

Kursnummer	Kurs
3.00510	<p>Fit durch Tennis (Sonderkurs) MÖ</p> <p>Leitung: Stefan Birr, Tennistrainer In diesem Kurs lernen die Teilnehmer/innen die wichtigsten Grundlagen des Tennisspiels kennen. Neben den verschiedenen Schlagtechniken wird auch besonderer Wert auf die Beinarbeit und Bewegungskoordination gelegt. Dieser Kurs ist auch geeignet für die Aktiven der Generation 50plus. Vorkenntnisse werden nicht erwartet. Schläger und Bälle werden gestellt. Sportzeug erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 8 Teilnehmer. Termine: 7mal Beginn und Wochentag nach Absprache Tennishalle Mölln, Wolliner Weg Gebühr: Euro 70,- keine Ermäßigung VHS Mölln Telefonische Anmeldung unter 0 45 42/ 8 96 60</p>
3.00520	<p>VHS-Tennistreff am Vormittag (Sonderkurs) MÖ</p> <p>Leitung: Stefan Birr, Tennistrainer In diesem Kurs sollen erworbene Grundkenntnisse mit Spaß in lockerer Atmosphäre angewendet und gefestigt werden. Dabei wechseln Training und Spiel mit wechselnden Partnern. Anschließend ist Gelegenheit, Schläge und Taktik bei einem Getränk in froher Runde zu diskutieren. Termine: 7mal Beginn und Wochentag nach Absprache Tennishalle Mölln, Wolliner Weg Gebühr: Euro 70,- keine Ermäßigung VHS Mölln Telefonische Anmeldung unter 0 45 42/ 8 96 60</p>
3.00530	<p>Rotationsgymnastik - Mehr Kraft und Gesundheit für Sportler MÖ</p> <p>Leitung: Raymond van Bronswijk Der Kurs besteht aus theoretischen und praktischen Teilen, die zur Selbstanwendung vermittelt und geübt werden.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der intramuskulären Koordination – ein höherer Wirkungsgrad der Bewegungsausführung wird erreicht. • Zunahme von Kraft an den richtigen Stellen • Vorbeugung von Verletzungen und Haltungsschäden durch einseitige Belastung • Aufhellung und Stärkung der Mentalkraft <p>Besonders empfehlenswert ist dieser Intensivkurs für den Golfsport, Racketsportarten und für alle intensiv praktizierten Sportarten, in denen sich die Teilnehmer steigern wollen. Erfolge, z.B. des Golf-Abschlages. Beim Tennis wird von einer effektiveren Basic-Drehung berichtet. Auf störende, nicht beabsichtigte Reflexe und Impulse hat das Training eine ausgleichende Wirkung. Bitte in warmer, sportlicher Kleidung kommen. Teilnahmegebühr: 90,00 € Freitag: 10.03.2017 18.30 – 21.00 Uhr Samstag: 11.03.2017 09.00 – 17.00 Uhr</p> <p>Die Kursgebühren sind bis 25.02.2017 auf das Konto der VHS (IBAN: DE18 2305 2750 1005 3207 78/ Kto-Nr. 1005320778 bei der Kreissparkasse - BLZ 230 527 50) einzuzahlen. Die Einzahlung gilt als verbindliche Anmeldung. Telefonische Anmeldung erforderlich. Gemeinschaftsschule Mölln Gebühr: Euro 90,00 VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60</p>
3.01510	<p>Kundalini-Yoga (Sonderkurs) MÖ</p> <p>Leitung: Bernd Pfeiler Kursziele sind: Mobilisierung der Wirbelsäule, Erhöhung der körperlichen Flexibilität und Belastbarkeit, Stärkung der inneren Organe, Anregung des Stoffwechsels und des Drüsensystems, Stärkung des Immun- und Nervensystems sowie Stabilisierung der psychischen Befindlichkeit Bitte, bringen Sie eine Decke mit und Wasser zum Trinken. Teilnahme nur für Nichtraucher. Termine: 10mal dienstags 17.30 bis 19.00 Uhr Ort: Seminarhaus Neu-Horst Die Gebühren und Beginn erfragen Sie bitte bei der Anmeldung. VHS Mölln Anmeldung: Tel. 0 45 45 / 13 04 E-mail: Bernd.Pfeiler@t-online.de</p>

3.01520	<p>T'ai chi Ch'uan - Einführungskurs MÖ</p> <p>Leitung: Constanze Dahms T'ai chi Ch'uan ist ein traditionelles, chinesisches Übungssystem, das auf der Philosophie des Tao, dem Ying und Yang beruht. Seine äußere Form sind fließende, harmonische Bewegungen, die auf langsame Weise, ohne Anstrengung ausgeführt werden. T'ai chi Ch'uan bietet die praktische Möglichkeit, den Weg zu natürlicher Gesundheit, Beweglichkeit und innerer Ausgeglichenheit zu finden. Ergänzt wird die Übung der Form durch vielfältige Übungen in der chinesischen Heilgymnastik. Zeit: 10mal montags von 18.00 bis 19.30 Beginn: 30.01.2017 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung - VHS Mölln Anmeldung: Tel. 0 45 08 / 14 82</p>
3.01530	<p>T'ai chi Ch'uan - Aufbaukurs 1 MÖ</p> <p>Leitung: Constanze Dahms Der Kurs ist für Teilnehmer mit Vorkenntnissen, z.B. aus einem vorangegangenen Kurs, gedacht. Zeit: 10mal dienstags von 19.30 bis 21.00 Uhr Beginn: 31.01.2016 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung - VHS Mölln Anmeldung: Tel. 04508 / 14 82</p>
3.01535	<p>T'ai chi Ch'uan - Aufbaukurs 1 MÖ</p> <p>Leitung: Constanze Dahms Der Kurs ist für Teilnehmer mit Vorkenntnissen, z.B. aus einem vorangegangenen Kurs, gedacht. Zeit: 10mal dienstags von 19.30 bis 21.00 Uhr Beginn: 25.04.2016 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung - VHS Mölln Anmeldung: Tel. 04508 / 14 82</p>
3.01540	<p>T'ai chi Ch'uan - Aufbaukurs 2 MÖ</p> <p>Leitung: Constanze Dahms Der Kurs ist für Teilnehmer mit fortgeschrittenen Kenntnissen, z.B. aus vorangegangenen Kursen, gedacht. Zeit: 10mal dienstags von 18.00 bis 19.30 Uhr Beginn: 31.01.2016 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung - VHS Mölln Anmeldung: Tel. 04508 / 14 82</p>
3.01545	<p>T'ai chi Ch'uan - Aufbaukurs 2 MÖ</p> <p>Leitung: Constanze Dahms Der Kurs ist für Teilnehmer mit fortgeschrittenen Kenntnissen, z.B. aus vorangegangenen Kursen, gedacht. Zeit: 10mal dienstags von 18.00 bis 19.30 Uhr Beginn: 25.04.2016 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung - VHS Mölln Anmeldung: Tel. 04508 / 14 82</p>
3.02050	<p>Nordic Walking Kurs in Verbindung mit gesunder Ernährung und Brain Quickies MÖ</p> <p>Leitung: Doreen Wordell, Ernährungsberaterin & Nordic Walking Basic Instructor Der Kurs bezieht sich auf die Elemente des Nordic Walking nach dem 5 Zonen System. Er ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet und wird individuell angepasst. Wir lernen das Nordic Walking richtig auszuführen, es beansprucht der Körper, bei richtig ausgeführter Technik, 90 % seiner Muskeln und hat damit einem hohen Energieverbrauch. Wir werden die Einheit in so gestalten, das wir 1 Stunde inkl. Dehn- und Kräftigungsübungen benötigen. Diese Stunde werden wir ganz individuell anpassen. Die erste Stunde wird eine Kennlernstunde, d.h. wir lernen alle Teilnehmer kennen und machen ein Technik Check up. Außerdem werden wir uns in jeder Stunde einem Ernährungsthema widmen. Diese beinhalten die 10 Regeln einer vollwertigen Ernährung nach DGE. Bei Bedarf können die Ernährungsthemen auch geändert und individuell angepasst werden. Vorschläge nehme ich gerne entgegen. Es werden auch immer kleine lustige Einheiten und Spiele mit eingebaut. Vorbesprechung und Beginn: Kurs 2: Mittwoch 26.04. 2017 12mal mittwochs 16.30 bis 17.30 Uhr Treffpunkt Schaafrücke</p>

	<p>Bitte Nordic Walking Stöcke mitbringen und wetterfeste und sportliche Kleidung tragen!!! Ort: Gebühr: Euro 32,00 (bei 8 TeilnehmerInnen), keine Ermäßigung. VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 45 / 8 96 60</p>
3.02060	<p>Lachyoga - Gemeinsames Lachen für mehr Fröhlichkeit und Gelassenheit im Alltag MÖ</p> <p>Leitung: Ute Scharnweber Zertifizierte Lachyoga-Trainerin Durch Lachübungen, die sich in der Gruppe mit Augenkontakt, Mimik und Gestik gestalten, kommt ein jeder in ein Lachen ohne Grund, ganz ohne Witz und Comedy. Schnell wird daraus ein gemeinschaftliches herzhaftes Lachen. Das in Ihnen die Fröhlichkeit und Lebensfreude wieder wach kitzelt. Dadurch verändert sich Ihre Ausstrahlung und Ihr Leben gestaltet sich positiver. Lachen verbessert unsere Laune sofort, baut Stress ab und stoppt unser Gedanken-Karussell. Der Lachkurs ist für jeden geeignet, der wieder Lebensfreude und mehr Gelassenheit in seinem Leben spüren will, der leichter ins Lachen kommen möchte und der die vielen positiven Wirkungen des Lachens erfahren möchte. Bitte bringen Sie Socken, bequeme Kleidung, Iso-/Yogamatte und etwas zu trinken für den Eigenbedarf mit. Zeit: 10mal donnerstags von 18.30 bis 19.30 Uhr Beginn: 02.02.2017 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 TeilnehmerInnen), keine Ermäßigung. VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60</p>
3.02070	<p>Lachyoga - Gemeinsames Lachen für mehr Fröhlichkeit und Gelassenheit im Alltag MÖ</p> <p>Leitung: Ute Scharnweber Zertifizierte Lachyoga-Trainerin Durch Lachübungen, die sich in der Gruppe mit Augenkontakt, Mimik und Gestik gestalten, kommt ein jeder in ein Lachen ohne Grund, ganz ohne Witz und Comedy. Schnell wird daraus ein gemeinschaftliches herzhaftes Lachen. Das in Ihnen die Fröhlichkeit und Lebensfreude wieder wach kitzelt. Dadurch verändert sich Ihre Ausstrahlung und Ihr Leben gestaltet sich positiver. Lachen verbessert unsere Laune sofort, baut Stress ab und stoppt unser Gedanken-Karussell. Der Lachkurs ist für jeden geeignet, der wieder Lebensfreude und mehr Gelassenheit in seinem Leben spüren will, der leichter ins Lachen kommen möchte und der die vielen positiven Wirkungen des Lachens erfahren möchte. Bitte bringen Sie Socken, bequeme Kleidung, Iso-/Yogamatte und etwas zu trinken für den Eigenbedarf mit. Zeit: 8mal donnerstags von 18.30 bis 19.30 Uhr Beginn: 27.04.2017 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg Gebühr: Euro 32,00 (bei 8 TeilnehmerInnen), keine Ermäßigung. VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60</p>
3.02080	<p>Fit and Fun MÖ</p> <p>Leitung: Annika Schulze (Sportlehrerin) Dem Alltag entfliehen mit Sport, Spiel und Entspannung. Dieser Kurs bietet sich an für TeilnehmerInnen, die ohne sportlichen Ehrgeiz durch Fitnessgymnastik mit Musik aktiv entspannen wollen. Zeit: 10mal donnerstags von 18.00 bis 19.00 Uhr Beginn: 02.02.2017 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg Gebühr: Euro 26,00 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung - VHS Mölln Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60</p>
3.02090	<p>Basenfasten – Fasten ohne zu hungern MÖ</p> <p>Leitung: Maria Lehrke (Heilpraktikerin) In der 10-tägigen Zeit des Basenfastens wird auf alle säurehaltigen Nahrungsmittel verzichtet. Gegessen werden darf alles basisch verstoffwechselbare z.B. Gemüse, Obst, Suppen etc. Sie erhalten einen detaillierten Fastenplan für die Zeit des Fastens. Basenfasten ist der ideale Einstieg in eine neue Ernährungsweise, auch für diejenigen, die dauerhaft Gewicht verlieren möchten. Ziel des Basenfastens ist die Reinigung, Entsäuerung und Entgiftung des Körpers. Hierfür werden Nahrungsergänzungsmittel als Fastenzusatzmittel eingesetzt. Außerdem werden ein Abführmittel, ein Komplexmittel und einige Schüßler Salze aus der Apotheke benötigt. Während des Fastens treffen wir uns 2x, sodass eine Fastenbegleitung möglich ist. Beginn des Fastens ist am So. 19.03.2017 zu Hause. Zeit: Do. 09.03.2017 18:30 - 20:00 Uhr Fasteneinführung Mo. 20.03.2017 18:30 - 20:00 Uhr Fastentreffen Mi. 22.03.2017 18:30 - 20:00 Uhr Fastentreffen Beginn: 09.03.2017 Ort: Gemeinschaftshaus Mölln, Seestraße 47 Gebühr: Euro 20,00 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung - € 40,00 für Fastenzusatzmittel, Script mit Rezepten und Tees sind an die Kursleiterin am 1. Abend zu entrichten VHS Mölln Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60</p>

<p>3.02100</p>	<p>Sport - Ventil für den Kopf MÖ</p> <p>Leitung: Stefan Jenke (Fachkraft für Arbeitssicherheit, Fitnesstrainer, medizinischer Fitnesstrainer) Stressanalyse, Stresskompetenz und Stressprävention in Verbindung mit Bewegung und Sport. In diesem Kurs geht es darum, Wissen zum Thema Stress zu erlangen und Gegenmittel, die den Umgang mit Stress erleichtern können, kennen zu lernen. Die einzelnen Themen werden immer wieder durch kleine und größere Sporteinheiten unterbrochen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Wochenendkurs Sa. 25.02.2017 10.00 – 16.00 Uhr So. 26.02.2017 10.00 – 16.00 Uhr Die Kursgebühren sind bis 14.02.2017 auf das Konto der VHS (IBAN: DE18 2305 2750 1005 3207 78/ Kto-Nr. 1005320778 bei der Kreissparkasse - BLZ 230 527 50) einzuzahlen. Die Einzahlung gilt als verbindliche Anmeldung. Telefonische Anmeldung erforderlich. Gemeinschaftsschule Mölln, Auf dem Schulberg Gebühr: Euro 50,00 VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60</p>
<p>3.02510</p>	<p>Gymnastik für die ältere Dame - Bewegung zur Förderung des Muskel- und Skelettsystems MÖ</p> <p>Leitung: Ingrid Rost In fröhlicher Atmosphäre trainieren wir Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer. Vorbesprechung und Beginn: 02.02.2017 Termine: 10mal donnerstags 11.00 bis 12.00 Uhr Ort: Feldstr.9, Joachim-Polleyn-Platz Gebühr: Euro 60,00 (bei 8 Teilnehmern), keine Ermäßigung VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 45 / 78 97 16</p>
<p>3.02515</p>	<p>Gymnastik für die ältere Dame - Bewegung zur Förderung des Muskel- und Skelettsystems MÖ</p> <p>Leitung: Ingrid Rost In fröhlicher Atmosphäre trainieren wir Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer. Vorbesprechung und Beginn: 27.04.2017 Termine: 10mal donnerstags 11.00 bis 12.00 Uhr Ort: Feldstr.9, Joachim-Polleyn-Platz Gebühr: Euro 60,00 (bei 8 Teilnehmern), keine Ermäßigung VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 45 / 78 97 16</p>
<p>3.02520</p>	<p>Bodystyling-Fitness MÖ</p> <p>Leitung: Bettina Lölling-Evers Intensive Gymnastik für einen festen, straffen Körper. Eingesetzt werden Langhanteln, Stepps, Theraband, sowie Balance-Pads. Jede Stunde viel Bewegung, ganz viel Abwechslung und Spaß. Vorbesprechung und Beginn: 30.01.2017 Termin: 10mal montags 18.30 bis 19.30 Uhr Gymnastikraum der Kreisberufsschule, Kerschensteiner Straße (Haupteingang) Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 TeilnehmerInnen), keine Ermäßigung. VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60</p>
<p>3.02525</p>	<p>Bodystyling-Fitness MÖ</p> <p>Leitung: Bettina Lölling-Evers Intensive Gymnastik für einen festen, straffen Körper. Eingesetzt werden Langhanteln, Stepps, Theraband, sowie Balance-Pads. Jede Stunde viel Bewegung, ganz viel Abwechslung und Spaß. Vorbesprechung und Beginn: 24.04.2017 Termin: 10mal montags 18.30 bis 19.30 Uhr Gymnastikraum der Kreisberufsschule, Kerschensteiner Straße (Haupteingang) Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 TeilnehmerInnen), keine Ermäßigung. VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60</p>
<p>3.02530</p>	<p>Bodystyling-Fitness Bauch, Beine, Po und Wirbelsäule MÖ</p> <p>Leitung: Bettina Lölling-Evers Ein Kurs, bei dem auch Langhanteln und Stepps eingesetzt werden. Der Kurs ist geeignet für Männer und Frauen,</p>

	<p>die ihre Problemzonen mit viel Spaß bearbeiten wollen. Vorbesprechung und Beginn: 31.01.2017 Termin: 10mal dienstags 19.00 bis 20.00 Uhr Gymnastikraum der Kreisberufsschule, Kerschensteiner Straße (Haupteingang) Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmerinnen), keine Ermäßigung. VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60</p>
3.02535	<p>Bodystyling-Fitness Bauch, Beine, Po und Wirbelsäule MÖ</p> <p>Leitung: Bettina Lölling-Evers Ein Kurs, bei dem auch Langhanteln und Stepps eingesetzt werden. Der Kurs ist geeignet für Männer und Frauen, die ihre Problemzonen mit viel Spaß bearbeiten wollen. Vorbesprechung und Beginn: 25.04.2017 Termin: 10mal dienstags 19.00 bis 20.00 Uhr Gymnastikraum der Kreisberufsschule, Kerschensteiner Straße (Haupteingang) Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmerinnen), keine Ermäßigung. VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 8 96 60</p>
3.02540	<p>Nordic Walking Kurs in Verbindung mit gesunder Ernährung und Brain Quickies MÖ</p> <p>Leitung: Doreen Wordell, Ernährungsberaterin & Nordic Walking Basic Instructor Der Kurs bezieht sich auf die Elemente des Nordic Walking nach dem 5 Zonen System. Er ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet und wird individuell angepasst. Wir lernen das Nordic Walking richtig auszuführen, es beansprucht der Körper, bei richtig ausgeführter Technik, 90 % seiner Muskeln und hat damit einem hohen Energieverbrauch. Wir werden die Einheit in so gestalten, das wir 1 Stunde inkl. Dehn- und Kräftigungsübungen benötigen. Diese Stunde werden wir ganz individuell anpassen. Die erste Stunde wird eine Kennlernstunde, d.h. wir lernen alle Teilnehmer kennen und machen ein Technik Check up. Außerdem werden wir uns in jeder Stunde einem Ernährungsthema widmen. Diese beinhalten die 10 Regeln einer vollwertigen Ernährung nach DGE. Bei Bedarf können die Ernährungsthemen auch geändert und individuell angepasst werden. Vorschläge nehme ich gerne entgegen. Es werden auch immer kleine lustige Einheiten und Spiele mit eingebaut. Vorbesprechung und Beginn: Kurs 1: Mittwoch 22.03. 2017 12mal mittwochs 10.00 bis 11.00 Uhr Treffpunkt Schaafrücke Bitte Nordic Walking Stöcke mitbringen und wetterfeste und sportliche Kleidung tragen!!! Ort: Gebühr: Euro 32,00 (bei 8 Teilnehmerinnen), keine Ermäßigung. VHS Mölln Auskünfte und Anmeldung: Tel. 0 45 45 / 8 96 60</p>
3.04510	<p>Jin Shin Jyutsu® Selbsthilfekurs 1 MÖ</p> <p>Leitung: Michaela Flentje (Dipl.-Sozialpädagogin und Jin Shin Jyutsu® Praktikerin) Jin Shin Jyutsu® ist eine alte Japanische Heilkunst zur Harmonisierung der Lebensenergie und zum Lösen von Energieblockaden im Körper. Die Teilnehmer/innen lernen mit Hilfe ihrer eigenen Hände die Energieströmungsmuster ihres Körpers zu harmonisieren. Sowohl für diejenigen von uns, die unter Stress oder Gesundheitsstörungen leiden, als auch für die, die ganz einfach aktiv zur Aufrechterhaltung von Gesundheit, Harmonie und Wohlbefinden beitragen möchten, ist die Kunst des Jin Shin Jyutsu eine einfache und kraftvolle Methode, die jedem zur Verfügung steht. In jeder Unterrichtseinheit finden praktische Übungen statt. Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen. Zeit: 8mal donnerstags von 19.30 bis 21.00 Uhr 02.02. 09.02. 16.02. 23.02. 02.03. 09.03. 16.03. 23.03.2017 Ort: Gemeinschaftsschule Mölln Gebühr: Euro 31,20 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung - VHS Mölln Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 27 02</p>
3.04520	<p>Jin Shin Jyutsu® Strömungsabende MÖ</p> <p>Leitung: Michaela Flentje (Dipl.-Sozialpädagogin und Jin Shin Jyutsu® Praktikerin) Die praktischen Erfahrungen aus den Jin Shin Jyutsu® Selbsthilfekursen 1 und 2 werden bei den Strömungsabenden vertieft. Unter Berücksichtigung des jahreszeitlichen und individuellen Rhythmus strömen die Teilnehmer sich gegenseitig. Voraussetzung zur Teilnahme sind die Erfahrungen aus einem Jin Shin Jyutsu® Selbsthilfekurse 1. Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen. Zeit: dienstags: 07.02. 14.02. 07.03. 21.03 04.04. 25.04 09.05. 23.05. 106.06. 3.06.2017 von 19.30 bis 21.00 Uhr Ort: Gemeinschaftsschule Mölln Gebühr: Euro 39,00 (bei 8 Teilnehmern) - keine Ermäßigung - VHS Mölln Anmeldung: Tel. 0 45 42 / 27 02</p>