

## vhs in Gomadingen

Ansprechpartner: Dr. Thomas Helmer

Telefon: 07385 1590  
E-Mail: gomadingen@vhsbm.de  
www.vhsbm.de



### Naturerlebnis



#### Faszinierende Alpakas Für alle von 4 - 99 Jahren, Kinder von 4 - 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen

Diese neugierigen und aufmerksamen „Wolleböbel“ ziehen jeden unweigerlich in ihren Bann. Sie nehmen schnell Sichtkontakt auf und zeigen sich als ausgesprochen ruhige, aggressionslose und liebenswerte Geschöpfe. In diesem Kurs werden Hintergründe zur Tierart, zur Haltung und zur Verwertung der wertvollen Faser vermittelt. Im Stall gehen wir auf Tuchfühlung mit den Alpakas und werden eine kleine Runde mit den Tieren laufen. Kinder zahlen die ermäßigte Gebühr von 17 Euro. Bitte das Alter bei der Anmeldung mit angeben.  
www.achalm-alpaka.de.

**81150**

Herbert Ruch  
Do 30.06.22, 15:00 - 17:15 Uhr, 1 x  
Achalm-Alpaka Hof Wasserstetten  
22 € Erwachsene / 17 € Kinder  
In Kooperation mit Achalm-Alpaka.

#### Vier-Täler-Tour mit dem E-Bike

Wir fahren mit dem Pedelec ca. 70 km durch idyllische Alb-Täler, wobei es größtenteils auf gut befahrbaren, geschotterten Wegen über die Alb geht. Die Tour führt von Gomadingen über Wimsen nach Zwiefalten und zurück durch das Lautertal. Während der Mittagspause gibt es eine Einkehrmöglichkeit. Die Radtour findet nicht bei Regenwetter statt (Auskunft: 07385/1590). Das Fahren erfolgt auf eigene Gefahr bzw. in eigener Verantwortung, es besteht Helmpflicht und es gilt die StVO. Im Fall einer Panne ist man selbst für die Reparatur/Abholung verantwortlich. Es besteht die Möglichkeit, ein Pedelec zu leihen: Fahrradverleih Peter Treß in Gomadingen, 07385/1517 oder 01721960530, info@fahrradverleih-tress.de.  
Bitte mitbringen: Pedelec mit vollständig geladenem Akku, Ladegerät und Schlüssel für Akku, Radhelm, Fahrradschloß, Ersatzschlauch, Getränk, Mund-Nasen-Schutz.

**81329**

Dr. Thomas Helmer  
Mi 04.05.22, 10:00 - 17:00 Uhr, 1 x  
Treffpunkt: Sportplatz Gomadingen (Odenwaldstetter Str. 44)  
20 €  
Anmeldung ist nur telefonisch bei der Außenstellenleitung Gomadingen unter 07385 1590 möglich.

### Länderkunde

#### Die Mongolei: unendlich Weite – gastfreundliche Nomaden - verwegene Reiter

Ein Reisebericht in Bildern mit Geschichten aus der Mongolei. Die Referentin Heike Schmidt-Scheub entführt Sie in das Reich Dschingis Khans, in das Land der unendlichen Steppen, der Nomaden mit ihren Jurten und großen Tierherden sowie dem Naddamfest, dem gesellschaftlichen Höhepunkt des Jahres.



**81110**

Heike Schmidt-Scheub  
Do 17.03.22, 19:30 - 21:00 Uhr, 1 x  
Sternbergschule Gomadingen, Foyer  
5 €

#### Brasilien - Eindrücke aus einem Vielvölkerstaat und traumhafter Natur

Der Vortrag erzählt über einzelne Stationen in diesem riesigen Land, die in den Jahren 2015 und 2019 von Frauke Stricker besucht wurden. Der Streifzug geht u.a. durch das berühmte Pantanal, eine fast intakte Feuchtsavanne, mit seiner faszinierenden Tierwelt, durch die Wüstenregion Palmas in Zentralbrasilien mit ihren Wasserfällen und Oasen sowie in die alte Hauptstadt Salvador de Bahia, in der afrikanisches Flair das Stadtbild bestimmt.



**81113**

Frauke Stricker  
Do 28.04.22, 19:30 - 21:00 Uhr, 1 x  
Sternbergschule Gomadingen, Foyer  
5 €

#### Kuba - Eine Karibikinsel im Wandel

Die größte Karibikinsel mit ihrer faszinierenden Metropole Havanna hat sowohl geschichtlich und politisch als auch kulturell und landschaftlich einiges zu bieten und besticht vor allem durch ihre Vielfältigkeit. Unabhängigkeitskämpfe und Revolution prägen die Geschichte des Landes und die Kubakrise löste fast den 3. Weltkrieg aus. Aber auch die verschiedenartigen herrlichen Landschaften mit

vielen Nationalparks sowie die traumhaften kilometerlangen Strände beeindruckten den Besucher. Und natürlich der weltbeste Tabak aus dem Viñales-Tal.



**81114**

Dr. Thomas Helmer  
Mi 06.07.22, 19:30 - 21:00 Uhr, 1 x  
Sternbergschule Gomadingen, Foyer  
5 €

### Pädagogik & Lerntechniken

#### Heute schon (etwas) gelernt? – Einblicke in die faszinierende „Welt des Lernens“

Wir können nicht nicht lernen. Und doch gibt es verschiedene Arten des Lernens, unterschiedliche Lernzugänge und Hürden des Lernens. Diese gilt es bei der bewussten Gestaltung von Lernprozessen zu berücksichtigen. Einblicke in Ergebnisse der Gehirnforschung bieten dazu hilfreiche Impulse. Ein Thema, das zu eigenem Ausprobieren geradezu einlädt.

**81120**

Stefan Hermann  
Do 23.06.22, 19:30 - 21:00 Uhr, 1 x  
Gymnasium Münsingen, Klassenzimmer  
gebührenfrei

### Malen

#### Aquarellieren im Frühjahr

Bereits seit über vierzig Jahren leitet die Dapfener Künstlerin Frau Wenzel-Schwarz in bewährter Weise zwei Kurse, die sowohl für Anfänger\*innen als auch für Fortgeschrittene geeignet sind. Auch Jugendliche ab 14 Jahren können an den Kursen teilnehmen. Bitte Materialliste, wenn erforderlich, bei der vhs-Außenstelle Gomadingen anfordern. Jugendliche zahlen die ermäßigte Gebühr von 70 Euro.

**81201**

Heidmarie Wenzel-Schwarz  
ab Mo 25.04.22, 19:30 - 21:45 Uhr, 6 x  
Feuerwehrhaus Gomadingen  
Erwachsene 83 € / Jugendliche 70 €

**81202**

Heidmarie Wenzel-Schwarz  
ab Di 26.04.22, 19:30 - 21:45 Uhr, 6 x  
Feuerwehrhaus Gomadingen  
Erwachsene 83 € / Jugendliche 70 €

## Kreatives Gestalten

### Nähtreff

Du wolltest schon immer mal Nähen, aber weißt nicht so recht wie? Oder Du bist schon Profi und würdest Dich gerne mehr mit anderen über Dein Hobby austauschen? Alle, die Lust am Nähen haben, sind willkommen, egal, ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Denn Nähen macht in Gesellschaft einfach mehr Spaß!

Die Teilnahme ist gebührenfrei und der Einstieg jederzeit (mit vorheriger Anmeldung) möglich.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Stoffe und Zubehör.

81291

Dr. Christina Neske  
Do 24.02.22, 19:30 - 21:30 Uhr, 17 x  
Sternbergschule Gomadingen  
gebührenfrei  
Anmeldung unter 07385/3549800 oder  
christinaneske@gmx.de (Christina Neske)



### Geflechte für den Garten

Unter Anleitung einer Korbmachermeisterin stellen Sie Sichtschutzelemente oder ein Körbchen auf einer Astgabel, das bepflanzt oder als Windlicht für den Außenbereich verwendet werden kann, her. Als Flechtmaterial wird ungeschälte Weide verwendet.

Material und Werkzeug sind vorhanden. Materialkosten werden je nach Bedarf im Kurs abgerechnet (Sichtschutzelemente ab 40 Euro, Körbchen auf Astgabel ab 25 Euro).

Bitte robuste Kleidung und eigene Verpflegung mitbringen.

81230

Monika Frischknecht  
Sa 02.04.22, 09:00 - 18:00 Uhr, 1 x  
Sternbergschule Gomadingen, Werkraum  
65 €

### Kursleiter\*innen gesucht

Wir suchen für alle Fachbereiche ständig qualifizierte und kompetente Kursleiter\*innen, die Kurse für Erwachsene, Jugendliche und Kinder auf Honorarbasis anbieten. Wenn Sie Interesse haben, setzen Sie sich bitte mit der zuständigen Außenstellensleitung in Verbindung. Wir freuen uns über Ihre Nachricht.

### Schönes aus der Töpferwerkstatt

In diesem Kurs werden Pflanzgefäße und schöne Dinge für den Garten hergestellt. Unter professioneller Anleitung entstehen mit Hilfe der Aufbautechnik eigene Unikate. Die Keramik wird später bemalt und glasiert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Material- und Glasurkosten werden nach Verbrauch im Kurs direkt abgerechnet. Der letzte Termin (Glasurtermin) findet am 23.06. statt. Bitte mitbringen: Schürze bzw. alte Kleidung, kleines Messer, Pinsel und Schwamm.



81210

Sandra Brauneisen  
ab Do 05.05.22, 18:00 - 20:30 Uhr, 4 x  
Sternbergschule Gomadingen, Werkraum  
62 €

In Kooperation mit der Sternbergschule.

## Backen

### Traditionelle Hefeteige auf schwäbisch - Taucht ein in die Welt der Laugengebäcke und des klassischen Hefezopfs

In diesem Backkurs zeigt euch Simon Glocker seine Lieblingsrezepte in Sachen Laugengebäck und Hefesüßteig. Was steckt alles hinter einem simplen Brezelrezept? Wie knete ich meine Hefeteige richtig? Einfache Flechttechniken, mein bester Hefezopf, Laugenbrötchen und noch vieles mehr stehen auf dem Programm. Was müsst ihr mitbringen? Gute Laune und eine Backschürze. Selbstverständlich dürft ihr alles Selbstgebackene mit nach Hause nehmen. Auch für euer leibliches Wohl ist bestens gesorgt. Material und Verpflegungskosten von 30 Euro p. P. werden direkt im Kurs abgerechnet.

Bitte mitbringen: (Back-)Schürze.  
[www.baeckerei-glocker.de](http://www.baeckerei-glocker.de).

81355

Simon Glocker  
Mi 09.03.22, 16:30 - 21:00 Uhr, 1 x  
Bäckerei Glocker, Gomadingen,  
Teigmacherei alte Mühlenscheuer  
32 € (zzgl. 30 € Materialkosten)

In Kooperation mit der Bäckerei Glocker.

## Musik



### Cajon - Bau- und Trommelworkshop: „Baue deine eigene Cajon und lerne sie gleich zu spielen“

Für alle von 8 - 99 Jahren, Kinder von 8 - 12 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen

Die mittlerweile allseits bekannte und überaus beliebte Kistentrommel, Cajon, auch als Mini-Drumset bekannt, ist aus der heutigen Musikwelt nicht mehr weg zu denken. Die Einzigartigkeit liegt in der Holzschlagfläche, dem Sound und der leichten Bespielbarkeit. In diesem Cajon-Selbstbaukurs wird unter fachlicher Anleitung des Cajonspezialisten Martin Sauer innerhalb von nur fünf Stunden eine Cajon gebaut und im anschließenden Trommelworkshop gleich zum Einsatz gebracht. Material und Werkzeug wird vom Dozenten mitgebracht und die Materialkosten direkt im Kurs abgerechnet. Es werden die Bausätze des weltweit bekannten Cajon-Herstellers Schlagwerk verwendet, wobei drei Bausätze zur Auswahl stehen (Bitte bei der Anmeldung angeben):

1. CBA 1S (45 cm) - medium (Schlagfläche Birke hell, neutral); Preis: 40 Euro
2. CBA 2S (50 cm) - large (Schlagfläche Birke hell, neutral); Preis: 45 Euro
3. CBA 3SW Pro Wenge (50 cm) - large (Schlagfläche mit Wengefurnier, dunkel); Preis: 55 Euro

[www.cajonsaurier.de](http://www.cajonsaurier.de).

Bitte Getränk und Vesper sowie Geld für den entsprechenden Bausatz mitbringen.

81250

Martin Sauer  
Sa 02.07.22, 10:00 - 16:00 Uhr, 1 x  
Sternbergschule Gomadingen,  
Werkraum/Foyer  
58 € (zuzüglich Materialkosten)

### Trommeln auf der Cajon - Einstieg in die Cajon-Welt Einsteigerworkshop für Jugendliche ab 8 Jahre und Erwachsene, Jugendliche von 8 bis 12 nur in Begleitung eines Erwachsenen

„Cajon spielen kann jeder und ist mehr als nur trommeln“. Wer die Workshops von Martin Sauer besucht wird erfahren, was dieser Satz bedeutet. Der Cajonspezialist und Musiker Martin Sauer zeigt in diesem Kurs die Grundtechniken des Cajonspielens.

Anfangen bei Lockerungs- und Aufwärmübungen über die richtige Sitz- und Spielhaltung bis hin zu den grundlegenden Spiel- und Anschlagstechniken und einfachen Basis-Grooves.

Die Teilnehmer\*innen erhalten von dem Schlagzeug- und Cajonlehrer einen Rundumschlag über die vielen Einsatzmöglichkeiten der faszinierenden Sitztrommel. Darüber hinaus erfährt man das Wichtigste über die Herkunft und Bauweise der weltweit beliebten Kistentrommel. Es stehen ausreichend Instrumente zur Verfügung, aber es darf auch gerne die eigene Cajon mitgebracht werden. [www.cajonsaurier.de](http://www.cajonsaurier.de).

81251

Martin Sauer  
Sa 09.07.22, 10:00 - 12:30 Uhr, 1 x  
Sternbergschule Gomadingen, Foyer  
37 €

### Trommeln auf der Cajon – Aufbauworkshop für Jugendliche ab 8 Jahre und Erwachsene, Jugendliche von 8 bis 12 nur in Begleitung eines Erwachsenen

In diesem Cajon-Aufbaukurs geht der Cajonspezialist Martin Sauer etwas tiefer in die Materie „Rhythmus auf der Cajon“ ein. Die schon erlernten Spiel-Techniken bekommen Feinschliff und gemeinsam werden die gängigsten Rhythmen der Musikwelt erarbeitet und in der Gruppe gleich umgesetzt. Mit dem neu Erlernten wird dann getrommelt bis zum Abwinken. Es stehen ausreichend Cajons zur Verfügung, die Eigene darf gerne mitgebracht werden. [www.cajonsaurier.de](http://www.cajonsaurier.de).

81252

Martin Sauer  
Sa 16.07.22, 10:00 - 12:30 Uhr, 1 x  
Sternbergschule Gomadingen, Foyer  
37 €

## Gesundheit & Bewegung

### Rückenfitgruppe

Mit viel Spaß und gezielten rückengerechten Übungen wollen wir unsere körperliche Leistungsfähigkeit erhalten und unser Wohlbefinden steigern. Das Übungsprogramm umfasst das Training des Herz-Kreislaufsystems, Kräftigungsübungen (Bauch, Rücken, Beckenboden, Beine und Po), Zirkeltraining sowie Dehnungs- und Entspannungsübungen. Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

81320

Petra Schrade  
ab Mi 09.03.22, 17:30 - 18:30 Uhr, 15 x  
Sternberghalle Gomadingen,  
Mehrzweckraum  
78 €

## Das 49er Leitbahnen Qigong

Qigong ist eine Übungsmethode, die die körperliche Energie verstärkt und die Funktionsfähigkeit des Organismus verbessert. In diesem Kurs üben wir eine sehr schöne und harmonisch fließende Übungsreihe. Diese Methode ist in vier Abschnitte unterteilt und enthält insgesamt 49 Übungen, um die Abwehrkraft zu stärken, das Immunsystem zu stabilisieren und die innere Ruhe einkehren zu lassen. Die Übungen werden schrittweise angeleitet und zu einem gesamten Bewegungsablauf zusammengefügt. Jeder Mensch befindet sich in einer ganz individuellen körperlichen und seelischen Verfassung. Sie ist der Ausgangspunkt beim Üben von Qigong. Daher werden die Übungen in der Intensität der Ausführung und den jeweiligen körperlichen Möglichkeiten angepasst. Der Kurs eignet sich für alle Altersgruppen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte lockere, bequeme Kleidung tragen.

**81300**

Erika Seitz  
ab Mo 07.03.22, 19:00 - 20:00 Uhr, 10 x  
Feuerwehrhaus Gomadingen,  
Raum vom Sängerbund  
52 €

## Zumba® Fitness für Einsteiger\*innen

Zumba® ist Bewegung, Spaß und Fitness in einem und enthält Schritte aus lateinamerikanischen Tänzen wie Salsa, Merengue, Samba oder Cumbia. Das „Tanz-Workout“ wird von fetziger lateinamerikanischer Musik begleitet und bringt Bewegung in den ganzen Körper.

**81280**

Petra Bauer  
ab So 13.03.22, 10:00 - 11:00 Uhr, 5 x  
Kindergartengebäude Dapfen,  
Mehrzweckraum  
45 €

## Yoga - Arbeit am „Selbst“

In diesem Kurs möchten wir unsere Vitalität sowie auch unser Seelengemüt durch gezielte und abwechslungsreiche Körperübungen weiterentwickeln. Wichtig ist es dabei, die eigenen Grenzen aufzuspüren, die individuell und auch nach Tagesform sehr unterschiedlich sein können. Durch den Wechsel zwischen An- und Entspannung ist es das Ziel, ein körperliches und seelisches Wohlbefinden zu erreichen, um am Ende in einen Einklang mit dem innersten Selbst zu gelangen.

Bitte eine stabile Unterlage (z.B. Yogamatte), bequeme Kleidung und warme Wollsocken sowie ein gutes Quäntchen Neugierde mitbringen.

**81310**

Eugen Nisch  
Di 22.03.22, 20:00 - 21:15 Uhr, 15 x  
Kindergartengebäude Dapfen,  
Mehrzweckraum  
98 €

## Tanz

### Discofox - Anfänger\*innen

Beim Discofox handelt es sich um einen Paartanz, der auf Veranstaltungen einer der am häufigsten gespielten Tänze ist. Dadurch ist er der ideale Gesellschaftstanz für viele Gelegenheiten. In diesem Kurs erlernen Sie die Grundschritte und einige attraktive Figuren, um bei der nächsten Gelegenheit mit Freude tanzen zu können. Der Kurs ist sowohl für Einsteiger\*innen als auch zur Auffrischung von bereits Erlerntem geeignet. Wenn Sie eine\*n Tanzpartner\*in suchen, einfach bei der Anmeldung angeben. Bitte Schuhe mit glatten Sohlen (keine Gummisohle oder schmutzige Straßenschuhe) mitbringen.

**81257**

Gretchen Hind Strecker  
ab Do 17.03.22, 20:30 - 22:00 Uhr, 4 x  
Sternberghalle Gomadingen,  
Mehrzweckraum  
40 €

### Discofox - Fortschritt

Wir bauen auf den Grundlagen des Grundkurses (Discofox - Anfänger) auf. Sie perfektionieren Ihre Grundkenntnisse und lernen mehrere neue Schrittfolgen und Figuren. Gezeigt werden Tricks und Kniffe, die Sie auf der Tanzfläche gut aussehen lassen. Wir machen sie fit für die nächste Tanzparty. Wenn Sie eine\*n Tanzpartner\*in suchen, einfach bei der Anmeldung angeben. Bitte Schuhe mit glatten Sohlen (keine Gummisohle oder schmutzige Straßenschuhe) mitbringen.

**81258**

Gretchen Hind Strecker  
ab Do 28.04.22, 20:30 - 22:00 Uhr, 4 x  
Sternberghalle Gomadingen,  
Mehrzweckraum  
40 €

## Bewegung im Wasser

### Wassergymnastik

Abwechslungsreiche ganzkörperbezogene Aquafitness-Übungen zur Kräftigung und Dehnung der Muskulatur, verbunden mit Elementen der Rückengymnastik. Für alle, die Spaß an der Bewegung und Entspannung im Wasser haben.

**81322**

Bernhard George  
ab Di 08.03.22, 08:30 - 09:15 Uhr, 9 x  
Sternberghallenbad Gomadingen  
73 € (inkl. Eintritt Hallenbad)

**81323**

Bernhard George  
ab Di 08.03.22, 09:20 - 10:05 Uhr, 9 x  
Sternberghallenbad Gomadingen  
73 € (inkl. Eintritt Hallenbad)

## Kosmetik & Aussehen

### Schminken für Mütter und Töchter

Ein ganz besonderes Schminkerlebnis für Mütter und Töchter. Der richtige Umgang mit Make-up & Co. wird hier ganz einfach vermittelt. Einfache Schminktechniken für jedes Alter lassen Sie zum Strahlen bringen. Erfahren Sie von der staatlich anerkannten Kosmetikerin Jasmin Bähre viele Tipps und Tricks rund ums Schminken, verbunden mit einer Typberatung. Der Kurs ist auch für Einzelpersonen geeignet.  
[www.beautycase4you.de](http://www.beautycase4you.de)  
Bitte mitbringen: großen Standspiegel und Haarband.

**81309**

Jasmin Bähre  
Sa 02.04.22, 14:00 - 17:00 Uhr, 1 x  
Sternbergschule Gomadingen  
34 € (inkl. Materialkosten)

In Kooperation mit dem Schminkstudio  
Beautycase.



### Schminken leicht gemacht

Wie kann man sich gekonnt verschönern, ohne dabei angemalt zu wirken? Wie werden kleine Makel überdeckt? Mit der richtigen Auftragstechnik und einfachen Handgriffen wird das Ergebnis natürlich und typgerecht. Erfahren Sie von der staatlich anerkannten Kosmetikerin Jasmin Bähre viele Tipps und Tricks rund ums Schminken, verbunden mit einer Typberatung. Lassen Sie sich darauf ein, Ihr Gesicht ganz neu zu entdecken.

[www.beautycase4you.de](http://www.beautycase4you.de).

Bitte mitbringen: großen Standspiegel und Haarband.

**81308**

Jasmin Bähre  
Sa 02.07.22, 14:00 - 17:00 Uhr, 1 x  
Sternbergschule Gomadingen  
34 € (inkl. Materialkosten)

In Kooperation mit dem Schminkstudio  
Beautycase.

Fragen rund um Ihren Kursbesuch  
beantworten wir in unseren FAQ in  
unserem Servicebereich unter  
[www.vhsbm.de](http://www.vhsbm.de).

## Naturerlebnis jvhs



### Im Reich der Zwerge und Feen Für Kinder von 5 bis 9 Jahren

Wir bauen an einer wunderschönen Zwerghandschmiederei im lauschigen Fichtenwald auf Eichach weiter und machen uns auf die Suche nach dem Schatz vom Zwergenkönig. Über dem Feuer kochen wir uns leckere Zwergknödel und auch die Punschfee wird uns an diesem Tag besuchen. Bevor es dann wieder nach Hause geht, sammeln wir für deinen ganz eigenen Zwergengarten unterschiedliche Naturmaterialien zum mit nach Hause nehmen inklusive einem Zwerg. Materialkosten von vier Euro werden im Kurs eingesammelt. Bitte mitbringen: wetterentsprechende Kleidung, Getränk, Vesper/Snack, Sitzkissen.

**81105**

Nicole Baumann & Verena Hirrlé  
Sa 21.05.22, 10:00 - 15:00 Uhr, 1 x  
Treffpunkt: auf Eichach  
(Alter Sportplatz Gomadingen)  
35 €

## Kreatives Gestalten jvhs

### Töpfern für Kinder

Ton ist ein Material, das alle Sinne anspricht. In diesem Kurs lernen die Kinder das freie Modellieren mit Ton kennen. Unter fachkundiger Anleitung lassen sich eigene Ideen verwirklichen und nehmen Gestalt an. Es entstehen Figuren, Tiere, Gefäße und vieles mehr und es können auch kleine Geschenke angefertigt werden. Die Keramik wird später bemalt und glasiert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Material- und Glasurkosten in Höhe von zehn Euro werden direkt im Kurs abgerechnet. Der letzte Termin (Glasurtermin) findet am 23.06. statt.  
Bitte mitbringen: Schürze bzw. alte Kleidung, kleines Messer, Pinsel und Schwamm.

**81211**

Sandra Brauneisen  
ab Do 05.05.22, 15:00 - 17:30 Uhr, 4 x  
Sternbergschule Gomadingen, Werkraum  
56 €

In Kooperation mit der Sternbergschule.

## Musikunterricht jvhs

### Clavier- oder Keyboard-Unterricht für Kinder

Die Freude am Musizieren/Spielen steht hier im Mittelpunkt. Der Weg ist das Ziel. „Learning by doing“ ist hier angesagt. Die Noten gesellen sich dann dazu und ergänzen den Lernvorgang mit einer den Gegebenheiten angepassten Musikauswahl. Auch zu zweit ist die Musizierstunde möglich, wodurch sich der Preis dann um jeweils 50 % reduziert. Die Abbuchung erfolgt in zwei Monatsraten. Der Unterricht findet in der Sternbergschule in Gomadingen oder nach Vereinbarung statt.

Prinzipiell ist der Unterricht auch für Erwachsene möglich.

**81255**

Eugen Nisch

ab Mo 07.03.22, 14 x

Tag und Uhrzeit auf Anfrage.

Sternbergschule Gomadingen

315 €

Anmeldung ist nur telefonisch bei der Außenstellenleitung Gomadingen unter 07385 1590 möglich.

## Kochen & Backen jvhs



### „In der Osterbäckerei...“

#### Backkurs für Kinder von 6 - 10 Jahren

Mit viel Spaß backen wir verschiedene Sachen, die besonders in die Osterzeit passen. Ob Häschen-Kekse, Muffins, Hefeküken oder Waffeln, lasst euch einfach überraschen, was sich Frau Treß alles für euch ausgedacht hat! Eure Eltern werden staunen, was für Leckereien ihr zubereiten könnt. Die Lebensmittelkosten werden direkt im Kurs nach Verbrauch abgerechnet.

**81354**

Waltraud Treß

Mo 14.03.22, 15:30 - 17:00 Uhr, 4 x

Sternbergschule Gomadingen, Küche

36 €

In Kooperation mit der Sternbergschule.

### Alles selbstgemacht 1!

#### Kinderkochkurs für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Ihr wolltet schon immer einmal wissen, wie man selbst Maultaschen, Nudeln, Hamburger, Schupfnudeln oder „kalten Hund“ herstellt? Dann seid ihr bei diesem Selbermach-Kochkurs genau richtig. Lasst euch überraschen, mit was für Kniffen und Zutaten ihr eure Gerichte erschafft. Eins ist sicher: selbstgemacht schmeckt immer am besten. Die Lebensmittelkosten werden direkt im Kurs nach Verbrauch abgerechnet.



**81351**

Waltraud Treß

Mo 02.05.22, 15:30 - 17:00 Uhr, 4 x

Sternbergschule Gomadingen, Küche

36 €

In Kooperation mit der Sternbergschule.

### Alles selbstgemacht 2!

#### Kinderkochkurs für Kinder von 6 bis 10 Jahren

In diesem Kochkurs lernt ihr wie man selbst Kartoffelchips, Nudeln, Marmelade, Müsliriegel oder auch Beerensaft herstellt. Und lasst euch einfach überraschen, was ihr sonst noch alles macht. Eins ist sicher: selbstgemacht schmeckt immer am besten! Eure Eltern werden staunen, was für Leckereien ihr zubereiten könnt. Lebensmittelkosten werden im Kurs nach Verbrauch abgerechnet.

**81352**

Waltraud Treß

Mo 27.06.22, 15:30 - 17:00 Uhr, 4 x

Sternbergschule Gomadingen, Küche

36 €

In Kooperation mit der Sternbergschule.

## Bewegung im Wasser jvhs

### Schwimmkurs für Anfänger\*innen in den Pfingstferien

#### Für Kinder ab 5 Jahre

Das Ziel des Schwimmkurses ist, sich angstfrei im Wasser bewegen zu können, die Brustschwimmtechnik in groben Zügen zu erlernen, ins brusttiefe Wasser zu springen sowie einen Gegenstand aus brusttiefem Wasser ohne Schwimm- bzw. Taucherbrille heraufzuholen. Zum Abschluss des Schwimmkurses besteht die Möglichkeit, das Frühschwimmerabzeichen „Seepferdchen“ abzulegen. Es können nur Kinder aufgenommen werden, die sich trauen, ihren Kopf ohne Brille ins Wasser zu tauchen und die sich selbständig aus- und ankleiden können. Der Eintritt für das Hallenbad ist in den Kursgebühren enthalten.



**81327**

Rosemarie Kalmbach-Ruopp,

Sa 04.06.22, 10:00 - 10:55 Uhr,

Di 07.06.22, 10:00 - 10:55 Uhr

Mi 08.06.22, 10:00 - 10:55 Uhr

Fr 10.06.22, 10:00 - 10:55 Uhr

Sa 11.06.22, 10:00 - 10:55 Uhr

Di 14.06.22, 10:00 - 10:55 Uhr

Mi 15.06.22, 10:00 - 10:55 Uhr

Fr 17.06.22, 10:00 - 10:55 Uhr

Sa 18.06.22, 10:00 - 10:55 Uhr

Hallenbad Gomadingen

165 € (inkl. Eintritt)

Anmeldung ist nur telefonisch bei der Außenstellenleitung Gomadingen unter 07385 1590 möglich.

**81328**

Rosemarie Kalmbach-Ruopp

Sa 04.06.22, 11:05 - 12:00 Uhr

Di 07.06.22, 11:05 - 12:00 Uhr

Mi 08.06.22, 11:05 - 12:00 Uhr

Fr 10.06.22, 11:05 - 12:00 Uhr

Sa 11.06.22, 11:05 - 12:00 Uhr

Di 14.06.22, 11:05 - 12:00 Uhr

Mi 15.06.22, 11:05 - 12:00 Uhr

Fr 17.06.22, 11:05 - 12:00 Uhr

Sa 18.06.22, 11:05 - 12:00 Uhr

Hallenbad Gomadingen

165 € (inkl. Eintritt)

Anmeldung ist nur telefonisch bei der Außenstellenleitung Gomadingen unter 07385 1590 möglich.

Achtung Kursabsage: Unterbelegte Kurse werden ca. fünf Tage vor Kursbeginn abgesagt. Bitte melden Sie sich deshalb rechtzeitig an!

Es wäre doch schade, wenn wir gerade den Kurs absagen, den Sie besuchen wollen.