

Anholt

Aktivitetskalender

Inspiration til grøn hverdagsmad.

Tir. 21. jan. 2020 kl. 17-21

Underviser: Anja Ejsing Rathje. Inspiration til grøn hverdagsmad. Søger du inspiration til at leve sundere, mere grønt og med omtanke for miljøet?. Søger du inspiration til at indføre kødfrie måltider i din hverdag?.

Pris: 215 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Aqua Cross - styrketræning i vand.

Tir. 21. jan. til tir. 31. mar. 2020 10 kursusdage kl. 19-20

Underviser: Freja Malik B. Jessen. Aqua Cross er effektiv motion, og er en træningsform der giver øget styrke og forbedret kondition.

Pris: 400 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Spansk - øvede.

Tir. 21. jan. til tir. 14. apr. 2020 11 kursusdage kl. 19-21.15

Underviser: Pablo Bello. Kurset henvender sig til dig, der har et rimeligt kendskab til spansk, men som gerne vil blive endnu bedre til grammatik og til at føre små samtaler.

Pris: 875 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Akrylmaling - begyndere/øvede.

Ons. 22. jan. til ons. 1. apr. 2020 10 kursusdage kl. 13.30-17.30

Underviser: Anne Berggreen Federer. Dette er et intuitivt akryl malehold hvor du kan udfolde og udfordre dig selv ved hjælp af de mange teknikker vi arbejder med. Kurset er for alle.

Pris: 1100 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Akrylmaling - begyndere/øvede.

Ons. 22. jan. til ons. 1. apr. 2020 10 kursusdage kl. 18-21.30

Underviser: Anne Berggreen Federer. Dette er et intuitivt akryl malehold hvor du kan udfolde og udfordre dig selv ved hjælp af de mange teknikker vi arbejder med. Kurset er for alle.

Pris: 1100 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Slægtsforskning - begyndere.

Tor. 23. jan. til tor. 2. apr. 2020 10 kursusdage kl. 19-21

Underviser: Bodil Grove Christensen. Kender du din families historie?. Har du set på anebillederne og fundet lighedstræk og undrer dig over, hvordan dine aners liv har været, og hvor de har boet?.

Pris: 830 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Mindfulness - begynder/let øvet.

Lør. 25. og søn. 26. jan. 2020 2 kursusdage kl. 09-13

Underviser: Lene Bisgaard. Workshop for begyndere og let øvede. Mindfulness øger din bevidsthed om det der sker lige nu.

Pris: 350 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdseleksrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Søn. 26. jan. 2020 kl. 09-13

Underviser: Jan Glüich Hansen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdseleksrelateret førstehjælp.

Søn. 26. jan. 2020 kl. 09-17.45

Underviser: Jan Glüich Hansen. intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdseleksrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Inspiration til grøn hverdagsmad.

Tir. 28. jan. 2020 kl. 17-21

Underviser: Anja Ejsing Rathje. Inspiration til grøn hverdagsmad. Søger du inspiration til at leve sundere, mere grønt og med omtanke for miljøet?. Søger du inspiration til at indføre kødfrie måltider i din hverdag?.

Pris: 215 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Giv dig og dit barn en god start efter fødslen.

Tir. 28. jan. til tir. 10. mar. 2020 6 kursusdage kl. 14-16.30

Underviser: Hanne Fejerskov. Ud fra korte teoretiske oplæg arbejder vi med motoriske øvelser for spædbørn og babymassage. Derefter laver vi øvelser med fokus på træning efter fødsel.

Pris: 550 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Klimaændringer.

Tir. 4. feb. 2020 kl. 10-12

Underviser: Uwe Lindholdt. Klimaændringer er uden tvivl et af de største natur- og miljøproblemer vi har i dag. Hvorfor er der så meget uenighed herom blandt forskere, politikere og befolkning, for som nogle siger, så har klimaet jo altid ændret sig?.

Pris: 70 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Anholt

Aktivitetskalender

Skriv klart.

Ons. 5. til ons. 26. feb. 2020 3 kursusdage kl. 17-18.45
Underviser: Thue Grum-Schwensen. At skrive let og klart er svært, men det er vigtigt, hvis du vil have læsere. Det er svært at skrive, så sproget virker let. På kurset vil vi arbejde med at skrive kort, klart og præcist.

Pris: 320 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Gør dit budskab effektivt.

Ons. 5. til ons. 26. feb. 2020 3 kursusdage kl. 19-20.45
Underviser: Thue Grum-Schwensen. Hvis du, din virksomhed eller din forening har noget på hjertet, hjælper det ikke at beholde det i hjertet - det skal ud til flere.

Pris: 320 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Flødebollekursus.

Tor. 6. feb. 2020 kl. 17-21

Underviser: Flemming Klug. En flødebolle er ikke bare en flødebolle og mon ikke du har din helt egen favorit blandt de mange nye smagsvarianter der er kommet de seneste år.

Pris: 185 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Engelsk - let konversation.

Tor. 6. feb. til tor. 7. maj 2020 12 kursusdage kl. 19-20.45

Underviser: Margarita Sindu Utomo. Holdet er for dig der har lært lidt engelsk, og forstår sproget. Du kan formulere enkle sætninger med et begrænset ordforråd.

Pris: 835 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdselsrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Lør. 8. feb. 2020 kl. 09-13

Underviser: Jan Glüich Hansen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdselsrelateret førstehjælp.

Lør. 8. til lør. 15. feb. 2020 2 kursusdage kl. 09-17.45

Underviser: Jan Glüich Hansen. intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdselsrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Hæklekursus - begynder/let øvet.

Man. 17. feb. til man. 16. mar. 2020 5 kursusdage kl. 19-21.45

Underviser: Tine Mikaelson. Den første aften snakker vi om, hvilke forventninger du har til kurset.

Pris: 635 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Kend dit kamera - begynder.

Man. 17. feb. til man. 23. mar. 2020 6 kursusdage kl. 19-21

Underviser: Claus Eriksen. Er du den lykkelige ejer af et spejlrefleks kamera eller systemkamera?. Kunne du tænke dig at blive mere dus med dit kamera og lære at tage bedre billeder?. Du lærer bl.a. om:.

Pris: 650 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Jannis Kounellis - Frihed eller døden.

Tir. 18. feb. 2020 kl. 10-12

Underviser: Holger Reenberg. Man kan ikke undslippe 3000 års kulturhistorie, så hvordan er det at være moderne under vægten af tradition og historie? Sådan spørger den italienske kunstner Jannis Kounellis (1936-2017).

Pris: 70 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Indisk vegetar mad.

Tir. 18. feb. 2020 kl. 17.30-20.30

Underviser: Hema Ramachandran. Kom med på en kulinarisk rejse ind i det indiske køkken. Lær at lave sunde og lækre indiske vegetarretter på en lettere måde.

Pris: 200 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Førstehjælp - repetitionskursus for alle.

Tir. 18. feb. 2020 kl. 17.45-21.15

Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Førstehjælp - repetitionskursus for alle. Kurset henvender sig til dig, der gerne vil have genopfrisket dit førstehjælpsbevis. Indhold: Bevidsthedstilstand.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Raku - begynder/øvet.

Tir. 18. feb. til lør. 14. mar. 2020 4 kursusdage kl. 19-21.40

Underviser: Lone Holm. Raku stammer fra Japan og betyder rendyrket nydelse, og det er lige, hvad det er. Der er så mange måder at udtrykke sig på gennem leret.

Pris: 735 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Anholt

Aktivitetskalender

Bukser og nederdele i fast stof.

Lør. 22. og søn. 23. feb. 2020 2 kursusdage kl. 10-16.30
Underviser: Doris Vestergaard. Sidder bukserne og nederdelen ikke korrekt? Så er dette weekendhold lige det, du mangler. På dette kursus vil du lære at konstruere bukser og nederdele efter dine mål.

Pris: 735 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdselsrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Søn. 23. feb. 2020 kl. 09-13
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdselsrelateret førstehjælp.

Søn. 23. feb. 2020 kl. 09-17.45
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdselsrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Glaskunst - begynder/øvet.

Man. 24. feb. til man. 30. mar. 2020 6 kursusdage kl. 19-21.40
Underviser: Lone Holm. Glas har altid fascineret os mennesker. Du behøver ingen forudsætninger for at deltage udover lysten til at skabe dine egne kunstværker i glas.

Pris: 795 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Indisk vegetar mad.

Tir. 25. feb. 2020 kl. 17.30-20.30
Underviser: Hema Ramachandran. Kom med på en kulinarisk rejse ind i det indiske køkken. Lær at lave sunde og lækre indiske vegetarretter på en lettere måde.

Pris: 200 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Førstehjælp - Erhverv/Varevogne.

Tir. 25. feb. til tir. 3. mar. 2020 2 kursusdage kl. 17.45-21.15
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Dette kursus henvender sig til dig, der kører erhvervskørsel i et køretøj under 3500 kg, og som dermed tilbringer meget tid i din bil og i trafikken.

Pris: 440 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Enneagrammet - de 9 personlighedstyper.

Ons. 26. feb. til ons. 25. mar. 2020 2 kursusdage kl. 19-21
Underviser: Lisbeth Rørbæk Søndergaard. Enneagrammet giver en bevidsthed om, hvad årsagen er til min adfærd. Jeg styre mit selv mit sind og dermed mine resultater (citat fra Neuro Lingvistisk Programmering).

Pris: 220 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Fransk - begynder.

Tor. 27. feb. til tor. 28. maj 2020 12 kursusdage kl. 18-20
Underviser: Maiken Nielsen. Nu er der mulighed for at lære fransk i Skive og omegn.

Pris: 955 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

IT for begyndere.

Lør. 29. feb. 2020 kl. 09-16.20
Underviser: Niels Danstrup. Undervisningen tilpasses såvidt det er muligt til den enkeltes behov. Dagens 4 emner kan give dig indblik i om du senere skal købe en pc eller en Ipad / Tablet, da de anvendes på lidt forskellig vis.

Pris: 395 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Raku - begynder/øvet.

Søn. 1. til søn. 15. mar. 2020 2 kursusdage kl. 09-16.45
Underviser: Lone Holm. Raku stammer fra Japan og betyder rendyrket nydelse, og det er lige, hvad det er. Der er så mange måder at udtrykke sig på gennem leret.

Pris: 660 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Knud Sørensens forfatterskab.

Tir. 3. mar. 2020 kl. 10-12

Underviser: Johannes Riis.

Pris: 70 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Kropssprog.

Tir. 3. mar. 2020 kl. 19-21
Underviser: Michael Grankvist Sørensen. Alle har glæde af at forstå hvordan vi kommunikerer og omgås hinanden. Vores kropssprog betyder alt for hvordan vi har det med hinanden og ikke mindst, hvordan vi har det med os selv.

Pris: 110 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Word - Tekstbehandling.

Lør. 7. mar. 2020 kl. 09-16.20

Underviser: Niels Danstrup. Formålet med kurset er, at sætte kursisterne i stand til at benytte de grundlæggende funktioner i Word, og dermed være i stand til at benytte de basale funktioner.

Anholt

Aktivitetskalender



Indholdet af kurset omfatter:.

Pris: 395 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Søn. 8. mar. 2020 kl. 09-13

Underviser: Jan Glüich Hansen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrelateret førstehjælp.

Søn. 8. mar. 2020 kl. 09-17.45

Underviser: Jan Glüich Hansen. intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdelsesrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Indisk vegetar mad.

Ons. 11. mar. 2020 kl. 17.30-20.30

Underviser: Hema Ramachandran. Kom med på en kulinarisk rejse ind i det indiske køkken. Lær at lave sunde og lækre indiske vegetarretter på en lettere måde.

Pris: 200 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Hjemmesider med WordPress.

Lør. 14. og søn. 15. mar. 2020 2 kursusdage kl. 10-16.25

Underviser: Dennis Blomholt. WordPress er et af de største og mest brugervenlige gratis blog- og CMS-værktøjer i verden og det findes på dansk. Lær at bruge WordPress til at lave alt fra blogs, personlige hjemmesider, firmasider og evt. webshops.

Pris: 795 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Erik Scavenius - Mellem løgn og overlevelse.

Tir. 17. mar. 2020 kl. 10-12

Underviser: Birgithe Kosovic. Erik Scavenius, leder af regeringen under besættelsen, er i manges øjne danmarkshistoriens største landsforræder. Her møder vi ham både som politiker og som ægtemand i en udmarvende ægteskabskamp.

Pris: 70 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Indisk vegetar mad.

Ons. 18. mar. 2020 kl. 17.30-20.30

Underviser: Hema Ramachandran. Kom med på en kulinarisk rejse ind i det indiske køkken. Lær at lave sunde og lækre indiske vegetarretter på en lettere måde.

Pris: 200 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Smykker - lav et unikt smykke.

Ons. 18. mar. 2020 kl. 18-21

Underviser: Kirsten Schmidt. På dette kursus får du mulighed for, at sætte dit helt eget præg på et smykke, og dette unikke smykke får du med hjem.

Pris: 195 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Kærlighedens 5 sprog.

Ons. 18. mar. 2020 kl. 19-21

Underviser: Lisbeth Rørbæk Søndergaard. Mange mennesker oplever, at de ikke føler sig set, hørt og forstået i deres parforhold.

Pris: 110 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Mindfulness - begynder/let øvet.

Lør. 21. og søn. 22. mar. 2020 2 kursusdage kl. 09-13

Underviser: Lene Bisgaard. Workshop for begyndere og let øvede. Mindfulness øger din bevidsthed om det der sker lige nu.

Pris: 350 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Søn. 22. mar. 2020 kl. 09-13

Underviser: Jan Glüich Hansen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrelateret førstehjælp.

Søn. 22. mar. 2020 kl. 09-17.45

Underviser: Jan Glüich Hansen. intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdelsesrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Inspiration til vegansk bagværk og desserter.

Tir. 24. mar. 2020 kl. 17-21

Underviser: Anja Ejsing Rathje. Søger du inspiration til at bage lækker vegansk brød, skønne kager og dejlige desserter?. Så er kurset "Inspiration til vegansk bagværk og desserter" noget for dig.

Pris: 215 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Anholt

Aktivitetskalender

Ryg stabiliserende træning - hensyntagende.

Tor. 26. mar. til tor. 28. maj 2020 8 kursusdage kl. 18-19
Underviser: Brian Langhoff. Undervisningen finder sted i
Træningslokalet på Møllegården i Skive. Træning af CORE
stabilitet for ryg og mave.

Pris: 420 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Ryg stabiliserende træning - hensyntagende.

Tor. 26. mar. til tor. 28. maj 2020 8 kursusdage kl. 19.15-20.15
Underviser: Brian Langhoff. Undervisningen finder sted i
Træningslokalet på Møllegården i Skive. Træning af CORE
stabilitet for ryg og mave.

Pris: 420 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

PowerPoint - Præsentationsprogram.

Lør. 28. mar. 2020 kl. 09-16.20

Underviser: Niels Danstrup. Formålet med kurset er, at sætte
kursisterne i stand til at benytte de grundlæggende funktioner i
PowerPoint, og dermed være i stand til at benytte de basale
funktioner. Indholdet af kurset omfatter .:

Pris: 395 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Union of Three Hearts Meditation.

Lør. 28. og søn. 29. mar. 2020 2 kursusdage kl. 09-12

Underviser: Birgitta-Maria Lohse. Denne smukke meditation åbner
hjertet ind i betingelsesløs kærlighed, som leder dig ind i
sammenhæng og har en opløftende effekt i psyken.

Pris: 275 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Kjolegrundform i strækstof/jersey.

Lør. 28. og søn. 29. mar. 2020 2 kursusdage kl. 10-16.30

Underviser: Doris Vestergaard. Jerseykjoler er populære som
aldrig før! Kjolerne er syet i stræk- og jersey-stoffer og pyntet efter
smag og behag. På dette kursus vil du lære at sy i strækstof og
designe dine helt egne modeller.

Pris: 735 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Inspiration til vegansk bagværk og desserter.

Tir. 31. mar. 2020 kl. 17-21

Underviser: Anja Ejsing Rathje. Søger du inspiration til at bage
lækkert vegansk brød, skønne kager og dejlige desserter?. Så er
kurset "Inspiration til vegansk bagværk og desserter" noget for
dig.

Pris: 215 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Guitar - repetition.

Ons. 1. apr. til ons. 6. maj 2020 5 kursusdage kl. 15-17.30

Underviser: Birger Andersen. Dette kursus er for dig, der ikke har
spillet guitar i et stykke tid, og har brug for at genopfriske dine
færdigheder. Undervejs i forløbet finder vi sammen nogle sange af
forskellig sværhedsgrad.

Pris: 600 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Nordisk Granit - rundvisning.

Tor. 2. apr. 2020 kl. 10-12

Underviser: Palle Jepsen. Kom og få en rundvisning og se et
topmoderne værksted, og få et lille indblik i en stenhuggers
arbejde.

Pris: 70 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdselsrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Søn. 5. apr. 2020 kl. 09-13

Underviser: Jan Glüich Hansen. Førstehjælp i forbindelse med
erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter,
at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit
førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdselsrelateret førstehjælp.

Søn. 5. apr. 2020 kl. 09-17.45

Underviser: Jan Glüich Hansen. intet kørekort uden førstehjælp -
det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdselsrelateret
førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Førstehjælp - repetitionskursus for alle.

Tor. 16. apr. 2020 kl. 17.45-21.15

Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Førstehjælp -
repetitionskursus for alle. Kurset henvender sig til dig, der gerne vil
have genopfrisket dit førstehjælpsbevis. Indhold:
Bevidsthedstilstand.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdselsrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Søn. 19. apr. 2020 kl. 09-13

Underviser: Jan Glüich Hansen. Førstehjælp i forbindelse med
erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter,
at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit
førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Anholt

Aktivitetskalender

Færdselsrelateret førstehjælp.

Søn. 19. apr. 2020 kl. 09-17.45

Underviser: Jan Glüich Hansen. intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdselsrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Indisk vegetar mad.

Tor. 23. apr. 2020 kl. 17.30-20.30

Underviser: Hema Ramachandran. Kom med på en kulinarisk rejse ind i det indiske køkken. Lær at lave sunde og lækre indiske vegetarretter på en lettere måde.

Pris: 200 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Excel - Regneark.

Lør. 25. apr. 2020 kl. 09-16.20

Underviser: Niels Danstrup. Formålet med kurset er, at sætte kursisterne i stand til at benytte de grundlæggende funktioner i Excel, og dermed være i stand til at benytte de basale funktioner.

Pris: 395 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Førstehjælp - Erhverv/Varevogne.

Tir. 28. apr. til tir. 5. maj 2020 2 kursusdage kl. 17.45-21.15

Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Dette kursus henvender sig til dig, der kører erhvervskørsel i et køretøj under 3500 kg, og som dermed tilbringer meget tid i din bil og i trafikken.

Pris: 440 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Indisk vegetar mad.

Ons. 29. apr. 2020 kl. 17.30-20.30

Underviser: Hema Ramachandran. Kom med på en kulinarisk rejse ind i det indiske køkken. Lær at lave sunde og lækre indiske vegetarretter på en lettere måde.

Pris: 200 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdselsrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Søn. 3. maj 2020 kl. 09-13

Underviser: Jan Glüich Hansen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdselsrel. førstehjælp.

Søn. 3. maj 2020 kl. 09-17.45

Underviser: Jan Glüich Hansen. intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdselsrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Nordisk Granit - rundvisning.

Tir. 5. maj 2020 kl. 15-17

Underviser: Palle Jepsen. Kom og få en rundvisning og se et topmoderne værksted, og få et lille indblik i en stenhuggers arbejde.

Pris: 70 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

KOLAM - tegning og matematik.

Ons. 6. maj 2020 kl. 17.30-19.15

Underviser: Hema Ramachandran. Kurset er for dig, der vil være kreativ samtidig med, at dine matematiske evner kommer i spil og helt sikkert bliver udfordret.

Pris: 125 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Sy dit eget undertøj.

Lør. 9. og søn. 10. maj 2020 2 kursusdage kl. 09-16

Underviser: Lis Lundholm. Du kan lære at sy alt indenfor undertøj - trusser, bh'er med eller uden bøjle samt chemiser. Som hjælp til de forskellige syteknikker bruger vi undervisningsmaterialet, du fik på begynderkurset.

Pris: 695 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Grøn sløjd - skammelkursus.

Lør. 9. og søn. 10. maj 2020 2 kursusdage kl. 09-18

Underviser: Peter Nyby og Andreas Svane. Et intensivt kursus for dig som har lyst til at lære et godt gammelt håndværk, samt få en hjemmelavet skammel med hjem.

Pris: 1600 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Søgemaskineoptimering.

Lør. 9. og søn. 10. maj 2020 2 kursusdage kl. 10-16.25

Underviser: Dennis Blomholt. Overvej du at få lavet en hjemmeside eller har du én allerede men vil have flere besøgende/kunder, så lær alt om SEO på dette kursus.

Pris: 795 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Anholt Aktivitetskalender

Ba Duan Jin Qi Gong: De 8 Silkeøvelser.

Man. 11. maj til man. 15. jun. 2020 5 kursusdage kl. 16.45-18.15
Underviser: Birgitta-Maria Lohse. I Kina og Korea har man i flere tusinde år brugt disse 8 enkle øvelser for at få en sund, stærk og smidig krop. Du styrker muskler og knogler- på sigt kan ledsmerter afhjælpes og knogleskørhed forebygges.

Pris: 425 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

9 Turns Meditation og de 6 Helbredende Lyde.

Man. 11. maj til man. 15. jun. 2020 5 kursusdage kl. 18.30-20.15
Underviser: Birgitta-Maria Lohse. 9 Turns: Meditationen udføres liggende uden anstrengelse. Den påvirker cirkulationen af livskraft/Qi i hele kroppen og styrker dig i både krop og sind. Meditationen er en del af Sheng Zhen Meditation.

Pris: 425 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Sol Hilsenen Yoga og Lys-meditation.

Tir. 12. maj til tir. 16. jun. 2020 6 kursusdage kl. 17-18.30
Underviser: Birgitta-Maria Lohse. Sol Hilsenen er en meget dynamisk serie af yogastillinger, som du lærer at udføre i et sammenhængende flow.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

KOLAM - tegning og matematik.

Ons. 13. maj 2020 kl. 17.30-19.15

Underviser: Hema Ramachandran. Kurset er for dig, der vil være kreativ samtidig med, at dine matematiske evner kommer i spil og helt sikkert bliver udfordret.

Pris: 125 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Lør. 16. maj 2020 kl. 09-13

Underviser: Jan Glüich Hansen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrelateret førstehjælp.

Lør. 16. maj 2020 kl. 09-17.45

Underviser: Jan Glüich Hansen. intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdelsesrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Jakker og cardigans i strækstof/jersey.

Lør. 16. og søn. 17. maj 2020 2 kursusdage kl. 10-16.30

Underviser: Doris Vestergaard. Jakke & cardigans i strækbare stoffer.

Pris: 735 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Sy dit eget undertøj.

Lør. 23. og søn. 24. maj 2020 2 kursusdage kl. 09-16

Underviser: Lis Lundholm. Du kan lære at sy alt indenfor undertøj - trusser, bh'er med eller uden bøjle samt chemiser. Som hjælp til de forskellige syteknikker bruger vi undervisningsmaterialet, du fik på begynderkurset.

Pris: 695 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Lør. 30. maj 2020 kl. 09-13

Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrelateret førstehjælp.

Lør. 30. maj 2020 kl. 09-17.45

Underviser: Marianne Mikjær Christensen. intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdelsesrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Søn. 7. jun. 2020 kl. 09-13

Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.

Pris: 330 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrelateret førstehjælp.

Søn. 7. jun. 2020 kl. 09-17.45

Underviser: Marianne Mikjær Christensen. intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdelsesrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Anholt

Aktivitetskalender

De 5 Tibetanere Yoga og let Qi-massage.

Lør. 13. og søn. 14. jun. 2020 2 kursusdage kl. 09-12
Underviser: Birgitta-Maria Lohse. Denne smukke meditation åbner hjertet ind i betingelsesløs kærlighed, som leder dig ind i samhørighed og har en opløftende effekt i psyken.
Pris: 275 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Søn. 14. jun. 2020 kl. 09-13
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.
Pris: 330 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrelateret førstehjælp.

Søn. 14. jun. 2020 kl. 09-17.45
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdelsesrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.
Pris: 510 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Tir. 16. jun. 2020 kl. 16-21
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.
Pris: 330 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrelateret førstehjælp.

Tir. 16. og ons. 17. jun. 2020 2 kursusdage kl. 16-21
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdelsesrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.
Pris: 510 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Kjølegrundform i fast stof.

Lør. 20. og søn. 21. jun. 2020 2 kursusdage kl. 10-16.30
Underviser: Doris Vestergaard. Sidder tøjet aldrig helt rigtigt? Så er dette weekendkursus lige det, du har brug for. Du vil lære at sy og tilrette din helt personlige grundform til fast stof.
Pris: 735 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Førstehjælp - Erhverv/Varevogne.

Tir. 23. til tir. 30. jun. 2020 2 kursusdage kl. 17.45-21.15
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Dette kursus henvender sig til dig, der kører erhvervskørsel i et køretøj under 3500 kg, og som dermed tilbringer meget tid i din bil og i trafikken.
Pris: 440 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Lør. 27. jun. 2020 kl. 09-13
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.
Pris: 330 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrelateret førstehjælp.

Lør. 27. jun. 2020 kl. 09-17.45
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdelsesrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.
Pris: 510 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Søn. 5. jul. 2020 kl. 09-13
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.
Pris: 330 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrelateret førstehjælp.

Søn. 5. jul. 2020 kl. 09-13
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdelsesrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.
Pris: 510 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Færdelsesrel. førstehjælp - du har knallertkørekort.

Lør. 18. jul. 2020 kl. 09-13
Underviser: Marianne Mikjær Christensen. Førstehjælp i forbindelse med erhvervelse af kørekort er obligatorisk, og dette hold forudsætter, at du har taget KNALLERTKØREKORT, og at dit førstehjælpsbevis er under 2 år gammel.
Pris: 330 kr.
Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.

Anholt

Aktivitetskalender

Færdselsrelateret førstehjælp.

Lør. 18. jul. 2020 kl. 09-17.45

Underviser: Marianne Mikjær Christensen. intet kørekort uden førstehjælp - det siger loven! Du skal have et 8 timers kursus i færdselsrelateret førstehjælp inden din teoriprøve.

Pris: 510 kr.

Sted: AOF Skive, Hjalmar Kjems Allé 4, Skive.