

**Tamilsk Dans, Musik og Instrument.**

Fre. 8. jan. til fre. 18. jun. 2021 18 kursusdage kl. 16.45  
Underviser: Karthic Manoharan. Hold 321110a.  
Gratis.  
Sted: Herningsholmskolen, Sjællandsgade 86 - 88, Herning.

**Senior Fit.**

Tor. 3. jun. til tor. 9. sep. 2021 10 kursusdage kl. 10  
Underviser: Birthe Sturm Andersen. Senior træning kommer omkring alle kroppens muskler med stående og liggende øvelser. Der benyttes til tider redskaber, men fokus er mere rettet mod bevægelighed, styrke, balance samt koordination.  
Pris: 572 kr.  
Sted: Bornholmsvej 10, Bornholmsvej 10, Herning.

**Klangmeditation.**

Fre. 18. jun. 2021 kl. 14.30  
Underviser: Birthe Sturm Andersen. Klangmeditation består af lydhealing, hvor syngeskåle og andre meditative instrumentet står omkring dig eller bevæges tæt på hele din krop.  
Pris: 100 kr.  
Sted: Bornholmsvej 10, Bornholmsvej 10, Herning.

**Klangmeditation.**

Fre. 25. jun. 2021 kl. 14.30  
Underviser: Birthe Sturm Andersen. Klangmeditation består af lydhealing, hvor syngeskåle og andre meditative instrumentet står omkring dig eller bevæges tæt på hele din krop.  
Pris: 100 kr.  
Sted: Bornholmsvej 10, Bornholmsvej 10, Herning.

**Færdselsrelateret Førstehjælp D. 27/6 2021.**

Søn. 27. jun. 2021 kl. 09-17  
Når du tager kørekort, er et kursus i førstehjælp en obligatorisk del af forløbet, hvor du lærer om færdselsrelateret førstehjælp. Begrænset antal pladser.  
Pris: 550 kr.  
Sted: Sinus Førstehjælp, Naurvej 35, Holstebro.