

Bildung und Sport ⁺

Kostenlose Schnupperangebote

21. – 25. September 2026

SL=Schildareal, Eichenweg 2, Liestal

Sprachkurse: Anmeldung bis 1 Woche vor Schnuppertermin – kostenlos

SL	Liestal	1x	Englisch A2, Aaretal	Mi	10.15 h	23.09.26
SL	Liestal	1x	Englisch A2, Aaretal	Do	15.30 h	24.09.26
SL	Liestal	1x	Englisch B2, Sefinental	Di	09.00 h	22.09.26
SL	Liestal	1x	Französisch A1, Aaretal	Mo	14.00 h	21.09.26
SL	Liestal	1x	Italienisch A1, Sefinental	Mi	13.45 h	23.09.26
SL	Liestal	1x	Italienisch B2, Sefinental	Do	09.45 h	24.09.26
SL	Liestal	1x	Spanisch A1, Aaretal	Di	13.45 h	22.09.26
SL	Liestal	1x	Spanisch B1, Sefinental	Mi	10.15 h	23.09.26

A1=Anfänger, A2=Fortgeschrittene Anfänger

B1=leichte Mittelstufe, B2=Mittelstufe

Sport und Bewegung: ohne Anmeldung – Schnuppertermin kostenlos

SL	Liestal	1x	Yoga	Mo	08.30 h	21.09.26
SL	Liestal	1x	Fit/Beweglich	Mo	09.30 h	21.09.26
SL	Liestal	1x	Gleichgewicht & Koordination	Mo	10.30 h	21.09.26
SL	Liestal	1x	Walk & Talk Outdoor 30 Min.	Mo	11.00 h	21.09.26
SL	Liestal	1x	KraftFit	Mo	11.30 h	21.09.26
SL	Liestal	1x	Modern Dance	Mo	12.30 h	21.09.26
SL	Liestal	1x	GymFit+	Di	15.00 h	22.09.26
SL	Liestal	1x	eMountainbike	Di	13.30 h	22.09.26
SL	Liestal	1x	RückenFit	Di	17.00 h	22.09.26
SL	Liestal	1x	Pilates	Di	18.00 h	22.09.26
SL	Liestal	1x	RückenFit	Mi	08.30 h	23.09.26
SL	Liestal	1x	Pilates	Mi	10.30 h	23.09.26
SL	Liestal	1x	Gleichgewicht & Koordination	Mi	11.30 h	23.09.26

Sport und Bewegung: ohne Anmeldung – Schnuppertermin kostenlos

SL	Liestal	1x	KraftFit	Mi	12.30 h	23.09.26
SL	Liestal	1x	Fitnessboxen	Mi	14.00 h	23.09.26
SL	Liestal	1x	Beweglichkeit & Kraft	Mi	15.00 h	23.09.26
SL	Liestal	1x	Bodytoning	Mi	16.00 h	23.09.26
SL	Liestal	1x	Sanfte Gymnastik	Mi	17.00 h	23.09.26
SL	Liestal	1x	Gymnastik & Tanz	Mi	18.00 h	23.09.26
SL	Liestal	1x	Offener Tanznachmittag 2h	Do	14.00 h	24.09.26
SL	Liestal	1x	Yoga	Fr	08.30 h	25.09.26
SL	Liestal	1x	Yoga & Adagio	Fr	09.30 h	25.09.26
SL	Liestal	1x	Fit/Beweglich	Fr	14.00 h	25.09.26
SL	Liestal	1x	Bodytoning	Fr	15.00 h	25.09.26

Sprachkurse

A1=Anfänger, A2=Fortgeschrittene Anfänger, B1=leichte Mittelstufe, B2=Mittelstufe,
C1=Mittelstufe, C2=Oberstufe

Neue Sprachkurse – Anmeldung bis 2 Wochen vor Kursbeginn

SL	Liestal	A1	Englisch	Do	14.15 h	15.10.26
SL	Liestal	A2	Englisch	Do	15.30 h	15.10.26
SL	Liestal	C1	Englisch	Mo	08.45 h	12.10.26
SL	Liestal	A2	Französisch	Mo	15.15 h	12.10.26
SL	Liestal	B1	Französisch	Mi	11.30 h	14.10.26
SL	Liestal	A1	Italienisch	Mi	13.45 h	14.10.26
SL	Liestal	A2	Italienisch	Di	15.15 h	13.10.26
SL	Liestal	B1	Italienisch	Di	14.00 h	13.10.26
SL	Liestal	B2	Italienisch	Mi	10.15 h	14.10.26
SL	Liestal	A2	Spanisch	Mi	10.15 h	14.10.26
SL	Liestal	B1	Spanisch	Di	15.00 h	13.10.26

Bestehende Sprachkurse – Probelektion und Einstieg jederzeit möglich

SL	Liestal	A1	Englisch	Di	10.15 h	
SL	Liestal	A1	Englisch	Di	10.30 h	

SL	Liestal	A2	Englisch	Di	09.00 h
SL	Liestal	B1	Englisch	Mo	13.45 h
SL	Liestal	B1	Englisch	Mi	09.00 h
SL	Liestal	B1	Englisch	Do	08.45 h
SL	Liestal	B1	Englisch	Do	10.00 h
SL	Liestal	B2	Englisch	Mo	15.00 h
SL	Liestal	B2	Englisch	Di	09.00 h
SL	Liestal	A1	Italienisch	Mi	09.00 h
SL	Liestal	A1	Italienisch	Mi	15.00 h
SL	Liestal	B2	Italienisch	Do	09.45 h
SL	Liestal	C2	Italienisch	Do	08.30 h
SL	Liestal	A1	Spanisch	Di	13.45 h
SL	Liestal	A2	Spanisch	Di	12.30 h

Kosten CHF 20.– pro Lektion

Sport- und Bewegungskurse

Anmeldung bis 1 Woche vor Kursbeginn

SL	Liestal	10x	Yoga	Mo	08.30 h	12.10.26
SL	Liestal	10x	Fit/Beweglich	Mo	10.30 h	12.10.26
SL	Liestal	10x	Gleichgewicht & Koordination	Mo	10.30 h	12.10.26
SL	Liestal	10x	KraftFit	Mo	11.30 h	12.10.26
SL	Liestal	10x	Modern Dance	Mo	12.30 h	12.10.26
SL	Liestal	10x	RückenFit	Di	17.00 h	13.10.26
SL	Liestal	10x	Pilates	Di	18.00 h	13.10.26
SL	Liestal	10x	RückenFit	Mi	08.30 h	14.10.26
SL	Liestal	10x	Pilates	Mi	10.30 h	14.10.26
SL	Liestal	10x	Gleichgewicht & Koordination	Mi	11.30 h	14.10.26
SL	Liestal	10x	KraftFit	Mi	12.30 h	14.10.26
SL	Liestal	10x	Fitnessboxen	Mi	14.00 h	14.10.26
SL	Liestal	10x	Beweglichkeit & Kraft	Mi	15.00 h	14.10.26
SL	Liestal	10x	Bodytoning	Mi	16.00 h	14.10.26

SL	Liestal	10x Sanfte Gymnastik	Mi	17.00 h	14.10.26
SL	Liestal	10x Gymnastik & Tanz	Mi	18.00 h	14.10.26
SL	Liestal	10x Yoga	Fr	08.30 h	16.10.26
SL	Liestal	10x Yoga & Adagio	Fr	09.30 h	16.10.26
SL	Liestal	10x Fit/Beweglich	Fr	14.00 h	16.10.26
SL	Liestal	10x Bodytoning	Fr	15.00 h	16.10.26

Kosten Sport CHF 16.– bis 20.– pro Lektion

Probelektion und Einstieg jederzeit möglich

SL	Liestal	17x GymFit	Di	14.00 h	11.08.26
SL	Liestal	17x GymFit+	Di	15.00 h	11.08.26
SL	Liestal	17x Tänze aus aller Welt	Mi	09.30 h	12.08.26
SL	Liestal	7x Rückentraining	Do	08.30 h	13.08.26
SL	Liestal	7x Rückentraining	Do	09.30 h	13.08.26
SL	Liestal	7x Männerfit	Do	10.30 h	13.08.26
SL	Liestal	10x Rückentraining	Do	08.30 h	15.10.26
SL	Liestal	10x Rückentraining	Do	09.30 h	15.10.26
SL	Liestal	10x Männerfit	Do	10.30 h	15.10.26

Kosten Sport CHF 10.– bis 20.– pro Lektion

Weitere Kurse

Anmeldung bis 2 Wochen vor Kursbeginn

SL	Liestal	2x Einführung KI-Tools	Mo	10.00 h	19.10.26
SL	Liestal	2x Einführung KI-Tools	Do	14.00 h	03.12.26
SL	Liestal	3x TWINT	Do	14.00 h	22.10.26
SL	Liestal	3x iPhone Basis	Do	14.00 h	12.11.26
SL	Liestal	6x Augentraining	Mo	09.30 h	02.11.26
SL	Liestal	7x Gedächtnistraining	Fr	10.00 h	16.10.26
SL	Liestal	6x Stimmtraining	Mi	13.15 h	14.10.26

Kosten KI-Tools CHF 120.-, TWINT CHF 180.-, iPhone Basis CHF 180.-, Augentraining CHF 240.-, Stimmtraining CHF 180.-

Kostenlose Angebote

Walk & Talk – Probelektion und Einstieg jederzeit möglich – ohne Anmeldung

SL	Liestal	20x	Walk & Talk – Outdoor	Mo	11.00 h	03.08.26
----	---------	-----	-----------------------	----	---------	----------

Gemeinsamer Spaziergang mit Gesprächen und Austausch in lockerer Atmosphäre

Erzählcafé mit Start im Oktober – Anmeldung bis 1 Woche vor Kursbeginn

SL	Liestal	1x	Herbstgold: von fallenden Blättern und reichen Ernten	Fr	14.00 h	30.10.26
SL	Liestal	1x	Schlüssel zur Erinnerung	Fr	14.00 h	20.11.26
SL	Liestal	1x	Leuchten, Lichter, Lampen	Fr	14.00 h	18.12.26