



Volkshochschule

und



Frühjahr 2012

**Träger der Volkshochschule und
des Keltenmuseums Heuneburg:**

Gemeinde Herbertingen, vertreten durch
Herrn Bürgermeister Michael Schrenk

Leiterin der Volkshochschule:

Frau Ulrike Siebenrock
Telefon: 07586-5540
E-Mail: D7Rock@t-online.de

**Geschäftsstelle der VHS
und Ansprechpartner des
Keltenmuseums Heuneburg:**

Bürgermeisteramt Herbertingen
Frau Anja Brauner
Kultur- und Tourismusreferentin
E-Mail: anja.brauner@herbertingen.de
Tel. 07586-920838

Bankverbindungen:

Kreissparkasse Bad Saulgau
Konto-Nr. 200 817 (BLZ 653 510 50)

Volksbank Bad Saulgau eG
Konto-Nr. 380 542 005 (BLZ 650 930 20)

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Anmeldung

... für VHS-Kurse

Rechtzeitige schriftliche oder persönliche Anmeldung ist bei allen Kursen und Seminaren, auch bei Einzelveranstaltungen und Vorträgen vor Beginn der Kurse und Seminare bei **Frau Ulrike Siebenrock, Tel. 07586-5540** erforderlich. Anmeldungen sind auch per **E-Mail unter: D7Rock@t-online.de** möglich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet. **Die Anmeldung ist verbindlich und wird nicht bestätigt.** Eine Benachrichtigung erfolgt nur bei Änderung, Nichtzustandekommen oder Überbelegung der Veranstaltung.

...für Kurse des Keltenmuseums Heuneburg

Für diese Kurse melden Sie sich direkt unter **07586-920838** oder per **E-Mail: info@heuneburg.de** an. Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung.

Mindestteilnehmerzahl

...bei den VHS-Kursen

Die Kurse finden nur mit einer Mindestzahl von 8 Teilnehmern (Ausnahmen sind besonders vermerkt!) statt. Wird diese Zahl nicht erreicht, kann ein Aufschlag erhoben werden. Die Entscheidung, ob ein Kurs mit weniger als 8 Teilnehmern durchgeführt wird, liegt bei der Volkshochschule.

...bei den Kursen des Keltenmuseums Heuneburg

Die Mindestteilnehmerzahl variiert je nach Kurs.

Gebühren und Zahlung

...bei den VHS-Kursen

Die Gebühren werden ca. nach dem zweiten Kursabend durch Einzugsermächtigung eingezogen. Die Entgeltspflicht entsteht mit der Anmeldung. Wird die Ermäßigung nicht vor Kursbeginn auf der Anmeldung vom Teilnehmer beantragt, so wird der volle Betrag fällig. **Auch für die Teilnehmer, die in bereits laufende Kurse einsteigen, gelten die vollen Entgelte.** Gebühren bei Einzelveranstaltungen werden an der Abendkasse erhoben.

...bei den Kursen des Keltenmuseums Heuneburg

Die Gebühren sind im Voraus per Überweisung zu begleichen. Das Fälligkeitsdatum ist der Anmeldebestätigung zu entnehmen.

Im Krankheitsfall oder bei sonstiger Verhinderung kann bei beiden Kursanbietern keine Rückerstattung der Kursgebühr erfolgen.

Ermäßigungen für VHS-Kurse

Schüler, Studenten, Auszubildende, Wehrpflichtige und Zivildienstleistende erhalten auf alle Kurse und Seminare 20 % Ermäßigung. Bei Gebühren **unter** 15,00 Euro kann keine Ermäßigung gewährt werden. Die Teilnehmer müssen ihr Recht auf Ermäßigung auf der Abbuchungsermächtigung vermerken und per Ausweis nachweisen. Besucht ein Teilnehmer mehrere Kurse derselben Sprache, so erhält er für jeden weiteren Kurs 20 % Ermäßigung. Es wird grundsätzlich nur eine Ermäßigung gewährt.

Rücktritt/Abmeldung

Ein Rechtsanspruch auf Durchführung einer Veranstaltung besteht nicht. Laufende Veranstaltungen können aufgrund höherer Gewalt ausfallen. Ein Terminwechsel aus organisatorischen Gründen bleibt vorbehalten. Die Volkshochschule bzw. das Keltenmuseum Heuneburg kann vom Vertrag zurücktreten, wenn

- die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird
- die verpflichtete Kursleiterin/der Kursleiter aus Gründen, die nicht in der Risikosphäre der VHS bzw. des Keltenmuseums liegen (z.B. Krankheit) ausfällt.

Bei Sprachkursen ist eine Abmeldung auch noch nach dem ersten Kursabend möglich.

Abmeldungen nur bei der Geschäftsstelle der VHS, nicht beim Kursleiter!

Haftung

Der Besuch aller Veranstaltungen ist freiwillig und erfolgt auf eigene Gefahr, auch auf den Wegen zwischen Veranstaltungs- und Wohnort. Bei Kindern wird die Übernahme der Haftung durch die Eltern vorausgesetzt. Die Haftung der Volkshochschule bzw. des Keltenmuseums für Schäden jedwelcher Art, gleich aus welchem Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf die Fälle beschränkt, in denen Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last fällt. Ein Anspruch aus Unfall-, Vermögens-, Sach- oder Personenschäden gegen die VHS bzw. das Keltenmuseum besteht nicht. Die VHS bzw. das Keltenmuseum muss die Hausordnung einhalten, welche für die Räumlichkeiten, in denen die Veranstaltungen durchgeführt werden, vorgeschrieben sind.

INHALTSVERZEICHNIS

Volkshochschule

(1) Französisch	Seite 4
(2) Pilates I	Seite 4
(3) Body Fit	Seite 5
(4) Aroha	Seite 5
(5) Microsoft Excel	Seite 6
(6) Step Aerobic	Seite 6
(7) Gitarre für Kinder	Seite 7
(8) Englisch für Kindergartenkinder	Seite 7
(9) Progressive Muskelentspannung I	Seite 8
(10) Umgang mit Veränderungen	Seite 8
(11) Zumba	Seite 9
(12) Autogenes Training für Einsteiger	Seite 9
(13) Lustiges Osterbacken	Seite 10
(14) Hardy on Tour	Seite 10
(15) Yoga	Seite 11
(16) Progressive Muskelentspannung II	Seite 11
(17) Pilates II	Seite 12
(18) Dennete	Seite 12



(1) Schmieden	Seite 15
(2) Glasperlendreher	Seite 15
(3) Medizin der Erde	Seite 15
(4) Brettchenweben	Seite 15
(5) Alte Heilpflanzen wiederentdeckt	Seite 15
(6) Feuer und Flamme	Seite 15
(7) Bogenbau	Seite 15
(8) Bronze gießen	Seite 15
(9) Mittelalterlicher und keltischer Bierbraukurs	Seite 15

(1) FRANZÖSISCH

Inhalt: Praktisches für Gastgeber und Urlaubsreisende (minimale Theorie), Konversation zu den Themen Essen, Trinken, Einkaufen, höflicher Small-Talk. Sie selbst gestalten den Unterrichtsumfang mit. Die Referentin wird selbstverständlich auf Ihre Wünsche eingehen. Bei Interesse ist ein Aufbaukurs nach den Sommerferien möglich.

Leitung: Nathalie Buck, Muttersprachlerin, Herberlingen

Datum: Dienstag, 28.02.2012
09.00 Uhr - 10.30 Uhr, 10 x 90 min

Ort: Dorfgemeinschaftshaus Mieterkingen

Gebühr: 58,00 Euro

(2) PILATES I

Inhalt: Pilates ist eine äußerst effektive Trainingsmethode, um Ihren Körper zu kräftigen, zu dehnen und zu entspannen. Unabhängig von Ihrem Alter und Ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit verleiht das Pilates-Training mehr Balance und Beweglichkeit. Pilates hilft auf schonende Weise, Rückenbeschwerden vorzubeugen und die Körperhaltung zu verbessern. Ein Fitnesstraining für Körper und Seele.

Mitzubringen: Matte und Socken

Leitung: Birgit Jaksche, DTB Pilates-Kursleiterin, Rulfingen

Datum: Dienstag, 28.02.2012, 10 x 60 min
Aufbaukurs: 09.00 Uhr - 10.00 Uhr
Anfängerkurs: 10.00 Uhr - 11.00 Uhr

Ort: Alemannenhalle

Gebühr: 35,00 Euro

Weiterer Kurs: siehe 12.06.2012

(3) BODY FIT

- Inhalt: Machen Sie sich fit. Eine erfahrene Trainerin in vielerlei Sportarten führt mit Ihnen hoch motiviert eine gute Stunde Gymnastik und Krafttraining durch. Keine Körperpartie wird dabei ausgelassen. Geeignet ist diese Stunde für Mann und Frau jeden Alters.
- Mitzubringen: Sportkleidung, Handtuch, Matte oder Decke, kleine Hanteln und Theraband
- Leitung: Inge Moeller, ausgebildete Fitnesstrainerin, Dürmentingen
- Datum: Freitag, 01.03.2012
18.30 Uhr, 10 x 75 min
- Ort: Alemannenhalle UG
- Gebühr: 41,00 Euro
-

(4) AROHA

- Inhalt: Aroha ist ein Mix aus kontrolliert ausdrucksstarken kraftvollen und entspannenden Bewegungen mit Elementen aus der Kampfkunst und Tai Chi, mit einem einfachen Grundschrift, leicht nachvollziehbar. Modifiziert für jedes Alter und jeden Fitnesslevel. Zur Fettverbrennung, Stressabbau, Bein- und Gesäßmuskulatur aufbauend. Fördert gute Laune und stärkt das Selbstbewusstsein.
- Mitzubringen: Getränk, Handtuch, Matte
- Leitung: Marion Mender, Bogenweiler
- Datum: Donnerstag, 01.03.2012
19.00 Uhr, 10 x 60 min
- Ort: UG Alemannenhalle
- Gebühr: 35,00 Euro

(5) MICROSOFT EXCEL

- Inhalt: Aufbaukurs
- Leitung: Uwe Schmitter, IT-Systemkaufmann, Ertingen
- Datum: Donnerstag, 01.03.2012
19.00 Uhr - 21.15 Uhr, 4 Abende
- Ort: EDV-Raum, Werkrealschule
- Gebühr: 40,00 Euro + 7,50 Euro für Unterlagen an Herrn Schmitter
-

(6) STEP AEROBIC

- Inhalt: Sie suchen nach Powersport? Hier sind Sie richtig. Trainieren Sie Ihre Leistungsfähigkeit, Ausdauer und Körperkoordination bei fetziger Musik.
- Mitzubringen: Sportkleidung, Handtuch, wenn möglich Stepboard
- Leitung: Inge Moeller, ausgebildete Fitnesstrainerin, Dürmentingen
- Datum: Freitag, 01.03.2012
20.00 Uhr - 21.00 Uhr, 10 x 60 min
- Ort: Alemannenhalle UG
- Gebühr: 35,00 Euro



(7) GITARRE FÜR KINDER

Inhalt:	Basiswissen, Liedbegleitung, Akkorde für Anfänger 3-5 Schüler, bei Interesse Weiterführung bis zu den Sommerferien
Leitung:	Franz Lutz, Musiklehrer, Altshausen
Datum:	Freitag, 02.03.2012 14.30 Uhr - 15.15 Uhr, 10 x 45 min
Ort:	Nähsaal, Werkrealschule
Gebühr:	75,00 Euro

(8) ENGLISCH FÜR KINDERGARTENKINDER

Inhalt:	Nie ist die Wissbegierde und die Begeisterung für neue Er- fahrungen größer als vor Schulbeginn. Dies wirkt sich auch posi- tiv auf das Lernen (insbesondere den korrekten Akzent) einer Fremdsprache aus. Eingeladen in diesen Kurs sind alle Kinder, die in Englisch singen, spielen und kreativ gestalten wollen. Die Kinder sollten bis 10 zählen können (in Deutsch) und die Farben kennen, da wir in Englisch entsprechende Spiele machen wer- den. Auf Wunsch kann der Kurs selbstverständlich weitergeführt werden. Höchstteilnehmerzahl: 8
Leitung:	Ulrike Siebenrock, Fremdsprachenkorrespondentin
Datum:	Montag, 05.03.2012 10.00 Uhr - 10.45 Uhr, 8 x 45 min
Ort:	KiGa St. Nikolaus
Gebühr:	29,00 Euro

(9) PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG I

- Inhalt: Leiden Sie unter Stress? Durch das Anspannen und Entspannen von Muskelgruppen kann eine tiefe und fortschreitende Entspannung erreicht werden. Die Methode ist leicht erlernbar und eignet sich besonders für Menschen mit hoher Stressbelastung, weil die Auswirkung direkt spürbar ist. Kurzformen sind auch problemlos am Arbeitsplatz, in der Schule oder unterwegs durchführbar.
- Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke
- Leitung: Stefanie Lang, Herbertingen
- Datum: Mittwoch, 07.03.2012
19.00 Uhr - 20.00 Uhr, 5 x 60 min
- Ort: Alemannenhalle UG
- Gebühr: 25,00 Euro
- Aufbaukurs: siehe 18.04.2012
-

(10) UMGANG MIT VERÄNDERUNGEN

- Inhalt: Wir leben in einer Zeit ständiger Veränderungen in allen Bereichen. Die Gesellschaft verändert sich, das Arbeitsleben verändert sich, die Natur verändert sich. All das hat natürlich Auswirkungen auf unsere jeweilige persönliche Situation, unsere Beziehungen in der Familie, im Freundeskreis oder im Beruf. Wir müssen mit Veränderungen leben. Vielleicht wünschen wir uns, dass sich bestimmte Dinge verändern, dass wir mehr Geld, mehr Zeit haben, dass wir eine glückliche Beziehung oder eine bessere Arbeit haben. Wenn wir dann bestimmte Dinge erreicht haben, kommt die Angst davor, diese wieder zu verlieren. In diesem Kurs lernen Sie Werkzeuge kennen, mit denen Sie leichter auf Veränderungen reagieren können und die Ihnen helfen, ein unbeschwerteres Leben zu führen.
- Leitung: Thomas Erler, Heilpraktiker und Coach, Riedlingen
- Datum: 13.03.2012, 26.03.2012 und 16.04.2012
jeweils von 19.00 Uhr - 21.00 Uhr
- Ort: Handarbeitsraum, Werkrealschule
- Gebühr: 30,00 Euro

(11) ZUMBA

Inhalt:	Zumba ist ein von lateinamerikanischen Tänzen inspiriertes, vom Tänzer und Choreografen Alberto "Beto" Perez im Kolumbien der 1990er kreiertes Tanz-Fitness-Programm. Die Zumba-Übungen beinhalten Musik mit schnellen und langsamen Rhythmen sowie Ausdauertraining für Fitness und Gewichtsreduktion. Die Musik kommt aus den folgenden Stilen: Cumbia, Salsa, Merengue, Mambo, Flamenco, Chachacha, Reggaeton, Soca, Samba, Bauchtanz, Bhangra, Hip Hop, Axé und Tango.
Leitung:	Inge Moeller, ausgebildete Fitnesstrainerin, Dürmentingen
Datum:	Dienstag, 13.03.2012 17.30 Uhr, 8 x 60 min
Ort:	Alemannenhalle UG
Gebühr:	32,50 Euro

(12) AUTOGENES TRAINING FÜR EINSTEIGER

Inhalt:	Kraft und Ruhe im Alltag. Mit Hilfe des Autogenen Trainings werden Sie in eine gesunde Balance zwischen Spannung und Entspannung zurückfinden. Sie finden zu mehr Gelassenheit und können so Konflikte und Alltagsprobleme aus einer entspannten Grundhaltung heraus lösen. Es werden im Einsteigerkurs die Grundübungen <ul style="list-style-type: none">- Schwere erleben- Wärme erleben- Herzregulierung- Bauchwärme- Stirnkühlung vermittelt und praktisch eingeübt. Jeder, egal in welchem Alter kann Autogenes Training erlernen und davon profitieren.
Mitzubringen:	Socken und Matte
Leitung:	Marion Mender, AT-Trainerin – Hypnotiseurin (TMI), Bogenweiler
Datum:	Donnerstag, 15.03.2012 09.00 Uhr - 10.30 Uhr, 8 x 90 min
Ort:	Alemannenhalle UG
Gebühr:	54,00 Euro

(13) LUSTIGES OSTERBACKEN

- Inhalt: Der Bäcker Wolfgang backt mit Euch Hefeeosterhasen, Oster-
nester usw. Danach stellt Ihr einen Biscuitteig her und backt
daraus (mit mitgebrachten Formen) Osterhasen, Osterlämmer,
Osterhühner, Osterfische. Alter: 4 - 12 Jahre
- Mitzubringen: Handtuch, Schürze, Behältnisse zum Mitnehmen der Backwaren
- Leitung: Wolfgang Kurray, Bäckermeister, Dürmentingen
- Datum: Mittwoch, 21.03.2012, 16.30 Uhr - 19.30 Uhr
- Ort: Schulküche, Werkrealschule
- Gebühr: 9,00 Euro + 3,30 Euro (Material)
-

(14) HARDY ON TOUR

Mit dem Fahrrad nach Peking und an den Baikalsee

- Inhalt: Hartmut Bögel, 43 Jahre, aus Ulm, fuhr 2008 mit dem Fahrrad
von Bermaringen auf der Schwäbischen Alb in die Olympiastadt
Peking. Er engagiert sich für UNICEF und macht mit seinen
spektakulären Radtouren auf deren Projekte aufmerksam. Im
März 2008 fuhr er mit seinen Radfreunden Udo Ebert und Tobias
Märner nach Peking, um die Olympiahauptstadt zu erleben. Die
Route führte entlang der Donau bis nach Ruse in Bulgarien,
weiter in der Türkei entlang des Schwarzen Meers, dann in den
Norden Irans und durch Zentralasien Turkmenistan, Usbekistan,
Kirgisien und Kasachstan, wo sie die Grenze zu China erreichten.
Dort jedoch warteten immer noch gut 5000 Radkilometer bis
Beijing auf sie! Von Peking aus ging es dann alleine weiter durch
die Weiten der Mongolei und an den faszinierenden Baikalsee.
Unvergessliche Begegnungen und grandiose Erlebnisse auf
diesen 19000 km mit und auf dem Fahrrad können Sie an diesem
Vortragsabend - ganz bequem - noch einmal miterleben.
- Leitung: Hartmut Bögel, Ulm, www.hardyradelt.de
- Datum: Freitag, 23.03.2012, 19.30 Uhr
- Ort: Musiksaal, Werkrealschule
- Gebühr: 3,00 Euro (zur Abdeckung der Fahrtkosten von Herrn Bögel)
- Ansonsten hält Herr Bögel diesen Vortrag ehrenamtlich und
sammelt freiwillige Beiträge für UNICEF.

(15) YOGA

- Inhalt: Yoga ist eine Möglichkeit, die Muskulatur zu stärken, die Atmung zu verbessern, Spannungen abzubauen, zu innerer Ausgeglichenheit zu finden und daraus Ruhe und Kraft zu schöpfen. Yoga eignet sich für Männer und Frauen gleichermaßen, für junge Menschen ebenso wie für Senioren.
- Mitzubringen: bequeme Kleidung, Woldecke, kleines Kissen sowie ein großes, der Länge nach gefaltetes Badetuch
- Leitung: Annemarie Voß, Herbertingen
- Datum: Dienstag, 17.04.2012, 10 x 90 min
Kurs 1: 18.30 Uhr
Kurs 2: 20.00 Uhr
- Ort: Alemannenhalle UG
- Gebühr: 50,00 Euro
-

(16) PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG II

- Inhalt: Aufbaukurs. Leiden Sie unter Stress? Durch das Anspannen und Entspannen von Muskelgruppen kann eine tiefe und fortschreitende Entspannung erreicht werden. Die Methode ist leicht erlernbar und eignet sich besonders für Menschen mit hoher Stressbelastung, weil die Auswirkung direkt spürbar ist. Kurzformen sind auch problemlos am Arbeitsplatz, in der Schule oder unterwegs durchführbar.
- Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke
- Leitung: Stefanie Lang, Herbertingen
- Datum: Mittwoch, 18.04.2012
19.00 Uhr - 20.00 Uhr, 8 x 60 min
- Ort: Alemannenhalle UG
- Gebühr: 37,50 €

(17) PILATES II

- Inhalt: Pilates ist eine äußerst effektive Trainingsmethode, um Ihren Körper zu kräftigen, zu dehnen und zu entspannen. Unabhängig von Ihrem Alter und Ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit verleiht das Pilates-Training mehr Balance und Beweglichkeit. Pilates hilft auf schonende Weise, Rückenbeschwerden vorzubeugen und die Körperhaltung zu verbessern. Ein Fitnessstraining für Körper und Seele.
- Mitzubringen: Matte und Socken
- Leitung: Birgit Jaksche, DTB Pilates-Kursleiterin, Rulfingen
- Datum: Dienstag, 12.06.2012, 7 x 60 min
Aufbaukurs: 09.00 Uhr - 10.00 Uhr
Anfängerkurs: 10.00 Uhr - 11.00 Uhr
- Ort: Alemannenhalle
- Gebühr: 30,50 Euro



(18) DENNETE

- Inhalt: Sie machen Dennete in vielen Variationen, von süß bis pikant.
- Mitzubringen: Geschirrtuch, Handtuch, Korb oder Blech für Gebackenes, Handmixer bzw. Thermomix (falls vorhanden)
- Leitung: Wolfgang Kurray, Bäckermeister, Dürmentingen
- Datum: Donnerstag, 14.06.2012
18.30 Uhr - 21.30 Uhr
- Ort: Schulküche, Werkrealschule
- Gebühr: 10,00 Euro + 7,00 Euro (Material)

ALLE VHS-KURSE AUF EINEN BLICK

Bezeichnung	Beginn	Dauer	Gebühr
(1) Französisch	28.02.2012	10 x 90 min	58,00 Euro
(2) Pilates I	28.02.2012	10 x 60 min	35,00 Euro
(3) Body Fit	01.03.2012	10 x 75 min	41,00 Euro
(4) Aroha	01.03.2012	10 x 60 min	35,00 Euro
(5) Microsoft Excel	01.03.2012	4 Abende	47,50 Euro
(6) Step Aerobic	01.03.2012	10 x 60 min	35,00 Euro
(7) Gitarre für Kinder	02.03.2012	10 x 45 min	75,00 Euro
(8) Englisch für KiGa-Kinder	05.03.2012	8 x 45 min	29,00 Euro
(9) Pr. Muskelentspannung I	07.03.2012	5 x 60 min	25,00 Euro
(10) Umgang mit Veränd.	13.03.2012	3 Abende	30,00 Euro
(11) Zumba	13.03.2012	8 x 60 min	32,50 Euro
(12) Autogenes Training	15.03.2012	8 x 90 min	54,00 Euro
(13) Lustiges Osterbacken	21.03.2012	1 Abend	12,30 Euro
(14) Hardy on Tour	23.03.2012	1 Abend	3,00 Euro
(15) Yoga	17.04.2012	10 x 90 min	50,00 Euro
(16) Pr. Muskelentspannung II	18.04.2012	8 x 60 min	37,50 Euro
(17) Pilates II	12.06.2012	7 x 60 min	30,50 Euro
(18) Dennete	14.06.2012	1 Abend	17,00 Euro

Handwerks- &

2012



Kräuter- kurse



auf dem frühkeltischen Fürstensitz Heuneburg

Schmieden • Bronzegießen • Bogenbau • Feuer und Flamme •
Glasperlendreuen • Brettchenweben • Alte Heilpflanzen wieder-
entdeckt • Medizin der Erde • Mittelalterlicher und keltischer
Bierbraukurs



**Bitte melden Sie sich für
die folgenden Kurse direkt unter:**

Tel. 07586-920838

E-Mail: info@heuneburg.de

28.-29. April Samstag/Sonntag	Schmieden (2 Tage)
jeweils 10-17 Uhr	Neben einer theoretischen Einführung steht der praktische Umgang mit Feuer, Hammer und Eisen im Vordergrund. Ziel des Kurses ist es, erste kleinere Schmiedestücke, z.B. eine Pfeilspitze und ein Messer, herzustellen. Mitzubringen: unempfindliche Kleidung sowie festes, geschlossenes Schuhwerk Kursgebühr: 130 Euro pro Person einschl. Mittagsimbiss sowie Getränk an beiden Tagen
19.-20. Mai Samstag/Sonntag	Glasperlendrehen (2 Tage)
jeweils 10-17 Uhr	Wie wird eine Perle hergestellt? Wie kommen die Muster in die Perle? Wie werden die verschiedenen Farben zusammengesmolzen? All diese Fragen und viele mehr werden bei diesem Kurs beantwortet. Neben den Grundlagen des keltischen Glasperlendrehens gibt die Kursleiterin auch gerne Tipps zum figürlichen Perlen. Kursgebühr: 185 Euro pro Person einschl. Mittagsimbiss sowie Getränk an beiden Tagen (120 Euro bei Teilnahme an einem Tag)
17. Juni Sonntag	Medizin der Erde
14-17 Uhr	Schon seit ewigen Jahren werden Pflanzen von den Menschen naturheilkundlich genutzt. Spitzwegerich, Holunder, Gundelrebe und manch andere Pflanzen sind besonders heilkräftig und beeinflussen unsere körperliche und seelische Gesundheit auf wohlthuende Weise. Bei einem Kräuterrundgang halten Sie Ausschau nach wirksamen einheimischen Pflanzen, die auch heute noch auf der Wiese wachsen und zur Heilung dienen. Die Wirkung und die Anwendungsmöglichkeiten der einzelnen Pflanzen wird dabei ebenso Thema sein wie die Herstellung eines Heilweines. Mitzubringen: wettergerechte Kleidung, geeignetes Schuhwerk Kursgebühr: 14 Euro pro Person
30. Juni-1. Juli Samstag/Sonntag	Brettchenweben (2 Tage)
jeweils 10-16 Uhr	Brettchenweben gehört zu den alten, auch in keltischer Zeit belegten Webtechniken, die im Laufe der Jahrhunderte in Vergessenheit geraten ist. Im Kurs erlernen Sie die grundlegende Technik, aus verschiedenen farbigen Strängen mithilfe von Brettchen Bänder herzustellen. Mitzubringen: kariertes Papier und Buntstifte, Lineal+Kugelschreiber, mercerisiertes und gaziertes Baumwollgarn in zwei Farben, stabilen Ledergürtel, 15 quadratische Pappbrettchen mit einer Kantenlänge von ca. 4-5 cm (auch im Museum käuflich zu erwerben) Kursgebühr: 75 Euro pro Person einschl. Mittagsimbiss sowie Getränk an beiden Tagen
15. Juli Sonntag	Alte Heilpflanzen wiederentdeckt
14-17 Uhr	Schafgarbe, Brennessel und Johanniskraut kennt noch fast jeder, doch wer kennt noch Odemennig, Beifuß und Quendel? Bei einem Wildkräuterrundgang begegnen Sie alten Heilpflanzen, erfahren ihre Heilwirkung, ihre Verwendung sowie ihre Anwendungsmöglichkeiten. Bei der Herstellung von Johannisöl, wie es früher in jeder Hausapotheke zu finden war, vertiefen Sie Ihre Kenntnisse und Erfahrungen. Mitzubringen: wettergerechte Kleidung, geeignetes Schuhwerk Kursgebühr: 14 Euro pro Person
28. Juli Samstag	Feuer und Flamme
10-16 Uhr	Zu Beginn werden Sie in das Thema sowie die Geschichte des Feuers eingeführt. Sie erfahren die verschiedenen Methoden Feuer zu machen, lernen sämtliche Feuerzeuge kennen, können diese ausprobieren und stellen einen eigenen Feuerbohrer her. Mitzubringen: unempfindliche Kleidung sowie festes, geschlossenes Schuhwerk Kursgebühr: 75 Euro pro Person einschl. Mittagsimbiss sowie Getränk
18.-19. August Samstag/Sonntag	Bogenbau (2 Tage)
jeweils 10-17 Uhr	Unter fachkundiger Anleitung stellen Sie in diesem Kurs Ihren eigenen, leistungsfähigen Bogen von A-Z selbst her. Außerdem lernen Sie, wie man Holzpfeile mit Knochenspitzen fertigt. Kursgebühr: 215 Euro für Erwachsene bzw. 120 Euro für Kinder (bis 1,50 m) einschl. Mittagsimbiss sowie Getränk an beiden Tagen
15.-16. September Samstag/Sonntag	Bronzegießen (2 Tage)
jeweils 10-17 Uhr	Bronze - das erste Metall, das von den Menschen seit ca. 4000 Jahren genutzt wird - ist eine Legierung aus Kupfer und Zinn. Nach einer Einführung werden Sie sich mit dem Herstellen von Formen für den Guss beschäftigen, den Aufbau des Ofens sowie das Blasebalgsystem kennen lernen und schließlich eine eigene Form gießen. Mitzubringen: unempfindliche Kleidung sowie festes, geschlossenes Schuhwerk Kursgebühr: 140 Euro pro Person einschl. Mittagsimbiss sowie Getränk an beiden Tagen
20.-21. Oktober Samstag/Sonntag	Mittelalterlicher (Samstag) und keltischer (Sonntag) Bierbraukurs
jeweils 10.30-16.30 Uhr	Unser Bier ist Jahrtausende alt. In Mitteleuropa stammen frühe Reste aus der Steinzeit, in Ägypten und Mesopotamien war es schon vor über 5000 Jahren Volksnahrungsmittel. Nach einer Einführung zu den Rohstoffen werden die alten und modernen Brauverfahren vorgeführt, im Anschluss folgt die Mitarbeit beim Brauen und eine ausführliche Bierverköstigung mit rustikalem Imbiss. Mitzubringen: robuste Kleidung Kursgebühr: je Tag 68 Euro pro Person einschl. Mittagsimbiss und alkoholfreiem Getränk

Volkshochschule der Gemeinde Herbertingen

Bürgermeisteramt Herbertingen
Holzgasse 6
88518 Herbertingen

