

Viersen

26-12-019

Musizieren ohne Vorkenntnisse - „Irische Lieder“ mit der Veeh-Harfe®

Sa, 29.08.2026, 13:00-17:00 Uhr

Gebühr: € 45,00, Leihgebühr Veeh-Harfe: € 25,00

26-12-107

Selbstfürsorge: Wer sorgt für mich, wenn nicht ich selbst?

Sa, 29.08.2026, 10:00-12:15 Uhr

Gebühr: € 24,00

Willich

Schiefbahn, Raum f. Klangmassage

26-12-110

Klangbad - Zeit für Entspannung mit Klangschalen

Mo, 27.07.2026, 18:00-19:30 Uhr

Gebühr: € 26,00

26-12-111

Geführte Phantasiereise mit Klangschalen

Mi, 29.07.2026, 18:00-19:30 Uhr

Gebühr: € 26,00

26-12-112

Klangkörperreise -Zeit für Entspannung mit Klangschalen

Fr, 31.07.2026, 18:00-19:30 Uhr

Gebühr: € 26,00

26-12-210

Klangkörperreise -Zeit für Entspannung mit Klangschalen

Di, 25.08.2026, 10:00-11:30 Uhr

Gebühr: € 26,00

26-12-211

Geführte Phantasiereise mit Klangschalen

Do, 27.08.2026, 10:00-11:30 Uhr

Gebühr: € 26,00

26-12-212

Klangkörperreise -Zeit für Entspannung mit Klangschalen

Fr, 28.08.2026, 10:00-11:30 Uhr

Gebühr: € 26,00

26-12-300

Ausstellungsbesuch „Mythos Wald“ im Gasometer Oberhausen mit biblischen Impulsen

Do, 23.07.2026, 10:30-17:00 Uhr

Gebühr: € 69,00

**FBS Katholisches Forum
Krefeld - Viersen**

Felbelstraße 25, 47799 Krefeld
02151-6294-0

Rektoratstraße 25,
41747 Viersen
02162-50199-0

info@forum-krefeld-viersen.de
www.forum-krefeld-viersen.de



forum Katholisches Forum für
Erwachsenen- und Familienbildung
Krefeld und Viersen



Unsere Angebotsreihe „Das kleine Sommerglück“ richtet sich an Erwachsene, die sich eine bewusste Auszeit vom Alltag schenken möchten – um innezuhalten, sich mit ihrem inneren Selbst zu verbinden und Impulse für persönliches und spirituelles Wachstum zu erfahren.

Krefeld

26-12-011K
Entspannung als Selbstfürsorge:
Schritt 1: Atmung
Mo, 20.07.2026, 11:00-12:30 Uhr
Gebühr: € 11,00

26-12-022
Yoga-Basics für Einsteiger*innen
Mo, 20.07.2026, 18:30-20:00 Uhr
Gebühr: € 20,00

26-12-023
Yoga für Menschen ab 60
Mo, 20.07.2026, 16:00-18:00 Uhr
Gebühr: € 20,00

26-12-012K
Entspannung als Selbstfürsorge:
Schritt 2: Körpergrenzen
Di, 21.07.2026, 11:00-12:30 Uhr
Gebühr: € 11,00

26-12-013K
Entspannung als Selbstfürsorge:
Schritt 3: Selbstmassage
Mi, 22.07.2026, 11:00-12:30 Uhr
Gebühr: € 11,00

26-12-022A
Yoga-Basics für Einsteiger*innen
Mi, 22.07.2026, 18:00-20:00 Uhr
Gebühr: € 20,00

26-12-023A
Yoga für Menschen ab 60
Mi, 22.07.2026, 16:00-18:00 Uhr
Gebühr: € 20,00

26-12-020K
Seelenrhythmen: Meditativer Tanz
am Vormittag
Do, 23.07.2026, 10:00-11:00 Uhr
Gebühr: € 8,00

26-12-021K
Seelenrhythmen: Meditativer Tanz
am Nachmittag
Do, 23.07.2026, 14:30-15:30 Uhr
Gebühr: € 8,00

26-12-005K
Farben der Seele
Mi, 29.07.2026, 18:30-20:45 Uhr
Gebühr: € 18,00; zzgl. € 3 für Material

26-12-006K
Einführung in die Biographie-Arbeit
Fr, 07.08.2026, 18:30-20:00 Uhr
Gebühr: € 11,00

26-12-018
Waldbaden am Hülser Berg
Fr, 14.08.2026, 17:00-19:00 Uhr
Gebühr: € 19,00

Viersen

26-12-011V
Entspannung als Selbstfürsorge:
Schritt 1: Atmung
Mo, 20.07.2026, 19:30-21:00 Uhr
Gebühr: € 13,50

26-12-012V
Entspannung als Selbstfürsorge: Schritt
2: Körpergrenzen
Di, 21.07.2026, 19:30-21:00 Uhr
Gebühr: € 13,50

26-12-013V
Entspannung als Selbstfürsorge:
Schritt 3: Selbstmassage
Mi, 22.07.2026, 19:30-21:00 Uhr
Gebühr: € 13,50

26-12-020V
Seelenrhythmen: Meditativer Tanz am
Vormittag
Fr, 24.07.2026, 10:00-11:00 Uhr
Gebühr: € 8,00

26-12-021V
Seelenrhythmen: Meditativer Tanz am
Nachmittag
Fr, 24.07.2026, 14:30-15:30 Uhr
Gebühr: € 8,00

26-12-006V
Einführung in die Biographie-Arbeit
Di, 28.07.2026, 18:00-19:30 Uhr
Gebühr: € 11,00