



Kurs-Heft

2026



Liebe Werkstattbeschäftigte, liebe Teilnehmende,

mit diesem Heft möchten wir Dir wieder viele spannende Kurse und Angebote vorstellen. Sie sollen Dir Freude machen, Dir neue Möglichkeiten eröffnen und Dich im Alltag bereichern.

Vielleicht findest Du etwas, das Du schon immer einmal ausprobieren wolltest. Vielleicht entdeckst Du auch eine ganz neue Stärke bei Dir. Wichtig ist: Du entscheidest, was zu Dir passt, und kannst in Deinem Tempo Neues kennenlernen.

Die Kurse im Heft sind unterschiedlich: Manche kannst Du standortübergreifend besuchen, andere gibt es speziell an Deinem Standort. So wollen wir Dir ein Angebot machen, das nah bei Dir ist – und gleichzeitig die Chance gibt, über den eigenen Standort hinaus Kontakte zu knüpfen.

Blättere gerne durch, sprich mit anderen darüber und melde Dich an, wenn Dich ein Angebot neugierig macht. Ich wünsche Dir viel Freude beim Entdecken und natürlich beim Mitmachen.

Herzliche Grüße
Dein Emilio

Bitte beachte: Die Texte in diesem Heft sollen **einfach lesbar** sein.

Deshalb verwenden wir manchmal nur die männliche oder die weibliche Schreibweise.

Wir schreiben zum Beispiel: „Jeder Beschäftigte kann teilnehmen.“

Damit meinen wir aber Menschen jedes Geschlechts:
weiblich, männlich und divers.

Liebe Werkstatt-Beschäftigte,

das Kurs-Heft wurde neugestaltet – mit vielen spannenden Angeboten für euch!
Die Kurse bieten euch die Möglichkeit, Neues zu lernen, euch weiterzuentwickeln
und gemeinsam Spaß zu haben.

In der Werkstatt wird viel geleistet: Ihr arbeitet mit viel Einsatz, helft euch gegenseitig und gebt euer Bestes.

Doch es geht um mehr: um Gemeinschaft, Begegnungen, Gespräche, Feste –
und EUCH!

Denn damit all das lebendig bleibt, braucht es DICH als Teilnehmende oder Teilnehmender.

Mitmachen bedeutet:

Neues ausprobieren

Andere besser kennenlernen

Eigene Ideen einbringen

Freude teilen oder etwas wagen

Jede und jeder von euch hat besondere Stärken. Gemeinsam entsteht daraus
etwas Schönes: Abwechslung, Miteinander und Freude.

Lass dich vom Kurs-Heft inspirieren und such dir aus, was zu dir passt.
Wir wünschen dir viel Spaß, gute Begegnungen und schöne Erlebnisse!

Dein Werkstattatrat

Begleitende Maßnahmen

Warum bietet der wertkreis Gütersloh gGmbH
Begleitende Maßnahmen an?

Es ist wichtig, das eigene Leben gut zu gestalten.
Deshalb bietet der wertkreis Gütersloh viele Kurse an.
So kann man während der Arbeitszeit
neue Dinge lernen, aktiv werden oder
sich zwischendurch mal entspannen.

**Kann jede oder jeder
Teilnehmer
alles mitmachen?**



Jeder kann an **Begleitenden Maßnahmen** teilnehmen.

ABER: Es gibt einige **Regeln**.

Die Teilnehmenden müssen **für manche** Maßnahmen
bestimmte Dinge können oder mitbringen:

- zum Beispiel Lesen
- geschickte Finger haben
- Trinkflasche mitbringen

In der Kursbeschreibung steht das ganz unten in diesem Feld:



Wichtig:

Manche Angebote sind offen für **alle Beschäftigten** aus allen Standorten.
Wir nennen diese Kurse Standortübergreifende Kurse.

Angebote **für alle** sehen so aus:



In diesem Jahr erhält jeder Standort ein eigenes Kursheft.

Es gibt auch **Kurse**, zu denen sich nur Beschäftigte aus bestimmten Werkstatt-Standorten anmelden können.



Die roten Angebote sind **nur** für Beschäftigte aus dem Standort Gütersloh: **Fritz-Blank-Straße 147.**



Die grauen Angebote sind **nur** für Beschäftigte aus dem Standort Gütersloh: **Hans-Böckler-Straße 53.**



Die lila Angebote sind **nur** für Beschäftigte aus dem Standort Gütersloh: **Im Heidkamp 20.**



Die orangen Angebote sind **nur** für Beschäftigte aus dem Standort Brockhagen: **Michaelisstraße 4.**



Die gelben Angebote sind **nur** für Beschäftigte aus dem Standort Halle: **Kleine Heide 3.**



Die blauen Angebote sind **nur** für Beschäftigte aus dem Standort Rietberg: **Industriestraße 7c.**



Die braunen Angebote sind **nur** für Beschäftigte aus dem Standort Wiedenbrück: **Holunderstraße 34.**



Die grünen Angebote sind **nur** für Beschäftigte aus dem Grünen Bereich.

Anmeldung

Der Anmeldezeitraum endet am 28. November 2025.

Die Anmeldung für die einzelnen Kurse geht **nur** unter Anleitung der zuständigen Bezugsbetreuung in der Werkstatt.

Dabei werden jedem Werkstatt-Beschäftigten die verschiedenen Kurs-Angebote am Computer oder im Kursheft gezeigt und anschließend nach Wunsch angemeldet.

Die Werkstatt-Beschäftigten aus dem Arbeits-Bereich können sich nur zu Kursen an Ihrem Standort und für Standortübergreifende Kurse anmelden.

Damit Du an einem Sport- oder Kreativ-Kurs teilnehmen kannst, **musst** Du Dich auch an einem Berufsqualifizierenden Kurs anmelden.

Du kannst Dich also für 1 **Berufsqualifizierenden Kurs** und für maximal 2 andere Kurse - wenn Du in Teil-Zeit arbeitest, nur für 1 anderen Kurs anmelden.

Teilnehmende der **Beruflichen Bildung** haben ein eigenes Kurs-System (im FiLB) und können sich nur nach Absprache mit dem zuständigen Sozialdienst an den Kurs-Angeboten dieses Heftes anmelden.

Beschäftigte der **Beruflichen Inklusion** haben ein eigenes Kurs-Heft und können sich nur nach Absprache mit dem zuständigen Sozialdienst an den Kursen einzelner Standorte anmelden.

Wichtig: Jeder Kurs zählt als ein Kurs, egal wie lang oder häufig er ist.

Diese Veranstaltungen können zusätzlich von allen gebucht werden:

- Informations-Veranstaltung „Arbeits-Möglichkeiten in Firmen“
- Kick Start
- „Schichtwechsel 2026“

Teilnahme-Bedingungen

Ärztliche Bescheinigung, Einverständnis-Erklärung

Du musst für einige Kurse eine ärztliche Bescheinigung oder eine Einverständnis-Erklärung mitbringen. wertkreis Gütersloh bezahlt die Kosten für die ärztliche Bescheinigung.

Versicherung

Du bist durch Deine Kranken-Kasse versichert. Oder durch die Unfall-Kasse. Bei Kursen in Deinem Urlaub bist Du durch Deine Krankenkasse versichert.

Fahr-Dienst

Der Kursort muss selbstständig erreicht werden. wertkreis Gütersloh organisiert nur dann einen Fahr-Dienst, wenn die selbstständige Anreise zum Kurs-Ort nicht möglich ist. Weitere Kosten für die Anreise werden nicht übernommen.

Inhalt

Alle Kurse sind nach **3 Kategorien** sortiert:



Berufliche Qualifizierung

Teilnahme am bundesweiten Aktionstag „Schichtwechsel“ 2026	11
Informationsveranstaltung „Arbeits-Möglichkeiten in Firmen“	12
KICK Start	13
Einführung in die Elektrotechnik	14
Englisch lernen	15
Erste-Hilfe-Kurs	16
Fit mit dem Fahrrad	17
Hausdienst-Leistungen	18
Qualifizierung zum Brötchenverkauf in der Werkstatt	19



Persönliche Entwicklung

Graffiti-Schnupperkurs	21
Mobiles Malatelier	22
Schreibwerkstatt - Wörter beflügeln	23
Talentkurs	24
Themenreihe Bibeldorf Rietberg	25
Liebe und Partnerschaft	26
café wertvoll - „Wer diskutiert mit?“	27
Lieblingscafé am Vormittag	28



Persönliche Entwicklung

Lieblingscafé am Nachmittag	29
wertkreis Beats	30
Einfach, gesund und lecker kochen mit Produkten aus dem Supermarkt	31
kreatives Arbeiten	32



Sport / Gesundheit

Schwimmen	34
Sportliches Walken	35
Gemütliches Walken	36
Tischtennis am Dienstag	37
Darts	38
Tischtennis am Donnerstag	39



Berufliche Qualifizierung

Hier findest Du alle Kurse zur Beruflichen Qualifizierung aufgelistet.

Teilnahme am bundesweiten Aktionstag „Schichtwechsel“ 2026



Du darfst für ein paar Stunden oder einen ganzen Arbeitstag in einer Firma auf dem ersten Arbeitsmarkt hospitieren und die Arbeit dort kennenlernen.

SCHICHTWECHSEL
Der Aktionstag für neue Perspektiven



Teilnehmende: variiert; je nach Firmenanzahl



Kursleitung: Kollegen aus der Beruflichen Inklusion



Termine: wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: ganztags



Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben



Wichtig: Firma muss selbstständig erreicht werden.

Informations-Veranstaltung „Arbeits-Möglichkeiten in Firmen“



Der Sozialdienst und die Integrationsassistenten informieren über Arbeitsmöglichkeiten in Firmen. Zur Veranstaltung gibt es Einladungen.



Teilnehmende: Alle dürfen teilnehmen



Kursleitung: Sozial- Dienst



Termine: 4 Termine im Standort
wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: wird noch bekannt gegeben



Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben



Die Gruppe KICK Start: - bereitet dich gut auf einer Firma vor;- unterstützt dich bei der Praktikum- Suche; -begleitet dich im Praktikum und besucht dich vor Ort.



Teilnehmende: Alle dürfen teilnehmen



Kursleitung: wird noch bekannt gegeben



Termine: wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: wird noch bekannt gegeben



Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben



Wichtig: Firma muss selbstständig erreicht werden.



Im berufsqualifizierenden Angebot „Elektrotechnik“ erhalten die Teilnehmenden grundlegende Einblicke in das Arbeitsfeld eines Elektrikers. Ziel ist es, technische Grundkenntnisse zu vermitteln, handwerkliches Geschick zu fördern und ein Verständnis für elektrische Zusammenhänge zu entwickeln. Inhalte des Angebots sind u. a. das Arbeiten mit einfachen Stromkreisen, das Messen mit dem Multimeter, die Handhabung von Werkzeugen sowie der sichere Umgang mit Strom. Praktische Übungen wie das Verdrahten einfacher Schaltungen oder erste Lötarbeiten stehen im Vordergrund. Dabei werden auch wichtige Sicherheitsregeln vermittelt.



Teilnehmende: max. 10 Teilnehmer



Kursleitung: Jonas Wagner



Termine: Januar - Dezember 2026
wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: wird noch bekannt gegeben



Treffpunkt: Werkstatt Gütersloh - Besprechungsraum
Im Heidkamp 20
33334 Gütersloh



Wichtig: Voraussetzung: Lesen und Schreiben,
eventuell die Grundrechenarten



In diesem Kurs lernst du gemeinsam mit anderen Teilnehmenden die Grundlagen der englischen Sprache. Schritt für Schritt üben wir einfache, aber wichtige Gespräche, die dir im Alltag und im Urlaub helfen können. Ob Begrüßung, nach dem Weg fragen oder etwas bestellen – du bekommst Sicherheit beim Sprechen und verstehst immer besser, wie du dich auf Englisch ausdrücken kannst.



Teilnehmende: max. 5 Teilnehmer



Kursleitung: Lara Meierfrankfeld



Termine:

1. Block Januar bis Juni
2. Block Juli bis Dezember



Uhrzeit:

1. Halbjahr: Dienstags 8-9.30 Uhr
2. Halbjahr: Mittwochs: 13:30-15 Uhr



Treffpunkt:

Werkstatt Gütersloh - Besprechungsraum
Im Heidkamp 20
33334 Gütersloh

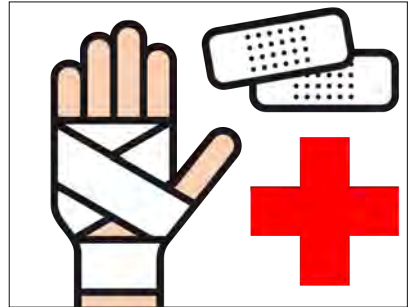


Wichtig:

Vorraussetzung: Lesen und Schreiben



In diesem Kurs lernst du wichtige Grundlagen der Ersten Hilfe kennen. Du übst, wie du einen Notruf absetzt, kleine Wunden versorgst und verletzte Personen richtig hinlegst. Außerdem bekommst du viele weitere Tipps, wie du in Notfällen sicher handeln kannst. Der Kurs ist eine verkürzte Form des klassischen Erste-Hilfe-Kurses und vermittelt dir Wissen, das dir im Alltag und in der Werkstatt nützlich sein kann.



Teilnehmende: max. 12 Teilnehmer



Kursleitung: Mitarbeiter der Servicestelle Erste Hilfe - DRK im Kreis Gütersloh



Termine: 13. August 2026
donnerstags



Uhrzeit: 8:30 - 11:30 Uhr



Treffpunkt: Werkstatt Gütersloh - Besprechungsraum
Im Heidkamp 20
33334 Gütersloh

Fit mit dem Fahrrad



In diesem Kurs lernst du, wie du sicher mit dem Fahrrad unterwegs bist. Gemeinsam prüfen wir, ob dein Fahrrad verkehrssicher ist – und ob du es auch bist. Du erfährst, warum ein Fahrradhelm so wichtig ist, und wir machen praktische Übungen, um dein Fahrgefühl, deine Balance und deine Sicherheit im Straßenverkehr zu verbessern.



Teilnehmende: max. 10 Teilnehmer



Kursleitung: Polizei



Termine: Wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: Wird noch bekannt gegeben



Treffpunkt: Werkstatt Gütersloh - Besprechungsraum
Im Heidkamp 20
33334 Gütersloh



Wichtig:

Das eigene private Fahrrad ist an diesem Tag mitzubringen.

Hausdienst-Leistungen



In diesem Kurs bildest du mit anderen Teilnehmenden eine kleine Arbeitsgruppe, die im Werkstattstandort praktische Aufgaben übernimmt. Dazu gehören kleine Reparaturen, Reinigungen und verschiedene Dienste, die für den Alltag wichtig sind. Du lernst, Verantwortung für bestimmte Tätigkeiten zu übernehmen und gemeinsam im Team zu arbeiten. Das stärkt nicht nur dein Können im Alltag, sondern kann auch zur beruflichen Qualifizierung beitragen.



Teilnehmende: max. 12 Teilnehmer



Kursleitung: Mitarbeiter der Servicestelle Erste Hilfe - wird noch bekannt gegeben



Termine: Wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: Wird noch bekannt gegeben



Treffpunkt: Werkstatt Gütersloh - Besprechungsraum
Im Heidkamp 20
33334 Gütersloh

Qualifizierung zum Brötchenverkauf in der Werkstatt



Wir wollen belegte Brötchen selbst zubereiten und verkaufen.

In diesem Kurs lernst du:
Wie bereitet man belegte Brötchen zu?
Wie verkauft man diese Brötchen?



Du lernst auch:

Wie bediene ich die Kasse? Wie führe ich Verkaufsgespräche? Wie arbeite ich im Team? Wie organisiere ich, dass immer genug Zutaten vorrätig sind? Und vieles mehr...



Teilnehmende:



Kursleitung: wird noch bekannt gegeben



Termine: Wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: Wird noch bekannt gegeben



Treffpunkt: Werkstatt Gütersloh - Besprechungsraum
Im Heidkamp 20
33334 Gütersloh



Persönliche Entwicklung

Hier findest Du alle Kurse zur Persönlichen Entwicklung aufgelistet.

Graffiti - Schnupperkurs



Kunst aus der Dose.
Gemeinsam gestalten
wir eine Wand und
lernen unterschiedliche
Grundtechniken
kennen.



Teilnehmende: max. 10-12 Teilnehmer



Kursleitung: Sven Rowlands-Hügler



Termine: Wird noch bekannt gegeben
Montag



Uhrzeit: 9:00 - 13:00 Uhr



Treffpunkt: Im Heidkamp



Wichtig:

**Alte Kleidung anziehen,
die schmutzig werden darf**

Mobiles Malatelier



Malvergnügen am Standort: Das mobile Malangebot findet als Kurs einmal wöchentlich für ca. acht Termine statt.

Die Künstlerin Nicola Steffen kommt mit einer Auswahl an Stiften, Farben und Papieren direkt zum Standort.



Im Vordergrund steht die Freude am spielerischen Ausprobieren. Wir lassen fantasievolle Farbwelten auf den Bildern entstehen. Inspiriert werden wir dabei durch jahreszeitliche Themen. Ein Angebot für alle, auch für Menschen, die noch nie gemalt haben!



Teilnehmende: max. 8 Teilnehmer



Kursleitung: Nicola Steffen



Termine: mittwochs



Uhrzeit: 10:00 - 11:30 Uhr



Treffpunkt: an den jeweiligen Standort

Schreibwerkstatt – Wörter beflügeln



Die Schreibwerkstatt findet einmal wöchentlich für ca. 10 Termine statt. In gemütlicher Runde schreiben wir kurze Texte und Geschichten. Es ist ein tolles Erlebnis, eigene Ideen aufs Papier zu bringen und vorzulesen. Wir bekommen Schreibanregungen zu vielen Themen: Träume und Alltags-trott, Poesie und Biografie. Fantastisches und echt Erlebtes. Es geht nicht um Rechtschreibung, sondern um die Freude am Schreiben!



Teilnehmende: max. 8 Teilnehmer



Kursleitung: Nicola Steffen



Termine:

Block 1: Januar - April, dienstags
Block 2: Oktober - Dezember, dienstags



Uhrzeit:

10:00 - 11:30 Uhr



Treffpunkt:

Wird noch bekannt gegeben

Talentkurs



Malst und zeichnest du schon immer gerne viel in deiner Freizeit? Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits Erfahrung im Kunstschaffen haben. Deine künstlerische Begabung wird gefördert und dein individueller Stil darf sich weiter entfalten. Wir malen und zeichnen 14-tägig mit verschiedenen Techniken. Die Kursleitung Nicola Steffen begleitet dich auf deinem Kunstweg



Teilnehmende: max. 7 Teilnehmer



Kursleitung: Nicola Steffen



Termine: 15. Januar - 10. Dezember 2026
donnerstags



Uhrzeit: 9:00 - 12:00 Uhr



Treffpunkt: wird noch Bekannt gegeben
(KunstWerkAtelier)

Themenreihe Bibeldorf Rietberg



In außergewöhnliche Weise nehmen wir Dich mit auf eine Reise zu den historisch – archäologischen und religiösen



Hintergründen zur Welt und Umwelt der Bibel mit ihren lebensnahen Geschichten.



Teilnehmende: max. 15 Teilnehmer



Kursleitung: Werkstattatrat



Termine: wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: wird noch bekannt gegeben



Treffpunkt:
Bibeldorf
Jerusalem Str. 2
33397 Rietberg

Liebe und Partnerschaft



Sich verlieben, jemand anderen kennenlernen ist immer ein spannendes Thema.

Was sage ich? Wie verhalte ich mich beim ersten Treffen?

In einer Partnerschaft können dann noch mehr Fragen auftauchen: Wie zeige ich dem anderen, dass ich ihn oder sie toll finde? Wie kann ich mit Enttäuschungen umgehen?

Möchte ich Sex haben oder nicht? Was ist mit der Verhütung?

Um diese Themen und noch weitere wird es in dem Kurs gehen.



Teilnehmende: max. 16 Teilnehmer



Kursleitung: Pro familia Gütersloh
Frau Almuth Duensing



Termine: wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: wird noch bekannt gegeben



Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben

café wertvoll - „Wer diskutiert mit ?“



In angenehmer
Café-Haus-Stimmung sprechen
wir miteinander über wichtige
Dinge aus unserem Leben.



Teilnehmende: max. 13-18 Teilnehmer



Kursleitung: Thomas Ständer



Termine: wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: wird noch bekannt gegeben



Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben

Lieblingscafé am Vormittag



Das Café ist nur für Frauen. Wir treffen uns, um gemeinsam eine schöne Zeit zu verbringen. Die Frauen entscheiden, was in dieser Zeit unternommen wird, und was besprochen wird. Wir können zum Beispiel darüber sprechen, wie es in der Werkstattläuft und was besser gemacht werden könnte. Wir sprechen über die Rechte der Frauen in der Werkstatt und überlegen, wie andere Frauen unterstützt werden können. Wir können aber auch gemeinsam basteln, entspannen oder uns Vorträge von Beratungsstellen anhören.



Teilnehmende: max. 10 Teilnehmer



Kursleitung: Frauenbeauftragte
Vertrauensperson



Termine: 10.02.26, 14.04.26, 02.06.26, 25.08.26,
08.12.26, dienstags



Uhrzeit: 9:00 - 11:00 Uhr



Treffpunkt: FiLB
Auf'm Kampe
33330 Gütersloh

Lieblingscafé am Nachmittag



Das Café ist nur für Frauen. Wir treffen uns, um gemeinsam eine schöne Zeit zu verbringen. Die Frauen entscheiden, was in dieser Zeit unternommen wird, und was besprochen wird. Wir können zum Beispiel darüber sprechen, wie es in der Werkstatt läuft und was besser gemacht werden könnte. Wir sprechen



über die Rechte der Frauen in der Werkstatt und überlegen, wie andere Frauen unterstützt werden können. Wir können aber auch gemeinsam basteln, entspannen oder uns Vorträge von Beratungsstellen anhören.



Teilnehmende: max. 10 Teilnehmer



Kursleitung: Frauenbeauftragte
Vertrauensperson



Termine: 10.02.26, 14.04.26, 02.06.26, 25.08.26,
08.12.26, dienstags



Uhrzeit: 13:00 - 15:00 Uhr



Treffpunkt: FiLB
Auf'm Kampe
33330 Gütersloh

wertkreis Beats



Das Ziel der Wertkreis Beats Band ist es, durch Musik und Kunst Barrieren zu durchbrechen, Vorurteile abzubauen und auf kreative Weise für Inklusion und Vielfalt zu sensibilisieren. Wer Spaß an Musik und Gesang hat kann sich anmelden und Teil der Band werden.



Teilnehmende: max. 15 Teilnehmer



Kursleitung: Steven Büschel, Birgit Schlimm
Matthias Stamm (Kreismusik Schule)



Termine: Januar-Dezember 2026, 14-tägig gerade KW
dienstags



Uhrzeit: 13:00 - 15:00 Uhr



Treffpunkt: Ehemals Klettergarten Gebäude



Wichtig: Kursort sollte selbstständig erreicht werden

Einfach, gesund und lecker kochen mit Produkten aus dem Supermarkt



Mit Produkten aus dem Supermarkt lecker kochen. Wir bereiten das Essen gemeinsam zu. Dabei lernen wir auch etwas über Hygiene in der Küche, den Umgang mit dem Messer und verschiedene Formen der Zubereitung. Anschließend wird zusammen zu Mittag gegessen.



Teilnehmende: max. 8 Teilnehmer



Kursleitung: Eugen-Peters Krause (VHS)



Termine:

13.02., 27.02., 13.03., 27.03., 24.04. und 08.05.2026, freitags



Uhrzeit:

10:00 - 13:00 Uhr



Treffpunkt:

FilB
Auf'm Kampe
33330 Gütersloh



Wichtig:

Kursort sollte selbstständig erreicht werden



In diesem Kurs kannst du dich kreativ ausprobieren. Gemeinsam mit den anderen Teilnehmenden gestaltest du Arbeiten, die zur Jahreszeit passen oder nach euren eigenen Ideen entstehen. Beim kreativen Tun kommst du in lockere Gespräche mit der Gruppe. Außerdem lernst du, dich auf einzelne Arbeitsschritte zu konzentrieren und fokussiert zu bleiben.



Teilnehmende:

max. 8 Teilnehmer



Kursleitung:

Katharina Kornek



Termine:

Januar - Dezember 2026

donnerstags, wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit:

10:30 -12:00 Uhr



Treffpunkt:

Werkstatt Gütersloh - Besprechungsraum

Im Heidkamp 20

33334 Gütersloh



Sport / Gesundheit

Hier findest Du alle Kurse zum Thema Sport/Gesundheit aufgelistet.

Schwimmen



Bei diesem Kurs trainierst Du gemeinsam für die Teilnahme an Schwimmwettbewerben.



Teilnehmende: max. 15 Teilnehmer



Kursleitung: Dirk Harthun, Manuela Niemann
Simone Lange, Patricia Haase



Termine: Januar - Dezember 2026
freitags



Uhrzeit: 12:00 - 14:00 Uhr



Treffpunkt: Welle Gütersloh



Wichtig:

Du kannst gut schwimmen.
Du kannst selbstständig nach Gütersloh kommen.

Sportliches Walken



Du hast Freude an der Bewegung in der Natur? Beim gemeinsamen Walken tun wir etwas für unsere Gesundheit und können dabei ins Gespräch kommen.



Teilnehmende: max. 8 Teilnehmer



Kursleitung: Annett Teckentrup



Termine: Januar - Dezember 2026
wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: wird noch bekannt gegeben



Treffpunkt: Werkstatt Gütersloh
Im Heidkamp 20
33334 Gütersloh

Gemütliches Walken



Du hast Freude an der Bewegung in der Natur? Beim gemeinsamen Walken tun wir etwas für unsere Gesundheit und können dabei ins Gespräch kommen.



Teilnehmende: max. 8 Teilnehmer



Kursleitung: Annett Teckentrup



Termine: Januar - Dezember 2026
wird noch bekannt gegeben



Uhrzeit: wird noch bekannt gegeben



Treffpunkt: Werkstatt Gütersloh
Im Heidkamp 20
33334 Gütersloh

Tischtennis am Dienstag

S2



Du lernst in einer kleinen Gruppe das Tischtennis-Spiel im Außenbereich kennen. Dabei übst du den Umgang mit Schläger und Ball, verbesserst deine Geschicklichkeit und trainierst deine Ausdauer. Der Spaß an der Bewegung und das gemeinsame Spiel stehen im Vordergrund.



Teilnehmende: max. 5 Teilnehmer



Kursleitung: Udo Vorderbrüggen



Termine: Januar - Dezember 2026
Dienstags



Uhrzeit: 13:00 - 14:00 Uhr



Treffpunkt: Werkstatt Gütersloh - Besprechungsraum
Im Heidkamp 20
33334 Gütersloh

Darts

S3



Spielst du so gut wie Gary Anderson oder bist du zum ersten Mal von Angesicht zu Angesicht mit dem Dartboard, das ist bei diesem Kurs Herzlich egal. Jeder ist eingeladen sich für diesen Kurs anzumelden.



Teilnehmende:

max. 8 Teilnehmer



Kursleitung:

Jonas Wagner



Termine:

Januar - Dezember 2026

Dienstags



Uhrzeit:

13:30 - 15:00 Uhr



Treffpunkt:

Werkstatt Gütersloh - kleiner Besprechungsraum

Im Heidkamp 20

33334 Gütersloh

Tischtennis am Donnerstag

S4



Du lernst in einer kleinen Gruppe das Tischtennis-Spiel im Außenbereich kennen. Dabei übst du den Umgang mit Schläger und Ball, verbesserst deine Geschicklichkeit und trainierst deine Ausdauer. Der Spaß an der Bewegung und das gemeinsame Spiel stehen im Vordergrund.



Teilnehmende: max. 5 Teilnehmer



Kursleitung: Andreas Grochalski



Termine: Januar - Dezember 2026
Donnerstags



Uhrzeit: 13:00 - 14:00 Uhr



Treffpunkt: Werkstatt Gütersloh - Besprechungsraum
Im Heidkamp 20
33334 Gütersloh

Impressum

Herausgeber:

wertkreis Gütersloh gGmbH
Im Heidkamp 20 · 33334 Gütersloh

Gestaltung:

wertkreis Gütersloh gGmbH
Zweigstelle Rietberg
Industriestraße 7c – 33397 Rietberg

Druck:

Wir machen Druck

In diesem Kurs-Heft werden
METACOM-Symbole ©Annette Kitzinger verwendet.

Einige Bilder sind mit Künstlicher Intelligenz (KI)
entworfen und zeigen keine echten Menschen.