

[Kursbereiche](#) >> Gesundes Leben

Yoga (6 Kurse)

Bewegung, Ausdauer und Kräftigung (8 Kurse)

Bewegung und Entspannung im Freien (2 Kurse)

Onlinekurse Bewegung und Entspannung (2 Kurse)

Ernährung - Kochen/Backen - Genuss (6 Kurse)

Weinwissen und Grünteeseminare (2 Kurse)

Vorträge zu Gesundheitsthemen (2 Kurse)

Fortbildung Demenz (1 Kurs)