

**Leitung**

Hermann Althüser

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

26,40 EUR

**Beginn**

Freitag, 2002-09-20, 19:00 Uhr

**Dauer**

2 x; 8 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

060604.0L

## Einführung in das Internet

Inhalt-Zugang zum Internet -Die Internet-Dienste im Überblick  
-Browser-Techniken -Surfen im Internet -WWW-Informationsrecherchen,  
Suchmaschinen -E-Mail, Homepage Vorausstzg.Grundlagenkenntnisse am  
Computer oder vergleichbare Kenntnisse sind erwünscht, aber nicht  
unbedingt erforderlich.

**Leitung**

Hermann Althüser

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

39,60 EUR

**Beginn**

Donnerstag, 2002-09-19, 19:00 Uhr

**Dauer**

3 x; 12 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

060605.0L

## Fit für den Computer

Da steht er nun, der Computer, und keiner weiß so recht, was damit angefangen werden soll. Oder steht der Kauf noch bevor? Sicher ist, dass es ohne Computer fast nirgendwo mehr geht - auf jeden Fall wird der Beruf über kurz oder lang EDV-Kenntnisse erfordern. Egal, ob schon ein wenig Wissen vorhanden oder das Thema völlig neu ist, wir kämpfen uns gemeinsam vorwärts. Was gehört alles zum Computer? Wie arbeite ich mit Windows? Wie installiere und arbeite ich mit Programmen? Ziel ist es, eigene Texte zu schreiben, zu speichern und auszudrucken - und das lernen wir an diesen Abenden. Zur Teilnahme sind keine Vorkenntnisse notwendig - wir fangen bei Null an und arbeiten uns Schritt für Schritt weiter. Nur eins ist unbedingt erforderlich: Spaß an der Sache. Das Angebot richtet sich an kleine Gruppen (Berufskollegen, Clubs, Cliques, Nachbarn...) die gemeinsam das Geheimnis des Computers lüften wollen.

**Leitung**

Hermann Althüser

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

105,60 EUR

**Beginn**

Dienstag, 2002-09-10, 19:00 Uhr

**Dauer**

8 x; 32 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

060606.0L

## Internet für Senioren / Seniorinnen

Wenn Sie bis hierher gekommen sind, sind Sie genau auf dem richtigen Weg. Von wegen: dieser neue Kram ist nur was für die Jüngeren oder: da bin ich zu alt für! Sie werden staunen, wie einfach das geht, wenn man sich intensiv damit befasst hat. Das Internet bietet auch und gerade für Senioren eine Fülle von Möglichkeiten, angefangen von der leichten Kommunikation mit anderen, über Such- und Nachschlagewerke bis hin zu gezielter Urlaubsplanung oder Diskussions- und Austauschmöglichkeiten, z.B. bei gesundheitlichen Problemen. Sie sollten jedoch schon einmal mit der Maus gearbeitet haben. Wir empfehlen vorher einen Einführungskurs am Computer für Senioren.

**Leitung**

Hermann Althüser

**Ort**

**Gebühr**

39,60 EUR

**Beginn**

Mittwoch, 2002-09-11, 09:00 Uhr

**Dauer**

3 x; 12 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

060607.0L

## Gestalten von Web-Seiten mit Frontpage 2000 und Netscape-Composer

Voraussetz. Erfolgreiche Absolvierung des Bausteins "Grundlagen der EDV" oder vergleichbare Fähigkeiten sowie Internet-Erfahrung.

Inhalt Grundstruktur einer Web-Seite; einfache Gestaltungsmöglichkeiten mit Frontpage und Netscape; Tabellen; Einsatz blinder GIF-Bilder; Einbinden von Fotos, Grafiken und grafischen Elementen; Farbwürfel; Kennzeichen eines guten Designs.

**Leitung**

Hermann Althüser

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

52,80 EUR

**Beginn**

Mittwoch, 2002-09-11, 19:00 Uhr

**Dauer**

4 x; 16 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

060701.0L

## Network-Marketing

-Tagesseminar-

Dieses Seminar richtet sich an alle, die über ein zweites finanzielles Standbein oder eine risikolose Selbstständigkeit nachdenken! Was ist Network Marketing? Warum boomt Networkmarketing? Der Weg in die Selbstständigkeit und wie man sie erreichen kann? Weltweit entschieden sich in den letzten zwei Jahren immer mehr Menschen für eine Geschäftsidee im . Das Geschäft boomt auf allen Kontinenten. Allein in Deutschland erwartet man in den nächsten 5 Jahren ein enormes Wachstum mit derartigen Geschäftsideen. Vielleicht erkennen Sie für sich eine große Chance!

**Leitung**

Armin Albrecht, Stefan Wiewel

**Ort**

Haus des Gastes, , Lathen

**Gebühr**

14,40 EUR

**Beginn**

Samstag, 2002-11-02, 09:00 Uhr

**Dauer**

1 x; 6 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

070102.0L

**Duits voor Nederlanders Deutsch für Niederländer**

Duits voor Nederlanders -

Deutsch für Niederländer

U woont in Duitsland en u wilt de Duitse taal (met al die naamvallen!) beter leren spreken en/of schryven? Dan heeft u daarvoor nu de gelegenheid!  
Vanaf woensdag 11.09.2002 t/m 11.12.2002 steeds van 10.00 - 11.30 uur =  
12 x. Boek na overleg.

**Leitung**

Elisabeth Weiner-Gipmann

**Ort**

**Gebühr**

48,00 EUR

**Beginn**

Mittwoch, 2002-09-11, 10:00 Uhr

**Dauer**

12 x; 24 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

070601.0L

## Spanisch für Urlauber (für absolute Anfänger)

Spanisch für Urlauber (für absolute Anfänger)

Möchten Sie sich in Ihrem spanischen Urlaubsort wenigstens ein bisschen verständigen können? Dann nehmen Sie doch einfach an unserem Kurs teil. Hier lernen Sie: -wie man sich begrüßt -wie man ein Zimmer bestellt -wie man ein Auto mietet -wie man Fragen formuliert z.B. im supermercado (Supermarkt) und einige andere nützliche Redewendungen. Wir treffen uns zwei mal wöchentlich (dienstags und freitags), um uns mit der spanischen Sprache zu beschäftigen. Wir benutzen kein Lehrbuch, gegen eine

**Leitung**

Adele Hebbelmann

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

72,00 EUR

**Beginn**

Dienstag, 2002-10-15, 19:30 Uhr

**Dauer**

18 x; 36 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

071500.0L

## Niederländisch für absolute Anfänger

Einführung in die Sprache unserer niederländischen Nachbarn. Es werden erste Kenntnisse und Fertigkeiten vermittelt, die es ermöglichen, sich in alltäglichen Situationen in den Niederlanden zu verständigen.

**Leitung**

Thomas Hornischer

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

56,00 EUR

**Beginn**

Dienstag, 2002-09-03, 20:15 Uhr

**Dauer**

14 x; 28 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

071501.0L

## Niederländisch Konversationskurs

Ein Kurs für alle, die sich im freien Sprechen üben wollen und die Grundkenntnisse des Niederländischen beherrschen. Die Themen werden mit den Teilnehmer/innen abgesprochen.

**Leitung**

Elisabeth Weiner-Gipmann

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

52,00 EUR

**Beginn**

Mittwoch, 2002-09-11, 18:30 Uhr

**Dauer**

13 x; 26 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

071502.0L

## Niederländisch am Morgen

Dieser Kurs ist gedacht für diejenigen, die gerne morgens lernen. Für Anfänger ohne oder mit geringfügigen Kenntnissen. Lehr- und Arbeitsbuch: Code Nederlands 1, Verlag Cornelsen.

**Leitung**

Elisabeth Weiner-Gipmann

**Ort**

**Gebühr**

52,00 EUR

**Beginn**

Montag, 2002-09-09, 10:00 Uhr

**Dauer**

13 x; 26 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

080401.0L

## Handarbeiten für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs können Sie jede beliebige Handarbeit erlernen oder Ihre Kenntnisse erweitern z.B. Hardanger, Makrameestickerei, Richelieu - Weißstickerei, Nadelmalerei, Stricken, Häkeln, sogar Puppen und Teddys können angefertigt werden. Bitte Handarbeitshilfen wie Nadeln, Scheren, Bleistift usw. mitbringen.

**Leitung**

Maria Pentzek

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

52,00 EUR

**Beginn**

Montag, 2002-09-16, 19:30 Uhr

**Dauer**

8 x; 26 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

080402.0L

## Feine Stickereien in verschiedenen Techniken

Viele Ideen, Anregungen und neue Muster in den Techniken Richelieu-, Schatten-, Leinen-, Hardanger und Ajourstickerei. Auch Myreschka, die russische Durchbrucharbeit kann erlernt werden.

**Leitung**

Marlies Mecklenburg

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

32,00 EUR

**Beginn**

Donnerstag, 2002-09-12, 19:30 Uhr

**Dauer**

6 x; 16 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

090201.0L

**Kochen für junge Hausfrauen und -männer und solche, die es werden wollen**

Von Rinder- und Hühnersuppe, Braten mit Beilage über Eintöpfe, Frikassee: Gerichte für jeden Tag.

**Leitung**

Anny Schulte

**Ort**

Orientierungsstufe, , Lathen

**Gebühr**

16,00 EUR

**Beginn**

Dienstag, 2002-12-03, 19:00 Uhr

**Dauer**

2 x; 8 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

090202.0L

## Torten backen - füllen, verzieren

In diesem Kurs werden unter fachkundiger Anleitung verschiedene Backwaren hergestellt, angefangen mit den Grundrezepten bis zur fertigen Torte.

**Leitung**

Anny Schulte

**Ort**

Orientierungsstufe, , Lathen

**Gebühr**

16,00 EUR

**Beginn**

Montag, 2002-12-02, 19:00 Uhr

**Dauer**

2 x; 8 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

090203.0L

**Aus dem Ofen, heiß auf den Tisch**

Aufläufe und andere Köstlichkeiten aus der Auflaufform.

**Leitung**

Anny Schulte

**Ort**

Orientierungsstufe, , Lathen

**Gebühr**

16,00 EUR

**Beginn**

Mittwoch, 2002-11-13, 19:00 Uhr

**Dauer**

2 x; 8 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

090204.0L

**Dipps und Häppchen zu später Stunde**

**Leitung**

Anny Schulte

**Ort**

Orientierungsstufe, , Lathen

**Gebühr**

16,00 EUR

**Beginn**

Mittwoch, 2003-01-15, 19:00 Uhr

**Dauer**

2 x; 8 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100201.0L

## Yoga Vormittagskurs

Yoga ist ein Weg, Ruhe und Kraft in sich zu finden. Praktische Yogaübungen werden miteinander geübt und erläutert, insbesondere natürliches Atmen, Körperhaltungen, Konzentration, Beweglichkeit und Entspannung. Auf sanfte Weise werden die Muskeln gedehnt, Verspannungen gelöst, die Durchblutung der Organe angeregt und die Nerven gestärkt. Ziel ist, die körperlichen und geistig-seelischen Funktionen zu harmonisieren und einen besseren Umgang mit sich selbst und der Umwelt zu erlernen. Bitte bringen Sie eine Wolldecke, Wollsocken und einen warmen, bequemen Trainingsanzug aus nicht knisterndem Material mit. Bitte melden Sie sich unbedingt beim Außenstellenleiter an, da die Teilnehmerzahl auf 15 Personen begrenzt ist.

**Leitung**

Margret Schweers

**Ort**

**Gebühr**

56,00 EUR

**Beginn**

Dienstag, 2002-09-03, 09:15 Uhr

**Dauer**

14 x; 28 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100202.0L

## Schnupperkurs Yoga

Yoga ist ein umfassendes System zur Entwicklung der gesamten Persönlichkeit. Es regt den Organismus an, unterstützt Atmung, Stoffwechsel und Kreislauf, stärkt die Muskulatur und schafft damit ein Gefühl des allgemeinen Wohlergehens. Ziel ist die Harmonisierung des Menschen in sich. Melden Sie sich bitte unbedingt beim Außenstellenleiter an und bringen Sie 2 Wolldecken, Wollsocken und bequeme Kleidung mit.

**Leitung**

Agnes Garbs

**Ort**

Kath. Kindergarten Lathen, ,

**Gebühr**

16,00 EUR

**Beginn**

Donnerstag, 2002-09-05, 17:30 Uhr

**Dauer**

4 x; 8 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100301.0L

## Inline-Skating für Anfänger

- Abendseminar -

Wollen auch Sie sich sicher auf Ihren Inline-Skates bewegen? Skating macht Spaß und ist gesund - wenn man es richtig macht. An diesem Abend haben Sie die Möglichkeit, sicherheitsrelevante Fähigkeiten und Verhaltensregeln zu erlernen. Bitte eigene Skates inkl. Sicherheitsausrüstung mitbringen.

**Leitung**

Heinrich Boberg

**Ort**

**Gebühr**

10,80 EUR

**Beginn**

Donnerstag, 2002-10-17, 19:00 Uhr

**Dauer**

1 x; 4 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100302.0L

## Inline-Skating Aufbaukurs

- Abendseminar -

Verbesserung der allgemeinen Fahr- und Bremstechniken. Bitte eigene Skates inkl. Sicherheitsausrüstung mitbringen.

**Leitung**

Heinrich Boberg

**Ort**

**Gebühr**

10,80 EUR

**Beginn**

Donnerstag, 2002-10-24, 19:00 Uhr

**Dauer**

1 x; 4 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100303.0L

## Fitness - Wellness - Wohlfühlgymnastik

Die Fitnessgymnastik verbessert die allgemeine Kondition. Lockern, Dehnen und Kräftigen der Muskulatur, Verbessern der Gelenkigkeit und Koordination, Erhaltung der Herz- und Kreislaufleistungsfähigkeit, sowie Straffung der Problemzonen (Beine, Bauch, Po) und Entspannungsübungen sind angesagt. Eingeladen sind jüngere, ältere und "junggebliebene" Frauen. Die Hauptsache: "Frau tut etwas für sich und ihre Gesundheit."

**Leitung**

Anne Ideler

**Ort**

Alte Turnhalle, , Lathen

**Gebühr**

36,00 EUR

**Beginn**

Dienstag, 2002-09-10, 15:00 Uhr

**Dauer**

10 x; 10 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100304.0L

## Aerobic nach moderner Musik

Der Kurs umfasst ein ausgewogenes Programm aus Aerobic, Step-Aerobic, Kräftigungs-, Stretching- und Entspannungselementen. Bitte bequeme Kleidung, feste Turnschuhe und gute Laune mitbringen. Eingeladen sind alle, die Spaß an der Bewegung haben (auch Männer). Um vorherige

**Leitung**

Gisela König

**Ort**

Alte Turnhalle, , Lathen

**Gebühr**

36,00 EUR

**Beginn**

Donnerstag, 2002-10-17, 19:00 Uhr

**Dauer**

10 x; 10 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100305.0L

**Aerobic nach moderner Musik**

. Um vorherige

**Leitung**

Gisela König

**Ort**

Alte Turnhalle, , Lathen

**Gebühr**

36,00 EUR

**Beginn**

Donnerstag, 2002-10-17, 20:00 Uhr

**Dauer**

10 x; 10 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100306.0L

**Aerobic nach moderner Musik**

.

**Leitung**

Gisela König

**Ort**

Alte Turnhalle, , Lathen

**Gebühr**

36,00 EUR

**Beginn**

Samstag, 2002-10-19, 15:00 Uhr

**Dauer**

10 x; 10 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100307.0L

## Lady-Fitness nach Musik

Wir zeigen Ihnen ein Intensivprogramm für Ihre "Problemzonen" (BOB) auf der Matte und an Geräten mit Musik.

**Leitung**

**Ort**

**Gebühr**

25,20 EUR

**Beginn**

Donnerstag, 2002-10-17, 18:45 Uhr

**Dauer**

7 x; 7 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100308.0L

## Fitness - Wellness - Wohlfühlgymnastik

Die Fitnessgymnastik verbessert die allgemeine Kondition. Lockern, Dehnen und Kräftigen der Muskulatur, Verbessern der Gelenkigkeit und Koordination, Erhaltung der Herz- und Kreislaufleistungsfähigkeit, sowie Straffung der Problemzonen (Beine, Bauch, Po) und Entspannungsübungen sind angesagt. Eingeladen sind jüngere, ältere und "junggebliebene" Frauen. Die Hauptsache: "Frau tut etwas für sich und ihre Gesundheit."

**Leitung**

Marlies Jansen

**Ort**

Alte Turnhalle, , Lathen

**Gebühr**

36,00 EUR

**Beginn**

Donnerstag, 2002-09-12, 20:00 Uhr

**Dauer**

10 x; 10 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100309.0L

## Aerobic nach moderner Musik (Schnupperkurs für Anfänger)

Der Kurs umfasst ein förderndes Programm für die allgemeine Kondition (Kreislauf). Die Muskulatur soll gelockert, gedehnt und gekräftigt werden. Angesagt sind ferner Straffung der Problemzonen (Beine, Bauch, Po) und Entspannungsübungen. Eingeladen sind alle, die Spaß an der Bewegung haben. Bitte bequeme Kleidung, feste Schuhe und gute Laune mitbringen.  
Vorherige

**Leitung**

Gisela König

**Ort**

Alte Turnhalle, , Lathen

**Gebühr**

14,40 EUR

**Beginn**

Samstag, 2002-09-07, 15:00 Uhr

**Dauer**

4 x; 4 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100310.0L

**Aerobic nach moderner Musik (Schnupperkurs für Anfänger)**

. Vorherige

**Leitung**

Gisela König

**Ort**

Alte Turnhalle, , Lathen

**Gebühr**

14,40 EUR

**Beginn**

Samstag, 2002-09-07, 16:00 Uhr

**Dauer**

4 x; 4 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

100311.0L

**Aerobic nach moderner Musik**

.

**Leitung**

Gisela König

**Ort**

Alte Turnhalle, , Lathen

**Gebühr**

36,00 EUR

**Beginn**

Samstag, 2002-10-19, 16:00 Uhr

**Dauer**

10 x; 10 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

120200.0L

## Motorbootführerschein A - Binnen

Gründliche Ausbildung zur Vorbereitung auf die Prüfung vor dem Deutschen Motoryachtverband. 1.)Gesetzeskunde 2.)Schifffahrtszeichenwesen 3.)Praktische Fahrausbildung Weitere Auskünfte am 1. Abend.

Wir weisen darauf hin, dass für diesen Kurs keine

**Leitung**

Christian Kleen,Hermann Althüser

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

115,00 EUR

**Beginn**

Freitag, 2002-09-06, 19:00 Uhr

**Dauer**

15 x; 60 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

120201.0L

## Sportbootführerschein - Küste

Gründliche Ausbildung und Vorbereitung auf die Prüfung vor dem deutschen Motoryachtverband. 1.)Gesetzeskunde 2.)Schifffahrtszeichenwesen 3.)Navigationskunde 4.)Rettungswesen 5.)Praktische Fahrausbildung 6.)Pyrotechnik (bei Bedarf) Weitere Auskünfte beim Außenstellenleiter und am 1. Abend.

Wir weisen darauf hin, dass für diesen Kurs keine

**Leitung**

Guido Kleen

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

195,00 EUR

**Beginn**

Freitag, 2002-09-06, 19:00 Uhr

**Dauer**

20 x; 80 Unterrichtsstunden

[Online Anmeldung](#)

# Außenstelle Lathen

140601.0L

## Computerkurs für Kids

Dieser Kurs bietet jungen Leuten die Möglichkeit, den Computer näher kennen zu lernen. Sie können in einer zwanglosen Atmosphäre locker am Computer in verschiedenen Programme "schnuppern" und lernen spielerisch. Die Möglichkeit, Computerspiele kennen zu lernen, ist ebenfalls gegeben. Absprachen sollten mit der Kursleitung am 1. Termin getroffen werden. Wer Interesse hat, meldet sich beim Außenstellenleiter.

**Leitung**

Hermann Althüser

**Ort**

Realschule, , Lathen

**Gebühr**

44,00 EUR

**Beginn**

Freitag, 2002-09-06, 17:00 Uhr

**Dauer**

5 x; 10 Zeitstunden

[Online Anmeldung](#)