



<https://biz.li/Zodd>

ANGEBOTE DER VOLKSHOCHSCHULE OSTKREIS HANNOVER

Veröffentlicht am 21.02.2024 um 17:00 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Die Volkshochschule Ostkreis Hannover bietet eine Vielzahl interessanter Kurse an. In folgenden Kursen sind noch Plätze frei. "Qigong - Tai ji Chi": Dieser Kurs verfolgt das Ziel, Körper und Geist von Blockaden zu befreien, um körperliche und geistige Freiheit sowie inneren Frieden zu erlangen. Die Teilnehmer können die körperliche innere Energie aktivieren und Körper sowie Geist harmonisieren. "Gitarre für Anfänger*innen - Schnupperkurs am Wochenende": Hier wird der Einstieg ins Gitarrenspielen ohne Notenkenntnisse gezeigt und gelernt. Ziel ist es, schnelle Erfolge zu erzielen und bekannte Songs kennenzulernen. "Qi Gong, Meditation und Energiearbeit für Frauen": Dieser Kurs bietet eine Qi Gong Form speziell für Frauen, um ein gestärktes Bewusstsein für die eigene Weiblichkeit zu vermitteln. Zusätzlich werden einfache Meditationsübungen aus dem Tao Yoga gelehrt. "Digital im Alltag - Online-Shopping": In diesem Kurs erhalten die Teilnehmer eine Anleitung für ein sicheres und angenehmes Online-Shopping-Erlebnis. Es werden Schritt für Schritt der gesamte Bestellprozess erklärt sowie Tipps zur Auswahl eines sicheren Online-Shops gegeben. "ChatGPT - Faszination und Möglichkeiten": Dieser Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse über ChatGPT und zeigt, wie es in verschiedenen Anwendungsgebieten eingesetzt werden kann. Die Teilnehmer lernen, ChatGPT für eigene Projekte zu nutzen und die Ausgaben zu optimieren. Die Anmeldung zu den Kursen erfolgt telefonisch unter der Nummer 0511/2208222 während der Öffnungszeiten der Geschäftsstelle montags und mittwochs von 9 bis 12 Uhr. Auch außerhalb dieser Öffnungszeiten ist eine Anmeldung möglich. Weitere Informationen sind unter www.vhs-ostkreis-hannover.de zu finden.