Länder- und Heimatkunde

Gesellschaft & Umwelt

Künstlerisches und handwerkliches Gestalten

Gesundheit & Sport

Outdoor-Sport

Ernährung & Haushalt

Sprachen

Arbeit - Beruf & EDV

Bücherei



















PROGRAMM Frühjahr-Sommer 2017



Telefon +49 (0)7476 9429-0 Telefax +49 (0)7476 9429-20

E-Mail info@druckhaus-mayer.com Web www.druckhaus-mayer.com

DRUCKHAUS MAYER

Zollerstraße 2 72406 Bisingen



Beratung | Druckvorstufe | Offsetdruck | Digitaldruck | Mailings | Weiterverarbeitung



Hohenzollern Apotheke

Steinhofener Straße 12-14 72406 Bisingen

TEL 07476-7014 FAX 07476-7073 HZ@ERTELT.DE

HEIDELBERG APOTHEKE

Heidelbergstraße 22 72406 Bisingen

TEL 07476-8411 FAX 07476-2009 HB@ERTELT.DE

WWW.APOTHEKE-AUS-LEIDENSCHAFT.DE

Infoseite und Inhaltsverzeichnis

Geschäftsstelle der VHS

Rathaus Bisingen Heidelbergstraße 9 72406 Bisingen www.bisingen.de

E-Mail: info@bisingen.de

Anmeldung:

Telefon 07476/896-412 Telefax 07476/896-149

E-Mail: volkshochschule@bisingen.de



Öffnungszeiten

Montag: 7:30 - 12:30 Uhr
Dienstag: 8:00 - 11:30 Uhr
14:00 - 16:30 Uhr
Mittwoch: 14:00 - 16:30 Uhr
Donnerstag: 8:00 - 11:30 Uhr
14:00 - 18:00 Uhr

Freitag: 8:00 - 11.30 Uhr

Bankverbindungen

Sparkasse Zollernalb IBAN: DE90 6535 1260 0086 2000 99 BIC: SOLADES1BAL

Volksbank Hohenzollern-Balingen eG IBAN: DE25 6416 3225 0211 0340 02

BIC: GENODES1VHZ

Inhaltsverzeichnis Geschäftsbedingungen 4 Semesterkalender Frühjahr-Sommer 2017 Lageplan Schulzentrum Bisingen 5 6 Ortsplan Bisingen Terminübersicht 8 + 9Länder- und Heimatkunde 10 + 11Gesellschaft / Umwelt 11 Künstlerisches und handwerkliches Gestalten - Hobby 11 + 12Gesundheit / Sport 12 - 17 Outdoor-Sport 18 - 20 Haushaltsführung und Ernährung 21 21 - 22 Sprachen Arbeit / Beruf / EDV 22 Gemeindebücherei Bisingen 23 24 Bildungswerk der Kirchengemeinden Anmeldeformulare 25 - 26

Geschäftsbedingungen

Einfach anmelden!

Die Anmeldung zu den verschiedenen Kursen und Seminaren können Sie durch die beigefügten Anmeldekarten vornehmen. Sie können sich jedoch auch persönlich bei der Geschäftsstelle der VHS per Telefon oder Fax anmelden.

Kurses ist die volle Teilnehmergebühr zu leisten und geleistete Zahlungen können nicht mehr zurückerstattet werden. Die VHS kann wegen mangelnder Beteiligung oder Ausfall eines Kursleiters eine Veranstaltung / einen Kurs stornieren. In diesem Fall werden bereits geleistete Zahlungen zurückerstattet.

Ihre Anmeldung ist auf jeden Fall verbindlich!

Für alle Kurse sind Mindest- und Höchstteilnehmerzahlen festgelegt, die berücksichtigt werden müssen. Bitte melden Sie sich deshalb unbedingt rechtzeitig an. Sollte ein Kurs bereits belegt sein oder nicht zustande kommen, werden Sie von uns benachrichtigt.

Gebühren

Die Kurs- und Veranstaltungsgebühren sind im VHS-Programm bei der jeweiligen Kursausschreibung angegeben. Sie sind nach Erhalt der Kursbestätigung auf eines der Konten der Gemeinde Bisingen zu überweisen oder in bar bei der Gemeindekasse zu bezahlen. Die Kosten für Lehrmittel und Arbeitsmaterialien sind in den Kursgebühren nicht enthalten. Bei Vorträgen und Einzelveranstaltungen werden die Gebühren direkt vor Beginn der Veranstaltung erhoben.

Rücktritt von einem Kurs

Falls Sie von einem Kurs zurücktreten wollen, können Sie dies selbstverständlich tun. Der Rücktritt muss spätestens einen Tag vor Kursbeginn bei der Geschäftsstelle der VHS erfolgen, dann erhalten Sie auch bereits geleistete Zahlungen zurückerstattet. Bei einem Rücktritt nach Beginn des

Hinweise in der Presse

Die Teilnehmer werden gebeten, die Bekanntmachungen der Volkshochschule Bisingen im Amtsblatt der Gemeinde Bisingen und in der örtlichen Tagespresse zu beachten.

Teilnahmebescheinigung

Eine Teilnahmebescheinigung, die Angaben über den behandelten Unterrichtsstoff enthält, kann auf Wunsch ausgestellt werden. Diese kann jederzeit bei der Geschäftsstelle der VHS beantragt werden.

Haftung

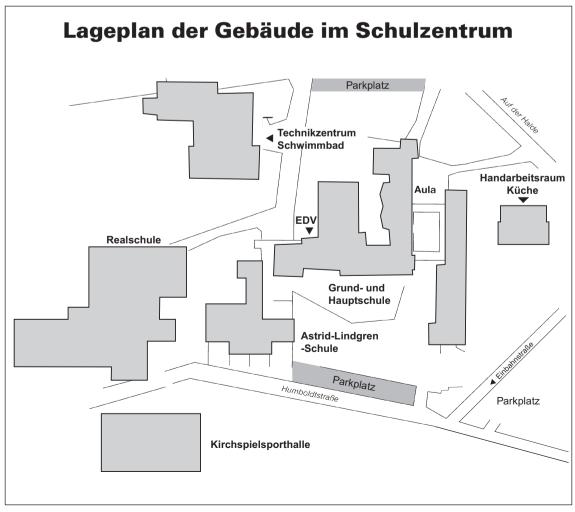
Die VHS behält sich notwendige Änderungen gegenüber den Angaben im Programmheft vor. Die Haftung der VHS - gleich aus welchem Rechtsgrund - ist auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit und auf die Höhe der jeweiligen Kursgebühr beschränkt. Für Unfälle während der Veranstaltung, auf dem Weg zur und von der Veranstaltungsstätte sowie für den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen übernimmt die VHS keine Haftung.

Semesterkalender Frühjahr / Sommer 2017

		Feb	ruar	'17			Mä	irz '	17			Ap	ril '	17	
Woche	5	6	7	8	9	9	10	11	12	13	13	14	15	16	17
Montag		6	13	20	27		6	13	20	27		3	10	17	24
Dienstag		7	14	21	28		7	14	21	28		4	11	18	25
Mittwoch	1	8	15	22		1	8	15	22	29		5	12	19	26
Donnerstag	2	9	16	23		2	9	16	23	30		6	13	20	27
Freitag	3	10	17	24		3	10	17	24	31		7	14	21	28
Samstag	4	11	18	25		4	11	18	25		1	8	15	22	29
Sonntag	5	12	19	26		5	12	19	26		2	9	16	23	30

		M	ai '1	17			Ju	ni '	17			Jı	ıli '1	7	
Woche	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	26	27	28	29	30
Montag	1	8	15	22	29		5	12	19	26		3	10	17	24
Dienstag	2	9	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18	25
Mittwoch	3	10	17	24	31		7	14	21	28		5	12	19	26
Donnerstag	4	11	18	25		1	8	15	22	29		6	13	20	27
Freitag	5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21	28
Samstag	6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29
Sonntag	7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30

Die grau unterlegten Tage sind Schulferien und schulfreie Tage. Während der Schulferien und an schulfreien Tagen findet in der Regel auch bei der Volkshochschule kein Unterricht statt.





Pension «Zur Morchel»



Hannelore Endress

72406 Bisingen-Thanheim Telefon 07476 / 530

Moderne Fremdenzimmer



Ihre traditionelle Handwerksbäckerei im Kirchspiel, auch Sonntags geöffnet von 8:00 bis 11:00 Uhr

Bisingen Steinhofen Grosselfingen Balingen Hechingen

Hohenlaienstr. 9 Bachstraße 9 Bruderschaftsstr. 67 Obere Kirchstraße 10 Carl-Baur-Weg 2/1 Tel. 07476 / 391273 Tel. 07476 / 7535 Tel. 07476 / 949868 Tel. 07433 / 9555107 Tel. 07471 / 617260

Bäckerei Konditorei
Alfred Schweizer

KULTUR 2017



...garantiert gute Unterhaltung!

Lassen Sie sich von einem abwechslungsreichen Kulturprogramm begeistern und sichern Sie sich Ihre Tickets unter Telefon 0 74 76 / 896-412

HEIMDIENST GESCHENKE FESTE GASTRO ABHOLSHOP

Getränke **HAAF**

nh. Uwe Wochner

Ihr zuverlässiger Partner

72406 Bisingen Bahnhofstr.56 Lager: Jahnstr. 9 Tel. 07476/1551 Fax 07476/391117 www.getraenke-haaf.de

FECKER GmbH

Malergeschäft · Bodenlegerbetrieb Lenaustraße 1 · 72406 Bisingen Telefon (07476) 648 · Telefax (07476) 2606

> Ihr Spezialist für Schönheit und Schutz

Farben- und Tapetenfachgeschäft Bodenbeläge \cdot Gardinen

Moderne Raumgestaltung Fassadenschutz · Betonsanierung, Vollwärmeschutz · Gerüstbau

Unser VHS-Programm

...Bildung für die Zukunft!

GARTEN - & BAUMASCHINEN MIETPARK

Ihr Partner mit rentablen Garten - und Baumaschinen

Heinz Heyzckhaus

Mobil: 0174 - 3025632 | Fax. 07476 / 914102 Raichbergstr. 3 | 72406 Bisingen



www.mietpark-heyeckhaus.de | Mietparkheyeckhaus@web.de



vielfältig sympathisch kompetent

Terminübersicht

Veranstaltungen der VHS Bisingen

Begi	nn	Uhr	Kursnr.	Kurstitel
Febr	uar 2017			
Do	02.02.2017	14:30	P 20801	Heimatliedersingen
Мо	20.02.2017	18:30	P 30330	Tanzen - Fortgeschrittene- Fitness für Körper, Geist und Seele
Di	21.02.2017	19:30	P 20603	Grundlagen des Zeichnens
Мо	27.02.2017	19:00	P 30501	Geburtsvorbereitungskurs I
März	2017			
Do	02.03.2017	14:30	P 40601	Englisch für Senioren I - Neuer Anfängerkurs -
Do	02.03.2017	16:30	P 40600	Englisch für Senioren VIII -Fortgeschrittene-
Мо	06.03.2017	14:30	P 20901	"Älter werden - beweglich bleiben Tanzen in geselliger Form -nicht nur für Senioren-"
Di	07.03.2017	16:00	P 30201	"fit und gesund" für Frauen ab 65 Jahren
Di	07.03.2017	16:45	P 30200	"fit und gesund" für Frauen ab 50 Jahren
Di	07.03.2017	17:30	P 30101	Yoga für alle I
Di	07.03.2017	18:00	P 40900	Italienisch für Fortgeschrittene
Di	07.03.2017	18:30	P 30102	Yoga für alle II
Di	07.03.2017	18:30	P 30204	Bauch-Beine-Po
Di	07.03.2017	19:45	P 30520	Fitness für Mamas
Di	07.03.2017	20:45	P 30205	Functional Fitness
Mi	08.03.2017	10:00	P 30521	Fit mit Baby
Mi	08.03.2017	10:30	P 30103	Yoga am Vormittag
Mi	08.03.2017	18:00	P 30511	Rückbildungskurs I
Mi	08.03.2017	18:15	P 30401	Kraft aus der Stille - Qigong und Meditation
Mi	08.03.2017	19:00	P 42200	Spanisch für Anfänger (ohne/geringe Vorkenntnisse)
Do	09.03.2017	09:00	P 30203	Wirbelsäulengymnastik
Do	09.03.2017	10:00	P 30202	Seniorengymnastik
Do	09.03.2017	14:30	P 20801	Heimatliedersingen
Do	09.03.2017	17:45	P 30614	Aqua-Fitness für Jedermann IV
Do	09.03.2017	18:30	P 30615	Aqua-Fintess für Jedermann V
Do	09.03.2017	19:00	P 42201	Spanisch für Teilnehmer mit 2 Semester Vorkenntnissen
Do	09.03.2017	20:00	P 30617	Aqua Nordic-Walking
Sa	18.03.2017	09:00	P 11700	Solarspaziergang im Solardorf Rottenburg-Oberndorf
Sa	18.03.2017	15:00	P 30400	Atempause für die Seele
Di	21.03.2017	08:30		Bücherei: Torben Kuhlmann - Die abenteuerlichen Geschichten einer fliegenden Maus
Di	28.03.2017	11:00		Bücherei: Oliver Scherz - Ausgezeichnetes (Vor-) Leseerlebnis
Mi	29.03.2017	15:00		Bücherei: Osterbasteln in der Bücherei
April	2017			
Do	06.04.2017	14:30	P 20801	Heimatliedersingen
Mi	12.04.2017	18:00	P 30512	Rückbildungskurs II
Sa	15.04.2017	09:00	P 11700	Solarspaziergang im Solardorf Rottenburg-Oberndorf
Mi	19.04.2017	10:30	P 50001	PC für Kids
Mo	24.04.2017	19:00	P 30502	Geburtsvorbereitungskurs II
Fr	28.04.2017	18:00	P 11111	Burg Hohenzollern - Hinter den Kulissen
Sa	29.04.2017	14:30	P 50002	Einführung in das Betriebssystem Windows
Sa	29.04.2017	16:30	P 30212	Aikido - Selbstbehauptung für Kinder
Sa	29.04.2017	17:15	P 30213	Aikido - Selbstbehauptung für Erwachsene

Terminübersicht

	_	_		_
M	ai	2	N1	17

Do	04.05.2017	14:30	P 20801	Heimatliedersingen
Sa	06.05.2017	13:00	P 11502	Gemarkungswanderung Thanheim
Sa	06.05.2017	14:00	P 11501	Pflanzenwanderung im Frühjahr
So	07.05.2017	10:00	P 11000	KZ-Friedhof Bisingen - Führung mit den Jugendguides
Di	09.05.2017	19:30	P 20604	Grundlagen des Zeichnens
Mi	10.05.2017	20:00		Bücherei: "Heiß, schwarz, bittersüß", Kabarett
Sa	13.05.2017	09:15	P 30603	Geführte Kanutour - Enz ab Vaihingen
So	14.05.2017	09:15	P 30600	Felskletterkurs am Wiesfels Reutlingen
Sa	20.05.2017	09:00	P 11700	Solarspaziergang im Solardorf Rottenburg-Oberndorf
Sa	27.05.2017	11:00	P 30604	Stand Up Paddlingkurs am Badesee in Kirchentellinsfurt
Sa	27.05.2017	14:00	P 30602	Kentersichere, geführte Raftingtour ab Istein
Мо	29.05.2017	18:00	P 30702	Brotbacken für Anfänger

Juni 2017

Do	01.06.2017	14:30	P 20801	Heimatliedersingen
Sa	17.06.2017	09:00	P 11700	Solarspaziergang im Solardorf Rottenburg-Oberndorf
Mo	19.06.2017	19:00	P 30503	Geburtsvorbereitungskurs III
Mi	21.06.2017	18:00	P 30513	Rückbildungskurs III

Juli 2017

Do	06.07.2017	14:30	P 20801	Heimatliedersingen
Sa	15.07.2017	09:00	P 11700	Solarspaziergang im Solardorf Rottenburg-Oberndorf
So	16.07.2017	12:45	P 30601	Geführte Kanutour - ab Donaueschingen bis Neudingen

ProTRONIC Computer GmbH
Marc Groß und Team
Heidelbergstr. 20 Fon: 07476/9427- 0
72406 Bisingen Fax: 07476/9427-27



- PC,Netzwerk-, Serverlösungen mit bis zu 4 Jahren vor Ort Garantie
- Service + Support
 Unser Techniker, immer für Sie da
- Beratung + Betreuung Wir lösen Ihre IT Fragen
- Kommunikation + Sicherheit email, Fernzugriff, VPN, Tobit, Exchange

www.ProTRONIC.de

Fragen Sie uns - Tel. 07476 94270 oder E-Mail: info@protronic.de



VHS BISINGEN

Weiterbildung beflügelt!

LÄNDER- UND HEIMATKUNDE

P 11000

KZ und Ölschieferwerk Bisingen 1944-1945 Jugendguides führen auf dem Geschichtslehrpfad

Die Jugendguides Bisingen laden ein zu einem Rundgang auf dem Bisinger KZ-Geschichtslehrpfad. Im Rahmen des sogenannten Unternehmens "Wüste" wurde ab 1944 am Westrand der Schwäbischen Alb in zehn Werken entlang der Bahnlinie Tübingen-Rottweil abgebaut, darunter auch Ölschiefer Bisingen. Der Rundgang führt zu den Orten des ehemaligen KZs und Wüstenwerks 2, wo die Jugendquides die Hintergründe dieses Unternehmens erläutern und unmenschlichen Haft- und Arbeitsbedingungen berichten. Wie in vielen anderen NS-Gedenkstätten der Region vermitteln auch in Bisingen Jugendliche und junge Erwachsene, die in einem speziellen Lehrgang zu Jugendguides ausgebildet wurden, die Geschichte der NS-Zeit.

Leitung: Jugendguides Bisingen

Termin: Sonntag, 07.05.2017, 10 - 11.30 Uhr

Dauer: 1 Vormittag

Ort: Treffpunkt: Bahnhof Bisingen

Gebühr: kostenlos

Höchsteilnehmerzahl: 25 Personen

P 11111

Burg Hohenzollern – Hinter den Kulissen

Wer möchte nicht gerne einmal hinter die Kulissen und hinter sonst verschlossene Türen der Burg Hohenzollern schauen? Im Anschluss an die Schau- und Prunkräume erkundet die spannende Tour geheime Dachgauben, Filmdrehorte, verborgene Mechanismen und gewährt Einblick in das Leben früherer Burgbewohner. Nach dem Aufstieg auf den Fahnenturm (je nach Wetterlage), der bereits Wilhelm II. in Verzückung versetzte, geht es vorbei an goldenem Deckengewölbe und durch die majestätische Schatzkammer bis hinab in den Geheimgang der Burg, wo die Sage der "Weißen Frau" lebendig wird.

Den Weg nach "oben" können Sie zwischen dem Fußweg (Laufzeit ca. 20-30 Minuten) oder dem kostenpflichtigen Pendelbus (muss selbst übernommen werden) wählen. Nach der Burgführung ist eine Abfahrt mit dem Bus leider nicht mehr möglich, daher laufen wir zu Fuß zurück zum Parkplatz. Eine Taschenlampe für den Rückweg wäre sinnvoll.

Für diese Führung ist Trittsicherheit unbedingt erforderlich!

Leitung: Burgverwaltung

Termin: Freitag, 28.04.2017, 18 - 20.30 Uhr

Dauer: 1 Abend

Ort: Treffpunkt um 17.50 Uhr an der

Kanone im Innenhof

Gebühr: 15,00 Euro

Mindestteilnehmerzahl: 25 Personen Höchstteilnehmerzahl: 40 Personen

P 11501 Pflanzenwanderung im Frühjahr

Im Wonnemonat Mai wollen wir dieses Jahr



auf unserer Pflanzenwanderung erkunden, welche Heilpflanzen uns die Natur präsentiert. Dazu lade ich alle Interessierten herzlich ein. Ihr Apotheker Winfried Ertelt.

Leitung: Winfried Ertelt

Termin: Samstag, 06.05.2017, 14 - 16.30 Uhr

Dauer: 1 Nachmittag

Ort: Treffpunkt vor dem Rathaus

Gebühr: 3,50 Euro

Für Kinder ist die Teilnahme kostenlos Mitzubringen: Festes Schuhwerk

P 11502

Gemarkungswanderung Thanheim

Wir wandern entlang der Gemarkungsgrenze über den Irrenberg nach Thanheim, ca. 6,5 km. Auf einigen Teilabschnitten führt unser Weg auch durch schwieriges Gelände. Festes Schuhwerk und zweckmäßige Kleidung sind erforderlich. Rucksackvesper und Getränke muss jeder selber mitnehmen. Anschließend besteht die Möglichkeit in Thanheim einzukehren.

Leitung: Wilhelm Grundler, Revierförster Termin: Samstag, 06.05.2017, 13 - 18.00 Uhr

Dauer: 1 Nachmittag

Ort: Treffpunkt: großer Wanderparkplatz

Stich gegenüber Stichwirtshaus

Gebühr: kostenlos

P 11660

Baumschnitt- und Veredelungskurse

Die örtlichen Obst- und Gartenbauvereine bieten in ihren Lehrgärten/Anlagen das Jahr über Schnitt- und Veredelungskurse an verschiedenen Obstsorten und Baumformen an.

Bei den Schnittkursen werden in Theorie und Praxis die Grundlagen der Wuchsgesetze und der richtige Schnitt



bei jungen und alten Obstbäumen vermittelt. Auch alte Obstbäume können durch einen Schnitt verjüngt werden und tragen anschließend wieder reiche Früchte. Bei diesen Kursen wird auch auf folgende Fragen eingegangen:

- Welche Baumform und Sorte wähle ich für den Hausgarten?
- Was pflanze ich auf meiner Baumwiese?
- Welche Beeren sind gut für den Hausaarten?
- An welchen Ruten tragen rote Johannisbeeren, an welchen die Schwarzen?
- Welche Himbeersorte soll gewählt werden und wie müssen diese geschnitten werden?

Leitung: Obst- und Gartenbauvereine Termin/Ort: Termine werden im Nachrichten-

blatt unter Vereinsnachrichten

bekannt gegeben

Gebühr: kostenlos

GESELLSCHAFT / UMWELT

P 11700 Solarspaziergang im Solardorf Rottenburg-Oberndorf

Der Rottenburger Stadtteil Oberndorf hat sich in den letzten Jahren zum Solardorf entwickelt. Lernen Sie bei einem Solarspaziergang die Sonnenseite von Oberndorf kennen. Sie erhalten Informationen rund um das Thema Solarstrom und Heizen mit Sonne & Holz. An Beispielen werden Ihnen die Technik, Planung und Montage einer Solaranlage erklärt, außerdem werden aktuelle Fördermöglichkeiten erläutert. Nach dem Solarspaziergang haben Sie auch die Gelegenheit, Probefahrten mit einem "TWIKE"-Solarmobil und Flyer-Fahrrädern zu machen. Den Abschluss bildet die Besichtigung des "Sonnen-Zentrums" in Rottenburg-Oberndorf und ein gemütlicher Abschluss in der "sonne die feurige Gastronomie". Einen ersten Eindruck vom Solarsparziergang können Sie sich bei einem Besuch auf der Homepage www.solarspaziergang.de verschaffen.

Leitung: Thomas Hartmann

(Verband der Solar Partner e.V.)

Termine: Samstag, 18.03.2017

Samstag, 15.04.2017 Samstag, 20.05.2017 Samstag, 17.06.2017 Samstag, 15.07.2017

Dauer: jeweils vormittags von 9 - 12.00 Uhr Ort: Treffpunkt: Sportheim SV Oberndorf,

72108 Rottenburg-Oberndorf

Gebühr: kostenlos

KÜNSTLERISCHES UND HANDWERK-LICHES GESTALTEN - HOBBY

P 20603 Grundlagen des Zeichnens



Beim Betrachten von Gegenständen sehen wir bei genauem Hinsehen: Dreieck, Quadrat und Kreis, die drei wichtigsten Grundformen. In diesem Kurs haben Sie Gelegenheit, alltägliche Gegenstände wie z. B. Gläser, Würfel oder auch Schachteln o. ä. optisch zu durchdringen und zeichnerisch umzusetzen. Mit genannten Grundformen erarbeiten Sie die Zusammensetzung der Objekte – wie auch später die natürlichen Dinge - räumlich und grafisch. Darüber hinaus werden Sie an zeichnerische Techniken wie Raster, Perspektive, Licht und Schatten, Material, Oberfläche und Farbe herangeführt. Techniken, die Auge und Hand trainieren und eine hilfreiche Voraussetzung für weitere Arten der Gestaltung sind. Der Kurs kann auch für eine Bewerbung an einer Fachhochschule oder Akademie (Mappenberatung) genutzt werden.

Leitung: Jürgen Bialleck

Termin: dienstags, 19.30 – 21.45 Uhr

Beginn: Dienstag, 21.02.2017

Dauer: 6 Abende

Ort: Handarbeitsraum I,

Eingang zur Schulküche, Auf der Halde, Schulzentrum

Gebühr: 48,50 Euro

Mitzubringen: Vorhandenes Zeichenmaterial kann mitgebracht werden. Wird am ersten

Kursabend besprochen.

Höchstteilnehmerzahl: 8 Personen



P 20604 Grundlagen des Zeichnens

Kursinhalt ist identisch mit Kurs-Nr. P 20603

Leitung Jürgen Bialleck

Termin: dienstags, 19.30 – 21.45 Uhr

Beginn: Dienstag, 09.05.2017

Dauer: 6 Abende

Ort: Handarbeitsraum I,

Eingang zur Schulküche, Auf der Halde 1, Schulzentrum

Auf del Flaide 1, Schulzenti

Gebühr: 48,50 Euro

Mitzubringen: Vorhandenes Zeichenmaterial kann mitgebracht werden. Wird am ersten

Kursabend besprochen.

Höchstteilnehmerzahl: 8 Personen

P 20801 Heimatliedersingen



Beim traditionellen Heimatliedersingen

Freunde des Gesanges jeglichen Alters, Mitbürgerinnen und Mitbürger aus unserer Gegend, um die schönen, bekannten und auch weniger bekannten Volks- und Heimatlieder zu singen, zu pflegen, zu erhalten und somit den nachfolgenden Generationen zu überliefern. Auch wer nur einen netten musikalischen Gesangsnachmittag, teilweise durch Gedichtsvorträge bereichert, in behaglicher Runde und Gesellschaft verbringen möchte, ist herzlich eingeladen.

Leituna: Heinz Marquart

Termine: Donnerstag, 02.02.2017

09.03.2017 Donnerstag,

06.04.2017 (Haus im Park) Donnerstag,

04.05.2017 Donnerstag, 01.06.2017 Donnerstag, 06.07.2017 Donnerstag, 14.30 - 16.30 Uhr Dauer:

Ort: KI. Saal der Hohenzollernhalle

Gebühr: kostenlos

GESUNDHEIT / SPORT

P 20901

Älter werden - beweglich bleiben Tanzen in geselliger Form - nicht nur für Senioren

Was wünschen wir uns als Senioren sehnlicher, als fit zu bleiben an Leib, Seele und Geist? Dazu verhelfen uns keine Pillen. Dazu brauchen wir: Gemeinschaft, Freude, Lachen, Musik, Bewegung für Körper und Geist kurzum- Tanzen in geselliger Form, wie es im "Seniorentanz" geschieht. Was ist das Besondere an diesem "Seniorentanz"?

- 1. Es sind zum Teil: Folkloretänze aus aller Welt, für Senioren vereinfacht und zum anderen extra für Senioren konstruierte Tänze, die in ihren Figuren und Schritten unser Gedächtnis und unsere Beweglichkeit fördern, uns aber nicht überfordern.
- 2. Es gibt keine Führungsrolle wie beim Gesellschaftstanz. Wir benötigen deshalb keinen festen Partner.
- 3. Es sind durchweg Gemeinschaftstänze, die verschiedenen Formationen Block, Reihe, Gasse) getanzt werden. Sie sind dazu eingeladen, mit und ohne Vorkenntnisse, mit und ohne Partner, mit und ohne Rheuma und ohne Altersgrenze. Wer

sich nicht sicher ist. ob der Kurs seinen Vorstellungen entspricht, darf gerne zur ersten Veranstaltung zum "Schnuppern" kommen.



August und Edith Döppert, Leitung:

Inge Maver

Termin: montags, 14.30 - 16.00 Uhr

Beainn: Montag, 06.03.2017 Dauer: 10 Nachmittage

Ort: Hohenzollernhalle. Kleiner Saal

Gebühr: 41.00 Euro

Höchstteilnehmerzahl: 24 Personen

P 30101 Yoga für alle I

Hatha Yoga - das gymnastische geleitete Atmen hat den Zweck, den ganzen Körper mit Atem zu durchdringen und so Heilung und Verjüngung zu bringen. Yoga will den Gesunden vor Krankheit bewahren, das Leben reicher. schöner und gehaltvoller machen. Jeder kann Yoga ausüben, gleichgültig wie alt er ist, ob er krank oder gesund ist. Durch die Lösung von körperlichen und seelischen Spannungen schafft Yoga erstaunliche Energiereserven.

Monika Hüß Leitung:

Termin: dienstags, 17.30 - 18.30 Uhr

Beginn: Dienstag, 07.03.2017

Dauer: 15 Abende

Ort: Vereinshalle Thanheim

Gebühr: 51.00 Euro

Mitzubringen: Bequeme Sportkleidung und

warme Matte oder Decke

Höchstteilnehmerzahl: 25 Personen



P 30102 Yoga für alle II

Kursinhalt identisch mit Kurs Nr. P 30101

Leituna: Monika Hüß

Termin: dienstags, 18.30 - 19.30 Uhr

Beginn: Dienstag, 07.03.2017

Dauer: 15 Abende

Vereinshalle Thanheim Ort:

Gebühr: 51,00 Euro

Mitzubringen: Bequeme Sportkleidung und

warme Matte oder Decke

Höchstteilnehmerzahl: 26 Personen

P 30103

Yoga am Vormittag

Yoga – "Lerne den Atem beherrschen, so tritt Ordnung in Körper und Seele"

Leitung: Monika Hüß

Termin: mittwochs, 10.30 – 11.30 Uhr

Beginn: Mittwoch, 08.03.2017

Dauer: 15 Vormittage

Ort: Vereinshalle Thanheim

Gebühr: 51,00 Euro

Mitzubringen: Bequeme Sportkleidung und

warme Matte oder Decke

Höchstteilnehmerzahl: 20 Personen

P 30200

"fit und gesund" für Frauen ab 50

Ab dem 50. Lebensjahr schleichen sich zunehmend Zipperlein ein, die den Alltag erheblich beeinträchtigen können. In diesem Kurs werden verstärkt mit Beckenbodengymnastik und Pilates spezielle Übungen vorbeugend für Inkontinenz angeboten. Mit Fuß- und Venengymnastik verbessern wir die Durchblutung in den Beinen und beugen so Krampfadern vor. Durch gezielte Gymnastik und Grundlagen der Rückenschule sowie Osteoporosegymnastik können wir mehr körperliche Aktivitäten entfalten. Diese Übungen stärken Muskeln, Knochen, Bänder und Gelenke, fördern das Selbstwertgefühl und erhöhen unser Körperbewusstsein und die Lebensqualität.

Leitung: Silvia Voß

Termin: dienstags, 16.45 – 17.30 Uhr

Beginn: Dienstag, 07.03.2017 Dauer: 15 Nachmittage

Ort: Sporthalle Grosselfingen

Gebühr: 27,00 Euro

Mitzubringen: Isomatte, Handtuch, bequeme

Sportkleidung

Höchstteilnehmerzahl: 20 Personen

P 30201

"fit und gesund" für Frauen ab 65

Mit zunehmendem Alter schleichen sich immer mehr Zipperlein ein, die den Alltag erheblich beeinträchtigen. In diesem Kurs werden verstärkt mit Beckenbodengymnastik und Pilates spezielle Übungen vorbeugend für Inkontinenz angeboten. Mit Fuß- und Venengymnastik verbessern wir die Durchblutung in den Beinen und beugen so Krampfadern vor. Durch gezielte Gymnastik und Grundlagen der Rückenschule, sowie Osteoporosegymnastik können wir mehr körperliche Aktivitäten entfalten. Diese speziellen Übungen stärken Muskeln, Knochen, Bänder und Gelenke, fördern das Selbstwertgefühl, erhöhen unser Körperbewusstsein und die Lebensqualität.

Leitung: Silvia Voß

Termin: dienstags, 16.00 – 16.45 Uhr

Beginn: Dienstag, 07.03.2017
Dauer: 15 Nachmittage

Ort: Sporthalle Grosselfingen

Gebühr: 27,00 Euro

Mitzubringen: Isomatte, Handtuch, bequeme

Sportkleidung

Höchstteilnehmerzahl: 20 Personen

P 30202

Seniorengymnastik

Bei älteren Menschen ist es wichtig, durch – Bewegung ohne Belastung – zur besseren Durchblutung, Beweglicherhaltung der Gelenke und der Wirbelsäule zu gelangen.

Sehr bedeutend ist auch die Erhaltung des Gleichgewichts und des Reaktionsvermögens. Dies kann spielerisch und recht lustig geschult



werden. Nicht zu vergessen sind die zwischenmenschlichen Aspekte, die zur psychischen Stabilität beitragen.

Leitung: Monika Hüß

Termin: donnerstags, 10.00 - 11.00 Uhr

Beginn: Donnerstag, 09.03.2017

Dauer: 15 Vormittage

Ort: Feuerwehrhaus Bisingen,

großer Saal 46.00 Euro

Mitzubringen: Bequeme Sportkleidung und

warme Decke oder Matte

Höchstteilnehmerzahl: 20 Personen

P 30203

Gebühr:

Wirbelsäulengymnastik

Mit der Rückengymnastik wollen wir die Beweglichkeit der Wirbelsäule erhalten bzw. verbessern. Durch die Übungen wird der Kreislauf angeregt und die Nervenfunktionen werden positiv beeinflusst. Unsere Übungen dienen der Entspannung, Dehnung, Mobilisierung, Kräftigung, Atmung und Ausdauerförderung.

Leitung: Monika Hüß

Termin: donnerstags, 09.00 - 10.00 Uhr

Beginn: Donnerstag, 09.03.2017

Dauer: 15 Vormittage

Ort: Feuerwehrhaus Bisingen,

großer Saal

Gebühr: 51,00 Euro

Mitzubringen: Bequeme Sportbekleidung, warme Decke oder Matte Höchstteilnehmerzahl: 20 Personen

P 30204 Bauch-Beine-Po

Wir sagen den Pölsterchen und Rettungsringen den Kampf an. Mit gezielten Übungen, welche direkt an den Problemzonen ansetzen, trainieren wir unsere Muskeln. Damit festigen wir den Körper und straffen das Gewebe.

Leitung: Corinna Schneider

Termin: dienstags, 18.30 - 19.30 Uhr

Beginn: Dienstag, 07.03.2017

Dauer: 10 Abende

Ort: Bürgerhaus Zimmern, Bürgersaal

Gebühr: 43,00 Euro

Mitzubringen: Bequeme Sportkleidung, Isomatte

Höchstteilnehmerzahl: 18 Personen

P 30205 Functional Fitness

In diesem Kurs trainieren wir mit funktionellen Übungen den gesamten Bewegungsapparat, schulen Koordination und Beweglichkeit. Dabei wird vor allem die Rumpfmuskulatur als stabilisierendes Zentrum in den Vordergrund gestellt.

Leitung: Julia Schopfer

Termin: dienstags, 20.45 – 21.45 Uhr

Beginn: Dienstag, 07.03.2017

Dauer: 15 Abende

Ort: Bürgerhaus Zimmern, Bürgersaal

Gebühr: 57,00 Euro

Mitzubringen: Iso- oder Gymnastikmatte,

Sportkleidung und Handtuch

Höchstteilnehmerzahl: 12 Personen

P 30212 Aikido-Selbstbehauptung für Kinder

Aikido, die japanische Budokunst, fördert die körperliche Beweglichkeit und Koordination,



verbessert die Ausgeglichenheit und Konzentrationsfähigkeit, hilft bei der Überwindung von Aggressionen und Stressbewältigung in Schule und Alltag. Die Techniken können auch zur Selbstverteidigung eingesetzt werden.

Leitung: Yves Opizzo,

Termin: samstags, 16.30 – 17.15 Uhr Beginn: Samstag, 29.04.2017, 06.05.2017,

Samstag, 13.05.2017

Dauer: 3 Nachmittage

Ort: Turnraum des Kindergartens

Spatzennest, Steinhofen

Gebühr: 21,50 Euro

Mitzubringen: Bequeme Sportkleidung und

Isomatte

Höchstteilnehmerzahl: 10 Personen

P 30213

Aikido - Selbstbehauptung für Erwachsene

Kursinhalt identisch mit Kurs-Nr. P 30212

Leitung: Yves Opizzo,

Termin: samstags, 17.15 – 18.30 Uhr Beginn: Samstag, 29.04.2017, 06.05.2017,

Samstag, 13.05.2017

Dauer: 3 Nachmittage

Ort: Turnraum des Kindergartens

Spatzennest, Steinhofen

Gebühr: 25,00 Euro

Mitzubringen: Bequeme Sportkleidung und

Isomatte

Höchstteilnehmerzahl: 10 Personen

P 30330

Tanzen – Fortgeschrittene Fitness für Körper, Geist und Seele

Geeignet für alle, die sich gerne zu Musik bewegen. Die Musik ist so unterschiedlich wie das Leben, mal schnell, mal langsam, fetzig oder romantisch, alles was das Herz begehrt. Wir tanzen Round, Line und Square, die Choreografien werden Schritt für Schritt erlernt. Bitte bringen Sie bequeme Schuhe mit, ein Tanzpartner darf, muss aber nicht sein. Kein Gesellschaftstanz!

Leitung: Doris Hollstein

Termin: montags, 18.30 - 20.00 Uhr

Beginn: Montag, 20.02.2017

Dauer: 12 Abende

Ort: Bürgerhaus Zimmern, Bürgersaal

Gebühr: 49,00 Euro

Mitzubringen: bequeme Schuhe Höchstteilnehmerzahl: 18 Personen

P 30400

"Atempause für die Seele"

Wir möchten an diesem Nachmittag gemeinsam aus unserem hektischen Alltag heraustreten und uns bewusst eine Auszeit für Körper, Geist und Seele nehmen.

Entspannungs- & Klangpädagogik



Eine Einladung zum

Ankommen-Loslassen-Entspannen

... um wieder ganz unsere ursprüngliche Kraftquelle zu spüren.

Es erwartet Sie eine vielfältige, entspannungspädagogische Reise mit Elementen aus der Progressiven Muskelentspannung nach Jacobson, Autogenem Training, Yoga & Qi Gong. Wohltuende Ätherische Öle und die Farben des Frühlings wirken harmonisierend auf unser Wohlbefinden. Lassen Sie sich von den meditativen Klängen und heilsamen Schwingungen von Planetenklangschalen berühren. Trauen Sie sich! Ich freue mich!

Christina Leonhardt Leitung:

Termin: Samstag, 15.00 - 18.00 Uhr Samstag, 18.03.2017 oder Beginn:

Samstag, 01.04.2017

Dauer: 1 Nachmittag

Ort: Bürgerhaus Zimmern, Bürgersaal

Gebühr: 29.00 Euro

Mitzubringen: Iso- oder Gymnastikmatte, Decke, evtl. Kissen, warme Socken, Getränk

Höchstteilnehmerzahl: 12 Personen

P 30401 Kraft aus der Stille- Qigong und Meditation

Die langsamen und fließenden Bewegungen des Qigong verbessern Beweglichkeit, Körperhaltung und Atmung und stärken unsere Lebensenergie. Qigong ist ein ganzheitlicher und sanfter Weg für mehr Gelassenheit und innere Ruhe im Alltag. Neben ausgewählten Qigong-Übungen werden auch Übungen im Liegen für Rücken und Wirbelsäule angeboten. Die Stunden werden mit einer Sitzmeditation (ca. 10 Minuten) abgeschlossen.

Dr. Peter Dietz Leitung:

Termin: mittwochs, 18.15 - 19.30 Uhr

Beginn: Mittwoch, 08.03.2017

Dauer: 10 Abende

Ort: Bürgerhaus Zimmern, Bürgersaal

Gebühr: 63.00 Euro

Mitzubringen: Bequeme Bekleidung, warme Socken, Matte oder Decke für die Übungen im

Liegen

Höchstteilnehmerzahl: 12 Personen

P 30501 Geburtsvorbereitungskurs I

In einer kleinen Gruppe werden Schwangere und Paare umfassend auf die Geburt vorbereitet.

Die Kursinhalte betreffen die Veränderungen in der Schwangerschaft, die Hilfen bei Beschwerden und die Schwangerschaftsgymnastik. Mit Partnerabend. Themen sind weiter die Vorbereitung auf die Geburt mit Atemund Entspannungsübungen, Massagen und Übungen zur Körperwahrnehmung. Außerdem beschäftigen wir uns mit der Erarbeitung verschiedener Geburtspositionen und Schmerz erleichternden Methoden.

Wichtig sind auch die Informationen und das Gespräch zur Geburt und zur Wassergeburt einschließlich der Zeit danach. Die Kurse umfassen ieweils 14 Stunden und finden an 7 Abenden in der Hebammenpraxis "Dreiklang", Lenaustraße 32 in Bisingen-Steinhofen statt. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen. Anmeldung direkt bei der Hebamme Margit Herrmann, Tel.: 07476/91128

Margit Herrmann Leitung:

Termin: montags, 19.00 - 21.00 Uhr Montag, 27.02.2017 Beginn:

7 Abende Dauer:

Ort: Hebammenpraxis "Dreiklang",

Lenaustraße 32, Bisingen

Gebühr: kostenlos

Höchstteilnehmerzahl: 10 Personen

P 30502 Geburtsvorbereitungskurs II

Die Kursinhalte der Geburtsvorbereitung I bis III sind identisch. Die Kosten werden von der übernommen. Krankenkasse Anmelduna direkt bei der Hebamme Margit Herrmann, Tel.: 07476/91128.

Leitung: Margit Herrmann

Termin: montags, 19.00 - 21.00 Uhr

Beginn: Montag, 24.04.2017

Dauer: 7 Abende

Ort: Hebammenpraxis "Dreiklang",

Lenaustraße 32, Bisingen

Gebühr: kostenlos

Höchstteilnehmerzahl: 10 Personen

P 30503 Geburtsvorbereitungskurs III

Die Kursinhalte der Geburtsvorbereitungen I bis III sind identisch. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen. Anmeldung direkt bei der Hebamme Margit Herrmann, Tel.: 07476/91128.

Leitung: Margit Herrmann

Termin: montags, 19.00 - 21.00 Uhr

Montag, 19.06.2017 Beginn:

Dauer: 7 Abende

Ort: Hebammenpraxis "Dreiklang",

Lenaustraße 32, Bisingen

Gebühr: kostenlos

Höchstteilnehmerzahl: 10 Personen



P 30511

Rückbildungskurs I

Gezielte Gymnastik für Beckenboden-, Bauchund Rückenmuskulatur unterstützen die Rückbildungsvorgänge nach der Geburt und beugen
späteren Beschwerden vor. Haltungs- und
Kräftigungsübungen, sowie Übungen für
Gleichgewicht und Beweglichkeit machen
wieder fit und unterstützen die Figur. Durch
spezielle Übungen und Massagen wird körperliche Entspannung erreicht. Der Kurs umfasst
10 Stunden und findet an 8 Abenden statt. Die
Babys können mitgebracht werden. Die
Kosten werden von der Krankenkasse übernommen. Anmeldung direkt bei der Hebamme
Margit Herrmann, Tel.: 07476/91128.

Leitung: Margit Herrmann

Termin: mittwochs, 18.00 - 19.15 Uhr

Beginn: Mittwoch, 08.03.2017

Dauer: 8 Abende

Ort: Hebammenpraxis "Dreiklang",

Lenaustraße 32, Bisingen

Gebühr: kostenlos

Mitzubringen: etwas zu trinken Höchstteilnehmerzahl: 10 Personen



P 30512 Rückbildungskurs II

Die Kursinhalte der Rückbildungsgymnastik I bis III sind identisch. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen. Anmeldungen direkt bei der Hebamme Margit Herrmann, Tel.: 07476/91128.

Leitung: Margit Herrmann

Termin: mittwochs, 18.00 - 19.15 Uhr

Beginn: Mittwoch, 12.04.2017

Dauer: 8 Abende

Ort: Hebammenpraxis "Dreiklang",

Lenaustraße 32, Bisingen

Gebühr: kostenlos

Mitzubringen: etwas zu trinken Höchstteilnehmerzahl: 10 Personen

P 30513 Rückbildungskurs III

Die Kursinhalte der Rückbildungsgymnastikkurse I bis III sind identisch. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen. Anmeldung direkt bei der Hebamme Margit Herrmann, Tel.: 07476/91128.

Leitung: Margit Herrmann

Termin: mittwochs, 18.00 - 19.15 Uhr

Beginn: Mittwoch, 21.06.2017

Dauer: 8 Abende

Ort: Hebammenpraxis "Dreiklang"

Lenaustraße 32, Bisingen

Gebühr: kostenlos

Mitzubringen: etwas zu trinken Höchstteilnehmerzahl: 10 Personen

P 30520 Fitness für Mamas

Dieser Kurs richtet sich an alle Mamas, die nach absolvieren eines Rückbildungskurses gerne etwas für sich und ihre Fitness tun möchten. Wir trainieren gezielt alle großen und kleinen Muskelgruppen und lassen die Kursstunde mit einer Entspannungsrunde ausklingen.

Leitung: Julia Schopfer

Termin: dienstags, 19.45 – 20.45 Uhr

Beginn: Dienstag, 07.03.2017

Dauer: 15 Abende

Ort: Bürgerhaus Zimmern, Bürgersaal

Gebühr: 57,00 Euro

Mitzubringen: Iso- oder Gymnastikmatte,

Sportkleidung und Handtuch

Höchstteilnehmerzahl: 12 Personen

P 30521 Fit mit Baby

Sport mit Kind, geht das? Na klar.

Gemeinsam mit unseren Kindern werden wir in diesem Kurs alle wichtigen Muskelgruppen trainieren. Die Kleinen werden dabei teilweise mit in die Übungen einbezogen und dürfen ansonsten bei Mama auf der Matte sein, oder im Raum mit den anderen Kinder spielen.

Voraussetzung: Ihr Kind sollte mindesten 7 Monate alt sein und ein Rückbildungskurs sollte besucht worden sein.

Leitung: Julia Schopfer

Termin: mittwochs, 10.00 – 11.00 Uhr

Beginn: Mittwoch, 08.03.2017

Dauer: 15 Vormittage

Ort: Bürgerhaus Zimmern, Bürgersaal

Gebühr: 57,00 Euro

Mitzubringen: Iso- oder Gymnastikmatte,

Sportkleidung und Handtuch

Höchstteilnehmerzahl: 12 Personen



Aqua-Vital, Aqua-Fitness, Aqua-Nordic Walking Kurse

Die Aqua-Vital, Agua-Fitness. Aqua-Nordic



Walking Kurse werden angeboten von:

- Doris Sprißler
- * Fitnesstrainer A/B
- Nordic Walking
- * Instructor Aquafitnesstrainer

Agua Nordic Walking Instructor

Ich und alle meine Kursteilnehmer freuen sich über Neuzugänge!

P 30614 Aqua Fitness für Jedermann IV

Ideal auch bei Rückenproblemen oder Übergewicht!!! Effektiv, zeiteffizient und vor allem gelenkschonend trainieren? Spaß haben, neue Freunde treffen, dem eigenen Körper Gutes tun? Auch mal im Wasser schwitzen? Durch dieses Training werden Ausdauer, Muskelkraft, Koordination und Beweglichkeit gefördert. Das Herz-Kreislauf-System wird Schwung gebracht. Die Schwerkraft reduziert sich um bis zu 90%. Man fühlt sich leicht wie eine Feder. Muskelkater nach dem Training? Fehlanzeige! Zudem besteht kaum eine Unfalloder Verletzungsgefahr durch den Wasserwiderstand und der Kalorienverbrauch ist höher. Die massierende Wirkung des Wassers regt die Durchblutung von Haut, Bindegewebe und Muskulatur an. Eine perfekte Vorbeugung gegen Besenreiser und Krampfadern und ein prima Mittel gegen unliebsame Cellulite-Dellen. Wer diesen gesunden Sport mal ausprobieren möchte, sollte sich hier anmelden. Ich freue mich auf Sie!

Leitung: Doris Sprißler

Termin: donnerstags, 17.45 - 18.30 Uhr Beginn: Donnerstag, 09.03.2017

Dauer: 10 Abende

Hallenbad Bisingen Ort:

Gebühr: 69,00 Euro

Höchstteilnehmerzahl: 10 Personen

P 30615 Agua Fitness für Jedermann V

Ideal auch bei Rückenproblemen oder Übergewicht! Effektiv, zeiteffizient und vor allem gelenkschonend trainieren? Spaß haben, neue Freunde treffen, dem eigenen Körper Gutes tun? Auch mal im Wasser schwitzen? Durch dieses Training werden Ausdauer, Muskelkraft, Koordination und Beweglichkeit geför-

Das Herz-Kreislauf-System wird in Schwung gebracht. Die Schwerkraft reduziert sich um bis zu 90%. Man fühlt sich leicht wie eine Feder. Muskelkater nach dem Training? Fehlanzeige! Zudem besteht kaum eine Unfalloder Verletzungsgefahr durch den Wasserwiderstand und der Kalorienverbrauch ist höher. Die massierende Wirkung des Wassers regt die Durchblutung von Haut, Bindegewebe und Muskulatur an. Eine perfekte Vorbeugung gegen Besenreiser und Krampfadern und ein prima Mittel gegen unliebsame Cellulite-Dellen. Wer diesen gesunden Sport mal ausprobieren möchte, sollte sich hier anmelden. Ich freue mich auf Sie!

Leitung: Doris Sprißler

Termin: donnerstags, 18.30 - 19.15 Uhr

Donnerstag, 09.03.2017 Beginn:

Dauer: 10 Abende

Gebühr:

Ort: Hallenbad Bisingen

69.00 Euro Höchstteilnehmerzahl: 9 Personen

P 30617 **Aqua Nordic-Walking**

Durch seine Vielseitigkeit ist Aqua Nordic Walking für fast alle und für jedes Alter geeignet. Ob für Neu- und Wiedereinsteiger, Gesundheits- und Ausdauersportler, Fitness- und Freizeitsportler, Leistungssportler, Senioren, Aufbautraining für Sportverletzte oder für Knieund Hüftarthrosepatienten ist dieses Training optimal geeignet. Agua Nordic Walking ist ohne große Vorkenntnisse schnell zu erlernen. Kleinere Fehler im Bewegungsablauf sind durch andere Teilnehmer kaum erkennbar. Bei diesem Sport regen sie den Stoffwechsel an, straffen Sie das Bindegewebe und verbessern Sie das Herz-Kreislauf-System. Es ist ein gesundes und neues Ganzkörpertraining für jeden und führt zu einer schonenden Körperkräftigung. Die Belastung wird durch den Auftrieb minimiert und diese physikalische Eigenschaft des Wassers ermöglicht auch ein gelenkschonendes Training. Die Schwerelosigkeit durch die Auftriebskraft des Wassers ermöglicht Bewegungen, die an Land nicht oder nur unter Schmerzen durchführbar sind.

Doris Sprißler Leitung:

donnerstags, 20.00 - 20.45 Uhr Termin:

Beginn: Donnerstag, 09.03.2017

Dauer: 10 Abende

Ort: Hallenbad Bisingen

Gebühr: 87,00 Euro

Mitzubringen: Aqua-Schuhe (wenn vorhanden),

Handschuhe (wenn vorhanden) Höchstteilnehmerzahl: 8 Personen

OUTDOOR-SPORT

P 30600

Felskletterkurs für Einsteiger Jugendliche und Erwachsene am Wiesfels in Reutlingen

Der Wiesfels ist landschaftlich eingebunden in die herrliche Bergwelt der Uracher Alb. Bei diesem Einsteigerkurs geht es auf leichten Klettertouren in der Toprope-Sicherungstechnik zum höchsten Punkt eines natürlichen Einsteiger-Felsens.

Die Teilnehmenden werden von erfahrenen Kletterlehrern eingewiesen und betreut. Da jeder Teilnehmende es alleine schaffen wird, den höchsten Punkt zu erreichen, ist das Glücksgefühl dementsprechend groß, so dass ein solcher Kurs zu einem unvergesslichen Erlebnis wird.



Während des Kurses werden grundlegende Sicherungs- und Kletterkenntnisse vermittelt. Den krönenden Abschluss bildet das Abseilen vom Fels. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Mindestteilnehmeralter: 14 Jahre.

Kursinhalt: Kennen lernen der Ausrüstung, Partnercheck, Partnersicherung mit HMS, Handling beim Seilausgeben bzw. Seileinholen, Topropeklettern, Einblick in die Klettergrundtechnik, Seilkommandos beim Topropeklettern.

Die komplette Kletterausrüstung wird kostenlos zur Verfügung gestellt. Bitte beachten Sie, dass es je nach Witterungsverhältnissen zu Verzögerungen innerhalb der Veranstaltung kommen kann. Bitte Wanderschuhe oder Turnschuhe mitbringen.

Die Outdoorschule & Kanustation Black Forest Magic Freiburg/Bad Bellingen meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per E-Mail bei den Teilnehmer/innen mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt. Bitte geben Sie daher bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz oder Handy), sowie Ihre E-Mail Adresse an.

Bitte prüfen Sie unbedingt Ihre E-Mails zwei Tage vor Beginn der Veranstaltung. Sollten Sie keine E-Mail oder keinen Telefonanruf vor Kursbeginn erhalten haben, dann melden Sie sich bitte telefonisch bei der Ski- und Out-

doorschule & Kanustation Black Forest Freiburg/Bad Bellingen unter der Telefonnummer: 07664/6137700.

Bei Schlechtwetter wird der Kurs auf den verbindlichen Ersatztermin verschoben. Bei Ausfall des Ersatztermins wegen schlechten Wetters entfällt das Kursangebot ersatzlos. Bitte mitbringen: Regenjacke und Rucksack mit Proviant, Sonnencreme, Kopfbedeckung und Turnschuhe. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Leitung: Thomas Bührer, Klettertrainer,

Hochseilgarten-Trainer, Grund- und Hauptschullehrer

Termin: Sonntag, 14.05.2017

(verb. Ersatztermin: Sonntag, 21.05.2017)

Beginn: 09.15 - 13.45 Uhr

Treffpunkt: Waldparkplatz Gestüt St. Johann zwischen Eningen u. Achalm und Würtingen

Gebühr: 55,00 Euro

P 30601

Geführte Kanutour - ab Donaueschingen bis Neudingen für Familien, Erwachsene, Jugendliche und Kinder (ab 7 Jahren in Begleitung)

Aufgrund Ihrer ruhigen Strömung ist die Donau zwischen Donaueschingen und Neudingen für Kanu-Einsteiger/innen sehr gut geeignet. Genießen Sie das kleine Abenteuer und die wunderschöne Natur der Donau. Wir fahren mit den Kanus von Donaueschingen bis an den Zielpunkt Neudingen. Je nach Gruppengröße stehen zwei oder mehr erfahrene Guide den Teilnehmenden mit Rat und Tat vor und während der Tour zur Seite. Vor der Tour erfolgt ausführliche Einweisung durch Guides. Herr Bührer ist Biologielehrer und wird vor und während der Tour auf spezielle Gegebenheiten der lokalen Gewässerökologie eingehen. Zudem wird auch der Vogelschutz in dem befahrenen Gebiet thematisiert und richtiges Verhalten in Vogel- und Naturschutzzonen angesprochen und propagiert. Auch werden wir uns kritisch mit neuen Formen des Massentourismus im Bereich Kanusport auseinandersetzen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Die Rückreise zum Ausgangsort erfolgt wahlweise direkt nach der Tour durch Fahrgemeinschaften oder einen kostenlosen Shuttelservice (wird direkt vor Tourbeginn organisiert).

Bitte beachten Sie: Die Teilnahme ist trotz bereitgestellter Weste nur für Schwimmer möglich. Die Teilnehmenden müssen beim Ein- und Aussetzen der Boote helfen. Teilnahme auf eigene Gefahr. Aufgrund unvorhergesehener Ereignisse (Wetter) kann es zu Verzögerungen beim Tourbeginn kommen. Die Kanutour findet auch bei leichtem Regen statt. Bei Schlechtwetter wird der Termin auf den verbindlichen Ersatztermin verschoben. Die

Teilnahme von Jugendlichen unter 13 Jahren ist nur in Begleitung einer mindestens 16 Jahre alten Begleitperson möglich.

Der Veranstalter meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per E-Mail bei den Teilnehmer/innen mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt und ob der Kurs wetterbedingt auf den Ersatztermin verschoben werden muss. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz oder Handy), sowie unbedingt Ihre E-Mail Adresse an.

Bitte prüfen Sie unbedingt Ihre E-Mails zwei Tage vor Beginn der Veranstaltung. Sollten Sie keine E-Mail oder keinen Telefonanruf vor Kursbeginn erhalten haben, dann melden Sie sich bitte telefonisch bei der Kanustation & Rafting/Outdoorschule Black Forest Bad Bellingen & Donaueschingen unter der Telefonnummer: 07664/6137700.

Bitte mitbringen: Regenjacke, Sonnencreme, Kopfbedeckung, Freizeitbekleidung, Getränk in PET-Flasche (keine Glasflaschen). Vor Ort kann gegen eine Gebühr von 5,00 Euro ein wasserdichter Sack für Utensilien geliehen werden. Paddel, Weste und Kanus werden kostenlos zu Verfügung gestellt.

Leitung: Thomas Bührer, DKV-Kanuguide,

IRF Raftingguide, ASF-Guide, Rettungsschwimmer, Grund- und

Hauptschullehrer

Termin: Sonntag, 16.07.2017

(verb. Ersatztermin: Sonntag, 23.07.2017)

Beginn: 12.45 – 17.00 Uhr

Treffpunkt: TC Blau-Weiss Tennisplatz Donaueschingen, Kanustation Black Forest Magic,

Stadionstraße 9 Gebühr: 35,00 Euro;

29,00 Euro für Teilnehmende unter 16 Jahren

P 30602

Rafting ab Istein Kentersichere, geführte Raftingtour für Familien, Erwachsene, Jugendliche und Kinder (ab 7 Jahren in Begleitung) auf dem Altrhein ab Istein.

Der wilde Altrhein ist zwischen Istein und Bad Bellingen sehr gut mit Rafts befahrbar und garantiert ein aufregendes Paddelerlebnis. Die Teilnehmer erhalten vor Ort eine ausführliche Einweisung. In jedem Grossboot befindet sich ein Raftingguide der das Boot mit der Gruppe zusammen sicher durch einige Stromschnellen steuert. Die Rückreise zum Ausgangsort erfolgt wahlweise direkt nach der Tour durch Fahrgemeinschaften oder einen kostenlosen Shuttleservice (wird direkt vor Tourbeginn organisiert).

Die Tour führt unterhalb der Isteiner Schwelle durch leichtes Wildwasser. Die Tour ist absolut

kentersicher, kein Teilnehmer wird nass, somit könne auch problemlos Kinder ab 7 Jahren an der Tour teilnehmen. Pro Kind unter 13 Jahren muss jedoch jeweils eine volljährige Begleitperson angemeldet sein.

Der Veranstalter Kanu und Rafting Black Forest Magic Freiburg/Bad Bellingen meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per E-Mail bei den Teilnehmer/innen mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt oder bei schlechtwetterbedingter eventueller Kursverschiebung auf den verbindlichen Ersatztermin. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz oder Handy), sowie unbedingt Ihre E-Mail Adresse an.

Sollten Sie keine E-Mail oder keinen Telefonanruf vor Kursbeginn erhalten haben, dann melden Sie sich bitte telefonisch bei der Kanustation & Rafting/Outdoorschule Black Forest Bad Bellingen & Donaueschingen unter der Telefonnummer: 07664/6137700 oder 0173/3908054.

Bitte beachten Sie: Die Teilnahme ist trotz bereitgestellter Weste nur für Schwimmer möglich. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Alle müssen beim Ein- und Aussetzen der Boote helfen. Teilnahme auf eigene Gefahr. Aufgrund unvorhergesehener Ereignisse (Wetter) kann es zu Verzögerungen beim Tourbeginn kommen.

Leitung: Thomas Bührer, DKV-Kanuguide,

IRF Raftingguide, ASF-Guide, Rettungsschwimmer, Grund- und

Hauptschullehrer

Termin: Samstag, 27.05.2017

(verb. Ersatztermin: Samstag, 17.06.2017)

Beginn: 14.00 - 17.00 Uhr

Treffpunkt: Neue Straße 90, 79588 Efringen-

Kirchen Ortsteil Istein (beim Sportplatz)

Gebühr: 35,00 Euro

29,00 Euro für Teilnehmende

unter 16 Jahren

P 30603

Geführte Kanutour – Enz ab Vaihingen für Familien, Erwachsene, Jugendliche und Kinder (ab 7 Jahren in Begleitung)

Landschaftlich zählt die Enz zu einem der schönsten Kanugebiete in Süddeutschland. Von Vaihingen aus fahren wir die Enz abwärts in Richtung Unterriexingen. Erleben Sie kleine Stromschnellen, spannende Flusskurven und ein Gruppenerlebnis in einem leicht fahrbaren Kanu. Die Enz ist besonders für Familientouren bzw. Anfänger sehr gut geeignet. Wir fahren mit den Kanus von Vaihingen bis an den Zielpunkt nach Unterriexingen. Je nach Gruppengröße stehen zwei oder mehr erfahrene Guides den

Teilnehmenden mit Rat und Tat vor und während der Tour zur Seite. Vor der Tour erfolgt eine ausführliche Einweisung durch die Guides.

Die Rückreise zum Ausgangsort erfolgt wahlweise direkt nach der Tour durch Fahrgemeinschaften oder einen kostenlosen Shuttleservice (wird direkt vor Tourbeginn organisiert).

Bitte beachten Sie: Die Teilnahme ist trotz bereitgestellter Weste nur für Schwimmer möglich. Die Teilnehmenden müssen beim Ein- und Aussetzen der Boote helfen. Teilnahme auf eigene Gefahr. Aufgrund unvorhergesehener Ereignisse (Wetter) kann es zu Verzögerungen beim Tourbeginn kommen. Die Kanutour findet auch bei leichtem Regen statt. Bei Schlechtwetter wird der Termin auf den verbindlichen Ersatztermin verschoben. Die Teilnahme von Jugendlichen unter 13 Jahren ist nur in Begleitung einer mindestens 16 Jahre alten Begleitperson möglich.

Der Veranstalter meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per E-Mail bei den Teilnehmer/innen mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt oder bei schlechtwetterbedingter eventueller Kursverschiebung auf den verbindlichen Ersatztermin. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz oder Handy), sowie unbedingt Ihre E-Mail Adresse an.

Sollten Sie keine E-Mail oder keinen Telefonanruf vor Kursbeginn erhalten haben, dann melden Sie sich bitte telefonisch bei der Kanustation & Rafting/Outdoorschule Black Forest Bad Bellingen & Donaueschingen unter der Telefonnummer: 07664/6137700.

Bitte mitbringen: Regenjacke, Sonnencreme, Kopfbedeckung, Freizeitbekleidung, Getränk in PET-Flasche (keine Glasflaschen). Vor Ort kann gegen eine Gebühr von 5,00 Euro ein wasserdichter Sack für Utensilien geliehen werden. Paddel, Weste und Kanus werden kostenlos zu Verfügung gestellt.

Leitung: Thomas Bührer, erfahrener

DKV-Guide, ASUPA-Guide,

Rettungsschwimmer, GHS-Lehrer

Termin: Samstag, 13.05.2017

(verb. Ersatztermin: Samstag, 20.05.2017)

Beginn: 9.15 -13.00 Uhr

Treffpunkt: Enztal Freibad, Haupteingang,

Walter-de-Pay-Straße 37, 71665 Vaihingen an der Enz

Gebühr: 35,00 Euro

29,00 Euro für Teilnehmende

unter 16 Jahren

P 30604

Stand Up Paddlingkurs für Einsteiger am Badesee in Kirchentellinsfurt

Stand Up Paddle Surfing ist eine neue Trendsportart aus den USA. Dabei stehen Sie auf

einem Surfboard und fahren mit einem langen Paddel stehend vorwärts. Neben Materialkunde erklärt Ihnen der ausgebildeten SUP-Instruktor grundlegende Steuer- und Paddeltechniken und vermittelt Ihnen wichtige Sicherheitsregeln. Lernen Sie von Anfang an die richtige Paddel- und Steuerungstechnik von einem Profi. Genießen Sie einfach das paddeln auf dem wunderschönen Badesee in Kirchentellinsfurt in stehender Perspektive. Dieser Kurs wird von einem sehr erfahrenen, ausgebildeten und professionellen SUP-Trainer durchgeführt.

Vor dem Kurs erfolgt eine entsprechende Einweisung, Begleitung und Training durch den Guide. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Aufgrund unvorhergesehener Ereignisse (Wetter) kann es zu Verzögerungen beim Beginn/Ende kommen. Der Kurs findet auch bei leichtem Regen statt. Paddel, Schwimmwesten und Surfboards (SUPs) werden kostenlos zur Verfügung gestellt. Bitte mitbringen: Regenjacke, Sonnencreme, Kopfbedeckung, Badebekleidung, Turnschuhe oder Sandalen, Getränk in PET-Flasche (keine Glasflaschen), Snack.

Kursdauer ca. 2 bis 2,5 Stunden. Die Teilnahme ist trotz Schwimmweste nur für Schwimmer ab 13 Jahren möglich und erfolgt auf eigene Gefahr. Zusatzkosten: Neopren ist gegen einen Aufpreis von 10,00 Euro vor Ort erhältlich (jedoch nicht unbedingt notwendig).

Die Kanustation & Outdoorschule Black Forest Magic Freiburg / Bad Bellingen meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per E-Mail bei den Teilnehmer/innen mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz oder Handy), sowie unbedingt Ihre E-Mail Adresse an. Sollten Sie keine E-Mail oder keinen Telefonanruf vor Kursbeginn erhalten haben, dann melden Sie sich bitte telefonisch bei der Kanustation & Rafting/Outdoorschule Black Forest Bad Bellingen & Freiburg unter der Telefonnummer: 07664/6137700.

Leitung: Thomas Bührer, DKV-Kanuguide, IRF Raftingguide, ASF-Guide,

Rettungsschwimmer, Grund- und

Hauptschullehrer

Termin: Samstag, 27.05.2017

(verb. Ersatztermin: Samstag, 17.06.2017)

Beginn: 11.00 -14.30 Uhr

Treffpunkt: Badesee Epple, Parkplatz

Baggersee, Kirchentellinsfurt

Gebühr: 39,00 Euro

35,00 Euro für Teilnehmende

unter16 Jahren

HAUSHALTSFÜHRUNG UND ERNÄHRUNG

P 30702 Brotbacken für Anfänger



Gemeinsam backen wir rustikale Bauernbrote und schwäbische Dinnete. Sie lernen, wie der Teig hergestellt, geformt und gebacken wird. Darüber hinaus erhalten Sie Tipps zur Verwendung der richtigen Zutaten und hilfreichem Backzubehör. Für die Teilnahme am Kurs sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Leitung: Stingel-Mühle OHG Termin: Montag, 29.05.2017

18.00 – 21.00 Uhr

Dauer: 1 Abend

Ort: Stingel-Mühle OHG, Schwaderloch 9,

72336 Balingen-Dürrwangen

Gebühr: 35,00 Euro

(inkl. Kursbuch, Getränke, Kaffee

und Kuchen sowie Ihr Selbstgebackenes) Mitzubringen: Küchenwaage, Wellholz und

einen Korb für Ihr Gebackenes Höchstteilnehmerzahl: 5 Personen

SPRACHEN

P 40601 Englisch für Senioren I – Ein neuer Anfängerkurs



Es werden keinerlei Englischkenntnisse vorausgesetzt – Sie dürfen sich trauen!

Verreisen Sie oft und gern ins Ausland? Planen Sie einen Besuch in Amerika bei Kindern oder Verwandten? Möchten Sie etwas Neues lernen, um Ihre grauen Zellen zu trainieren? Oder möchten Sie durch ein neues Hobby neue Bekannte kennen lernen? Dann sind Sie bei uns richtig! Der Kurs vermittelt Ihnen einfache Sprachkenntnisse in Englisch, ohne

komplizierte Grammatikregeln, ohne Zeitdruck und in lockerer Atmosphäre. So macht Sprachenlernen Spaß - und hält fit! Special offer: A nice cup of tea will be served . . . (Eine kleine Teepause zur Stärkung ist eingeplant!)

Leitung: Doris Garde

Termin: donnerstags, 14.30 – 16.00 Uhr

Beginn: Donnerstag, 02.03.2017

Dauer: 15 Tage

Ort: Altes Schulhaus Wessingen,

Schulweg 8

Gebühr: 89,00 Euro

Höchstteilnehmerzahl: 12 Personen Mitzubringen: Wird am ersten Kursabend

besprochen

P 40600

Englisch für Senioren VIII – mit Vorkenntnissen-

Verreisen Sie oft und gern ins Ausland? Planen Sie einen Besuch in Amerika bei Kindern oder Verwandten? Möchten Sie etwas Neues lernen, um Ihre grauen Zellen zu trainieren? Oder möchten Sie durch ein neues Hobby neue Bekannte kennen lernen? Dann sind Sie bei uns richtig! Der Kurs vermittelt Ihnen einfache Sprachkenntnisse in Englisch, ohne komplizierte Grammatikregeln, ohne Zeitdruck und in lockerer Atmosphäre. So macht Sprachenlernen Spaß - und hält fit! Special offer: A nice cup of tea will be served . . . (Eine kleine Teepause zur Stärkung ist eingeplant!)

Leitung: Doris Garde

Termin: donnerstags, 16.30-18.00 Uhr Beginn: Donnerstag, 02.03.2017

Dauer: 15 Tage

Ort: Altes Schulhaus Wessingen,

Schulweg 8

Gebühr: 89,00 Euro

Höchstteilnehmerzahl: 12 Personen



P 40900

Italienisch für Fortgeschrittene

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen geeignet.

Leitung: Ettore Jannelli

Termin: dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr Beginn: Dienstag, 07.03.2016

Dauer: 10 Abende

Ort: Schule, E-Bau, Zimmer 4

Gebühr: 79,50 Euro

Mitzubringen: Lehrbuch: Buonasera a tutti! Höchstteilnehmerzahl: 16 Personen

P 42200

Spanisch für Anfänger (ohne/geringe Vorkenntnisse)

Angesprochen werden Teilnehmer mit keinen oder nur geringen Spanisch-Kenntnissen. Anhand zahlreicher Beispiele aus dem Alltagsleben werden wir die spanische Sprache, Schreibweise und Anwendung der verschiedenen Zeiten erlernen. Auch für Wiedereinsteiger geeignet.

Leitung: Blanca Schaitel

Termin: mittwochs, 19.00 - 20.30 Uhr

Beginn: Mittwoch, 08.03.2017

Dauer: 12 Abende

Ort: Schule, E-Bau, Zimmer 2

Gebühr: 80,00 Euro

Mitzubringen: Lehrbuch: Con gusto A1 / Lehrund Arbeitsbuch Spanisch, mit 2 Audio-CDs

Höchstteilnehmerzahl: 14 Personen



P 42201

Spanisch für Teilnehmer mit 2 Semester Vorkenntnissen

Fortsetzungskurs für Teilnehmer mit Kenntnissen aus zwei Semestern.

Leitung: Blanca Schaitel

Termin: donnerstags, 19.00 - 20.30 Uhr

Beginn: Donnerstag, 09.03.2017

Dauer: 12 Abende

Ort: Schule, E-Bau, Zimmer 2

Gebühr: 80,00 Euro

Mitzubringen: Lehrbuch: Caminos neu / Lehrund Arbeitsbuch Spanisch (Klett-Verlag)

Höchstteilnehmerzahl: 14 Personen

ARBEIT / BERUF / EDV

P 50001 PC für Kids

Grundkurs für Kinder ab 10 Jahren. Willst du den PC nicht nur als Spielcomputer nutzen, sondern auch wissen, wie du originelle Geburtstagsparty-Einladungen erstellen kannst, wie er dir beim Schreiben von Aufsätzen oder Artikeln behilflich sein kann, wie du Bilder bearbeiten kannst, wie du damit Vokabeln lernen kannst...? Dann bist du bei diesem Kurs richtig! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Wir arbeiten mit den Office Programmen Word, Excel und Publisher.

Leitung: Yves Opizzo

Termin: Mittwoch - Freitag, 10.30 - 12 Uhr

Beginn: Mittwoch - Freitag,

19.04. - 21.04.2017

Dauer: 3 Vormittage

Ort: Schulzentrum Bisingen,

Computerraum

Gebühr: 29,50 Euro

Mitzubringen: Schreibmaterial Höchstteilnehmerzahl: 16 Personen

P 50002 Einführung in das Betriebssystem Windows

Windows ist heute das Welt-Standardbetriebssystem im Computerbereich. Anhand vieler Beispiele lernen Sie in diesem Kurs die wichtigsten Funktionen und die Bedienung des System, sowie den Umgang mit den Anwendungsprogrammen Microsoft Word, Microsoft Excel, etc. kennen.

Leitung: Yves Opizzo

Termin: samstags, 14.30 – 16.00 Uhr Beginn: Samstag, 29.04.2017, 06.05.2017,

und 13.05.2017

Dauer: 3 Nachmittage
Ort: Schulzentrum Bisingen,

Computerraum

Gebühr: 34,50 Euro

Mitzubringen: Schreibmaterial Höchstteilnehmerzahl: 16 Personen





Hauptstraße 15 · Telefon 07476-914146

Öffnungszeiten: Di. 16 - 19 Uhr, Mi. 15 - 17 Uhr, Do. 10 - 12.30 Uhr, Fr.15 - 18 Uhr

Torben Kuhlmann – Die abenteuerlichen Geschichten einer fliegenden Maus

Dienstag, 21.03.2017 8.30 Uhr - Kleiner Saal der Hohenzollernhalle

Torben Kuhlmann wurde 1982 im niedersächsischen Sulingen geboren. Er hat schon immer kreativ gearbeitet; mit Bauklötzen und wackeligen Gerümpel-Seifenkisten im Garten, aber auch mit Buntstiften und Wasserfarben. Er war schon im Kindergarten und in der Schule als "der Zeichner" bekannt. In Hamburg studierte er Illustration und Kommunikationsdesign. Jetzt ist er freiberuflich arbeitender Illustrator und Kinderbuchautor.



Oliver Scherz - Ausgezeichnetes (Vor-) Leseerlebnis

Dienstag, 28.03.2017 11.00 Uhr – Kleiner Saal der Hohenzollernhalle

Oliver Scherz, geboren 1974, studierte Schauspiel an der Hochschule für Musik und Theater in Leipzig. Das Schreiben für Kinder hat er mit der Geburt seiner Tochter für sich entdeckt und sich seitdem immer wieder aufs Neue vom eigenwilligen, fantasievollen Blick von



Kinder auf die Welt überraschen und beflügeln. Gleich seine ersten Bücher wurden von Kindern und Kritik begeistert aufgenommen. Seine Lesungen sind ein Erlebnis der besonderen Art. 2015 wurde er zum "Lesekünstler des Jahres" gewählt.

Osterbasteln in der Bücherei

Mittwoch, 29.3,2017 15.00 Uhr - Foyer der Hohenzollernhalle

Der Frühling ist da und der Osterhase macht sich auf den Weg. Wir wollen ihn mit unserer selbst gemachten Osterdekoration begrüßen. Alle Kinder ab 5 Jahre die gerne basteln sind herzlich eingeladen.



Unkostenbeitrag: €4,00 Anmeldung in der Bücherei ist unbedingt erforderlich!

Heiß, schwarz, bittersüß...

Mittwoch, 10.05,2017 20.00 Uhr - Hohenzollernhalle (Einlass: 19.30 Uhr)

Kabarett voller Schokogeschichten, Kaffeeanekdoten. Tangoklänge, aromatisiert mit Liebe. Genuss und Sinnlich-Sucht und keit. Humor, Fantasie und Wahres in Erzählung, Klavier, Gesang und Akkordeon.

Akkordeon: Sigrid Böhler - Klavier: Chris-

tian Schomers - Erzähler: Hansjörg Ostermayer



Das Schokoladengeschäft "Liebelei Sweet Moments" bereichert diesen Abend mit tollen Leckereien.

Eintritt: 9,00 €

Vorverkauf: Gemeindebücherei Bisingen / Rathaus Bisingen

Bildungswerk der Kirchengemeinden

Gruppen und Kreise der Evang. Kirchengemeinde Bisingen

Mutter- Kindgruppe

Dienstag, 14.30 Uhr - 16.30 Uhr,

Ansprechpartner: Saskia Fecker, Petra Knipp

Jungschar für Kinder im Grundschulalter monatlich am 2. Samstag von 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr im Evang. Gemeindehaus, Leitung: Jasemine Miess

Kindergottesdienst einmal im Monat bis Ostern (jeden 3. Sonntag 9.30 Uhr – 11.00 Uhr, nicht in den Schulferien), dann wieder ab September.

Leitung: Pfarrer Ulrich Günther, Ulla Hoffmann, Jasmine Miess und Ramona Poppe

Minikirche: Gottesdienst für Kleinkinder und ihre

Eltern (dreimal jährlich, Termine werden in der Presse angekündigt), Leitung: Pfarrerin Gudrun Ehmann, Katja Boss, Christine Denk und Sigrid Fiedler

Krabbelkirche: Kleinkinderkurzgottesdienst für Kinder von 0-4 Jahren einmal im Monat, **10.00 – 10.30 Uhr** im Evang. Gemeindehaus, Haupteingang. Leitung: Simone Grimm-Haasis und Christine Schoy.

Gospelchor: Chorprobe jeden Freitag **20.00 Uhr** im Evang. Gemeindehaus, Chorleiter: Jörg Sommer

Bibelstunde der Süddeutschen Gemeinschaft,

jeden Dienstag 19.30 Uhr

Ansprechpartnerin: Margrit Stein.

Seniorennachmittag: jeden 2. Dienstag im Monat 15.00 -17.00 Uhr

Leitung: Inge Bächtle, Dora Hausch.

Besuchsdienstgruppe für Geburtstagsjubilare

(3 – 4 Besuche im Monat)

Pfarrer Ulrich Günther, Pfarrerin Ehmann, Dora Hausch, Monika Schramm, Ursula Schwarze, Christine Schwabenthan.

Bastelkreis für Frauen (einmal im Monat, mittwochs **19.30 Uhr – 21.00 Uhr**)

Ansprechpartnerinnen: Elke Hittinger, Gisela Sehr.

Frauenfrühstück

Geplante Termine für Jahr 2017: 25. 03., 15.07. und 14.10.2017.

Ansprechpartnerinnen: Christel Dehner und Zita Köhler.

Mittagstisch für alle

Jeden 1. Mittwoch im Monat im evangelischen Gemeindehaus in Bisingen **Geplante Termine für 2017:** 04.01., 01.02., 01.03.,

05.04., 03.05., 07.06., 05.07.2016 Nähere Informationen beim Evang. Pfarramt Bisingen I

Die Telefonnummern der Ansprechpartner/innen können Sie beim Evang. Pfarramt, Tel. 07476/91205, Fax: 07476/2306 während der Bürozeiten dienstags bis donnerstags von 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr erfragen.

Die Termine der regelmäßig stattfindenden Gruppen und Gottesdienste mit besonderer Gestaltung z. B. für Kinder und Erwachsene oder Jugendliche sowie Konzerte werden im Mitteilungsblatt, im Lokalteil der Zeitungen und auf unserer Homepage http://www.gemeinde.bisingen.elk-wue.de veröffentlicht.

Gruppen der katholischen Seelsorgeeinheit Bisingen-Grosselfingen

Altenwerk Bisingen

Ansprechpartner: Gemma Benintende, Tel. 07476/7747

Altenwerk Grosselfingen

Ansprechpartner: Stefanie Beck, Tel. 07476/7438

Bibelkreis Bisingen

Ansprechpartner: Wolfgang Rager, Tel. 07476/391551

Bibelkreis Grosselfingen

Ansprechpartner: Harald Uhl, Tel. 07476/7763

Lebendiger Rosenkranz

Ansprechpartner: Wolfgang Rager, Tel. 07476/391551

Familiengottesdienst

Ansprechpartner: Sonja Dieringer, Tel. 07476/391366

Frauengemeinschaft Grosselfingen

Ansprechpartner: Marlene Habdank Tel. 07476/1526

Besuchsdienst für Geburtstagsjubilare

Ansprechpartner: kath. Pfarramt Bisingen

Besuchsdienst für Ehejubilare

Ansprechpartner: kath. Pfarramt Bisingen

Jugend

Ansprechpartner: Sonja Dieringer, Tel. 07476/391366

Kinderkirche Bisingen

Ansprechpartner: Monika Dehner, Tel. 914730

Kinderkirche Grosselfingen

Ansprechpartner: Mechtilde Uhl-Künzig Tel. 07476/7763

Projekt 1. + 2. Klasse

Ansprechpartner: Ingrid Oertel Tel. 07476/1332

Kirchenchor Bisingen

Ansprechpartner: Helga Eger, Tel. 07476/8300

Kirchenchor Grosselfingen

Ansprechpartner: Anneliese Schmid Tel. 07471/82401

Kirchenchor Steinhofen

Ansprechpartner: Hugo Fecker, Tel. 07476/648

Kirchenchor Thanheim

Ansprechpartner: Ingrid Kästle, Tel. 07476/8134

Ministrantenchor Orgelpfeifen

Ansprechpartner: Ingrid Oertel Tel. 07476/1332

Kirchspieljugendchor

Ansprechpartner: Monika Fecker, Tel. 07476/2678

Zeltlagerteam

Ansprechp.: Sophie Zäh, Mörikestr. 11, Tel. 07476/945693



An die Geschäftsstelle der **Volkshochschule Bisingen** Heidelbergstraße 9 72406 Bisingen



An die Geschäftsstelle der **Volkshochschule Bisingen** Heidelbergstraße 9 72406 Bisingen



An die Geschäftsstelle der **Volkshochschule Bisingen** Heidelbergstraße 9 72406 Bisingen

Aiiiieidu	iig	Datum
Hiermit melde ic	n mich verbindlich zu folgendem,	/r Kurs/Seminar/Studienfahrt an:
Kurs/Seminar/Stu	udienfahrt	Nr
	(genaue Bezeichnung)	
Familienname		Vorname
PLZ/Wohnort		Straße
Telefon ——		F-Mail
privat / o	dienstlich	2
- · · · · ·	unter 18 Jahre	
■ männlich	■ 18 - 24 Jahre	
☐ weiblich	25 - 34 Jahre	Unterschrift
	☐ 35 - 49 Jahre	Bitte beachten!
	☐ 50 - 64 Jahre	Mit Ihrer Unterschrift haben Sie die in unserem Programmheft
	ab 65 Jahre	abgedruckten Geschäfts- und Zahlungsbedingungen anerkannt.
Anmeldu	ng	Datum
Hiermit melde ic	n mich verbindlich zu folgendem,	/r Kurs/Seminar/Studienfahrt an:
Kurs/Seminar/Stu		Nr
	(genaue Bezeichnung)	
Familienname		Vorname —
PLZ/Wohnort		Straße
Telefon ——		F-Mail
privat / o	dienstlich	
	unter 18 Jahre	
männlich männlich	☐ 18 - 24 Jahre	
■ weiblich	25 - 34 Jahre	Unterschrift
	☐ 35 - 49 Jahre	Pitto hosehten!
	☐ 50 - 64 Jahre	Bitte beachten! Mit Ihrer Unterschrift haben Sie die in unserem Programmheft
	ab 65 Jahre	abgedruckten Geschäfts- und Zahlungsbedingungen anerkannt.
Anmeldu	na	Datum
	3	
Hiermit melde ic	h mich verbindlich zu folgendem,	/r Kurs/Seminar/Studienfahrt an:
Kurs/Seminar/Stu	udienfahrt	Nr
	(genaue Bezeichnung)	
Familienname		Vorname
PLZ/Wohnort		Straße
Telefon	dienstlich	E-Mail
pat/		
☐ männlich	unter 18 Jahre	
_	☐ 18 - 24 Jahre☐ 25 - 34 Jahre	10 - 1 - 26
☐ weiblich	☐ 35 - 49 Jahre	Unterschrift
	☐ 50 - 64 Jahre	Bitte beachten!
	ab 65 Jahre	Mit Ihrer Unterschrift haben Sie die in unserem Programmheft abgedruckten Geschäfts- und Zahlungsbedingungen anerkannt.
	_ · · · · · · · · ·	

KULTUR 2017 PROGRAMM

...garantiert gute Unterhaltung

Binder & Stadtmiller Elektro GmbH





Elektroheizungen Elektroinstallationen · Kundendienst · Service

Konrad Binder · Stefan Stadtmiller

Hinter Stöck 20/4 · 72406 Bisingen Telefon 07476 / 914181 · Telefax 07476 / 914188 info@stromer-bisingen.de · www.stromer-bisingen.de

www.haus-im-park-bisingen.de

Haus im Park



wir sind Mo.-Do.: 14:30 - 17:30 Uhr Sonntag: 14:30 - 18:00 Uhr für Sie da.

Stationäre Pflege • Kurzzeitpflege • Seniorenwohnanlage Seniorenmittagstisch • Offener Mittagstisch Menü Mobil • Ausbildungsplätze • Praktikastellen



Haus im Park

Bahnhofstraße 34 · 72406 Bisingen haus-im-park@wohlfahrtswerk.de

Tel. 07476/9439-0





Bäckerhandwerk von 1908 bis heute

www.koch-engstlatt.de



BLUMENHAUS ANDREAS FISCHER

THANHEIMER STR. 10 72406 BISINGEN TELEFON 07476/3131 TELEFAX 07476/3132





Wenn man einen Finanzpartner hat, der die Region und ihre Menschen kennt.

Sprechen Sie mit uns.



sparkasse-zollernalb.de