

FLEX-KURSE 2021

Neben unseren regulären Veranstaltungen möchten wir euch in diesem Sommer kurze Workshops, besondere Themen oder einfach etwas Spaßiges oder Gesundes anbieten. Unter fachkundiger Anleitung wollen wir in kleineren Gruppen Spaß an Gemeinschaft haben und uns jeweils mit einem besonderen Thema beschäftigen. Wenn du dir vorstellen kannst, auch eine FLEX-Gruppe zu initiieren, dann melde dich gerne bei Rüdiger Weigel:
weigel.r@online.de

Unsere Flex-Kurse bieten eine gute Möglichkeit, um Bekannte, Kollegen einzuladen & Neues kennenzulernen.



Bereits ab Juni kannst du dich und Freunde oder Bekannte online anmelden unter:
www.efg-straubing.de

Meine Lieblingsbeschäftigung	Foto-Workshop mit Foto-Ausstellung: Gemeinsame Planung, Motivsuche, Fotoauswahl.	5-7 Teilnehmer/innen Ort: EFG-Straubing mit Gerhard Hänsel	Mittwoch 17.00 Uhr
Gesunder Rücken	Nach einer kurzen Einführung zur Rückengesundheit wollen wir gemeinsam unseren Rücken fit machen. Bitte Sportkleidung und Gymnastikmatte mitbringen.	max. 15 Teilnehmer/innen Ort: EFG-Straubing mit Ulrike Schlosser	Donnerstag 18.00 Uhr
Uns geht ein Licht auf	Einführung in professionelle Lichttechnik: - Theoretische Grundlagen mit ersten analogen Versuchen - Einstellung der Lampen/Geräte mit ersten digitalen Versuchen - Programmieren einer Lichtshow für deinen Lieblings-Song Voraussetzung: Begeisterung für innovative Technik!	max. 10 Teilnehmer/innen Ort: EFG-Straubing mit Johan Drogd	Donnerstag 19.00 Uhr
Bogenschießen	Bogenschießen ist Training für Körper und Geist, Kraft und Konzentration. Voraussetzung: viel Spaß und gute Laune. (Equipment wird gestellt)	4 Teilnehmer/innen Ort: Dorfstraße 28, 93099 Schönach mit Franz Engl	Freitag 17.00 Uhr
Workshop Live-Tontechnik	Wie Anfänger und Fortgeschrittene den perfekten Sound mischen können. Voraussetzung: Begeisterung für innovative Technik.	max. 10 Teilnehmer/innen Ort: EFG-Straubing mit Hans Leitenmeier & Daniel Warkentin	Freitag 18.30 Uhr
Wanderungen	Schöne Ziele und nette Begleiter/innen machen müde Waden munter! Vier wunderbare Wanderangebote: - Durch das wilde Perlbachtal (10 Km / 200 Hm) - Durchs Kanonenrohr auf zwei Tausender (9 Km / 470 Hm) - Körper, Kultur und Seele pflegen am Hennenkobel (8,5 Km / 300 Hm) - Holprige Waldwege und zünftige Einkehr (12,5 Km / 535 Hm)	Teilnehmerzahl unbegrenzt Ort: Bayerischer Wald mit Kerstin und Peter Wagner	Samstag

Konkrete Termine der Kurse und mögliche Änderungen findest du auf der Anmeldungsseite unserer Homepage:

www.efg-straubing.de