

lernen – lachen – leben!

Januar - Juni Programm 2023 fab!



Januar

Weitere Kurse unter: fab-ibbenbueren.de

- X6133-094 **Tanz-Mix - Tanzkurs mit und ohne Partner**
Mo., 09.01.2023, 19:00 Uhr, 10x
- X6152-001 **Klöppeln für Anfänger:innen und Fortgeschrittene**
Di., 10.01.2023, 9:00 Uhr, 10x
- X6151-025 **Gitarrenkurs für Anfänger:innen**
Di., 10.01.2023, 19:30 Uhr, 10x
- X6133-082 **Bewegungsspaß für Senioren**
Mi., 11.01.2023, 10:00 Uhr, 11x
- X6134-025 **Laktosefrei Kochen**
Mi., 11.01.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6133-088 **Sitzgymnastik für Senioren**
Do., 12.01.2023, 10:15 Uhr, 11x
- X6133-061 **Body Workout**
Do., 12.01.2023, 19:00 Uhr, 11x
- X6133-064 **HIIT Training/Tabata style Workout**
Do., 12.01.2023, 20:00 Uhr, 11x
- X6133-049 **Mit Tiefenmuskeltraining zur körperlichen Bestform**
Fr., 13.01.2023, 10:15 Uhr, 11x

- X6114-591 **Kidix - Eltern-Kind-Kurs Recke**
Mo., 16.01.2023, 9:30 Uhr, Recke, 9x
- X6112-015 **Stillvorbereitungskurs**
Mo., 16.01.2023, 19:00 Uhr, 4x
- X6123-014 **Die Welt der Klangschalen erleben und entspannen für Frauen!**
Mo., 16.01.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6114-594 **Kidix - Eltern-Kind-Kurs Mettingen**
Di., 17.01.2023, 9:30 Uhr, Mettingen, 10x
- X6132-039 **Sivananda - Hatha Yoga für Einsteiger/innen**
Di., 17.01.2023, 9:30 Uhr, 10x
- X6132-033 **Stuhlyoga für Senioren ab 60**
Di., 17.01.2023, 10:00 Uhr, 10x
- X6114-450 **Babytreff Laggenbeck**
Di., 17.01.2023, 10:00 Uhr, 1x
- X6115-004 **Turnen für Eltern und Kind von 2 bis 3 Jahren bei Ramona Rzeznicki**
Di., 17.01.2023, 15:15 Uhr, 10x
- X6132-036 **Kundalini Yoga**
Di., 17.01.2023, 19:15 Uhr, 10x
- X6132-015 **Qigong - Frühlingwald Qi-Gong**
Mi., 18.01.2023, 19:15 Uhr, 10x

- X6132-018 **Qigong - Pflege der Lebensenergie**
Do., 19.01.2023, 9:00 Uhr, 10x
- X6114-602 **Kidix - Eltern-Kind-Kurs Hörstel-Riesenbeck**
Do., 19.01.2023, 9:00 Uhr, Hörstel-Riesenbeck, 10x
- X6132-030 **Hatha Yoga für Schwangere**
Do., 19.01.2023, 18:00 Uhr, 10x
- X6114-400 **Babytreff - Für Eltern/Großeltern mit Baby im ersten Lebensjahr**
Fr., 20.01.2023, 9:30 Uhr, 1x
- X6114-603 **Kidix - Eltern-Kind-Kurs Ibbenbüren (ab ca. 1 Jahr - 3 Jahre)**
Fr., 20.01.2023, 15:15 Uhr, 9x
- X6152-008 **Stricken - Raglan von oben (RVO)**
Fr., 20.01.2023, 17:00 Uhr, 4x
- X6141-106 **Gute Esser - schlechte Esser - Jedes Kind isst anders!!!**
Sa., 21.01.2023, 9:00 Uhr, 1x
- X6132-021 **Autogenes Training**
Mo., 23.01.2023, 17:30 Uhr, 8x
- X6131-030 **Schluckstörungen im Alter**
Di., 24.01.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-030 **Multitalent Hülsenfrüchte**
Di., 24.01.2023, 19:00 Uhr, 1x

- X6134-023 **Treffpunkt Mittagstisch**
Mi., 25.01.2023, 10:30 Uhr, 5x
- X6132-010 **Gesundheit durch Heilmeditation**
Mi., 25.01.2023, 18:00 Uhr, 5x
- X6115-035 **Eltern-Kind-Yoga**
Do., 26.01.2023, 16:00 Uhr, 3x
- X6141-115 **Rückengerechtes Arbeiten für päd. Fachkräfte**
Sa., 28.01.2023, 9:30 Uhr, 1x
- X6131-028 **Jobfood. Ernährung für einen leistungsfähigeren Arbeitstag**
Sa., 28.01.2023, 10:00 Uhr, 1x
- X6122-115 **Märchen in der Trauerbegleitung - Für Trauernde, Menschen, die Trauernde begleiten und alle Interessierte**
Mo., 30.01.2023, 19:30 Uhr, 1x

Februar

Weitere Kurse unter: fab-ibbenbueren.de

- X6141-119 **Der Hund in der Kindertagespflege**
Mi., 01.02.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-009 **Kochclub für Männer - Kochclub Gruppe 'Nr. VIII'**
Do., 02.02.2023, 19:00 Uhr, 3x
- X6151-020 **Paul Klee - Bilder-Vortrag**
So., 05.02.2023, 18:00 Uhr, 1x
- X6131-025 **Kräuterwerkstatt für die Sinne - Wohlfuendes für Haut und Seele**
Sa., 04.03.2023, 14:00 Uhr, 1x
- X6123-006 **Erste Hilfe-Kurs für Senioren - für Ehrenamtliche im Projekt Repair Mobil und Rikscha**
Mi., 08.03.2023, 18:30 Uhr, 1x
- X6113-310 **ONLINE - Entspannung trotz Familienstress**
Mi., 08.03.2023, 19:30 Uhr, 1x
- X6141-140 **Website Erstellung für die eigene Kindertagespflegestelle leicht gemacht!**
Fr., 10.03.2023, 18:00 Uhr, 1x
- X6113-058 **Elternbildung mit Humor - ein Kabarettabend für Eltern, Großeltern und Fachleute**
Fr., 10.03.2023, 20:00 Uhr, 1x
- X6153-040 **Fotoworkshop auf Borkum**
Mo., 13.03.2023, 8:15 Uhr, 5x
- X6124-005 **Was ist Minimalismus? Ist es ein Trend in der heutigen Zeit?**
Do., 16.03.2023, 19:30 Uhr, 1x
- X6122-120 (in Kooperation mit dem Hospiz Ibbenbüren e.V.) **Hospiz - Lebenslieder - von der Fülle des Lebens und der Endlichkeit**
Fr., 17.03.2023, 19:30 Uhr, 1x
- X6116-013 **Nistkästenbau für (Groß-)Eltern und (Enkel-) Kinder im Einschulungsalter**
Sa., 18.03.2023, 10:00 Uhr, 1x

- X6134-041 **Großes Buffet - kleiner Aufwand: Die Mitbringsparty**
Mo., 06.02.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-026 **Gesund & Lecker**
Di., 07.02.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6141-001 **ONLINE - Zoom Meetings interaktiv und lebendig gestalten**
Mi., 08.02.2023, 18:00 Uhr, 1x
- X6116-011 **Das Karnevalbuffet - für Eltern und Kinder ab 6 Jahren**
Sa., 11.02.2023, 17:00 Uhr, 1x
- X6134-038 **Food with Love - Valentinstag**
Di., 14.02.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6131-023 **Detox - Power: Die Leber entlasten**
Di., 14.02.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6151-061 **Spieletreff für Erwachsene**
Fr., 17.02.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-048 **Suppentheater 'Vielfältig, von fein bis deftig'**
Mi., 22.02.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6132-000 **Raus aus dem Hamsterrad mit Achtsamkeitstraining**
Do., 23.02.2023, 18:30 Uhr, 6x

- X6113-007 **Alles rund um dein Baby**
Fr., 24.02.2023, 17:00 Uhr, 1x
- X6152-007 **Stricken - Patentmaschinen**
Fr., 24.02.2023, 17:00 Uhr, 4x
- X6112-009 **Elterngeld plus und Elternzeit - Infoabend**
Fr., 24.02.2023, 19:30 Uhr, 1x
- X6123-020 **Meine Schätze Kreativ und mit Freude sich selbst entdecken**
Sa., 25.02.2023, 9:30 Uhr, 1x
- X6131-016 **Workshop: Gesunde Füße - starker Auftritt!**
Sa., 25.02.2023, 9:30 Uhr, 1x

März

Weitere Kurse unter: fab-ibbenbueren.de

- X6112-020 **Ran an den Tisch- Kochen für und mit den Kleinsten**
Mi., 01.03.2023, 19:30 Uhr, 1x
- X6132-007 **Feldenkraut**
Do., 02.03.2023, 18:00 Uhr, 5x
- X6122-215 **Hospiz - Die praktische Anwendung von Aromen in der täglichen Pflege**
Do., 02.03.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6153-011 **Aquarellmalerei und Zeichnen - M. Gräuler**
Mo., 17.04.2023, 9:00 Uhr, 7x
- X6115-009 **Tumen für Eltern und Kind von 1 bis 2 Jahren**
Mo., 17.04.2023, 15:15 Uhr, 7x
- X6133-026 **Fitness-Mix**
Mo., 17.04.2023, 19:00 Uhr, 8x
- X6133-111 **Fitness- Tanzen. Tanze deinen Körper fit!**
Di., 18.04.2023, 20:00 Uhr, 10x
- X6133-005 **Fit mit Baby**
Do., 20.04.2023, 9:00 Uhr, 8x
- X6141-006 **Kindliche Partizipation im Praxisalltag in der Kindertagesbetreuung**
Fr., 21.04.2023, 16:00 Uhr, 1x
- X6116-007 **Musikzwerge mit Oma/Opa im Frühling für Kinder von 3 - 7 Jahren mit ihren Großeltern**
Sa., 22.04.2023, 10:00 Uhr, 1x
- X6114-629 **Kidix - Waldgruppe für Eltern mit Kindern von 1-2 Jahren**
Sa., 22.04.2023, 14:30 Uhr, 5x

April

Weitere Kurse unter: fab-ibbenbueren.de

- X6134-065 **Spargelfest**
Di., 16.05.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-067 **Spargel und Erdbeeren - Genuss in Rot-Weiß**
Mo., 24.05.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-062 **Wildkräuter-Küche**
Do., 25.05.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-033 **Türkische - Landesküche**
Fr., 26.05.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-066 **Sommer Sonne Gartenparty**
Mo., 05.06.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-072 **Vegetarisches Grillen**
Mo., 12.06.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-068 **Mediterrane Sommerküche**
Di., 13.06.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-069 **Sommerzeit - Picknickzeit**
Mi., 14.06.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6141-154 ONLINE **Marke 'Ich' - die eigene Persönlichkeit als Marke in der Kindertagespflege profilieren**
Sa., 17.06.2023, 9:30 Uhr, 1x
- X6116-006 **Mit uns ist gut Kirschen essen ein Kirschtage für (Groß-) Eltern und (Enkel-) Kinder von 5 - 10 Jahren**
Sa., 24.06.2023, 10:30 Uhr, 1x
- X6117-029 **Young fashion - Ferienmätker für junge Leute**
Mo., 26.06.2023, 8:30 Uhr, 5x

Mai

Weitere Kurse unter: fab-ibbenbueren.de

- X6153-050 **Digitalfotografie - Aufbaukurs**
Mi., 03.05.2023, 19:00 Uhr, 2x
- X6131-029 **Superfood. Super-Lebensmittel für mehr Gesundheit und Wohlbefinden**
Fr., 05.05.2023, 18:00 Uhr, 1x
- X6151-062 **Spieletreff für Erwachsene**
Fr., 05.05.2023, 19:00 Uhr, 1x
- X6134-057 **Es geht um die Wurst**
Sa., 06.05.2023, 10:00 Uhr, 1x
- X6116-001 **Esel, Schafe, Kaninchen und Co. - Erlebnisstag auf dem Bauernhof**
Fr., 12.05.2023, 15:00 Uhr, 1x
- X6141-152 **Musik mit Kleinstkindern - Wie der Alltag musikalisch strukturiert werden kann**
Fr., 12.05.2023, 17:00 Uhr, 1x

- X6134-061 **Zu Gast in Brasilien**
Fr., 02.06.2023, 18:00 Uhr, 1x
- X6121-017 **'Pilgern auf anderen Wegen' (ca.15 - 18 km - als Tageswanderung)**
So., 04.06.2023, 9:00 Uhr, 1x

Juni

Weitere Kurse unter: fab-ibbenbueren.de

Unser komplettes Kursprogramm



findest du unter:
fab-ibbenbueren.de

Familienbildungsstätte Ibbenbüren

Klosterstraße 21
49477 Ibbenbüren

Tel.: 05451 / 9644-0

info@fab-ibbenbueren.de
fab-ibbenbueren.de

