



PROGRAMM

Herbst-/
Wintersemester
2021/22



**Altheim/Alb
Dornstadt
Lonsee
Weidenstetten
Westerstetten**



Volkshochschule im
Alb-Donau-Kreis e.V.



MENSCH UND WELT

21WWEB001 Elternabend online: Vortrag zu Mediensucht
T. Honold, 05.10.21, 19 - 20:30 Uhr, 3 €

21WWEB002 Wie heizen wir unsere Häuser in Zukunft nachhaltig?
R. Mäcke, 19.10.21, 18:30 - 19:30 Uhr, 3 €

21WWEB003 Was bestimmt mein Leben?
F. Höhndorf, 26.10.21, 19 - 21 Uhr, 13 €

21WWEB004 Getrennt leben - gemeinsam erziehen
F. Höhndorf, 09.11.21, 19 - 21 Uhr, 13 €

21WWEB005 „Feste feiern mit Kindern nach Trennung und Scheidung“
F. Höhndorf, 07.12.21, 19 - 21 Uhr, 13 €

21WWEB006 Loslassen - damit das Leben weitergeht
F. Höhndorf, 23.02.22, 19 - 21 Uhr, 11 €

21WWEB007 Kryptowährung - Bitcoin und seine Alternativen
H. Nehme, 23.11.21, 18 - 20:30 Uhr, 12 €

KULTUR UND GESTALTEN

21WWEB008 Wohngesundes Leben und Arbeiten - Feng-Shui
C. Schmid, 20.10.21, 19 - 20:30 Uhr, 10 €

21WWEB009 Lebensbaum - gemalte Biographie
P. Fuchs, 29.09.21, 19 - 21:30 Uhr, 12 €

21WWEB010 Alkohol Tinte - einfach effektiv malen
P. Fuchs, 13.10.21, 19 - 21:30 Uhr, 12 €

21WWEB011 Intuitives Malen
P. Fuchs, 10.11.21, 19 - 21:30 Uhr, 12 €

Handlettering Basic Anfänger

S. Henninger, 2x, je 83 €
21WWEB012, ab 12.10.21, 18:30 - 21 Uhr
21WWEB015, ab 08.12.21, 18:30 - 21 Uhr
21WWEB018, ab 19.01.22, 18:30 - 21 Uhr

Handlettering Workshop II (Grundlagen vorhanden)

S. Henninger, 2x, je 83 €
21WWEB013, ab 13.10.21, 18:30 - 20:45 Uhr
21WWEB017, ab 14.01.22, 18:30 - 20:45 Uhr
21WWEB021, ab 11.02.22, 18:30 - 20:45 Uhr

Watercolor Workshop Basic I (Anfänger)

S. Henninger, 2x, je 134 €
21WWEB014, ab 11.11.21, 18:30 - 20:45 Uhr
21WWEB016, ab 10.12.21, 18:30 - 20:45 Uhr
21WWEB019, ab 02.02.22, 18:30 - 20:45 Uhr

21WWEB020 Handlettering mit Procreate

S. Henninger, 2x, ab 10.02.22, 18:30 - 21 Uhr, 93 €

Bitte geben Sie Ihre
E-Mail-Adresse an. Sie
erhalten weitere Infos
nach der Anmeldung.

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

QiGong

U. Kammel, 10x, je 69 €
21WWEB022, ab 05.10.21, 07 - 08:15 Uhr
21WWEB023, ab 05.10.21, 08:45 - 10 Uhr
21WWEB024, ab 08.10.21, 07 - 08:15 Uhr

QiGong - Folgekurse

U. Kammel, 6x, je 41 €
21WWEB025, ab 11.01.22, 07 - 08:15 Uhr
21WWEB026, ab 11.01.22, 08:45 - 10 Uhr
21WWEB027, ab 14.01.22, 07 - 08:15 Uhr

21WWEB028 Koala - fit mit Baby/Kind von 0-4 Jahren - Yoga

C. Schmid, 8x, ab 05.10.21, 09:30 - 10:30 Uhr, 47 €

Hatha Yoga für Anfänger und Wiedereinsteiger

K. Stadel, 10x, je 96 €
21WWEB029, ab 05.10.21, 20 - 21:30 Uhr
21WWEB030, ab 06.10.21, 20 - 21:30 Uhr
21WWEB031, ab 06.10.21, 18 - 19:30 Uhr
21WWEB032, ab 08.10.21, 09 - 10:30 Uhr

21WWEB033 Meditation und positives Denken

K. Stadel, 5x, ab 25.10.21, 20 - 21:30 Uhr, 49 €

Yin-Yoga mit ätherischen Ölen

S. Hölzl, 4x, je 42 €
21WWEB034, ab 07.10.22, 18:15 - 19:30 Uhr
21WWEB035, ab 18.11.21, 18:15 - 19:30 Uhr

Work & Fun - Fit-Mix

M. Jerg, 6x, je 29 €
21WWEB036, ab 17.10.21, 10 - 10:45 Uhr
21WWEB041, ab 16.01.22, 10 - 10:45 Uhr

Good Morning - Rückenfit

M. Jerg, 6x, je 66 €
21WWEB037, ab 18.10.21, 08:30 - 10:15 Uhr
21WWEB039, ab 10.01.22, 08:30 - 10:15 Uhr

Power-Fit

M. Jerg, 6x, je 29 €
21WWEB038, ab 22.10.21, 18:30 - 19:15 Uhr
21WWEB040, ab 14.01.22, 18:30 - 19:15 Uhr

SPRACHEN UND SPRECHEN

Bei den Kursen kann ein Kleingruppenzuschlag hinzukommen

Englisch - Let's talk about...

Dr. R. Domke, 6x, je ab 38 €
21WWEB042, ab 29.09.21, 18:30 - 20 Uhr
21WWEB043, ab 12.01.22, 18:30 - 20 Uhr

Prime Time Englisch (B1+)

Dr. R. Domke, 6x, je ab 38 €
21WWEB044, ab 28.10.21, 20:15 - 21:45 Uhr
21WWEB045, ab 13.01.22, 20:15 - 21:45 Uhr

Spanisch für leicht Fortgeschrittene

M. Allué Millán
21WWEB046, 5x, ab 28.09.21, 18:30 - 20 Uhr, ab 43 €
21WWEB047, 6x, ab 09.11.21, 18:30 - 20 Uhr, ab 51 €
21WWEB048, 6x, ab 11.01.22, 18:30 - 20 Uhr, ab 51 €

Spanisch für Anfänger

M. Allué Millán
21WWEB049, 5x, ab 30.09.21, 18:30 - 20 Uhr, ab 43 €
21WWEB050, 10x, ab 21.10.21, 18 - 19:30 Uhr, ab 53 €

ALTHEIM

KULTUR UND GESTALTEN

21WAL002 Kreative Pause

B. Binder, Kunsthäusle Altheim, 13.11.21, 19 - 21:30 Uhr, 15 €

JUNGE VHS

21WAL001 Spaß an Farben - für Kids von 8-12 Jahren

B. Binder, Kunsthäusle Altheim, 12.11.21, 14 - 16 Uhr, 12 €

Vorübergehend finden einige etablierte Altheimer Kurse in Weidenstetten statt.

DORNSTADT

MENSCH UND WELT

21WDO001 Ängste der Kinder verstehen und begleiten

C. Schreiber, Bürgersaal Dornstadt, 09.11.21, 19 - 21 Uhr, Gebührenfrei! *

KULTUR UND GESTALTEN

21WDO004 Afrikanisches Trommeln für Anfänger/innen

S. Hördt, Veilchenweg 4, 89160 Dornstadt, 4x, ab 10.11.21, 19 - 20 Uhr, 32 €

21WDO005 Acrylmalkurs: Urbanes Leben in Alten Meistern

R. Aigner-Strobel, Familien- und Generationenzentrum, 21.01.22, (18 - 21:30 Uhr), 22.01.22 + 23.01.22 (09:30 - 16 Uhr), 68 €

21WDO006 Workshop für Eltern – Kindergeburtstag mit Pfiff

P. Mache, Familien- und Generationenzentrum, 11.02.22, 18 - 20 Uhr, 11 €

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

21WDO009 Burnout-Prävention

A. Stoffner, Familien- und Generationenzentrum, 23.10.21, 13 - 18 Uhr, 30 €

21WDO010 Vortrag: Erblicher Brustkrebs

Dr. med. J. Mühlberger, Bürgersaal Dornstadt, 25.01.22, 19 - 21 Uhr, Gebührenfrei!

21WDO011 Progressive Muskelentspannung

E. Jungk, Bühl-Werkrealschule, 6x, ab 14.10.21, 18:30 - 19:30 Uhr, 30 €

21WDO012 Von der Ruhe über Bewegung zum Tanz

S. Hördt, Familien- und Generationenzentrum, 20.11.21, 16 - 20 Uhr, 27 €

21WDO013 Mit Klängen Stress reduzieren

B. Molinari, Familien- und Generationenzentrum, 3x, ab 25.11.21, 18:30 - 20 Uhr, 33 €

Yoga der Energie

E. Neidlinger, Kindergarten, Malvenweg

21WDO014 11x, ab 27.09.21, 17 - 18:30 Uhr, 69 €

21WDO015 6x, ab 10.01.22, 17 - 18:30 Uhr, 38 €

21WDO016 11x, ab 27.09.21, 18:45 - 20:15 Uhr, 69 €

21WDO017 6x, ab 10.01.22, 18:45 - 20:15 Uhr, 38 €

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

F. Engelmann, Kath. Gemeindehaus St. Ulrich

21WDO018 10x, ab 27.09.21, 09 - 10:30 Uhr, 89 €

21WDO019 6x, ab 10.01.22, 09 - 10:30 Uhr, 53 €

21WDO020 10x, ab 27.09.21, 10:45 - 12:15 Uhr, 89 €

21WDO021 6x, ab 10.01.22, 10:45 - 12:15 Uhr, 53 €

21WDO022 Aktiv Camp - Laufen

C. Luger, Wanderparkplatz am Wald, 8x, ab 27.09.21, 18 - 19 Uhr, 39 €

21WDO023 Aktiv Camp - Nordic Walking

C. Luger, Wanderparkplatz am Wald, 8x, ab 27.09.21, 19 - 20 Uhr, 39 €

Muskelaufbau ohne Geräte

E. Bayer, Mehrzweckhalle Bollingen

21WDO024 8x, ab 05.10.21, 09 - 09:45 Uhr, 33 €

21WDO025 4x, ab 11.01.22, 09 - 09:45 Uhr, 16 €

21WDO026 Mit Zumba® neu durchstarten!

H. Palfi, Vereinsheim Sportverein Tomerdingen, 8x, ab 21.10.21, 19 - 20 Uhr, 39 €

SPRACHEN UND SPRECHEN

Bei den Kursen kann ein Kleingruppenzuschlag hinzukommen

Spanisch - A 2

M. Allué Millán, Familien- und Generationenzentrum

21WDO028 11x, ab 30.09.21, 09:30 - 11 Uhr, ab 67 € *

21WDO029 6x, ab 13.01.22, 09:30 - 11 Uhr, ab 37 € *

Englisch 50+ (Niveau A2) Endlich geht's los!

C. Thomas, Familien- und Generationenzentrum

21WDO030 10x, ab 01.10.21, 09 - 10:30 Uhr, ab 54 € *

21WDO031 6x, ab 14.01.22, 09 - 10:30 Uhr, ab 33 € *

21WDO032 Conversation et découverte des différences

Y. Moser, Bühl-Werkrealschule, 10x, ab 05.10.21, 17:30 - 19 Uhr, ab 71 € *

21WDO033 Französisch für Fortgeschrittene (B1)

Y. Moser, Bühl-Werkrealschule, 10x, ab 06.10.21, 18 - 19:30 Uhr, ab 71 € *

21WDO034 Italienisch Anfängerkurs

Dr. M. Kautenburger, Bühl-Werkrealschule, 10x, ab 19.10.21, 18:30 - 20 Uhr, ab 65 € *

21WDO035 Italienisch 3 - für fortgeschrittene Anfänger

Dr. M. Kautenburger, Bühl-Werkrealschule, 10x, ab 20.10.21, 18:30 - 20 Uhr, ab 65 € *

JUNGE VHS

21WDO038 Glücksstein aus Speckstein ab 8 Jahren

P. Mache, Vereinsheim Sportverein Tomerdingen, 05.11.21, 15 - 18 Uhr, 10 € *

21WDO039 Djembétrommeln - für Kinder von 8-14 Jahren

S. Hördt, Veilchenweg 4, Dornstadt, 4x, ab 10.11.21, 18 - 19 Uhr, 32 €

21WDO040 Näh-Workshop: Jeans Upcycling ab 9 Jahren

P. Mache, Vereinsheim Sportverein Tomerdingen, 15.01.22, 10 - 13 Uhr, 10 € *

Lernort Bauernhof ab 3 Jahren

A. Ziegler, Bauernhof Ziegler, 5 €/p. P., 15 €/p. Fam.

21WDO041 Thema: Milch, 30.10.21, 13:30 - 16:30 Uhr,

21WDO042 Thema: Getreide, 26.02.22, 13:30 - 16:30 Uhr

BERUF UND EDV

21WDO045 Nur Mut! - Reden vor Anderen

A. Stoffner, Familien- und Generationenzentrum, 13.11.21, 13 - 18 Uhr, 26 €

21WDO046 Für ein Tablet ist man nie zu alt

R. Hummel, Familien- und Generationenzentrum, 3x, ab 27.10.21, 09 - 10:30 Uhr, 50 €

21WDO047 Für ein Smartphone ist man nie zu alt
R. Hummel, Familien- und Generationenzentrum, 3x,
ab 24.11.21, 09 - 10:30 Uhr, 50 €

21WDO048 Kompaktwissen Geldanlage
A. Stockinger, Familien- und Generationenzentrum, 05.02.22,
10 - 16 Uhr, 33 €

* wird gefördert durch die Gemeinde Dornstadt

LONSEE

MENSCH UND WELT

21WLO001 MEIN ELSTER- Die elektronische Steuererklärung
R. Leichtle, Rathaus Lonsee, 2x, 19.10.21 + 09.11.21,
18 - 19:30 Uhr 38 €

21WLO002 Sprachanregung im Kinderzimmer
C. Bohnacker, Kinder- und Familienzentrum Spatzennest,
28.10.21, 20 – 22 Uhr, Gebührenfrei!

21WLO003 Wein-Etiketten lesen und verstehen
A. Klick, Rathaus Lonsee, 12.11.21, 19 - 21 Uhr, 12 €

21WLO004 Fairer Umgang mit Strom - Kniffe und Tipps
L. Rulf, Lonequellhalle Urspring, 17.11.21, 20 - 21:30 Uhr,
Gebührenfrei!

21WLO005 Sicherer Umgang mit der Motorsäge
S. Gans, Feuerwehrhaus Lonsee,
03.12.21, 16 – 20 Uhr + 04.12.21, 08 - 16 Uhr, 165 €

21WLO007 Weinrundreise nach Italien
A. Klick, Gemeinschaftsschule Lonetal, 18.02.22,
19:30 - 22 Uhr, 15 €

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

21WLO010 Vortrag: Allergien
Dr. med. B. Schwarz, Rathaus Lonsee, 17.11.21,
20 – ca. 21:30 Uhr, Gebührenfrei!

21WLO011 Autogenes Training
J. Gallatin, Kinderhaus Lonsee, 8x, ab 30.09.21, 19 - 20 Uhr, 48 €

Yoga am Abend
E. Neidlinger, Kindergarten Halzhausen, 11 x , je 92€
21WLO012 ab 30.09.21, 18:15 - 19:45 Uhr
21WLO014 ab 30.09.21, 20 - 21:30 Uhr

Yoga für Dich
I. Vetter, Rathaus Luizhausen, 12x, je 80€
21WLO016 ab 28.09.21, 08:30 - 10 Uhr
21WLO018 ab 28.09.21, 18:15 - 19:45 Uhr

Vinyasa-Yoga- Bewege dich im Rhythmus deines Atems
S. Schrem, Rathaus Luizhausen, 8x, je 66 €
21WLO020 ab 30.09.21, 18 - 19:30 Uhr
21WLO021 ab 30.09.21, 19:45 - 21:15 Uhr

Rückenfit!
A. Schneller, Mühlbachhalle Lonsee, 10 x, je 64 €
21WLO022 ab 27.09.21, 08 - 09 Uhr
21WLO023 ab 27.09.21, 09 - 10 Uhr

Zumba® - Der "Energie-Kick" zum Wochenstart!
H. Matosic, Lonequellhalle Urspring, 5x, je 29 €
21WLO025 ab 27.09.21, 19 - 20 Uhr
21WLO026 ab 08.11.21, 19 - 20 Uhr
21WLO027 ab 24.01.22, 19 - 20 Uhr

Zumba® - Fit ins Wochenende
H. Matosic, Lonequellhalle Urspring, 5x, je 29 €
21WLO028 ab 01.10.21, 19 - 20 Uhr
21WLO029 ab 12.11.21, 19 - 20 Uhr
21WLO030 ab 28.01.22, 19 - 20 Uhr

21WLO034 Bengalische Küche-vegetarisch, vegan u. Fisch
J. Bhuiya, Gemeinschaftsschule Lonetal, 08.10.21, 18 - 22 Uhr, 18 €

21WLO035 Bengalische Küche- Fisch und vegetarisch
J. Bhuiya, Gemeinschaftsschule Lonetal, 19.11.21, 18 - 22 Uhr, 18 €

21WLO036 Strudelvariationen
H. Rothermel, Gemeinschaftsschule Lonetal, 15.10.21,
18 - 21:45 Uhr, 27 €

21WLO037 Antipasti - aus regionalen Zutaten
J. Hertenberger, Gemeinschaftsschule Lonetal, 13.01.22,
17:30 - 20:30 Uhr, 5 €

SPRACHEN UND SPRECHEN

Bei den Kursen kann ein Kleingruppenzuschlag hinzukommen

21WLO040 Englisch im Alltag und auf Reisen (Niveau A1/A2)
C. Thomas, Gemeinschaftsschule Lonetal, 10x, ab 27.09.21,
18:45 - 19:45 Uhr, ab 47 €

21WLO042 Englisch Fortsetzungskurs (Niveau A2)
C. Thomas, Rathaus Luizhausen, 11x, ab 29.09.21,
09 - 10:30 Uhr, ab 78 €

21WLO041 Every Day Englisch - (Niveau A1/A2)
C. Thomas, Gemeinschaftsschule Lonetal, 10x, ab 30.09.21,
18:30 - 19:30 Uhr, ab 47 €

21WLO039 Anfängerkurs Französisch
M. Jäger, Gemeinschaftsschule Lonetal, 10x, ab 30.09.21,
18:30 - 19:30 Uhr, ab 45 €

JUNGE VHS

Bei den Sprachkursen kann ein Kleingruppenzuschlag hinzukommen

Englisch Klasse 5 - Realschule/Gymnasium
C. Thomas, Gemeinschaftsschule Lonetal, 6x, je ab 28 €
21WLO046 ab 12.11.21, 13:30 - 14:30 Uhr
21WLO047 ab 14.01.22, 13:30 - 14:30 Uhr

Englisch Klasse 7 - Realschule/Gymnasium
C. Thomas, Gemeinschaftsschule Lonetal, 6x, je ab 28 €
21WLO048 ab 12.11.21, 14:45 - 15:45 Uhr
21WLO057 ab 14.01.22, 14:45 - 15:45 Uhr

Englisch Klasse 10 - Realschule
C. Thomas, Gemeinschaftsschule Lonetal, 6x, je ab 42 €
21WLO049 ab 12.11.21, 16 - 17:30 Uhr
21WLO058 ab 14.01.22, 16 - 17:30 Uhr

21WLO050 Kieselstein-Mosaik für den Garten (5-11 Jahre)
R. Enck-Radana, Kunstschule Luizhausen, 29.10.21,
16 - 18 Uhr, 11 €

21WLO051 Pizza backen für Kinder ab 6 Jahren
C. Portella, Pizzeria Dolce Vita, 03.11.21, 10 - 14 Uhr, 8 €

21WLO052 Ran an die Töpfe - Workshop für Jugendliche
J. Hertenberger, Gemeinschaftsschule Lonetal, 12.11.21,
16 - 18:30 Uhr, 5 €

21WLO053 Nachtwanderung
F. Angerbauer, Treffpunkt wird noch bekannt gegeben,
19.11.21, 17:30 - 20:30 Uhr, 5 €

21WLO054 Modellieren: Kleiner Drache (5-11 Jahre)
R. Enck-Radana, Kunstschule Luizhausen, 26.11.21,
16 - 18 Uhr, 11 €

21WLO055 Gemeinsam kreativ sein!
R. Enck-Radana, Kunstschule Luizhausen, 10.12.21,
16 - 18 Uhr, 14€ f. Erwachsene, 9 € f. Kinder ab 3 Jahren

21WLO056 Plastisches Gestalten: Fee mit Feenhaus (5-11 J.)
R. Enck-Radana, Kunstschule Luizhausen, 2x, ab 21.01.22,
16 - 18 Uhr, 22 €

WEIDENSTETTEN

MENSCH UND WELT

21WWI001 Kräutertour auf der Schwäbischen Alb
C. Kilian, Parkplatz Sportheim, 07.10.21, 14:30 - 16 Uhr, 9 €

21WWI002 Neues aus dem Bücherherbst
T. Mahr, Feuerwehrhaus, 26.10.21, 20 - 21:30 Uhr, Gebührenfrei!

21WWI004 Erste Hilfe bei Kindernotfällen
C. Lichtl, Rathaus, 2x, ab 03.11.21, 19 - 22 Uhr, 27 €

KULTUR UND GESTALTEN

21WWI005 Tanzkurs für Paare Fortgeschrittene I
J. & A. Schneider, Schützenhaus, 6x, ab 10.11.21, 18:30 - 20 Uhr, 66 €/p. P.

21WWI006 Tanzkurs für Paare Fortgeschrittene II
J. & A. Schneider, Schützenhaus, 6x, ab 10.11.21, 20:15 - 21:45 Uhr, 66 €/p. P.

21WWI007 Übungsabend für Paare Standard- und Lateintänze
J. & A. Schneider, Schützenhaus, 13.10.21, 19 - 20:30 Uhr, 9 €/p. P.

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

21WWI011 Waldbaden
H. Schläiß, Treffpunkt: Rathaus, 16.10.21, 09:15 - 12 Uhr, 13 €

21WWI012 Kraft, Balance und Sturzprophylaxe
S. Hertz, Rathaus, 11x, ab 01.10.21, 10 - 11 Uhr, 64 €

21WWI013 Yoga für Dich
I. Vetter, Rathaus, 12x, ab 29.09.21, 08:30 - 10 Uhr, 74 €

Pilates für jede und jeden
H. Münchow, Rathaus, 12x, je 69 €
21WWI014 ab 28.09.21, 17 - 18 Uhr
21WWI015 ab 28.09.21, 18 - 19 Uhr
21WWI016 ab 29.09.21, 19 - 20 Uhr

21WWI017 Pilates für Männer
H. Münchow, Rathaus, 12x, ab 29.09.21, 20 - 21 Uhr, 69 €

21WWI018 Pilates - Wohlbefinden durch Bewegung
N.N., Rathaus, geplant Anfang Oktober, Donnerstag Vormittag, ca. 65 €

21WWI019 Muskelaufbau und Beweglichkeit - ohne Geräte!
M. Startz, Schützenhaus, 10x, ab 28.09.21, 19 - 19:45 Uhr, 31 €

21WWI020 Grillkurs - vom Fachmann lernen!
M. Stolze, summervibrations Vereinsheim, 15.10.21, 11 - 15 Uhr, 75 €

SPRACHEN UND SPRECHEN

Bei den Kursen kann ein Kleingruppenzuschlag hinzukommen

21WWI021 Französisch-Konversation
M. Jäger, Feuerwehrhaus, 10x, ab 28.09.21, 19 - 20:30 Uhr, ab 56 €

21WWI022 Spanisch - Fortsetzungskurs (Niveau B2)
K. Hauff, Rathaus, 12x, ab 04.10.21, 20 - 21:30 Uhr, ab 59 €

Let's talk English (Niveau A1/A2)
C. Thomas, Rathaus
21WWI023 10x, ab 05.10.21, 18:30 - 19:45 Uhr, ab 54 €
21WWI024 6x, ab 11.01.22, 18:30 - 19:45 Uhr, ab 32 €

BERUF UND EDV

21WWI028 Berufliche Integration
R. Klein, Rathaus, Termin folgt, Gebührenfrei!

WESTERSTETTEN

MENSCH UND WELT

21WWE001 Workshop Herbstzeit - Erkältungs- & Teezeit
C. Kilian, Vereinsraum Altes Rathaus, 12.11.21, 18 - 20 Uhr, 12 €

21WWE002 Die wilde Hausapotheke
C. Kilian, Vereinsraum Altes Rathaus, 09.12.21, 18 - 20 Uhr, 12 €

KULTUR UND GESTALTEN

21WWE003 Mein Stil, Mein Acrylbild
R. Aigner-Strobel, Altes Rathaus, 12.11.21
(18 - 21:30 Uhr), 13.11.21 + 14.11.21 (09:30 - 16 Uhr), 60 €

21WWE004 Holzstele nach Hundertwasser
P. Mache, Vereinsraum Altes Rathaus, 29.10.21, 15 - 18 Uhr, 17 €

21WWE005 Flächengestaltung auf Keilrahmen
P. Mache, Feuerwehrhaus, 12.11.21, 15 - 18 Uhr, 17 €

21WWE006 Nähmaschinen-Führerschein für Jeden
P. Mache, Vereinsraum Altes Rathaus, 04.02.22, 16 - 19 Uhr, 17 €

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

Vinyasa Yoga
S. Schrem, Lonetalhalle
21WWE007 11x, ab 04.10.21, 17:30 - 18:45 Uhr, 84 €
21WWE008 6x, ab 10.01.22, 17:30 - 18:45 Uhr, 46 €

21WWE009 Pilates für jede und jeden
H. Münchow, Kindergarten, 12x, ab 04.10.21, 17:30 - 18:30 Uhr, 76 €

21WWE010 Pilates Training
H. Nushöhr, Kindergarten, 11x, ab 04.10.21, 19 - 20 Uhr 82 €

21WWE011 Rückenfitness
A. Schneller, Feuerwehrhaus, 12x, ab 27.09.21, 17:30 - 18:30 Uhr, 80 €

Gymnastik-Rückenfitness
E. Bayer, Lonetalhalle Westerstetten
21WWE012 8x, ab 04.10.21, 09:15 - 10:15 Uhr, 33 €
21WWE013 4x, ab 10.01.22, 09:15 - 10:15 Uhr, 16 €
21WWE014 8x, ab 06.10.21, 11 - 12 Uhr, 33 €
21WWE015 4x, ab 12.01.22, 11 - 12 Uhr, 16 €
21WWE016 8x, ab 06.10.21, 18:30 - 19:30 Uhr, 33 €
21WWE017 4x, ab 12.01.22, 18:30 - 19:30 Uhr, 16 €
21WWE018 8x, ab 07.10.21, 19 - 20 Uhr, 33 €
21WWE019 4x, ab 13.01.22, 19 - 20 Uhr, 16 €

Muskelaufbau ohne Geräte
E. Bayer, Lonetalhalle Westerstetten
21WWE020 8x, ab 06.10.21, 10 - 10:45 Uhr, 25 €
21WWE021 4x, ab 12.01.22, 10 - 10:45 Uhr, 12 €

JUNGE VHS

21WWE027 Näh-Workshop: Jeans Upcycling ab 9 Jahren
P. Mache, Vereinsraum Altes Rathaus, 18.02.22, 16 - 19 Uhr, 17 €

Lernort Bauernhof ab 3 Jahren
A. Ziegler, Bauernhof Ziegler, 5 €/p. P., 15 €/p. Fam.
21WWE029 Thema: Milch, 20.11.21, 13 - 16 Uhr,
21WWE028 Thema: Getreide, 22.01.22, 13 - 16 Uhr

Mehr Infos unter: www.vhs-g.de

Haben Sie
einen Kurswunsch?
Sprechen Sie uns
gerne an.

ANMELDUNG

Die Anmeldung für das Herbst-/Wintersemester 2021/22 ist ab dem **08.09.2021** möglich. Sie können sich per Internet unter www.vhs-g.de anmelden und dort Ihr eigenes Kundenkonto anlegen. Ebenso nehmen wir Ihre Anmeldungen per E-Mail, telefonisch, Telefax oder persönlich entgegen. Die ausführliche Beschreibung unseres Programms finden Sie auf unserer Homepage unter www.vhs-g.de. Gerne beraten wir Sie telefonisch.

Ihre Anmeldung ist verbindlich. Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen, unsere Datenschutzerklärung sowie die jeweils aktuellen Hygiene- und Schutzmaßnahmen bei Ihrer vhs vor Ort bedingt durch die Corona-Krise. Sie erhalten (außer bei der Online-Anmeldung) keine Anmeldebestätigung. Sollten Sie nach der Anmeldung nichts mehr von uns hören, so findet Ihr Kurs wie ausgeschrieben statt. Ihre frühzeitige Anmeldung sichert das Zustandekommen unserer Kurse. **Anmeldeschluss ist immer eine Woche vor Kursbeginn.**

Bei Fernbleiben von der Veranstaltung werden auch die Materialkosten fällig. Ermäßigungen müssen vor Veranstaltungsbeginn gegen Vorlage einer Bescheinigung geltend gemacht werden.

Aus aktuellem Anlass bedingt durch die Corona-Pandemie:

- ✓ Die Gesundheit unserer Teilnehmer und Kursleitungen liegt uns sehr am Herzen. Zu Ihrem Schutz und zum Schutz Ihrer Mitmenschen beachten Sie bitte unbedingt die Hygiene- und Schutzmaßnahmen Ihrer jeweiligen vhs vor Ort.
- ✓ Jeder Kursteilnehmer verpflichtet sich, bei Bekanntwerden einer COVID-19 Infektion oder eines Kontaktes mit einer an COVID-19 erkrankten oder infizierten Person unverzüglich die vhs-g zu informieren.
- ✓ Durch das Führen von Teilnehmerlisten kann die vhs-g den Kontaktkreis in der vhs gut bestimmen. Bitte helfen Sie uns, indem Sie bei der Anmeldung v.a. Ihre E-Mail-Adresse mitteilen.

Dieses Programm ist **vorläufig!**
Wir halten Sie über unsere Homepage und die Mitteilungsblätter auf dem Laufenden.

VHS-G GESCHÄFTSSTELLE

Anschrift:

Landratsamt Alb-Donau-Kreis, Schillerstraße 30, 89077 Ulm

Telefon: 0731 185-1242

Telefax: 0731 185-1520

E-Mail: info@vhs-g.de

Homepage: www.vhs-g.de

Bankverbindung:

Sparkasse Ulm: DE5763050000 0000 006994
SOLADES1ULM

Leitung:

Claudia Guthier Zimmer 4G-07
Lehrerin, Dipl. Verwaltungswirtin(FH)

Verwaltung:

Petra Bernklau Zimmer 4G-06
Carolin Schüle Zimmer 4G-05

Sprechzeiten:

Mo. – Fr. 08:00 – 12:00 Uhr

Mo. – Do. 13:30 – 15:30 Uhr

Beachten Sie zudem die Sprechzeiten in unseren Außenstellen.

VHS-G AUSSENSTELLEN

Gemeindebücherei Dornstadt

Telefon: 07348 24369

E-Mail: buecherei@dornstadt.de

Di. + Do. 09:30 – 12:00 Uhr

15:00 – 18:00 Uhr

Mi. 15:00 – 19:00 Uhr

Fr. 12:00 – 18:00 Uhr

Rathaus Lonsee

Telefon: 07336 8115

E-Mail: rathaus@lonsee.de

Mo. – Fr. 08:00 – 12:00 Uhr

Rathaus Weidenstetten

Telefon: 07340 9640-0

E-Mail: info@weidenstetten.de

Mo. – Fr. 08:00 – 12:00 Uhr

Di. 16:00 – 18:00 Uhr

Rathaus Westerstetten

Telefon: 07348 9560-0

E-Mail: baur@westerstetten.de

Mo.- Fr. 08:00 – 12:00 Uhr

Do. 14:00 – 18:30 Uhr

IMPRESSUM Herausgeber: Volkshochschule im Alb-Donau-Kreis e. V.
Hausadresse: Schillerstraße 30, 89077 Ulm
Postadresse: 89070 Ulm
Redaktion: Petra Bernklau, Georg Engler, Claudia Guthier, Chantal Rebl, Christian Renner, Carolin Schüle, Cornelia Seibold
Layout und Satz: plan b - Werbeberatung, Bettina Spleiß
Druck und Verarbeitung: Druck+Medien Zipperlen GmbH, 89160 Dornstadt



Volkshochschulverband
Baden-Württemberg