

Frühjahr/Sommer 2025

Leitung: Monika Geiger

Anmeldung über die zentrale Geschäftsstelle Mindelheim, Tel. 08261-9124

oder über unsere Homepage: www.vhs-ua.de

21220 BR

Unterallgäuer Kulturpass — Nichts für Warmduscher (Vortrag mit Kneipp-Anwendung)

Dass Wasseranwendungen gesundheitsfördernd sein können, wusste bereits der Naturheilkundler und Hydrotherapeut Sebastian Kneipp. Basierend auf dessen Lehre erfahren Sie in einem Vortrag praktische Tipps und Einblicke in die Kneipp-Therapie. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können im Anschluss nicht nur in der Naturtherme baden, sondern haben auch die Möglichkeit, einen Guss am eigenen Leib zu erleben.

Das Eintrittsgeld für die Therme Badernau ist in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Badebekleidung und Handtuch.

Die Teilnehmer/-innen, die neben dem Kurs "Schwäbisch für Reischmeckte" (251-21200) zwei weitere Module aus dem "Unterallgäuer Kulturpass" absolvieren, erhalten im Herbst eine Urkunde sowie einen besonderen Preis. Der Termin zur Urkundenübergabe wird im Sommer bekanntgegeben.

So, 18. Mai 25, 10.30 - 12.00 Uhr

Badernau, Freianlage der Naturtherme, Hohenschlauer Str. 25

Marlene Hölzle, € 20,-

58146 BR

Wirbelsäulengymnastik am Abend

Zur Vorbeugung und Linderung von Rückenbeschwerden und als Ausgleich zu einseitigen Tätigkeiten im Alltag. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Matte.

Do, 6. Mrz. 25 bis Do, 5. Jun. 25, 19.45 - 20.45 Uhr, 10 Tage

Breitenbrunn, Haus der Vereine, Kirchhaslacher Str. 9

Michael Rimmel, Sportmasseur, € 63,50

72113 BR

Töpfern für Kinder - Freies Töpfern (ab 6 Jahre)

Wir lassen uns inspirieren und formen mit unseren Händen den Ton und es entstehen ganz persönliche Kunstwerke. Dabei lassen wir der Kreativität viel Raum. Ideenmaterial steht zur Verfügung.

Bitte mitbringen: Schürze oder unempfindliche Kleidung, Wargelholz und ein spitzes Messer.

Materialkosten in Höhe von 10,- € sind in der Kursgebühr enthalten.

Arbeiten mit Ton: 21.02.2025 von 14.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Glasieren: 14.03.2025 von 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr

Abholtermin der Tonsachen: 21.03.2025 um 14.30 Uhr

Fr, 21. Feb. 25, 14.30 - 17.00 Uhr

Fr, 14. Mrz. 25, 14.30 - 16.00 Uhr

Breitenbrunn, Feuerwehrhaus, Bachstr. 20

Rita Stadler, € 35,50

Bitte beachten Sie auch das Gesamtangebot der Volkshochschulen im Landkreis Unterallgäu e.V. im neuen Programmheft oder informieren Sie sich auf unserer aktuellen Homepage im Internet unter: www.vhs-ua.de