

Herbst-/Winter 2025/26

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 im warmen, mineralhaltigen Wasser der Naturtherme baden, sondern haben auch die Möglichkeit, einen kalten Abguss 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 Reigschmeckte" (252-21200) zwei weitere Module aus dem "Unterallgäuer Kulturpass" absolvieren, erhalten eine Urkunde zum absolvierten "Schwaben-Diplom" sowie einen besonderen Preis. Die offizielle Übergabe findet am 23.11.25 ab 16:30 Uhr im Anschluss an den Vortrag "Der Bauernkrieg des Jahres 1525 im Unterallgäu" (252-21240) im Textilmuseum in Mindelheim statt.

So, 12. Okt. 25, 10.30 - 12.00 Uhr

Badernau, Freianlage der Naturtherme, Zur Naturtherme 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, 2. Okt. 25 bis Do, 11. Dez. 25, 19.45 - 20.45 Uhr, 10 Tage

Breitenbrunn, Haus der Vereine, Kirchhaslacher Str. 9

Michael Rimmel, Sportmasseur, € 63,50

72120 BR

Töpfern für Kinder - Freies Töpfern (ab 6 Jahre)

Mit unseren Händen formen wir den Ton und lassen der Kreativität viel Raum. Es entstehen ganz persönliche Kunstwerke, Ideenmaterial steht zur Verfügung.

Arbeiten mit Ton: 07.11.2025

Glasieren: 21.11.2025

Abholtermin der Tonsachen: 28.11.2025 um 14.30 Uhr

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

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

Fr, 7. Nov. 25, 14.30 - 17.00 Uhr

Fr, 21. Nov. 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