www.vhs-g.de

PROGRAMM

Frühjahr-/
Sommersemester
2024

Balzheim
Dietenheim
Illerrieden

vhs

vhs Volkshochschule im Alb-Donau-Kreis e. V.

ONLINE-ANGEBOTE

Haben Sie einen **Kurswunsch?** Sprechen Sie uns gerne an.

MENSCH UND WELT

24SWEB001 1- oder 2-räumig imkern
R. Löffler, Do 22.02.24, 17:00 - 18:00 Uhr, 12,00 €

24SWEB002 Zucht und Vermehrung von Bienenvölkern
R. Löffler, Mi 03.04.24, 19:00 - 20:30 Uhr, 20,00 €

24SWEB003 Geld verdienen mit Immobilien - wie geht das?
R. Schütt, Sa 16.03.24, 11:00 - 18:00 Uhr, 48,00 €

24SWEB004 Neue Trends in der Geldanlage
H. Nehme, Mo 04.03.24, 18:30 - 21:00 Uhr, 16,00 €

24SWEB005 KI Systeme im Alltag für sich nutzen
H. Nehme, Di 23.04.24, 18:30 - 21:00 Uhr, 16,00 €

KULTUR UND GESTALTEN

24SWEB020 Bluesharp / Mundharmonika Workshop
K. Steffens, Sa 20.04.24, 12:00 - 18:00 Uhr, 40,00 €
Sie brauchen für den Workshop eine diatonische Richter-Mundharmonika in "C", auch Bluesharp genannt.

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

24SWEB040 Pilates & Yoga
N. Seel, 10 x, Mi ab 15.05.24, 18:00 - 19:15 Uhr, 100,00 €

24SWEB041 Stuhl Yoga - Yoga auf und mit dem Stuhl
A. Steiner, 8 x, Mi ab 08.05.24, 10:00 - 11:15 Uhr, 80,00 €,

24SWEB042 Faszien Yoga - Für Anfänger und Geübte
A. Steiner, 8 x, Mi ab 08.05.24, 17:45 - 19:00 Uhr, 80,00 €

24SWEB043 Stress-Löser Natur - Wie uns Naturerlebnisse helfen, unseren Stress in den Griff zu bekommen
S. Windisch, Mo 18.03.24, 19:00 - 20:30 Uhr, 12,00 €

24SWEB044 Gelassen und souverän im stressigen Alltag
S. Windisch, Do 07.03.24, 19:00 - 20:30 Uhr, 12,00 €

24SWEB045 Yin-Yoga mit ätherischen Ölen
S. Hölzl, 8 x, Do ab 02.05.24, 18:15 - 19:30 Uhr, 70,00 €

24SWEB046 Entspannungszeit für mich
S. Hölzl, 8 x, Do ab 02.05.24, 20:00 - 21:00 Uhr, 70,00 €

24SWEB047 Meditation und positives Denken
K. Huber, 6 x, Fr ab 08.03.24, 19:30 - 21:00 Uhr, 88,00 €

24SWEB048 Yoga for birth: Mit Vertrauen & Entspannung in die Geburt
E. Weber, So 14.07.24, 16:30 - 18:00 Uhr, 31,00 €

24SWEB050 Beckenbodentraining
A. Stadler, 10 x, Di ab 05.03.24, 18:30 - 19:45 Uhr, 69,00 €

24SWEB055 Qigong
S. Voelkel-Scharl, 15 x, Do ab 22.02.24, 09:30 - 10:45 Uhr, 115,00 €

24SWEB056 Tai-Chi Chuan - 24er Peking - Form Yang-Stil
S Voelkel-Scharl, 10 x, Mi ab 21.02.24, 18:00 - 19:15 Uhr, 100,00 €

SPRACHEN UND SPRECHEN

Bei den Kursen kann ein Kleingruppenzuschlag hinzukommen.

24SWEB100 Italienisch für Anfänger (A1) - Live aus Italien
G. Li Vigni, 10 x, Mo ab 05.02.24, 08:30 - 10:00 Uhr, 81,00 €*

24SWEB102 Italienisch für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen (A1) - Live aus Italien
G. Li Vigni, 10 x, Mi ab 31.01.24, 17:45 - 19:15 Uhr, 81,00 €*

24SWEB103 Italienisch: virtuelle Reise durch Turin - viaggio virtuale a Torino
G. Li Vigni, 4 x, Sa ab 27.01.24, 17:45 - 19:15 Uhr, 81,00 €*

24SWEB101 English Conversation B2
R. Bull, 11 x, Fr ab 01.03.24, 09:00 - 10:30 Uhr, 119,00 €

24SWEB104 Spanisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse (A1)
M.-J. Tárraga-Teruel, 10 x, Mi ab 24.01.24, 16:00 - 17:30 Uhr, 81,00 €*

24SWEB116 Französisch - Konversationskurs
K. Schur-Neugebauer, 15 x, Mi ab 06.03.24, 18:30 - 20:00 Uhr, 120,00 €

*** nähere Gebühreninformationen unter www.vhs-g.de**

BERUF UND EDV

24SWEB120 Windows 10 - Grundlagen
A. Fänger, 5 x, Mo - Fr, 10.06.24 - 14.06.24, 16:15 - 19:30 Uhr, 115,00 €

24SWEB121 Excel 1 - Grundlagen der Tabellenbearbeitung
S. Bennewitz, Do 18.04.24, 19:00 - 20:00 Uhr, 14,00 €

24SWEB122 Excel 2 - Erweiterte Tabellenbearbeitung
S. Bennewitz, Do 25.04.24, 19:00 - 20:00 Uhr, 14,00 €

24SWEB123 Excel 3 - Einfache Formeln und Funktionen
S. Bennewitz, Do 02.05.24, 19:00 - 20:00 Uhr, 14,00 €

24SWEB124 Excel 4 - Verschachtelte Funktionen und absolute Bezüge
S. Bennewitz, Do 16.05.24, 19:00 - 20:00 Uhr, 14,00 €

24SWEB125 Excel 7 - Funktionen aus dem Büroalltag
S. Bennewitz, Do 20.06.24, 19:00 - 20:00 Uhr, 14,00 €

24SWEB126 Excel 9 - Diagramme
S. Bennewitz, Do 04.07.24, 19:00 - 20:00 Uhr, 14,00 €

24SWEB127 Excel 10 - Pivot-Tabellen
S. Bennewitz, Do 11.07.24, 19:00 - 20:00 Uhr, 14,00 €

24SWEB129 Tabellenkalkulation mit Excel
A. Fänger, 9 x, Mo - Fr, 13.05.24 bis 24.05.24, 17:30 - 21:40 Uhr, 120,00 €
Die genauen Termine entnehmen Sie bitte unserer Homepage

24SWEB130 Keine Angst vor dem Vorstellungsgespräch
M. Heuser, Di 05.03.24, 18:30 - 21:00 Uhr, 25,00 €

24SWEB131 Soft Skills im Beruf erfolgreich einsetzen
M. Heuser, 3 x, Mi - Fr, 10.04.24 bis 12.04.24, 18:30 - 21:00 Uhr, 75,00 €

24SWEB132 Projekte professionell agil durchführen
M. Heuser, 3 x, Di - Do, 16.04. bis 18.04., 18.30–21.00 Uhr, 75,00 €

Onlinekurs im Rahmen des Bildungsprojekts „vhs DIGITAL"

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

wir haben für Sie mit viel Engagement und Sorgfalt ein vielfältiges Angebot für das Frühjahr-/Sommersemester 2024 zusammengestellt, welches eine breite Palette an interessanten Kursen, Seminaren und Veranstaltungen umfasst. Ob Sie Ihre sprachlichen Fähigkeiten vertiefen, Ihre kreativen Talente entfalten oder Ihr Wissen in neuen Bereichen erweitern möchten – wir haben für jeden etwas dabei. Melden Sie sich rechtzeitig an, um sich Ihren Platz in Ihren Wunschkursen zu sichern.

Und falls Sie nicht fündig werden – schauen Sie doch einfach bei den Angeboten unserer weiteren Mitgliedsgemeinden auf unserer Homepage **www.vhs-g.de.** Außerdem ergänzen wir auch während des Semesters unser Programm mit tollen Veranstaltungen.

Wir freuen uns darauf, Sie im neuen Semester bei uns begrüßen zu dürfen und wünschen Ihnen spannende, lehrreiche und inspirierende Momente in unseren Kursen.

Ihr vhs-g-Team

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

Informationen zur Anmeldung

Die Anmeldung für das Frühjahr/Sommersemester 24 ist ab dem 09.02.24 möglich. Sie können sich **online** unter **www.vhs-g.de** anmelden. Gerne nehmen wir Ihre Anmeldung aber auch per E-Mail oder telefonisch entgegen. **Bitte beachten Sie,** dass das Programmheft nur die wichtigsten Informationen zu den Kursen enthält. Die ausführliche Beschreibung unserer Angebote, die genauen Terminangaben und weitere wichtige Details finden Sie auf unserer Homepage unter **www.vhs-g.de.**

Ihre Anmeldung ist verbindlich. Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen und unsere Datenschutzerklärung.
Sie erhalten nur bei der Online-Anmeldung eine Anmeldebestätigung. Sollten Sie nach der Anmeldung nichts mehr von uns hören, so findet Ihr Kurs wie ausgeschrieben statt. Anmeldeschluss ist immer eine Woche vor Kursbeginn. Bis dahin ist auch eine kostenlose Kursstornierung möglich. Danach werden sowohl die Kursgebühren als auch ggf. die Material- oder Lebensmittelkosten fällig. Ermäßigungen müssen vor Veranstaltungsbeginn gegen Vorlage einer Bescheinigung geltend gemacht werden.

Für einen reibungslosen Ablauf der Zahlung bitten wir Sie, uns ein SEPA-Lastschriftmandat zu erteilen, sodass wir Ihre Kursgebühr von Ihrem Konto abbuchen können.

VHS-G GESCHÄFTSSTELLE

Anschrift:
Landratsamt Alb-Donau-Kreis, Schillerstraße 30, 89077 Ulm
Telefon: 0731 185-1242
E-Mail: info@vhs-g.de
Homepage: www.vhs-g.de

Bankverbindung:
Sparkasse Ulm: DE5763050000 0000 006994
SOLADES1ULM

Telefonische Sprechzeiten:
Mo. – Fr. 09:00 – 12:00 Uhr
Mo. – Do. 13:30 – 15:30 Uhr

VHS-G AUSSENSTELLEN

Rathaus Balzheim
Telefon: 07347 9578-12
E-Mail: info@gemeinde.balzheim.de
Mo. – Fr. 08:30 – 12:00 Uhr
Mi. 15:00 – 18:30 Uhr

Rathaus Dietenheim
Telefon: 07347 9696-33
E-Mail: vhs@dietenheim.de
Mo. – Do. 08:00 – 12:00 Uhr
Mo. + Di. + Do. 14:00 – 16:00 Uhr
Mi. 16:00 – 19:00 Uhr
Fr. 08:00 – 13:00 Uhr

Rathaus Illerrieden
Telefon: 07306 9696-0
E-Mail: vhs-g@illerrieden.de
Mo.- Fr. 08:30 – 12:00 Uhr
Mi. 15:00 – 18:00 Uhr

IMPRESSUM
Herausgeber: Volkshochschule im Alb-Donau-Kreis e.V.
Hausadresse: Schillerstraße 30, 89077 Ulm
Layout und Satz: plan b - Werbeberatung, Bettina Spleiß
Druck u. Verarbeitung: Druck+Medien Zipperlen GmbH, 89160 Dornstadt

Mitglied des Volkshochschulverbandes Baden-Württemberg – zertifiziert nach ZBQ

GEMEINDEN

BALZHEIM

MENSCH UND WELT

24SBA001 Schafkopf Grundlagenkurs für Anfänger
D. Rösch, Dorfgemeinschaftshaus Unterbalzheim, Fr 26.04.24, 15:00 - 17:30 Uhr, 16,00 €

24SBA002 IT'S TERRIFIC - Sammlung Würth & Friedensreich Hundertwasser, Künzelsau
Fromm Reisen OHG, Zustiegsmöglichkeiten: Balzheim, Dietenheim, Ulm, Fr 08.03.24, 07:00 - 17:00 Uhr, 75,00 € (inkl. Eintritt)

24SBA003 Allgäuer Nadelstiche in Oberstdorf
Fromm Reisen OHG, Zustiegsmöglichkeiten: Balzheim, Dietenheim, Ulm, Sa 13.04.24, 07:00 - 17:00 Uhr, 56,00 € (inkl. Eintritt)

24SBA004 Landesgartenschau Wangen im Allgäu
Fromm Reisen OHG, Zustiegsmöglichkeiten: Balzheim, Dietenheim, Ulm, Do 27.06.24, 07:00 - 17:00 Uhr, 82,00 € (inkl. Eintritt)

24SBA005 Berg & Bodensee
Fromm Reisen OHG, Zustiegsmöglichkeiten: Balzheim, Dietenheim, Ulm, Do 18.07.24, 07:00 - 18:00 Uhr, 76,00 € (inkl. Berg-/Talfahrt und Schifffahrt)

24SBA006 Bad Wurzachs Kostbarkeiten
Anreise in Eigenregie, Stadtführung, Riedführung, Fr 07.06.24, 08:00 - 17:00 Uhr, 20,00 € inkl. Eintritte und Führungen.

24SBA007 Jüdische Geschichte Laupheims
Anreise in Eigenregie, Besuch Carl-Lämmle-Museum und Jüdischer Friedhof, Mi 12.06.24, 09:30 - 16:00 Uhr, 22,00 € inkl. Eintritte und Führungen.

24SBA008 Der Balzheimer Wald, ökologisches Refugium oder Holzfabrik
U. Gai, Oberbalzheim am Schlossweihergarten, So 16.06.24, 09:00 - 12:00 Uhr, 7,50 €

24SBA009 Arbeiten mit der Kettensäge
S. Gans, Schlossweihergarten Oberbalzheim, Fr 05.07.24, 15:00 - 18:00 Uhr und Sa 06.07.24, 08:00 - 14:00 Uhr, 175,00 €, (inkl. Bescheinigung Sachkundenachweis Modul A)

KULTUR UND GESTALTEN

24SBA020 Tanzkurs für Paare: Goldkurs
T. Rieber, Vereinshaus am Sportplatz, 8 x So ab 25.02.24, 15:45 - 17:30 Uhr, 65,00 € * pro Person

24SBA021 Tanzkreis für sehr fortgeschrittene Paare
T. Rieber, Dorfgemeinschaftshaus Unterbalzheim, 8 x So ab 25.02.24, 17:30 - 19:15 Uhr, 65,00 € * pro Person

24SBA022 Linedance Grundlagen
J. Schimmel, Dorfgemeinschaftshaus Unterbalzheim, 8 x Mi ab 28.02.24, 20:00 - 21:00 Uhr, 127,00 €

*** nähere Gebühreninformation unter www.vhs-g.de**

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

24SBA040 Zumba® Fitness
D. Hambach, Dorfgemeinschaftshaus Unterbalzheim, 11 x Do ab 29.02.24, 19:00 - 20:00 Uhr, 83,00 €

24SBA041 Yoga für leicht Fortgeschrittene
J. Baur, Alte Schule Oberbalzheim, 8 x Mo ab 04.03.24, 09:00 - 10:15 Uhr, 68,00 €

24SBA042 Yoga für Fortgeschrittene
H. Bachmann, Dorfgemeinschaftshaus Unterbalzheim, 8 x Di ab 05.03.24, 18:00 - 19:15 Uhr, 68,00 €

24SBA043 Fit im Alltag für Seniorinnen und Senioren
B. Högerle, Stiftungshalle Oberbalzheim, 8 x Di ab 27.02.24, 16:50 - 17:50 Uhr, 53,00 €

Rückenfit und starker Beckenboden I bzw. II
B. Högerle, Stiftungshalle Oberbalzheim, 8 x Di ab 27.02.24, 53,00 €
24SBA044 18:00 - 19:00 Uhr (Rückenfit I)
24SBA045 19:10 - 20:10 Uhr (Rückenfit II)

24SBA046 Der Schlaf - ein wichtiger Bestandteil unseres Wohlbefindens
Dr. med. S. Ott-Öchsle, Dorfgemeinschaftshaus Unterbalzheim, Mi 24.04.24, 18:00 - 19:00 Uhr, 5,00 €

24SBA047 Demenz - Entstehung, Behandlung, Prävention
Dr. med. S. Fischer, Dorfgemeinschaftshaus Unterbalzheim, Mi 15.05.24, 19:00 - 21:00 Uhr, 5,00 €

SPRACHEN UND SPRECHEN

Bei den Kursen kann ein Kleingruppenzuschlag hinzukommen.

24SBA101 Crash Kurs Business English
C. Bailer, Alte Schule Oberbalzheim, 6 x Fr ab 10.05.24, 17:45 - 19:15 Uhr, 56,00 € + 3,00 € Materialkosten

24SBA102 English Grammar
C. Bailer Alte Schule Oberbalzheim, 6 x Fr ab 10.05.24, 16:00 - 17:30 Uhr, 56,00 € + 3,00 € Materialkosten

JUNGE VHS

24SBA140 Wir bauen einen Nistkasten (10 - 13 Jahre)
G. Nothelfer, Grundschule Balzheim, Sa 23.03.24, 13:30 - 16:30 Uhr, 17,00 € + ca. 15,00 € Materialkosten

HIER GEHT´S ZUR ANMELDUNG
Sichern Sie sich gleich den Platz in Ihrem Lieblingskurs.

www.vhs-g.de

Mehr Infos unter: www.vhs-g.de // Anmeldebeginn: 09.02.2024

Sie möchten selber einen **Kurs anbieten**? Melden Sie sich bei uns!

DIETENHEIM

MENSCH UND WELT

24SDI001 Schafkopf Grundlagenkurs für Anfänger
D. Rösch, Rathaus Dietenheim, Sa 02.03.24, 10:00 - 15:00 Uhr, 16,00 €

24SDI003 Kommen Sie doch mit in den Botanischen Garten Ulm
Termin der Führung wird im Mitteilungsblatt und auf der Homepage bekannt gegeben, eigene Anfahrt, 9,00 €

24SDI004 Krisen: Eine Chance gegen unsere diffusen Wohlstandsängste?
F. Endres, Vortrag, Gemeinschaftsschule Dietenheim, Do 07.03.24, 19:00 Uhr, gebührenfrei, Anmeldungen ausschließlich über das Rathaus Dietenheim (Tel.: 07347/9696-0)

KULTUR UND GESTALTEN

24SDI024 HEIM-SPIEL: Wenn die Väter mit den Söhnen rocken!
Konzert von Josef Chuck Golder und Hubert Walter sowie deren Söhne Andreas Walter und Matthias Golder, Bürgerhaus Regglisweiler, Fr 17.05.24, 20:00 Uhr, 10,00 €
Vorverkauf ausschließlich über Rathaus Dietenheim (Tel.: 07347/9696-0), 12,00 € Abendkasse vor Ort

24SDI020 Malertreff am Dienstag
Brandenburgschule Regglisweiler, 8 x, Di ab 05.03.24, 17:30 - 19:30 Uhr, 15,00 €

24SDI021 Malertreff am Donnerstag
Brandenburgschule Regglisweiler, 8 x, Do ab 07.03.24, 17:30 - 19:30 Uhr, 15,00 €

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

24SDI040 Rückenfit und starker Beckenboden
B. Högerle, Gemeinschaftsschule Dietenheim, 8 x, Mo ab 26.02.24, 18:45 - 19:45 Uhr, 54,00 €

24SDI043 Hatha Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene
A. Schauz-Wölfli, Bürgerhaus Regglisweiler, 10 x, Mo ab 26.02.24, 18:00 - 19:30 Uhr, 72,00 €

Beckenbodengymnastik und Kräftigung der Rückenmuskulatur
S. Sauter, 10 x, 60,00 €
24SDI044 Mi ab 28.02.24, 09:00 - 10:00 Uhr, Gemeinschaftsschule Dietenheim
24SDI045 Sa ab 02.03.24, 09:00 - 10:00 Uhr, Gemeinschaftsschule Dietenheim
24SDI046 Sa ab 02.03.24, 10:00 - 11:00 Uhr, Stadthalle Dietenheim

24SDI047 Entspannung mit Hatha Yoga und Yoga Nidra
B. Mir, Bürgerhaus Regglisweiler, 10 x, Di ab 05.03.24, 09:45 - 11:00 Uhr, 65,00 €

SPRACHEN UND SPRECHEN

Bei den Kursen kann ein Kleingruppenzuschlag hinzukommen.

24SDI100 Englisch - Vertiefung, Erweiterung, Konversation (Niveau B 2.1)
A. Greck, Bürgerhaus Regglisweiler, 10 x, Do ab 22.02.24, 19:00 - 20:30 Uhr, ab 70,00 €*

24SDI101 Español für Anfänger/innen (Niveau A1)
L. Stölzle, Gemeinschaftsschule Dietenheim, 10 x, Mo ab 04.03.24, 18:45 - 20:00 Uhr, ab 53,00 €*

24SDI102 Español für Fortgeschrittene (Niveau A2) Fortsetzungskurs
L. Stölzle, Gemeinschaftsschule Dietenheim, 10 x, Di ab 05.03.24, 18:45 - 20:15 Uhr, ab 62,00 €*

24SDI103 Spanisch für Anfänger/innen (Niveau A1) Fortsetzungskurs
L. Stölzle, Gemeinschaftsschule Dietenheim, 10 x, Mi ab 06.03.24, 18:45 - 20:15 Uhr, ab 62,00 €*

*** nähere Gebühreninformationen unter www.vhs-g.de**

JUNGE VHS

24SDI140 „Ich wehre mich!“ (für Kinder von der 1. bis 4. Klasse)
L. Bäuml, Turnhalle Regglisweiler, 2 x, Sa 13.04.24 und Sa 20.04.24, 09:00 - 12:00 Uhr, 44,00 €

ILLERRIEDEN

MENSCH UND WELT

24SIR001 Pflege und Schnitt von Obstbäumen, Beerensträuchern und Ziergehölzen
K.-H. Glöggler, 2 x, Do 29.02.24, 19:30 - 21:30 Uhr, Schule Illerrieden (Theorie) und Fr 01.03.24, 14:00 - 16:30 Uhr (Praxis, wetterfeste Kleidung!), 25,00 €

24SIR002 Die Vorsorgevollmacht: „Wir müssen das Leben nehmen, wie es kommt. Aber wir können einiges dafür tun, dass es so kommt, wie wir es nehmen möchten.“
M. Kunz, Haus "Alte Schule“ Illerrieden, Di 16.04.24, 19:00 - 21:30 Uhr, gebührenfrei, keine Anmeldung erforderlich

KULTUR UND GESTALTEN

24SIR020 Literaturseminar für Frauen
K. Treutlein, Haus "Alte Schule" Illerrieden, 6 x, Beginn Mi 28.02.24, 45,00 €
Die Termine 2 bis 6 werden am ersten Kurstag festgelegt.

Mehr Infos unter: www.vhs-g.de // Anmeldebeginn: 09.02.2024

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

24SIR040 Qigong - Harmonie für Körper, Geist und Seele
R. Herre, Schule Illerrieden, 10 x Mo ab 26.02.24,
19:30 - 20:45 Uhr, 85,00 €

24SIR041 Der bewegende Atem
H. Christian, Schule Illerrieden, 10 x Do ab 07.03.24,
09:00 - 10:30 Uhr, 122,00 €

24SIR043 Yoga ist für alle da - Yoga mit und auf dem Stuhl
A. Schauz-Wölfli, Schule Illerrieden, 5 x, Di ab 09.04.24,
17:00 - 18:00 Uhr, 25,00 €

24SIR044 Hatha Yoga und Meditation
B. Mir, Schule Illerrieden, 10 x Mi ab 06.03.24,
18:45 - 19:45 Uhr, 59,00 €
Es finden keine Termine im Mai statt!

24SIR045 Hatha Yoga und Yoga Nidra
B. Mir, Schule Illerrieden, 10 x Mi ab 06.03.24,
20:00 - 21:15 Uhr, 65,00 €
Es finden keine Termine im Mai statt!

24SIR046 Tee und Salben aus Heilkräutern zur Unterstützung der Immunkraft
C. Kilian, Schule Illerrieden, Mi 06.03.24, 19:00 - 21:30 Uhr,
22,00 € + ca.18,00 € Materialkosten

24SIR047 Steak IT Easy - geniales 3-Gänge-Menü vom Grill
B. Amann, Schule Illerrieden, Sa 22.06.24, 16:00 - 19:00 Uhr
33,00 € + ca. 17,00 € Lebensmittelkosten

SPRACHEN UND SPRECHEN

Bei den Kursen kann ein Kleingruppenzuschlag hinzukommen.

24SIR100 Spanisch für Senioren (A1) Vormittag
L. Stölzle, Schule Illerrieden, 10 x Mi ab 06.03.24,
10:30 - 12:00 Uhr ab 67,00 €*

*** nähere Gebühreninformationen unter www.vhs-g.de**

JUNGE VHS

24SIR140 Pausensnacks und Fingerfood (8 - 12 Jahre)
U. A. Bahmer, Schule Illerrieden, Fr 15.03.24,
15:00 - 17:30 Uhr, 5,00 € + 6,00 € Lebensmittelkosten

24SIR141 Trockenfilzen kleiner Figuren (ab 6 Jahren)
W.-M. Stappen-Brioul, Schule Illerrieden, Di 19.03.24,
16:30 - 18:45 Uhr, 16,00 € + 5,00 € Materialkosten

24SIR142 Mobiler Stifte-Organizer mit Pappmaché (ab 6 Jahren)
W.-M. Stappen-Brioul, Schule Illerrieden, 2 x, Di 11.06.24 und
Mi 19.06.24, 17:00 - 18:30 Uhr, 22,00 € + 5,00 € Material-
kosten

24SIR143 Ytong-Steine bearbeiten (6 - 14 Jahre)
W.-M. Stappen-Brioul, Spielhalle Kindergarten, Sa 29.06.24,
09:00 - 12:00 Uhr, 22,00 € + 4,00 € Materialkosten

Die AOK-Gesundheitsangebote in Ihrer Region.

Tun Sie Ihrer Gesundheit etwas Gutes. Ob Bewegungsübungen, gesundes Kochen oder Entspannungsmethoden – wir bieten in ganz Baden-Württemberg spannende Kurse unter der Leitung von qualifizierten Gesundheitsexperten an.

Mehr erfahren Sie auf aok.de/bw/gesundheitsangebote

Kostenfrei für AOK-Versicherte

GESUNDNAH
AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse.