

# Stark in die Zukunft: Neue Wege durch sanfte Bewegung

Kursnummer 26N711006

Beginn Freitag, 17.04.2026, 10:30 - 13:45 Uhr

Dauer 3 x vormittags

Ort VHS im Bezirksrathaus Nippes, 0.09

Dozent Dennis Engel

Kursentgelt 0,00 €

## **Neue Wege durch sanfte Bewegung**

Das Angebot ist kostenfrei für Eltern aus Köln und Umgebung.

Eine persönliche Beratung und Anmeldung sind verpflichtend.

**Bitte wenden Sie sich bei Interesse an [vhs-aktivplus@stadt-koeln.de](mailto:vhs-aktivplus@stadt-koeln.de)**

Bewegung, Musik, Tee-Zeremonie :)

Bitte ziehen Sie bequeme Kleidung an.

Hier finden Sie weitere Informationen zum Projekt und können überprüfen, ob Sie zur Zielgruppe gehören:

<https://www.koelner-vhs.de/aktiv-plus>

## **Über das Projekt "Stark in die Zukunft"**

"Stark in die Zukunft" ist ein Angebot für (Allein-)Erziehende und Familien. Das Projekt wird im Rahmen des Programms „Akti(F) Plus – Aktiv für Familien und ihre Kinder“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds gefördert.

**Zielgruppe:** (Allein-)Erziehende und Familien

## **Kurstermine**

### **Datum Uhrzeit Ort**

17.04.2026 09:30 - 12:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Nippes, 0.09

08.05.2026 09:30 - 12:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Nippes, 0.09

18.06.2026 09:30 - 12:45 Uhr VHS im Bezirksrathaus Nippes, 0.09

[zur Kursdetail-Seite](#)

# Stark in die Zukunft: Neue Wege durch sanfte Bewegung

Kursnummer 26N711006

Beginn Freitag, 17.04.2026, 10:30 - 13:45 Uhr

Dauer 3 x vormittags

Ort VHS im Bezirksrathaus Nippes, 0.09

Dozent Dennis Engel

Kursentgelt 0,00 €

[zur Kursdetail-Seite](#)