

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 „Wolleböbbel“ ziehen jeden unweigerlich in ihren Bann. Sie nehmen schnell Sichtkontakt auf und zeigen sich als ausgesprochen ruhige, aggressionslose und liebenswerte Geschöpfe, die man unmittelbar „knuddeln“ möchte. 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 wir werden auch eine kleine Runde mit den Tieren laufen. Ein Besuch im Hofladen mit Faserprodukten der Alpakas steht jedem Besucher frei. Kinder zahlen die ermäßigte Gebühr von 17 Euro. Bitte das Alter bei der Anmeldung mit angeben.

81150

Herbert Ruch
Do, 06.10.22, 15:00 - 17:15 Uhr
Achalm-Alpaka Hof Wasserstetten
22,00 € / 17,00 €

In Kooperation mit Achalm -Alpaka.

Malen

Aquarellieren im Herbst

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

Heidemarie Wenzel-Schwarz
ab Mo, 19.09.22, 19:30 - 21:45 Uhr, 6 x
Feuerwehrhaus Gomadingen
83,00 € / 70,00 €

81202

Heidemarie Wenzel-Schwarz
ab Di, 20.09.22, 19:30 - 21:45 Uhr, 6 x
Feuerwehrhaus Gomadingen
83,00 € / 70,00 €

Kreatives Gestalten



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.

Bitte mitbringen: Schürze bzw. alte Kleidung, kleines Messer, Pinsel und Schwamm.

81210

Sandra Brauneisen
Do, 06.10.22, 18:00 - 20:30 Uhr
Do, 13.10.22, 18:00 - 20:30 Uhr
Do, 20.10.22, 18:00 - 20:30 Uhr
Do, 17.11.22, 18:00 - 20:30 Uhr
Sternbergschule Gomadingen, Werkraum
62,00 € zzgl. Materialkosten im Kurs

In Kooperation mit der Sternbergschule.

Handwerk



Weihnachtliche Flechtideen

Unter Anleitung einer Korbmachermeisterin werden Weihnachtsbäume in verschiedenen Größen von 50 cm bis 2 m geflochten. Als Flechtmaterial wird ungeschälte Weide verwendet, wobei je nach Objekt verschiedene Flechttechniken angewandt werden. Material und Werkzeug sind vorhanden. Materialkosten werden im Kurs je nach Verbrauch abgerechnet (Bäumchen ab 20 Euro).

Bitte robuste Kleidung und eigene Verpflegung mitbringen.

81232

Monika Frischknecht
Sa, 26.11.22, 09:00 - 18:00 Uhr
Sternbergschule Gomadingen, Werkraum
65,00 € zzgl. Materialkosten im Kurs

Kosmetik

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. Bitte alle Teilnehmer*innen bei der Anmeldung mit angeben. Bitte mitbringen: großen Standspiegel und Haarband.

81309

Jasmin Bähre
Sa, 01.10.22, 14:00 - 17:00 Uhr
Sternbergschule Gomadingen
34,00 € (inkl. Materialkosten). Die Kursgebühr gilt pro Teilnehmer*in.

In Kooperation mit dem Schminkstudio Beautycase.

Yoga

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
ab Di, 11.10.22, 20:00 - 21:15 Uhr, 8 x
Kindergartengebäude Dapfen, Mehrzweckraum
52,00 €

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 Außenstellenleitung in Verbindung. Wir freuen uns über Ihre Nachricht.

Soweit nicht anders angegeben, ist bei all unseren Kursen und Veranstaltungen eine Anmeldung erforderlich.

Tai Chi | Qi Gong

Das 49er Leitbahnen Qigong - Für Anfänger*innen

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. Bitte lockere, bequeme Kleidung tragen.

81314

Erika Seitz
ab Mo, 10.10.22, 16:00 - 17:00 Uhr, 10 x
Feuerwehrhaus Gomadingen, Raum vom
Sängerbund
52,00 €

Für Fortgeschrittene

Der Kurs ist die Fortsetzung des Qigong-Kurses aus dem letzten Semester und daher nur für Fortgeschrittene geeignet.

81313

Erika Seitz
ab Mo, 19.09.22, 17:00 - 18:00 Uhr, 12 x
Feuerwehrhaus Gomadingen, Raum vom
Sängerbund
63,00 €

Anmeldung ist nur telefonisch bei der Außenstellenleitung unter 07385 1590.

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.



NEU Aiki-Taiso

Aiki-Taiso ist ein Teil von Aikido - einer japanischen Kampfkunst - welcher traditionell zur Vorbereitung auf das Aikido-Training dient. Aiki-Taiso umfasst Meditation im Sitzen (Seiza, Fersensitz), Haltungen und Bewegungen, die ein Wahrnehmen der inneren Mitte und innerer Ungleichgewichte eröffnen und teilweise Ähnlichkeiten und Parallelen zu Qigong-Übungen aufweisen. Darüber hinaus verbessern die 12 Aiki-Taiso-Kihon (Grundübungen), welche Hauptthema des Kurses sein werden, die Beweglichkeit und Geschmeidigkeit des Körpers sowie eine Stimulation der Meridiane und damit des Energieflusses. Den Übungen wird nachgesagt, Alterungsprozesse des Körpers aufhalten zu können und das Regenerationsvermögen des Körpers zu verbessern. Diese Übungen werden üblicherweise im Rahmen von Aikido praktiziert. Sie können ihre positiven Wirkungen aber auch unabhängig davon entfalten. Besondere Vorkenntnisse werden nicht erwartet. Übungen aus dem Aikido lockern die Kursinhalte auf und ergänzen sie. Geübt wird auf vorhandenen Judomatten. Bei Interesse sind auch weitergehende Einblicke in die Kampfkunst Aikido möglich und es besteht die Möglichkeit, den Kurs fortzusetzen. Bitte bequeme Kleidung und Badeschlappen mitbringen.

81317

Christine Schmidt
ab Di, 04.10.22, 19:30 - 20:45 Uhr, 10 x
Samariterstift Grafeneck, Mehrzweckraum
65,00 €

Fitness

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. Bitte saubere Sportschuhe mit heller Sohle mitbringen.

81330

Petra Bauer
ab So, 02.10.22, 10:00 - 11:00 Uhr, 5 x
Feuerwehrhaus Gomadingen, Raum vom
Sängerbund
45,00 €

In Kooperation mit der Tanzschule Petra Paust.

Bewegung | Gymnastik

Rückenschule - Präventionskurs

In diesem Kurs wird durch gezielte, rückengerechte statische und dynamische Übungen die Rückenmuskulatur gestärkt. Der zertifizierte Rückentrainer Edmund Müller zeigt auf, wie Fehlhaltungen verhindert und wie Sitz- sowie Arbeitshaltungen verbessert werden können. Ziel ist ein gesunder Rücken und die Vermeidung von Rückenproblemen. Ergänzt wird der Kurs durch Entspannungsübungen. Bei ausreichendem Interesse besteht die Möglichkeit, den Kurs fortzusetzen. Bitte eine Gymnastik-/Isomatte und bequeme Kleidung mitbringen.

81331

Edmund Müller
ab Do, 06.10.22, 7:30 - 8:30 Uhr, 10 x
Kindergartengebäude Dapfen, Mehrzweckraum
52,00 €

81332

Edmund Müller
ab Do, 06.10.22, 19:00 - 20:00 Uhr, 10 x
Kindergartengebäude Dapfen, Mehrzweckraum
52,00 €



NEU Rücken Fit und Mobil

Verspannungen im Rücken lösen und ein gutes Körpergefühl entwickeln, das steht im Mittelpunkt des GYROKINESIS® Trainings. Wir lernen die typischen, fließenden Bewegungen wie ARCH, CURL und SPIRALS kennen, die uns auf sanfte Weise dehnen und der Wirbelsäule neue Bewegungsmöglichkeiten schaffen. Durch die dreidimensionalen Übungen wird zusätzlich unsere Koordination gefordert. In Kombination mit der Atmung erreichen wir unseren ganzen Körper. Auf diese Weise kann sich der Organismus regenerieren und wir fühlen uns innerlich gekräftigt. Wir üben überwiegend im Sitzen und Stehen, gelegentlich auf dem Boden. Der Kurs eignet sich für jedes Alter, Vorkenntnisse oder eine besondere Beweglichkeit sind nicht nötig. Jeder übt innerhalb seiner Möglichkeiten. Bei ausreichendem Interesse besteht die Möglichkeit, den Kurs fortzusetzen. Mehr Info: www.move-the-music.de. Bitte bequeme Kleidung, Yogamatte und etwas zu trinken mitbringen.

81335

Manon Weiss
ab Mi, 28.09.22, 17:00 - 18:15 Uhr, 10 x
Samariterstift Grafeneck, Mehrzweckraum
66,00 €

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, 28.09.22, 17:30 - 18:30 Uhr, 17 x
Sternberghalle Gomadingen, Mehrzweckraum
89,00 €

Tanz

Tanzkurs für Einsteiger*innen und alle, die ihre Kenntnisse auffrischen möchten

Hier lernen Sie in lockerer Atmosphäre die Grundlagen von Cha-Cha-Cha, Langsamen sowie Wiener Walzer, Disco-Fox, Rumba, Jive, Foxtrott und Tango. Geeignet für Neueinsteiger*innen oder auch alle, die ihre Kenntnisse grundlegend auffrischen möchten. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich. Bitte flache, saubere Schuhe mitbringen.

81281

Petra Bauer
ab Di, 04.10.22, 20:00 - 21:00 Uhr, 10 x
Feuerwehrhaus Gomadingen, Raum vom
Sängerbund
90,00 €

In Kooperation mit der Tanzschule Petra Paust.

Disco Fox - Anfänger*innen

Beim Disco Fox 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, 29.09.22, 20:30 - 22:00 Uhr, 4 x
Sternberghalle Gomadingen, Mehrzweckraum
40,00 €

Disco Fox - Fortschritt

Wir bauen auf den Grundlagen des Grundkurses „Disco Fox - Anfänger*innen“ 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, 10.11.22, 20:30 - 22:00 Uhr, 4 x
Sternberghalle Gomadingen, Mehrzweckraum
40,00 €

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
dienstags, 08:30 - 09:15 Uhr, 8 x
Der Kurs beginnt, sobald das Hallenbad wieder geöffnet ist.
Sternberghallenbad Gomadingen
66,00 € (inkl. Eintritt)

Anmeldung nur telefonisch bei der Außenstelle unter 07385 1590 möglich.

81323

Bernhard George
dienstags, 09:20 - 10:05 Uhr, 8 x
Der Kurs beginnt, sobald das Hallenbad wieder geöffnet ist.
Sternberghallenbad Gomadingen
66,00 € (inkl. Eintritt)

Anmeldung nur telefonisch bei der Außenstelle unter 07385 1590 möglich.

Fragen rund um Ihren Kursbesuch beantworten wir in unseren FAQ in unserem Servicebereich unter www.vhsbm.de.

NEU Aquafitness

Ein Ganzkörpertraining im Wasser (gelenkschonend) zur Verbesserung der allgemeinen Kondition und Steigerung der (Muskel-)Kraft. Mit Power und Spaß möchten wir in diesem fitnessorientierten Kurs insbesondere unsere Ausdauer verbessern. Bei ausreichendem Interesse besteht die Möglichkeit, den Kurs fortzusetzen.

81325

Edmund Müller
dienstags, 10:10 - 10:55 Uhr, 8 x
Der Kurs beginnt, sobald das Hallenbad wieder geöffnet ist.
Sternberghallenbad Gomadingen
98,00 € (inkl. Eintritt)

Anmeldung nur telefonisch bei der Außenstelle unter 07385 1590 möglich.

Prävention

NEU Gewaltprävention - Für Frauen und Mädchen ab 14 Jahre

In diesem Kurs wird den Teilnehmerinnen vom ehemaligen Polizeibeamten Edmund Müller aufgezeigt, wie man in bestimmten Gewaltsituationen richtig reagiert. Wie verhalte ich mich in Sprache und Gestik? Was muss ich tun, um mich nicht selbst in Gefahr zu bringen? Wie gehe ich mit Provokationen um? Anhand von Rollenspielen werden Verhaltensmuster eingeübt, die dann in kritischen Situationen angewendet werden können.

81161

Edmund Müller
ab Di, 24.01.23, 19:00 - 20:00 Uhr, 4 x
Sternbergschule Gomadingen
26,00 €

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 Außenstellenleitung in Verbindung. Wir freuen uns über Ihre Nachricht.

EDV

Die optimale Präsentation - Erstellung mit PowerPoint

Im Kurs werden unter Anwendung von PowerPoint folgende drei Arten von Präsentationen leicht verständlich vorgestellt und erläutert: Fachvortrag, Vorstandspräsentation, (Bild-)Präsentation für „Omas Geburtstag“. Es wird die Struktur sowie der Aufbau dieser drei Präsentationsarten besprochen, wobei auch die zur Umsetzung benötigten Kenntnisse vermittelt werden.

Dieser Kurs beleuchtet die vielseitigen Facetten von PowerPoint und dessen Einsatz im beruflichen sowie privaten Kontext und ist für alle Altersklassen vom Auszubildenden, Berufsanfänger bis hin zum Rentner geeignet. Ziel ist es, die Teilnehmer*innen in die Lage zu versetzen, eine optisch ansprechende und auf das entsprechende Publikum zugeschnittene Aufbereitung mit Hilfe von PowerPoint zu realisieren. Voraussetzung: sicherer Umgang mit dem Windows PC. Eigener Laptop mit Microsoft Office 2016, 2019 oder 365 wäre vorteilhaft; bei Bedarf kann aber auch ein Laptop geliehen werden (Bitte bei der Anmeldung angeben).

81510

Marc Helmer
Sa, 19.11.22, 09:30 - 12:30 Uhr
Sternbergschule Gomadingen
26,00 €

Kochen | Backen



Traditionelle Hefeteige auf schwäbisch - Taucht ein in die Welt der Laugengebäck 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 eine (Back-)Schürze mitbringen.

81355

Simon Glocker
Mi, 25.01.23, 16:30 - 21:00 Uhr
Bäckerei Glocker, Gomadingen,
Teigmacherei alte Mühlenscheuer
32,00 € (zzgl. 30 € Materialkosten)

In Kooperation mit der Bäckerei Glocker.

Naturerlebnis jvhs

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

Wir bauen an einer wunderschönen Zwergerlandschaft 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 Hirle
Sa, 15.10.22, 10:00 - 15:00 Uhr
Treffpunkt auf Eichach (Alter Sportplatz Gomadingen)
35,00 € zzgl. 4 € Materialkosten im Kurs

NEU Dein Haus der Zwerge und Feen - Für Kinder von 5 bis 10 Jahren

Auf einer Baumscheibe wirst du dein eigenes stabiles Zwerger- oder Feenhaus bauen. Zwischendurch gibt es Wunschkuchen und wir besuchen das Zwergendorf auf Eichach. Zum Schluss nimmst du dein Baumscheibenhäuschen mit nach Hause und es zieht dann hoffentlich ganz bald das kleine Volk bei dir ein. Bitte mitbringen: Hammer und geeignete Nägel, wetterentsprechende Kleidung, Sitzkissen.

81106

Nicole Baumann, Verena Hirle
Fr, 30.09.22, 14:00 - 17:00 Uhr
Treffpunkt auf Eichach (Alter Sportplatz Gomadingen)
22,00 €

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 Glaskosten in Höhe von zehn Euro werden direkt im Kurs abgerechnet.

Bitte mitbringen: Schürze bzw. alte Kleidung, kleines Messer, Pinsel und Schwamm.

81211

Sandra Brauneisen

Do, 06.10.22, 15:00 - 17:30 Uhr

Do, 13.10.22, 15:00 - 17:30 Uhr

Do, 20.10.22, 15:00 - 17:30 Uhr

Do, 17.11.22, 15:00 - 17:30 Uhr

Sternbergschule Gomadingen, Werkraum
56,00 € zzgl. 10 € Materialkosten im Kurs

In Kooperation mit der Sternbergschule.

Musikunterricht jvhs

Klavier- oder Keyboard-Unterricht

Die Freude am Musizieren/Spielen steht im Mittelpunkt des Kurses. 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 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, 26.09.22, 14 x

Tag und Uhrzeit auf Anfrage.

Sternbergschule Gomadingen

315,00 €

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.

Kochen | Backen jvhs



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

ab Mo, 26.09.22, 15:30 - 17:00 Uhr, 4 x

Sternbergschule Gomadingen, Küche
36,00 € zzgl. Lebensmittelkosten im Kurs

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.

Die Lebensmittelkosten werden direkt im Kurs nach Verbrauch abgerechnet.

81352

Waltraud Treß

ab Mo, 16.01.23, 15:30 - 17:00 Uhr, 4 x

Sternbergschule Gomadingen, Küche
36,00 € zzgl. Lebensmittelkosten im Kurs

In Kooperation mit der Sternbergschule.

In der Weihnachtsbäckerei... - Kinderbackkurs für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Mit viel Spaß backen wir verschiedene Sachen, die besonders in die Adventszeit passen. Ob Brot, Kuchen, Weihnachtsplätzchen oder Waffeln, lasst euch einfach überraschen, was sich Frau Treß alles für euch ausgedacht hat.

Die Lebensmittelkosten werden direkt im Kurs nach Verbrauch abgerechnet.

81353

Waltraud Treß

ab Mo, 21.11.22, 15:30 - 17:00 Uhr, 4 x

Sternbergschule Gomadingen, Küche
36,00 € zzgl. Lebensmittelkosten im Kurs

In Kooperation mit der Sternbergschule.

Prävention jvhs

NEU Gewaltprävention – Für Kinder ab 8 Jahre

In diesem Kurs wird den Teilnehmer*innen vom ehemaligen Polizeibeamten Edmund Müller aufgezeigt, wie man in bestimmten Gewaltsituationen richtig reagiert. Wie verhalte ich mich in Sprache und Gestik? Was muss ich tun, um mich nicht selbst in Gefahr zu bringen? Wie gehe ich mit Provokationen um? Anhand von Rollenspielen werden Verhaltensmuster eingeübt, die dann in kritischen Situationen angewendet werden können.

81162

Edmund Müller

ab Di, 15.11.22, 16:00 - 17:00 Uhr, 4 x

Sternbergschule Gomadingen

22,00 €