

# silkeborgbib.dk

# / DET SKER

## Mad - Spansk Tapas.

Ons. 19. til ons. 26. aug. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Bjarne Ahrens.  
Pris: 340 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Vegansk Mad.

Tor. 3. sep. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Hellan Krüger.  
Pris: 235 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad Over Bål For Nybegyndere Med Grønt Fra Naturen.

Lør. 5. sep. 2020 kl. 10-15  
V/ Sara Bøndergaard.  
Pris: 427 kr.  
Sted: Løvsbakke Naturskole, Løvsbakkevej 32, Herning.

## Mad - Sundere Søde Lækkerier.

Man. 7. sep. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Hellan Krüger.  
Pris: 235 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Det Traditionelle Mexicanske Køkken.

Tir. 8. sep. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Dorte Fløjgaard.  
Pris: 235 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Det Italienske Køkken.

Ons. 2. til ons. 9. sep. 2020 kl. 10-13.05  
V/ Bjarne Ahrens.  
Pris: 340 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Lav Selv Din Egen Plantedrik Og -smørest.

Tor. 10. sep. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Hellan Krüger.  
Pris: 235 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Selvudvikling - Skygeararbejde For Nybegyndere.

Tor. 13. aug. til tor. 10. sep. 2020 kl. 19-20.40  
V/ Laila Leerholm.  
Pris: 402 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mindfulness I Naturen.

Lør. 12. sep. 2020 kl. 10-13  
V/ Charlotte Søe Andersen.  
Pris: 249 kr.  
Sted: Løvsbakke Naturskole, Løvsbakkevej 32, Herning.

## Mad - Det Traditionelle Indiske Køkken.

Man. 14. sep. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Dorte Fløjgaard.  
Pris: 235 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Samtalesalon & Tapas - "kloder i gyldent rum".

Tir. 15. sep. 2020 kl. 19.30-21.30  
V/  
Pris: 175 kr.  
Sted: Team Teatret, Østergade 32, Herning.

## Mad - Fermentering.

Ons. 16. sep. 2020 kl. 17-20.05  
V/ Sofie Gangergaard Nielsen.  
Pris: 235 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Hæklekursus For Begyndere.

Tor. 10. til tor. 17. sep. 2020 kl. 18.30-21.05  
V/ Elisabeth Jensen.  
Pris: 310 kr.  
Sted: Herningsholmsskolen, Sjøllandsgade 86 - 88, Herning.

## Eco-print På Papir Og Stof.

Søn. 20. sep. 2020 kl. 09.30-15.35  
V/ Lone Jensen.  
Pris: 333 kr.  
Sted: Lundgårdsskolen, Tjelevej 25, Tjerring, Herning.

## Praktisk Foto.

Lør. 19. og søn. 20. sep. 2020 kl. 09-13.30  
V/ Carsten Toft Andersen.  
Pris: 540 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Microsoft Office-pakken For Begyndere.

Man. 7. til man. 21. sep. 2020 kl. 19-21.05  
V/ Kasper Therkildsen Søndergaard.  
Pris: 405 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Aftensmad Til Dine Hormoner.

Tir. 22. sep. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Dorte Fløjgaard.  
Pris: 235 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Investering I Øjenhøjde.

Tir. 22. sep. 2020 kl. 18.30-20.30  
V/ John Andersen.  
Pris: 150 kr.  
Sted: Herning HF og VUC, Brorsonsvej 2, Herning.

## Søs Fenger - Koncert.

Tor. 24. sep. 2020 kl. 19.30-21  
V/  
Pris: 225 kr.  
Sted: Herning Kirke, Østre Kirkevej 1A, Herning.

## Workshop - Tai Chi/qi Gong.

Lør. 26. sep. 2020 kl. 10-15  
V/ Shuang Winkel.  
Pris: 317 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## No Limit - Malekursus For Legesyge Voksne.

Lør. 26. og søn. 27. sep. 2020 kl. 10-15.20  
V/ Glennie Lund.  
Pris: 520 kr.  
Sted: Skolen på Sønderager, Tjalkofskisvej 3, Herning.

## Trædrejning - Begyndere/let øvede.

Fre. 25. til søn. 27. sep. 2020 kl. 18.30-22  
V/ Karsten Frahm.  
Pris: 820 kr.  
Sted: Aktiv Centret, Brorsonsvej 12, Herning.

## Mad - Sushi - Begyndere.

Man. 21. til man. 28. sep. 2020 kl. 17.30-20.35  
V/ Jon Baggesen.  
Pris: 340 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mac Begynder Kursus.

Man. 14. til man. 28. sep. 2020 kl. 17-18.40  
V/ Michael Gruszczyński Lorentzen.  
Pris: 324 kr.  
Sted: Ringkøbing Skole, Rindumvej 1, Ringkøbing.

## Restorativ Yoga (h).

Man. 10. aug. til man. 28. sep. 2020 kl. 10.45-12  
V/ Michelle Mylius Jor.  
Pris: 555 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - The Game Changers - Mad Til Bedre Fysik.

Tir. 29. sep. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Dorte Fløjgaard.  
Pris: 235 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Pilates For Begyndere Og Letøvede.

Tir. 11. aug. til tir. 29. sep. 2020 kl. 18.30-19.45  
V/ Michelle Mylius Jor.  
Pris: 555 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Yin Yoga.

Tir. 11. aug. til tir. 29. sep. 2020 kl. 19.50-20.50  
V/ Michelle Mylius Jor.  
Pris: 477 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Det Græske Køkken.

Ons. 23. til ons. 30. sep. 2020 kl. 10-13.05  
V/ Bjarne Ahrens.  
Pris: 340 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - En Hverdag Med Få Eller Færre Kulhydrater.

Ons. 16. til ons. 30. sep. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Annette Vejs.  
Pris: 475 kr.  
Sted: Lundgårdsskolen, Tjelevej 25, Tjerring, Herning.

## Buketter For Alle.

Tor. 1. okt. 2020 kl. 19-21.30  
V/ Merete Guldager Dalgaard Knudsen.  
Pris: 275 kr.  
Sted: Lindvigs Blomster, Herning Centret Merkurvej 1, Herning.

## Mac Begynder Kursus.

Tor. 17. sep. til tor. 1. okt. 2020 kl. 17-18.40  
V/ Michael Gruszczyński Lorentzen.  
Pris: 324 kr.  
Sted: Herning HF og VUC, Brorsonsvej 2, Herning.

## Kend Din Ipad.

Tor. 10. sep. til tor. 1. okt. 2020 kl. 16.30-18  
V/ Peter Myrup.  
Pris: 432 kr.  
Sted: Herning HF og VUC, Brorsonsvej 2, Herning.

## Pilates For Begyndere Og Letøvede.

Tor. 13. aug. til tor. 1. okt. 2020 kl. 18.30-19.30  
V/ Michelle Mylius Jor.  
Pris: 477 kr.  
Sted: Sønder Felding Skole, Skolegade 31, Sønder Felding.

## Yin Yoga.

Tor. 13. aug. til tor. 1. okt. 2020 kl. 19.35-20.35  
V/ Michelle Mylius Jor.  
Pris: 477 kr.  
Sted: Sønder Felding Skole, Skolegade 31, Sønder Felding.

## Find Dine Farver Og Din Stil.

Lør. 3. okt. 2020 kl. 09-16.15  
V/ Birgit Lillelund.  
Pris: 690 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Sushi For Børn Og Voksne.

Lør. 3. okt. 2020 kl. 10-14  
V/ Jon Baggesen.  
Pris: 333 kr.  
Sted: Lundgårdsskolen, Tjelevej 25, Tjerring, Herning.

## Selvklærlighed Gennem Venskab Med Dig Selv.

Lør. 3. okt. 2020 kl. 10-15  
V/ Marchella Andersen.  
Pris: 295 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Investering I Øjenhøjde.

Lør. 3. okt. 2020 kl. 10.30-12.30  
V/ John Andersen.  
Pris: 150 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

# silkeborgbib.dk / DET SKER

## Lær Det Gamle Kunsthåndværk - Quilling.

Lør. 19. sep. til lør. 3. okt. 2020 kl. 10-14.55  
V/ Anni Wadum.  
Pris: 490 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Selvudvikling - Skyggearbejde Forsættere.

Lør. 19. sep. til lør. 3. okt. 2020 kl. 10-15  
V/ Laila Leerholm.  
Pris: 534 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Søndags-salon På Heart M. Brunch.

Søn. 4. okt. 2020 kl. 10.30-14.30  
V/.  
Pris: 385 kr.  
Sted: HEART Herning Museum of Contemporary Art, Bitten og Aage Damgaards Plads 2, Herning.

## Mad - Styrk Din Fordøjelse Med Ayurvedisk Mad.

Lør. 3. og søn. 4. okt. 2020 kl. 12-15.05  
V/ Mette Brogaard.  
Pris: 340 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Strik For Begyndere Eller Let øvede.

Man. 28. sep. til man. 5. okt. 2020 kl. 19-21.35  
V/ Lone Jensen.  
Pris: 310 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Dyrk Oplevelsen.

Man. 21. sep. til man. 5. okt. 2020 kl. 18.30-21  
V/ Allan Bang Christiansen.  
Pris: 400 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Finere Madlavning.

Man. 7. sep. til man. 5. okt. 2020 kl. 17.30-20.35  
V/ Hans Truelsen.  
Pris: 685 kr.  
Sted: Ringkøbing Skole, Rindumvej 1, Ringkøbing.

## Mad - Lavere Blodtryk Og Højere Livsenergi.

Tir. 6. okt. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Dorte Fløjgaard.  
Pris: 235 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Hælekursus For Begyndere.

Tir. 29. sep. til tir. 6. okt. 2020 kl. 18.30-21.05  
V/ Elisabeth Jensen.  
Pris: 310 kr.  
Sted: Herningsholmskolen, Sjællandsgade 86 - 88, Herning.

## Selvudvikling - Skyggearbejde For Nybegyndere.

Tor. 17. sep. til tor. 8. okt. 2020 kl. 19-20.40  
V/ Laila Leerholm.  
Pris: 402 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mindfulness I Hverdagen.

Fre. 11. sep. til fre. 9. okt. 2020 kl. 10-11.30  
V/ Laila Leerholm.  
Pris: 500 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Hjælp. Mit Barn/barnebarn Er Blevet Vegetar.

Søn. 11. okt. 2020 kl. 10-13.05  
Man behøver ikke være vegetar for at være vild med retter uden kød! v/ Hellan Krüger.  
Pris: 288 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Søndags-salon På Skarrildhus M. Brunch.

Søn. 11. okt. 2020 kl. 10.30-14.30  
V/.  
Pris: 385 kr.  
Sted: Skarrildhus Sinatur Hotel & Conference, Sdr. Ommevej 4, Skarrild, Kibæk.

## Mad - Børnenes Restaurant.

Tir. 13. okt. 2020 kl. 14-19  
V/ Hans Truelsen.  
Pris: 595 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Brikvæv For Børn Og Voksne.

Ons. 14. okt. 2020 kl. 10-13.05  
V/ Lone Jensen.  
Pris: 288 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Yoga For Voksne Og Børn 6-11 år.

Ons. 14. okt. 2020 kl. 14.45-15.45  
V/ Inger Bak.  
Pris: 198 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Yoga For Voksne Og Teenagere (12-17 år).

Ons. 14. okt. 2020 kl. 16-17.30  
V/ Inger Bak.  
Pris: 334 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Hækling For Begyndere For Børn Og Voksne.

Tor. 15. okt. 2020 kl. 09.30-13.30  
V/ Lone Jensen.  
Pris: 333 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Oplevelser I Naturen For Børn Og Voksne.

Fre. 16. okt. 2020 kl. 10-12  
V/ Sara Bøndergaard.  
Pris: 247 kr.  
Sted: Løvbakke Naturskole, Løvbakkevej 32, Herning.

## Mad - Sund Mad På Su-hvordan?.

Man. 5. til man. 19. okt. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Annette Vejs.  
Pris: 340 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Antiinflammatorisk Grøn Efterårsmad.

Tir. 20. okt. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Hellan Krüger.  
Pris: 235 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Valgfrihed Er Nøgleordet Til En God Pension.

Tir. 20. okt. 2020 kl. 18.30-20.30  
V/ John Andersen.  
Pris: 150 kr.  
Sted: Herning HF og VUC, Brorsonsvej 2, Herning.

## Mad - 4 X Boost Din Sundhed - Pas Godt På Dig Selv.

Tir. 8. sep. til tir. 20. okt. 2020 kl. 17.30-20.35  
V/ Inga Ager.  
Pris: 580 kr.  
Sted: Lundgårdskolen, Tjelevej 25, Tjørring, Herning.

## Mad - Asiatisk Mad.

Ons. 23. sep. til ons. 21. okt. 2020 kl. 17.30-20.35  
V/ Yuka Baggesen.  
Pris: 580 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Argentinsk Tango - Pardans.

Ons. 2. sep. til ons. 21. okt. 2020 kl. 18.30-20  
V/ Svenning H. Sørensen.  
Pris: 1112 kr.  
Sted: Huset No7, Nørregade 7a, Herning.

## Latin Motion Dans.

Ons. 26. aug. til ons. 21. okt. 2020 kl. 18.30-20  
V/ Carlos Alberto Montalvo.  
Pris: 704 kr.  
Sted: Skolen på Sønderager, Tjalkofskisvej 3, Herning.

## Grib Livet - Slip Bekymringerne V/pia Callesen.

Tor. 22. okt. 2020 kl. 19-21  
V/.  
Pris: 190 kr.  
Sted: Herning Gymnasium, H.P. Hansens Vej 8, Herning.

## Babytummel 5-10 Mdr.

Tor. 10. sep. til tor. 22. okt. 2020 kl. 09-09.45  
V/ Marianne Bendix.  
Pris: 334 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Babytummel 2-5 Mdr.

Tor. 10. sep. til tor. 22. okt. 2020 kl. 10-10.45  
V/ Marianne Bendix.  
Pris: 334 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Baby/strikke Café - Strik For Begyndere.

Tor. 3. sep. til tor. 22. okt. 2020 kl. 09-10  
V/ Betina Vestergaard Lange.  
Pris: 409 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Kom Godt I Gang Med At Bage For Børn Og Voks.

Lør. 24. okt. 2020 kl. 10-13.05  
V/ Inga Ager.  
Pris: 288 kr.  
Sted: Lundgårdskolen, Tjelevej 25, Tjørring, Herning.

## Workshop - Ashtanga Yoga & Meditation.

Lør. 24. okt. 2020 kl. 10-15  
V/ Shuang Winkel.  
Pris: 317 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Lav Sunde Snacks Og Lækkerier Til Madpakken.

Lør. 24. okt. 2020 kl. 14-17.05  
V/ Inga Ager.  
Pris: 288 kr.  
Sted: Lundgårdskolen, Tjelevej 25, Tjørring, Herning.

## Slibekursus For Trædrejere.

Søn. 25. okt. 2020 kl. 09-15.15  
V/ Karsten Frahm.  
Pris: 362 kr.  
Sted: Aktiv Centret, Brorsonsvej 12, Herning.

## Pileflet.

Søn. 25. okt. 2020 kl. 09.30-16.30  
V/ Jane Enemark.  
Pris: 370 kr.  
Sted: Lundgårdskolen, Tjelevej 25, Tjørring, Herning.

## Lær At Væve På En Søndag.

Søn. 25. okt. 2020 kl. 10-16.05  
V/ Vivi Bach Mailund.  
Pris: 333 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Grundlæggende Fotokursus.

Lør. 24. og søn. 25. okt. 2020 kl. 09-13.30  
V/ Carsten Toft Andersen.  
Pris: 540 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

# silkeborgbib.dk / DET SKER

## Mad - Ny I Køkkenet - Små Gryder.

Tor. 17. sep. til tor. 29. okt. 2020 kl. 10-12.35  
V/ Inga Ager.  
Pris: 700 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - ægte Fredagshygge I Gastroniens Tegn.

Fre. 30. okt. 2020 kl. 18-22  
V/ Hans Truelsen.  
Pris: 460 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Rammevæv - Væv Et Tørklæde.

Fre. 2. til fre. 30. okt. 2020 kl. 09-13  
V/ Lone Jensen.  
Pris: 700 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Skab Kontakt Med Dig Selv Og Andre.

Lør. 24. til lør. 31. okt. 2020 kl. 10-17  
V/ Melinda Jane Knudsen.  
Pris: 704 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Trædrejning - Begyndere/let øvede.

Fre. 30. okt. til søn. 1. nov. 2020 kl. 18.30-22  
V/ Karsten Frahm.  
Pris: 820 kr.  
Sted: Aktiv Centret, Brorsonsvej 12, Herning.

## Microsoft Office-pakken For Fortsættere.

Man. 19. okt. til man. 2. nov. 2020 kl. 19-21.05  
V/ Kasper Therkildsen Søndergaard.  
Pris: 405 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Baby - Rytmik (4-12 Mdr.).

Man. 24. aug. til man. 2. nov. 2020 kl. 09.30-10.15  
V/ Hanne Nørtoft Bødtker.  
Pris: 460 kr.  
Sted: Huset No7, Nørregade 7a, Herning.

## Baby - Rytmik (4-12 Mdr.).

Man. 24. aug. til man. 2. nov. 2020 kl. 10.30-11.15  
V/ Hanne Nørtoft Bødtker.  
Pris: 460 kr.  
Sted: Huset No7, Nørregade 7a, Herning.

## Forstå Din Stress Og Træn Din Stress Bremse.

Tir. 8. sep. til tir. 3. nov. 2020 kl. 19-20.40  
V/ Helle Schjermer Lauridsen.  
Pris: 704 kr.  
Sted: Herning HF og VUC, Brorsonsvej 2, Herning.

## Baby - Rytmik (4-12 Mdr.).

Tir. 25. aug. til tir. 3. nov. 2020 kl. 10.30-11.15  
V/ Hanne Nørtoft Bødtker.  
Pris: 460 kr.  
Sted: Huset No7, Nørregade 7a, Herning.

## Mad - Det Spanske Køkken.

Ons. 28. okt. til ons. 4. nov. 2020 kl. 17.30-20.35  
V/ Bjarne Ahrens.  
Pris: 340 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Thai Mad.

Tor. 22. okt. til tor. 5. nov. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Hans Truelsen.  
Pris: 475 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Indesign Og Illustratør Undervisning.

Tor. 24. sep. til tor. 5. nov. 2020 kl. 17-18.40  
V/ Anne Ibsen.  
Pris: 648 kr.  
Sted: Herning HF og VUC, Brorsonsvej 2, Herning.

## Pileflet.

Søn. 8. nov. 2020 kl. 09.30-16.30  
V/ Jane Enemark.  
Pris: 370 kr.  
Sted: Lundgårdskolen, Tjelevej 25, Tjørring, Herning.

## Søndags-salon På Heart M. Brunch.

Søn. 8. nov. 2020 kl. 10.30-14.30  
V/.  
Pris: 385 kr.  
Sted: HEART Herning Museum of Contemporary Art, Bitten og Aage Damgaards Plads 2, Herning.

## Billedkunst Og Maleri.

Lør. 7. og søn. 8. nov. 2020 kl. 10-15.20  
Oplev glæden ved at skabe dit eget billede. v/ Kirsten Carlsen.  
Pris: 520 kr.  
Sted: Skolen på Sønderager, Tjalkofskisvej 3, Herning.

## Jørgen Skouboe.

Man. 9. nov. 2020 kl. 19-21  
V/.  
Pris: 199 kr.  
Sted: Ringkøbing-Skjern Kulturcenter, Ranunkelvej 1-3, Skjern.

## Meditation Og Mindfulness (h).

Tir. 15. sep. til tir. 10. nov. 2020 kl. 10.30-12  
V/ Charlotte Søe Andersen.  
Pris: 704 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Meditation Og Mindfulness(h).

Tir. 15. sep. til tir. 10. nov. 2020 kl. 16-17.30  
V/ Charlotte Søe Andersen.  
Pris: 704 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Personlig Udvikling Med Nada øre Akupunktur (h).

Tir. 1. sep. til tir. 10. nov. 2020 kl. 09-10.30  
V/ Mette Hansen.  
Pris: 880 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Kun For Kålhoveder.

Ons. 11. nov. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Hellan Krüger.  
Pris: 235 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Sy Din Kjole I Jersey.

Ons. 21. okt. til ons. 11. nov. 2020 kl. 18.30-20.55  
V/ Lone Jensen.  
Pris: 490 kr.  
Sted: Lundgårdskolen, Tjelevej 25, Tjørring, Herning.

## Yoga - Hatha Yoga For Alle (h).

Ons. 2. sep. til ons. 11. nov. 2020 kl. 16.30-18  
V/ Inger Bak.  
Pris: 880 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Yoga - Hatha Yoga For Alle (h).

Fre. 4. sep. til fre. 13. nov. 2020 kl. 08.45-10.15  
V/ Inger Bak.  
Pris: 880 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Personlig Udvikling Med Nada øre Akupunktur (h).

Fre. 4. sep. til fre. 13. nov. 2020 kl. 09-10.30  
V/ Mette Hansen.  
Pris: 880 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Fotokursus For Fortsættere.

Lør. 14. og søn. 15. nov. 2020 kl. 09-13.30  
V/ Carsten Toft Andersen.  
Pris: 540 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Massage-kursus.

Lør. 14. og søn. 15. nov. 2020 kl. 09-13.35  
V/ Inge Dueholm Andreasen.  
Pris: 500 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Mad - Finere Madlavning.

Man. 26. okt. til man. 16. nov. 2020 kl. 18-21.05  
V/ Hans Truelsen.  
Pris: 580 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Stil Krav Til Din Bank - Ingen Andre Gør Det.

Tir. 17. nov. 2020 kl. 18.30-20.30  
V/ John Andersen.  
Pris: 150 kr.  
Sted: Herning HF og VUC, Brorsonsvej 2, Herning.

## Sing For Joy - Det Nye Gospelkor Vdirigent Ole.

Ons. 9. sep. til ons. 18. nov. 2020 kl. 19-21  
V/ Ole Jørgensen.  
Pris: 692 kr.  
Sted: Herning Kirke, Østre Kirkevej 1A, Herning.

## Mac Fortsætter Kursus.

Tor. 5. til tor. 19. nov. 2020 kl. 17-18.40  
V/ Michael Gruszczyński Lorentzen.  
Pris: 324 kr.  
Sted: Herning HF og VUC, Brorsonsvej 2, Herning.

## Mørketur For Børn Og Voksne.

Fre. 20. nov. 2020 kl. 18.30-20.30  
V/ Sara Bøndergaard.  
Pris: 247 kr.  
Sted: Løvbakke Naturskole, Løvbakkevej 32, Herning.

## Mad - Sundere Julekonfekt Og Knas.

Lør. 21. nov. 2020 kl. 10-14  
V/ Annette Vejs.  
Pris: 265 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Tegnekursus.

Lør. 21. og søn. 22. nov. 2020 kl. 10-15.20  
V/ Kirsten Carlsen.  
Pris: 520 kr.  
Sted: Skolen på Sønderager, Tjalkofskisvej 3, Herning.

## Rammevæv - Væv Et Tørklæde.

Man. 2. til man. 23. nov. 2020 kl. 17-21  
V/ Lone Jensen.  
Pris: 700 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Tegnekursus - Lær At Tegne.

Man. 14. sep. til man. 23. nov. 2020 kl. 18.30-21.05  
V/ Stilyana Hristova Popova.  
Pris: 1100 kr.  
Sted: Skolen på Sønderager, Tjalkofskisvej 3, Herning.

## Solosang.

Man. 17. aug. til man. 23. nov. 2020 kl. 18.30-21  
V/ Hanne Nørtoft Bødtker.  
Pris: 1953 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## Varmtvandstræning.

Man. 10. aug. til man. 23. nov. 2020 kl. 09.15-10  
V/ Pernille T. Bjerrisgaard.  
Pris: 670 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

# silkeborgbib.dk / DET SKER

## **Bland Dig I Debatten.**

Tir. 3. til tir. 24. nov. 2020 kl. 19-20.40  
V/ Brian Duus Nørgaard.  
Pris: 370 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Mindfulness - Få Bedre Livskvalitet (h).**

Tir. 15. sep. til tir. 24. nov. 2020 kl. 17-18  
V/ Steen Keller.  
Pris: 612 kr.  
Sted: Vesterhavshallen, Kongevejen 54, Ringkøbing.

## **Lær At Opbygge Dit Eget Maleri.**

Tir. 15. sep. til tir. 24. nov. 2020 kl. 18.30-21.05  
Du maler allerede, men vil gerne inspireres og øve dig meget mere. v/ Mette Pedersen.  
Pris: 1100 kr.  
Sted: Skolen på Sønderager, Tjalkofskisvej 3, Herning.

## **Mindfulness - Få Bedre Livskvalitet (h).**

Tir. 15. sep. til tir. 24. nov. 2020 kl. 19-20.40  
V/ Steen Keller.  
Pris: 880 kr.  
Sted: Vesterhavshallen, Kongevejen 54, Ringkøbing.

## **Sund Bækkenbund - Sådan.**

Tir. 1. sep. til tir. 24. nov. 2020 kl. 16.45-17.45  
V/ Mette Dybdal Nissen.  
Pris: 703 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Solosang.**

Tir. 18. aug. til tir. 24. nov. 2020 kl. 12.30-15  
V/ Hanne Nørtoft Bødtker.  
Pris: 1953 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Tir. 18. aug. til tir. 24. nov. 2020 kl. 15-17  
V/ Jane Vennersdorf.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: MAJA Marketing, Industrivej 26, Aulum.

## **Solosang.**

Tir. 18. aug. til tir. 24. nov. 2020 kl. 15.30-18  
V/ Rebecca Maria Tinggaard.  
Pris: 1953 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Tir. 18. aug. til tir. 24. nov. 2020 kl. 15.30-18  
V/ Rebecca Maria Tinggaard.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Varmtvandstræning - Hensyntagende.**

Tir. 11. aug. til tir. 24. nov. 2020 kl. 08-08.45  
Træning i vand er rigtigt gavnligt for kroppen på mange måder: belastningen af leddene nedsættes væsentligt af opdriften i vandet, balancen udvikles, hjerte og kredsløb styrkes og anspændte muskler løsnes. v/ Pernille T. Bjerrisgaard.  
Pris: 670 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Varmtvandstræning - Hensyntagende.**

Tir. 11. aug. til tir. 24. nov. 2020 kl. 08.45-09.30  
Træning i vand er rigtigt gavnligt for kroppen på mange måder: belastningen af leddene nedsættes væsentligt af opdriften i vandet, balancen udvikles, hjerte og kredsløb styrkes og anspændte muskler løsnes. v/ Pernille T. Bjerrisgaard.  
Pris: 670 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Varmtvandstræning.**

Tir. 11. aug. til tir. 24. nov. 2020 kl. 14-14.45  
V/ Pernille T. Bjerrisgaard.  
Pris: 670 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Jul.**

Ons. 25. nov. 2020 kl. 19-21.30  
V/ Merete Guldager Dalgaard Knudsen.  
Pris: 275 kr.  
Sted: Lindvigs Blomster, Herning Centret Merkurvej 1, Herning.

## **Billedbehandling Af Dine Fotos.**

Ons. 4. til ons. 25. nov. 2020 kl. 19-21.35  
V/ Carsten Toft Andersen.  
Pris: 648 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Mindfulness - Få Bedre Livskvalitet (h).**

Ons. 16. sep. til ons. 25. nov. 2020 kl. 17-18  
V/ Steen Keller.  
Pris: 612 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Mindfulness - Få Bedre Livskvalitet (h).**

Ons. 16. sep. til ons. 25. nov. 2020 kl. 19-20.40  
V/ Steen Keller.  
Pris: 880 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Ons. 19. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 12-14  
V/ Jane Kragh Mikkelsen.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Solosang.**

Ons. 19. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 12-14  
V/ Jane Kragh Mikkelsen.  
Pris: 1953 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Solosang.**

Ons. 19. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 14-16  
V/ Jane Kragh Mikkelsen.  
Pris: 1953 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Ons. 19. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 14-16  
V/ Jane Kragh Mikkelsen.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Ons. 19. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 15.30-17  
V/ Rebecca Maria Tinggaard.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Solosang.**

Ons. 19. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 15.30-17  
V/ Rebecca Maria Tinggaard.  
Pris: 1953 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Solosang.**

Ons. 19. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 16-18  
V/ Jane Kragh Mikkelsen.  
Pris: 1953 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Ons. 19. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 16-18  
V/ Jane Kragh Mikkelsen.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Trommeundervisning.**

Ons. 19. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 17.30-20.30  
V/ Joel Stumbaugh.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: Herningsholmskolen, Sjællandsgade 86 - 88, Herning.

## **Solosang.**

Ons. 19. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 18-20  
V/ Jane Kragh Mikkelsen.  
Pris: 1953 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Ons. 19. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 18-20  
V/ Jane Kragh Mikkelsen.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Varmtvandstræning.**

Ons. 12. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 10.30-11.15  
V/ Pernille T. Bjerrisgaard.  
Pris: 670 kr.  
Sted: Herning Svømmehal, Brændgårdvej 20, Herning.

## **Varmtvandstræning.**

Ons. 12. aug. til ons. 25. nov. 2020 kl. 13.15-14  
V/ Pernille T. Bjerrisgaard.  
Pris: 670 kr.  
Sted: Herning Svømmehal, Brændgårdvej 20, Herning.

## **Solosang.**

Tor. 20. aug. til tor. 26. nov. 2020 kl. 14.30-17  
V/ Kirstine With.  
Pris: 1953 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Tor. 20. aug. til tor. 26. nov. 2020 kl. 14.30-17  
V/ Kirstine With.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Tor. 20. aug. til tor. 26. nov. 2020 kl. 14.30-17  
V/ Jane Vennersdorf.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: MAJA Marketing, Industrivej 26, Aulum.

## **Solosang.**

Tor. 20. aug. til tor. 26. nov. 2020 kl. 15.30-17  
V/ Rebecca Maria Tinggaard.  
Pris: 1953 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Tor. 20. aug. til tor. 26. nov. 2020 kl. 15.30-17  
V/ Rebecca Maria Tinggaard.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Tor. 20. aug. til tor. 26. nov. 2020 kl. 17-20  
V/ Kirstine With.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

# silkeborgbib.dk

# / DET SKER

## **Solosang.**

Tor. 20. aug. til tor. 26. nov. 2020 kl. 17-20  
V/ Kirstine With.  
Pris: 1953 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Varmtvandstræning (h).**

Tor. 13. aug. til tor. 26. nov. 2020 kl. 10-10.45  
Træning i vand er rigtig gavnligt for kroppen på mange måder: belastningen af leddene nedsættes væsentligt af opdriften i vandet, balancen udvikles, hjerte og kredsløb styrkes og ansprænde muskler løsnes. v/ Pernille T. Bjerrisgaard.  
Pris: 670 kr.  
Sted: Herning Svømmehal, Brændgårdvej 20, Herning.

## **Kol - Og Andre Luftvejslidelser (h).**

Tor. 13. aug. til tor. 26. nov. 2020 kl. 13.15-14.45  
Har du kroniske lungeproblemer? Alle mennesker bør motionere, men mennesker med lungelidelser kan virkelig få det overraskende meget bedre ved hjælp af træning. Nye hold starter igen til efteråret.  
Pris: 1480 kr.  
Sted: Midtjysk Fysioterapi, Vestergade 27, Herning.

## **Varmtvandstræning.**

Tor. 13. aug. til tor. 26. nov. 2020 kl. 14.45-15.30  
V/ Pernille T. Bjerrisgaard.  
Pris: 670 kr.  
Sted: Herning Svømmehal, Brændgårdvej 20, Herning.

## **Varmtvandstræning.**

Fre. 14. aug. til fre. 27. nov. 2020 kl. 07.45-08.30  
V/ Pernille T. Bjerrisgaard.  
Pris: 670 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Varmtvandstræning.**

Fre. 14. aug. til fre. 27. nov. 2020 kl. 08.30-09.15  
V/ Pernille T. Bjerrisgaard.  
Pris: 670 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Varmtvandstræning.**

Fre. 14. aug. til fre. 27. nov. 2020 kl. 09.15-10  
V/ Pernille T. Bjerrisgaard.  
Pris: 670 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Selvforsvar For Kvinder.**

Lør. 24. okt. til lør. 28. nov. 2020 kl. 10-11.30  
V/ Ehsan Ahmad Faizzad.  
Pris: 599 kr.  
Sted: Herning Brydeklub, Høling Knuden 2, Herning.

## **Selvforsvar For Mænd.**

Lør. 24. okt. til lør. 28. nov. 2020 kl. 12-13.30  
V/ Ehsan Ahmad Faizzad.  
Pris: 599 kr.  
Sted: Herning Brydeklub, Høling Knuden 2, Herning.

## **Lær At Lave Dine Egne Budgetter Med Excel.**

Man. 2. til man. 30. nov. 2020 kl. 19-20.40  
V/ Kasper Therkildsen Søndergaard.  
Pris: 540 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Slægtsforskning For Begyndere.**

Man. 21. sep. til man. 30. nov. 2020 kl. 17-18.40  
V/ Bodil Grove Christensen.  
Pris: 800 kr.  
Sted: Herning HF og VUC, Brorsonsvej 2, Herning.

## **Slægtsforskning For Let øvede.**

Man. 21. sep. til man. 30. nov. 2020 kl. 18.50-20.30  
V/ Bodil Grove Christensen.  
Pris: 800 kr.  
Sted: Herning HF og VUC, Brorsonsvej 2, Herning.

## **Italiensk 1- Del 2.**

Man. 7. sep. til man. 30. nov. 2020 kl. 09-10.40  
V/ Antonella Ferrara.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Engelsk Konversation.**

Man. 7. sep. til man. 30. nov. 2020 kl. 09-10.40  
V/ Claudia Shechtman.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Engelsk 3.**

Man. 7. sep. til man. 30. nov. 2020 kl. 11-12.40  
V/ Claudia Shechtman.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Hverdagstysk.**

Man. 7. sep. til man. 30. nov. 2020 kl. 11-12.40  
V/ Anny Jacobsen.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Italiensk 1.**

Man. 7. sep. til man. 30. nov. 2020 kl. 11-12.40  
V/ Antonella Ferrara.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Engelsk 2.**

Man. 7. sep. til man. 30. nov. 2020 kl. 13-14.10  
V/ Claudia Shechtman.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Italiensk 1.**

Man. 7. sep. til man. 30. nov. 2020 kl. 17-18.40  
V/ Antonella Ferrara.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Græsk 1.**

Man. 7. sep. til man. 30. nov. 2020 kl. 17-18.40  
V/ Stephanos Gekas.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Japansk Til Rejsebrug.**

Man. 7. sep. til man. 30. nov. 2020 kl. 19-20.40  
V/ Yuka Baggesen.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Man. 24. aug. til man. 30. nov. 2020 kl. 15-17  
V/ Elena Mogensen.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Klaverundervisning.**

Man. 24. aug. til man. 30. nov. 2020 kl. 17-19.30  
V/ Elena Mogensen.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Pilates For øvede(h).**

Man. 10. aug. til man. 30. nov. 2020 kl. 09.15-10.25  
V/ Marianne Christiansen.  
Pris: 1043 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Pilates For øvede (h).**

Man. 10. aug. til man. 30. nov. 2020 kl. 10.45-11.55  
V/ Marianne Christiansen.  
Pris: 1043 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Pilates For Mænd Begyndere (h).**

Man. 10. aug. til man. 30. nov. 2020 kl. 14-15.30  
V/ Marianne Christiansen.  
Pris: 1043 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Pilates For Begyndere (h).**

Man. 10. aug. til man. 30. nov. 2020 kl. 15.30-16.40  
V/ Marianne Christiansen.  
Pris: 1043 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Fysio-pilates For øvede.**

Man. 10. aug. til man. 30. nov. 2020 kl. 16.45-17.55  
V/ Marianne Christiansen.  
Pris: 1043 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Fransk 2.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl. 09-10.40  
V/ Anne Vibeke Høyer.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Spansk For Turister.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl. 09-10.40  
V/ Aliza Daniela Kristensen.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Spansk 2.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl. 09-10.40  
V/ Maria Isabel Garcia L. Thomsen.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Italiensk 4.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl. 11-12.40  
V/ Antonella Ferrara.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Spansk 1.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl. 11-12.40  
V/ Maria Isabel Garcia L. Thomsen.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Fransk Konversation.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl. 11-12.40  
V/ Mette Dalgaard.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Fransk 1.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl. 17-18.40  
V/ Victoria G. Del Campo.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

# silkeborgbib.dk / DET SKER

## **Italiensk 3.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
17-18.40  
Vi tager udgangspunkt i artikler og andre typer tekster, lytteøvelser m.m., vi diskuterer og kommenterer på italiensk.  
v/ Antonella Ferrara.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Engelsk Samtaletræning.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
17-18.40  
V/ Anne Djurhuus.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Italiensk 2.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
19-20.40  
V/ Antonella Ferrara.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Spansk Conversación.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
19-20.40  
V/ Victoria G. Del Campo.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Rumænsk 1.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
19-20.40  
V/ Marius Ecsner.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Business English.**

Tir. 8. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
19-20.40  
V/ Anne Djurhuus.  
Pris: 920 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Yoga (h).**

Tir. 1. sep. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
09.15-10.45  
V/ Solveig Skov Virkelyst.  
Pris: 1084 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Guitar.**

Tir. 25. aug. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
16.20-18.20  
V/ Ole Brandstrup.  
Pris: 1302 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Stress Af Med Yoga (h).**

Tir. 25. aug. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
16.30-18  
V/ Nikolaj Holme Hansen.  
Pris: 1152 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Yoga For Mænd.**

Tir. 25. aug. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
18.20-19.50  
V/ Nikolaj Holme Hansen.  
Pris: 1152 kr.  
Sted: FOF Kursuscenter, Torvet 12, Herning.

## **Varmtvandtræning.**

Tir. 18. aug. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
10-10.45  
V/ Jeppe Rasmus Højberg.  
Pris: 670 kr.  
Sted: Herning Svømmehal, Brændgårdvej 20, Herning.

## **Varmtvandtræning (h).**

Tir. 18. aug. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
10.45-11.30  
Træning i vand er rigtig gavnligt for kroppen på mange måder: belastningen af leddene nedsættes væsentligt af opdriften i vandet, balancen udvikles, hjerte og kredsløb styrkes og anspændte muskler løsnes. v/ Jeppe Rasmus Højberg.  
Pris: 670 kr.  
Sted: Herning Svømmehal, Brændgårdvej 20, Herning.

## **Varmtvandstræning.**

Tir. 18. aug. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
15.30-16.15  
V/ Ida Bønnerup Rasmussen.  
Pris: 670 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Varmtvandstræning.**

Tir. 11. aug. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
09.30-10.15  
V/ Inge Dueholm Andreassen.  
Pris: 704 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Fysioterapeutisk Træning (h).**

Tir. 11. aug. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
11-12.10  
Læs detaljeret beskrivelse ved hvert hold. v/ Inge Dueholm Andreassen.  
Pris: 1043 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.

## **Fysioterapeutisk Træning (h).**

Tir. 11. aug. til tir. 1. dec. 2020 kl.  
12.10-13.20  
Læs detaljeret beskrivelse ved hvert hold. v/ Inge Dueholm Andreassen.  
Pris: 1043 kr.  
Sted: DGI-huset, Kousgaards Plads 3, Herning.