

vhs inklusiv

In Kooperation mit OBA

(Offene BehindertenArbeit der Lebenshilfe e.V.)



Die OBA hat das Ziel, Menschen mit Behinderung im Freizeitbereich zu unterstützen und auch Möglichkeiten zur Weiterbildung anzubieten. Die Volkshochschule (vhs) unterstützt sie dabei. Das geschieht mit den Kursen, die in den Räumlichkeiten der Lebenshilfe stattfinden, und durch ein Angebot von Kursen im Kernprogramm der vhs, die die OBA mit ihren Kund*innen ausgewählt hat.

Die Interessierten aus der Lebenshilfe melden sich bei den OBA-Mitarbeiterinnen an:
Gerti Gluch und Andy Bernard, Telefon: (091 31) 9 20 71 81
Bei Fragen wenden Sie sich ebenfalls an die OBA.

Gesundheitsförderung durch Aqua-Fitness

19W507111 + 12 | Dozentin: Adriana Geiger

Geeignet für Nichtschwimmer, Schwimmer,
Jung und Alt. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Dienstag, 19.30–20.30 Uhr | Schwimmhalle,
Neurologische Klinik, Schwabachanlage 6

Kurs 1 | Beginn: 24. September 2019 | 6 Abende
56,60 € inkl. Eintritt

Kurs 2 | Beginn: 3. Dezember 2019 | 8 Abende
66,60 € inkl. Eintritt

Spezielle Ermäßigung für Interessierte der OBA

Vini-Yoga für Jüngere und Ältere

19W506004 | Dozentin: Susanna Körting

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Mittwoch, 18.15–19.45 Uhr | Friedrichstr. 17,
Gymnastikraum

Beginn: 25. September 2019 | 13 Abende, 97,50 €
Spezielle Ermäßigung für Interessierte der OBA

Let's Zumba® – Fitness-Workout

19W507213 | Dozentin: Sarina Ciriello

Donnerstag, 19.00–20.00 Uhr | Georg-Zahn-
Schule, Schenkstr. 113, Gymnastikraum

Beginn: 10. Oktober 2019 | 10 Abende, 56,70 €
Spezielle Ermäßigung für Interessierte der OBA

WenDo – Frauenselbstverteidigung

19W507510 | Dozentin: Barbara Kloiber

Für Frauen jeden Alters und unabhängig von
Körperstatur oder Sportlichkeit geeignet und
einsetzbar.

Samstag, 16. November 2019, 10.00–17.00 Uhr
vhs-Gebäude, Friedrichstr. 17, Raum 24, 40,- €
Spezielle Ermäßigung für Interessierte der OBA



www.vhs-erlangen.de

Inklusion ist ein Anliegen aller, die in der vhs arbeiten. Bei Fragen zu diesen Kursen wenden Sie sich bitte an das vhs-Servicebüro,
Tel. (091 31) 86 26 68,
E-Mail: vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de.