

Volkshochschule KUFSTEIN

WISSEN FÜR ALLE
www.vhs-tirol.at/kufstein

Kreativkurse
Kurse
Vorträge

Frühling/Sommer 2024



Volkshochschule Kufstein

Kursprogramm Frühling/Sommer 2024

Sehr geehrte Teilnehmer*innen!

Zu Beginn des Frühjahrssemesters 2024 heißt Sie die VHS Kufstein herzlich willkommen! Wir haben uns wieder bemüht ein abwechslungsreiches, buntes Programm für Sie zusammenzustellen. Bestimmt ist auch diesmal ein passendes Angebot für Sie und Ihre Freund*innen dabei! Wir freuen uns auf ein Wiedersehen in einem unserer Kurse und wünschen allen unseren Teilnehmer*innen viel Freude, Ausdauer, Erfolg und bereichernde Begegnungen beim Besuch unserer VHS!

Wie kann ich mich anmelden?

- per E-Mail: kufstein@vhs-tirol.at
- per Telefon: **0699/ 15 888 209** Karin Unterlechner
0699/ 15 888 205 Sigrid Strauß: **Deutsch, Kreatives**
- Online: www.vhs-tirol.at/kufstein
- persönlich Alois-Kemter-Str. 1 in Kufstein
an Schultagen: **Mo bis Fr: 9:00 – 12:00**

Die **rechtzeitige Anmeldung** ist für das Zustandekommen unserer Kurse unbedingt erforderlich. Bitte warten Sie mit der Anmeldung nicht bis zum letzten Tag vor Kursbeginn. Es wäre schade, wenn der Kurs deshalb abgesagt werden müsste.

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung erklären sich die Teilnehmenden mit den **AGB der Volkshochschule Tirol** einverstanden. Die vollständigen AGB (mit Stornobedingungen) finden Sie unter: www.vhs-tirol.at/agb

Haben Sie unser Programm direkt zugesandt bekommen?

Wir sehen es als wichtigen Service, Sie als Kundin bzw. Kunden unserer Einrichtung über bestehende und neue Bildungsangebote zu informieren. Den gesetzlichen Rahmen hierfür bildet § 174 Abs. 4 Telekommunikationsgesetz 2021. Sollten Sie diesen Service in Zukunft nicht mehr wünschen, bitten wir Sie, uns dies unter der E-Mail-Adresse kufstein@vhs-tirol.at oder telefonisch unter 0699/15 888 209 mitzuteilen.

Sprachkurse

Die Kursgebühr für unsere Sprachkurse ab 7 Personen beträgt € 116,-.

Für Kleingruppen werden folgende Kursgebühren verrechnet:

6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-

Lehrbücher und von der Kursleitung zur Verfügung gestellte Unterlagen sind **nicht** im Kursbeitrag enthalten!

Englisch

A New Start – English Refresher A2

U21-5201

Ihr Englisch ist schon ein bisschen eingerostet? Gemeinsam frischen wir den Grundwortschatz wieder auf und wiederholen die wichtigsten grammatikalischen Strukturen. Let's try a new start!

Leitung: Dr.in Helen Schicketanz

Termine: 10 Abende, mittwochs von 18:30-20:10 Uhr, **Beginn** am 21.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Bücher können am 1. Abend im Kurs gekauft werden.

Englisch - leichte Konversation (ab A2)

U21-5202

Sie haben bereits Grundkenntnisse der englischen Sprache und möchten diese nun in einfachen Gesprächen anwenden? Wir unterhalten uns in entspannter Atmosphäre über aktuelle und interessante Themen. Sie werden überrascht sein, wie schnell Sie Ihre Hemmungen überwinden und in der Lage sind zu plaudern.

Leitung: Dr.in Helen Schicketanz

Termine: 10 Abende, dienstags von 18:30-20:10 Uhr, **Beginn** am 20.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

**Mit der Anmeldung zu einem Kurs erklären Sie sich mit den
AGB der Volkshochschule Tirol einverstanden.
Die vollständigen AGB (mit Stornobedingungen) finden Sie unter:
www.vhs-tirol.at/agb**

English - Just for Pleasure! (ab B1)

U21-5203

Do you enjoy talking in English? Do you have a **good** knowledge of English that you would like to use more often? Then come and join a group of like-minded people in this “course with a difference“ – no grammar, no spelling. We’ll meet in a relaxed atmosphere, enjoy a glass of wine or juice, read short articles, talk about a huge range of interesting topics, play a game or two in English, and perhaps even read and discuss a book – all in English and all “just for pleasure“!

Leitung: Mag.^a Lesley Robertson

Termine: 10 Abende, mittwochs von 19:00-20:40 Uhr, am 21.02. / 28.02. / 06.03. / 13.03. / 20.03. / 03.04. / 10.04. / 17.04. / 24.04. / 08.05.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Französisch

Französisch – Anfänger*innen A2.1

U21-5301

Dieser Kurs ist für Lernende mit Vorkenntnissen gedacht.

Leitung: Patricia Schumann, MA

Termine: 10 Abende, montags von 19:00-20:40 Uhr, **Beginn** am 19.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Italienisch

Italienisch – Anfänger*innen A1.1

U21-5401

Dieser Kurs ist für alle, die noch nie Italienisch gelernt haben und in lockerer Atmosphäre die Sprache kennenlernen möchten.

Leitung: Loredana Rossetti

Termine: 10 Abende, mittwochs von 18:30-20:10 Uhr, **Beginn** am 28.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Bücher können am 1. Abend im Kurs gekauft werden.

Italienisch – Anfänger*innen A1.2

U21-5402

Dieser Kurs ist für Anfänger*innen mit leichten Vorkenntnissen gedacht.

Leitung: Rosita Mondini, MA

Termine: 10 Abende, dienstags von 18:30-20:10 Uhr, **Beginn** am 20.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Bücher können am 1. Abend im Kurs gekauft werden.

Italienisch – Anfänger*innen A1.3

U21-5403

Dieser Kurs ist für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen gedacht.

Leitung: Chiara Cedrelli

Termine: 10 Abende, dienstags von 18:30-20:10 Uhr, **Beginn** am 20.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Italienisch – leicht Fortgeschrittene A2.2

U21-5404

Dieser Kurs ist für Lernende mit guten Vorkenntnissen gedacht.

Leitung: Roberta Negri, MA

Termine: 10 Abende, donnerstags von 18:30-20:10 Uhr, **Beginn** am 22.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Italienisch – Fortgeschrittene B1.1

U21-5405

Dieser Kurs ist für Lernende mit sehr guten Vorkenntnissen gedacht.

Leitung: Ilaria Esposito, BA

Termine: 10 Abende, dienstags von 18:30-20:10 Uhr, **Beginn** am 20.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Spanisch

Spanisch – Anfänger*innen A1.1

U21-5501

Dieser Kurs ist für alle, die noch nie Spanisch gelernt haben und in lockerer Atmosphäre die Sprache kennenlernen möchten.

Leitung: wird noch bekannt gegeben

Termine: 10 Abende, montags von 18:30-20:10 Uhr, **Beginn** am 26.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Bücher können am 1. Abend im Kurs gekauft werden.

Spanisch – Anfänger*innen A1.2

U21-5502

Dieser Kurs ist für Anfänger*innen mit leichten Vorkenntnissen gedacht.

Leitung: Noelia Balsera-Hidalgo

Termine: 10 Abende, donnerstags von 18:30-20:10 Uhr, **Beginn** am 29.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Spanisch – Anfänger*innen A1.3

U21-5503

Dieser Kurs ist für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen gedacht.

Leitung: Mag.^a Sophie Mayerhofer

Termine: 10 Abende, dienstags von 18:30-20:10 Uhr, **Beginn** am 27.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Neugriechisch

Neugriechisch – Anfänger*innen A1.1 / Online-Kurs

U21-5701

Dieser Kurs ist für alle, die noch nie Griechisch gelernt haben und online die Sprache kennenlernen möchten. Wir arbeiten mit dem Buch „Pame!“ (Hueber Verlag)

Leitung: Mag.^a Doris Gaitanis-Mayer

Termine: 10 Abende, dienstags von 19:00-20:40 Uhr, **Beginn** am 20.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Neugriechisch – leicht Fortgeschrittene A2.1 / Online-Kurs

U21-5702

Dieser Kurs ist für Lernende mit leichten Vorkenntnissen gedacht.

Wir arbeiten mit dem Buch „Pame!“ (Hueber Verlag).

Leitung: Mag.^a Doris Gaitanis-Mayer

Termine: 10 Abende, mittwochs von 19:00-20:40 Uhr, **Beginn** am 21.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Ukrainisch – Anfänger*innen A1.1 / Online-Kurs

U21-5703

Dieser Kurs ist für alle, die noch nie Ukrainisch gelernt haben und online die Sprache kennenlernen möchten. (Buch: wird noch bekannt gegeben)

Leitung: Mag.^a Natalija Wenger

Termine: 10 Abende, mittwochs von 18:30-20:10 Uhr, **Beginn** am 28.02.2024

Kursbeitrag: ab 7 Personen € 116,- (6 Personen: € 127,- / 5 Personen: € 132,-)

Sie wollen jemandem eine Freude machen?

Mit einem Gutschein der VHS Kufstein schenken Sie wertvolles Wissen, Freude an Bewegung, neue kreative Ideen, Spaß in der Küche ... und sinnvoll verbrachte Freizeit mit (neuen) Freunden!
Einfach Gutschein anfordern unter: kufstein@vhs-tirol.at

Deutsch

gefördert von



und



Deutsch Grundstufe A1.1

U21-5101

Leitung: Fachtrainer*in

Termine: 17 mal 150 Minuten, Dienstag und Donnerstag von 18:30-21:00 Uhr

Beginn am 27.02.2024

Kursbeitrag: € 306,-

Deutsch Grundstufe A1.2

U21-5102

Leitung: Fachtrainer*in

Termine: 17 mal 150 Minuten, Dienstag und Donnerstag von 18:30-21:00 Uhr

Beginn am 12.03.2024

Kursbeitrag: € 306,-

Deutsch Grundstufe A1.3

U21-5103

Leitung: Fachtrainer*in

Termine: 17 mal 150 Minuten, Montag und Mittwoch von 18:30-21:00 Uhr

Beginn am 19.02.2024

Kursbeitrag: € 306,-

Deutsch Grundstufe A2.1

U21-5104

Leitung: Fachtrainer*in

Termine: 17 mal 150 Minuten, Dienstag und Donnerstag von 18:30-21:00 Uhr

Beginn am 14.03.2024

Kursbeitrag: € 306,-

Deutsch Grundstufe A2.3

U21-5105

Leitung: Fachtrainer*in

Termine: 17 mal 150 Minuten, Montag und Mittwoch von 18:30-21:00 Uhr

Beginn am 04.03.2024

Kursbeitrag: € 306,-

Deutsch Mittelstufe B1.1

U21-5106

Leitung: Fachtrainer*in

Termine: 10 mal 150 Minuten, Montag und Mittwoch von 18:30-21:00 Uhr

Beginn am 11.03.2024

Kursbeitrag: € 205,-

Deutsch Mittelstufe B1.2

U21-5107

Leitung: Fachtrainer*in

Termine: 10 mal 150 Minuten, Montag und Mittwoch von 18:30-21:00 Uhr

Beginn am 29.04.2024

Kursbeitrag: € 205,-

Deutsch Mittelstufe B1.3

T21-5110

Leitung: Fachtrainer*in

Termine: 10 mal 150 Minuten, Dienstag und Donnerstag von 18:30-21:00 Uhr

Beginn am 01.02.2024.

Kursbeitrag: € 205,-

Deutsch Mittelstufe B2.1

U21-5108

Leitung: Fachtrainer*in

Termine: 10 mal 150 Minuten, Dienstag und Donnerstag von 18:30-21:00 Uhr

Beginn am 05.03.2024

Kursbeitrag: € 205,-

Deutsch Mittelstufe B2.3

T21-5112

Leitung: Fachtrainer*in

Termine: 10 mal 150 Minuten, Dienstag und Donnerstag von 18:30-21:00 Uhr

Beginn am 01.02.2024

Kursbeitrag: € 205,-

WICHTIG!

Terminänderungen bei Deutschkursen sind möglich! Wenn es bei Kursbeginn zu wenige Anmeldungen gibt, werden die Kurse auf einen späteren Zeitpunkt verlegt! Bitte informieren Sie sich!

Tel.: 0699/15 888 205

Digitales

Smartphone & Tablet

U21-4101

Kennen Sie die wichtigsten Funktionen Ihres Smartphones oder Tablets?

In diesem **Grundkurs für Einsteiger*innen** lernen Sie, die Grundeinstellungen ihres Gerätes zu verwalten, Apps zu installieren und anzuwenden, zu fotografieren und zu filmen und im Internet zu surfen.

Bitte mitbringen: eigenes Smartphone und/oder Tablet mit Ladekabel

Leitung: Johannes Bramböck, BA

Termine: 3 Abende, montags von 17:30-19:10 Uhr, am 04.03./ 11.03. / 18.03.2024

Kursbeitrag: € 76,-

Persönlichkeitsbildung

Mentaltraining zum Kennenlernen

U21-1301

Ein erstes Kennenlernen mit mentalen Techniken für Entspannung, Abgrenzung, Gelassenheit und Bewältigung von schwierigen Lebenssituationen. Erleben Sie hautnah, was mentales Training bei Ihnen bewirken kann. In diesem Workshop erlernen Sie Techniken, die Sie beruflich sowie privat bestens nutzen können! Erfahren Sie auch Wissenswertes über Ihr Gehirn, Ihr Verhalten, Ihre Gefühle und die bewusste Einflussnahme auf Ihre eigene Gedankenwelt. Ein spannender Abend mit wertvollem Inhalt wartet auf Sie!

Leitung: Peter Schausberger, akad. Mentalcoach

Termin: 1 Abend, Dienstag 05.03.2024 von 18:30-22:00 Uhr

Kursbeitrag: € 49,-

Ändere deine Gedanken und auch du kannst glücklich sein!

U21-1302

An diesem kurzweiligen Abend mit viel mentalem Inhalt lernen Sie, innere limitierende Glaubenssätze und Denkmuster zu erkennen. Der Kursleiter zeigt Ihnen, wie Sie in Zukunft Ihre Gedanken am Morgen bewusster wahrnehmen und ein neues Guten-Morgen-Mindset entwickeln können. Sie erfahren, wie Sie Ihren Selbstwert nachhaltig stärken können, erarbeiten Ihre eigene Dankbarkeitsliste und lernen die Wirkweise von mentalen Techniken kennen.

Leitung: Peter Schausberger, akad. Mentalcoach

Termin: 1 Abend, Dienstag 09.04.2024 von 18:30-22:00 Uhr

Kursbeitrag: € 49,-

Kosmetik

Make-up für Arbeit und Büro

U21-7001

Dezent und doch professionell geschminkt im Büro!

Im Kurs erhalten Sie praktische Tipps rund um das Thema „Gepflegt aussehen den ganzen Tag.“ Bitte ungeschminkt aber gepflegt erscheinen.

Bitte mitbringen: Schminkspiegel, Haarband, Make-up Pinsel, Lidschattenpinsel

Leitung: Renate Maier, Visagistin

Termin: 1 Abend, Mittwoch 17.04.2024 von 18:30-21:20 Uhr

Kursbeitrag: € 39,- / Materialbeitrag: € 5,- wird im Kurs eingehoben

Musik

Trommeltag Afrika - Ein Erlebnistag für Anfänger*innen

U21-6601

Trommeln ist gelebte Lebensfreude und begeistert Menschen aller Altersstufen.

Eine besondere Anziehungskraft üben die afrikanischen und indianischen

Trommeln mit ihren warmen, bauchigen Klängen und den spürbaren Trommelschwingungen auf uns aus. Auf ihnen werden wir mit Händen und Stöcken kraftvolle Rhythmen entfachen und das Trommeln in der Gemeinschaft erleben.

Auch rhythmisch Unerfahrene sind beim Trommeltag herzlich willkommen.

Leitung: Adi Sachs, Trommellehrer

Termin: 1 Tag, Sonntag 03.03.2024 von 10:00-12:00 und von 14:00-17:30 Uhr

Kursbeitrag: € 98,- / Gebühr für Leihtrommel: € 8,-

Gitarre für Anfänger*innen - Grundkurs

U21-6602

Endlich die eigenen Lieblingslieder auf der Gitarre spielen! Mit diesem Grundkurs kommen Sie Ihrem persönlichen Ziel etwas näher. Gemeinsam erarbeiten wir die Grundkenntnisse des Gitarrenspiels und der Musiklehre sowie erste Lied-Begleittechniken. Darüber hinaus setzen wir uns kritisch mit dem allgegenwärtigen digitalen Liedangebot im Internet auseinander. Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse notwendig! **Bitte mitbringen:** eigene Gitarre

Leitung: Mag. Philipp Haniger, Musiker

Termine: 10 Abende, mittwochs von 18:15-19:15 Uhr, am 06.03. / 13.03. / 20.03. / 03.04. / 10.04. / 17.04. / 24.04. / 15.05. / 22.05. / 29.05.2024

Kursbeitrag: € 102,- / Unterlagen können am 1. Abend im Kurs gekauft werden.

Gitarre für Anfänger*innen - Aufbaukurs 1

U21-6603

Haben Sie Ihre alte Gitarre wiederentdeckt oder unseren Grundkurs besucht?

Im Kurs festigen Sie Ihre Kenntnisse oder frischen bereits vergessenes geglaubtes Können wieder auf. Gemeinsam perfektionieren wir die Grundakkorde zur Liedbegleitung und erweitern Zupf- und Schlagtechniken. Sie lernen, unterschiedliche Liedschreibweisen zu lesen und das eigene Musikrepertoire aufzubauen.

Für diesen Kurs sollten Sie bereits einmal Gitarre gespielt haben und erste Grundkenntnisse mitbringen. Kenntnis von Notation oder Tabulatur ist von Vorteil.

Bitte mitbringen: eigene Gitarre

Leitung: Mag. Philipp Haniger, Musiker

Termine: 10 Abende, mittwochs von 19:30-20:30 Uhr, am 06.03. / 13.03. / 20.03. / 03.04. / 10.04. / 17.04. / 24.04. / 15.05. / 22.05. / 29.05.2024

Kursbeitrag: € 102,- / Unterlagen können am 1. Abend im Kurs gekauft werden.

Gitarre für Anfänger*innen - Aufbaukurs 2

U21-6604

Haben Sie Ihre alte Gitarre wiederentdeckt oder bereits Gitarrenkurse besucht?

Im Kurs festigen Sie Ihre Kenntnisse oder frischen bereits vergessenes geglaubtes Können wieder auf. Gemeinsam perfektionieren wir die Grundakkorde zur Liedbegleitung und erweitern Zupf- und Schlagtechniken. Sie lernen, unterschiedliche Liedschreibweisen zu lesen und das eigene Musikrepertoire aufzubauen.

Für diesen Kurs sollten Sie bereits einmal Gitarre gespielt haben und erste Grundkenntnisse mitbringen. Kenntnis von Notation oder Tabulatur ist von Vorteil.

Bitte mitbringen: eigene Gitarre

Leitung: Mag. Philipp Haniger, Musiker

Termine: 10 Abende, donnerstags von 18:15-19:15 Uhr, am 07.03. / 14.03. / 21.03. / 04.04. / 11.04. / 18.04. / 25.04. / 02.05. / 16.05. / 23.05.2024

Kursbeitrag: € 102,- / Unterlagen können am 1. Abend im Kurs gekauft werden.

Sie wollen jemandem eine Freude machen?

Mit einem Gutschein der VHS Kufstein schenken Sie wertvolles Wissen, Freude an Bewegung, neue kreative Ideen, Spaß in der Küche ... und sinnvoll verbrachte Freizeit mit (neuen) Freunden!

Einfach Gutschein anfordern unter: kufstein@vhs-tirol.at

Gitarre für Fortgeschrittene

U21-6605

In diesem Kurs werden bereits vorhandene Kenntnisse der Liedbegleitung vertieft und um die unendlichen Weiten des Barré-Akkordes komplettiert. Zusätzlich fokussieren wir uns gemeinsam auf das Zusammenspiel von Gitarrenbegleitung und Gesang sowie den Genuss, in der Gruppe zu musizieren. Wichtiges und amüsantes musikalisches Grundwissen und die Erweiterung des persönlichen Liedrepertoires runden den Kurs ab. Für diesen Kurs sind Grundkenntnisse über Akkordstruktur und -bezeichnung notwendig. Kenntnis von Notation und Tabulatur ist von Vorteil. **Bitte mitbringen:** eigene Gitarre

Leitung: Mag. Philipp Haniger, Musiker

Termine: 10 Abende, donnerstags von 19:30-20:30 Uhr, am 07.03. / 14.03. / 21.03. / 04.04. / 11.04. / 18.04. / 25.04. / 02.05. / 16.05. / 23.05.2024

Kursbeitrag: € 102,-

Tanz

Dancing around the World

U21-7601

Abwechslungsreich, dynamisch und kraftvoll oder weich und fließend: Für alle Frauen, die sich gerne zu Musik bewegen! Wir tanzen ursprüngliche Tänze aus anderen Kulturkreisen - vom Orient über Indien bis nach Hawaii.

Jede kann mitmachen - Anfängerinnen und Fortgeschrittene!

Leitung: Karin Sellemond

Termine: 7 Abende, donnerstags, **14-tägig** von 18:00-19:30 Uhr, am 29.02. / 14.03. / 11.04. / 25.04. / 23.05. / 06.06. / 20.06.2024

Kursbeitrag: € 90,-

Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene

U21-7602

Der Orientalische Tanz fasziniert durch isolierte Bewegungen und durch den Wechsel von fließenden Bewegungen und rhythmischen Akzenten. Durch den Tanz können Rücken- und Bauchmuskulatur und der Beckenboden gestärkt werden. Zudem fördert er die Beweglichkeit der Wirbelsäule. Neben dem Zauber des Orients vermittelt dieser Tanz ein neues Körpergefühl und fördert die innere Ausgeglichenheit. Durch die tänzerische Verbindung der erlernten Elemente können Sie, unabhängig von Alter oder Figur, Ihre eigene Persönlichkeit entfalten.

Kursort: VS Stadt, Kinkstraße 3

Leitung: Karin Sellemond

Termine: 7 Abende, donnerstags, **14-tägig** von 19:30-21:00 Uhr, am 29.02. / 14.03. / 11.04. / 25.04. / 23.05. / 06.06. / 20.06.2024

Kursbeitrag: € 90,-

Swing-Tanz Grundkurs (Lindy Hop)

U21-7603

In diesem Grundkurs erlernst du den wohl prägendsten Tanz der Swing-Ära, den Lindy Hop. Der Tanz ist durch einen kräftigen Bounce, lockeren Jazzrhythmus und humorvollen Stil gekennzeichnet. Wir tasten uns im individuellen Lerntempo vorsichtig an den einfachen Grundschritt heran und erarbeiten anschließend einige Moves und Drehungen.

Bitte mitbringen: saubere, rutschige Schuhe oder Socken

Kursort: Sporthalle VS-Sparchen, Eingang Toblacher Straße 4

Leitung: Jasmin Anibas und Michael Brunner

Termin: 1 Nachmittag, Sonntag 17.03.2024 von 15:00-18:30 Uhr

Anmeldung: paarweise oder auch einzeln möglich

Bitte teile uns bei der Anmeldung mit, ob du als Lead ("führen") oder als Follow ("geführt") tanzen möchtest - ganz unabhängig vom Geschlecht.

Im Kurs wird üblicherweise zwischen Partner*innen rotiert.

Kursbeitrag: € 32,-

Swing-Tanz Vocabulary/Aufbaukurs+ (Lindy Hop)

U21-7604

Dieser Kurs richtet sich an unsere Tänzer*innen, die bereits den Aufbaukurs im WS 23/24 oder einen Grundkurs besucht haben. Wir erweitern unser Repertoire mit zusätzlichen Paar- und Solo-Moves und experimentieren mit Breaks, Musikalität und Improvisation.

Bitte mitbringen: saubere, rutschige Schuhe oder Socken

Kursort: Gymnastikraum VS-Sparchen, Eingang Toblacher Straße 4

Leitung: Jasmin Anibas und Michael Brunner

Termin: 1 Vormittag, Sonntag 21.04.2024 von 09:30-13:00 Uhr

Anmeldung: paarweise oder auch einzeln möglich

Bitte teile uns bei der Anmeldung mit, ob du als Lead oder als Follow tanzen möchtest. Im Kurs wird üblicherweise zwischen Partner*innen rotiert.

Kursbeitrag: € 32,-

Sie wollen jemandem eine Freude machen?

Mit einem Gutschein der VHS Kufstein schenken Sie wertvolles Wissen, Freude an Bewegung, neue kreative Ideen, Spaß in der Küche ... und sinnvoll verbrachte Freizeit mit (neuen) Freunden!

Einfach Gutschein anfordern unter: kufstein@vhs-tirol.at

Gesundheit und Bewegung

Bauch–Beine–Po am Montag im Jänner U21-7401 Bauch–Beine–Po am Montag ab Februar U21-7402

In diesem Kurs trainieren wir nach kurzem Aufwärmen vor allem die üblichen Problemzonen wie Bauch, Beine oder Po. Durch eine Kombination aus Kräftigungs- und Dehneinheiten wird aber auch der gesamte Körper gestärkt und stabilisiert. Das passende Ganzkörpertraining für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene!

Bitte mitbringen: eigene Trainingsmatte

Kursort: VS Stadt, Kinkstraße 3

Leitung: MMag.^a Simone Einwaller, Mag.^a Sandra Einwaller

Termine: montags von 19:00-20:00 Uhr

Bauch-Beine-Po im Jänner: 5 Abende, **Beginn:** 08.01.2024, **Kursbeitrag:** € 39,-

Bauch-Beine-Po ab Februar: 10 Abende, **Beginn:** 26.02.2024, **Kursbeitrag:** € 78,-

Bauch–Beine–Po am Dienstag U21-7403

Nach einem Aufwärmprogramm folgt ein bunter Mix aus effektiven Übungen für den ganzen Körper. Dieser wird gestrafft, das Gewebe gefestigt und ganz nebenbei können noch unliebsame „Fettpölsterchen“ beseitigt werden.

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die sich gern zu flotter Musik bewegen und ihre Figur in Form bringen wollen.

Kursort: VS Stadt, Kinkstraße 3

Leitung: Margit Pfluger, staatl. gepr. Lehrwart für Haltungsturnen

Termine: dienstags von 18:30-19:45 Uhr, **Beginn** am 20.02.2024

Kursbeitrag: 10er-Block à € 78,- (keine online Anmeldung möglich)

Fit in den Frühling U21-7404

Eine abwechslungsreiche Gymnastik-Einheit mit Cardio-, Kraft- und Stretchinganteilen. Nach dem kraftvollen und intensiven Workout klingt die Stunde mit einigen Minuten Mobilisation und Stretching aus.

Bitte mitbringen: Handtuch, bequeme Kleidung/Hallensportschuhe, eigene Matte

Kursort: VS Stadt, Kinkstraße 3

Leitung: Mag.^a Manuela Hechenberger

Termine: 10 Abende, mittwochs von 18:00-19:00 Uhr, **Beginn** am 10.01.2024

Kursbeitrag: € 78,-

TôsôX®: Kampfsport-Fitness

U21-7405

TôsôX® ist ein funktionelles Group-Fitness-Workout mit Kampfsport-Elementen. Die Verbindung aus Punches und Kicks in Kombination mit Ausdauer und Körperkontrolle zu schnellen Beats macht dieses besondere Fitnesskonzept zu einem der effizientesten Ganzkörper-Workouts.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallensportschuhe, Trinkflasche

Kursort: VS Stadt, Kinkstraße 3

Leitung: Sandra Obereder, TôsôX-Trainerin

Termine: 10 Abende, montags von 18:30-19:30 Uhr, **Beginn** am 19.02.2024

Kursbeitrag: € 78,-

Rückenfit im Jänner

U21-7301

Rückenfit ab Februar

U21-7302

Nach kurzem gemeinsamen Aufwärmen wird die Körpermitte bzw. die wirbelsäulenstützende Muskulatur gezielt gekräftigt. Durch Mobilitäts- und Dehnübungen soll die physiologische Beweglichkeit der Wirbelsäule erhalten und/oder wieder verbessert werden. Auch Übungen zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und Haltung werden ins Programm integriert.

Bitte mitbringen: Trainingsmatte, warme Socken, Jacke

Kursort: VS Stadt, Kinkstraße 3

Leitung: MMag.^a Simone Einwaller, Mag.^a Sandra Einwaller

Termine: montags von 18:00-19:00 Uhr

Rückenfit im Jänner: 5 Abende, **Beginn:** 08.01.2024, **Kursbeitrag:** € 45,-

Rückenfit ab Februar: 10 Abende, **Beginn:** 26.02.2024, **Kursbeitrag:** € 89,-

Yoga

U21-7201

Yoga ist Weg und Ziel gleichzeitig.

Bewusste Bewegung erhöht das Körperbewusstsein, die Atmung bildet die Brücke zu unserem Inneren und kann uns helfen, leichter in einen meditativen, entspannten Zustand zu finden. Erfahre einen ganzheitlichen Ansatz, dich in deinem Körper wohlfühlen und deine Gedanken ruhig werden zu lassen.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke bzw. kleiner Polster, (wer hat Yogablöcke)

Kursort: VS Stadt, Kinkstraße 3

Leitung: Yasmin Ismaiel, zertifizierte Yogalehrerin

Termine: 10 Abende, mittwochs von 19:20-20:20 Uhr, **Beginn:** 21.02.2024

Kursbeitrag: € 79,-

Feldenkrais® für Frauen - Bewusstheit durch Bewegung

U21-7202

Die Feldenkrais®-Methode ist ein sanfter und ganzheitlicher Weg, die Qualität unserer Bewegung, und somit auch die Qualität unseres Lebens, zu verbessern. Unsere erlernte Haltung hat manchmal mehr mit Gewohnheit zu tun als mit einer Aufrichtung, die uns Beweglichkeit und Lebensfreude ermöglicht. Schmerzen entstehen oft durch Unachtsamkeit gegenüber den Signalen, die uns Muskeln, Nervensystem oder Intuition geben. Die Feldenkrais®-Methode unterstützt dabei, die Zeichen wieder zu erkennen und zu benutzen, um uns zu regenerieren und so neue Kraft, Elastizität und Lebenslust zu erfahren.

Bitte mitbringen: Decke und Matte, Handtuch, bequeme Kleidung, warme Socken

Kursort: Mittelschule 1, Fischergries 30

Leitung: Dr.in Gabriela Prosch, Feldenkrais®-Pädagogin

Termine: 2 Tage, Samstag 16.03. und Sonntag 17.03.2024 von 10:00-13:00 Uhr und von 14:30-16:30 Uhr

Kursbeitrag: € 120,-

Natur und Technik



Wasservogel an Gewässern: Bestimmung von Enten, Möwen & Co

Schnupperkurs: Kurs für Einsteiger*innen in die Ornithologie

T21-3004

Gewässer und Feuchtgebiete stellen besonders zu den Zugzeiten wichtige Rast- und Überwinterungsgebiete für zahlreiche Wasservogel dar. Mit etwas Glück können sogar seltene Arten aus dem Norden beobachtet werden! Da sich Wasservogel in der Regel gut beobachten lassen, eignen sie sich optimal für einen Einstieg in die Vogelkunde. Dieser Kurs ist somit besonders geeignet für Einsteiger*innen!

Beachten Sie auch die weiteren Kurse: Die Kooperation zwischen BirdLife Österreich und den Österreichischen Volkshochschulen umfasst insgesamt 4 Kurse, welche zum "Hineinschnuppern" in die Vogelwelt einladen!

Leitung: Patrick Mösinger

Termin: 1 Vormittag, Samstag 23.03.2024 von 09:00 bis ca. 14:00 Uhr

Ablauf: 09:00-10:10 Uhr Vortrag (MS 1 in Kufstein),
im Anschluss 3-stündige Exkursion im Freien bis ca. 14:00 Uhr

Treffpunkt für Exkursion: ca. 10:50 Uhr beim Kraftwerk Oberaudorf-Ebbs
PKW-Parkplätze vorhanden (Zufahrt über Kreisverkehr bei Tankstelle Thrainer hinter Niederndorf) / auch per Fahrrad über den Inndamm erreichbar

Bitte mitbringen: eigenen Feldstecher

Für die Exkursion wird wetterfeste Kleidung empfohlen.

Kursbeitrag: € 39,-

Waldbaden – eine grüne Auszeit

U21-7203

Die meisten Menschen können sich bei einem Spaziergang im Wald gut erholen. Durch Naturgeräusche, das facettenreiche Grün, die beruhigenden Walddüfte und den Wald an sich als „geschützte“ Atmosphäre wird der Parasympathikus (unser „Nerv der Ruhe“) angekurbelt. Zudem helfen uns verschiedene Übungen, welche Achtsamkeit, Atmung und unsere Sinne anregen, in eine tiefe Entspannung einzutauchen. Organe und Zellen können regenerieren und wir neue Energie tanken. Beim Waldbaden steht nicht die Fortbewegung im Vordergrund. Es werden nur kurze Strecken zurückgelegt, da der gemeinsame Weg das Ziel ist.

Bitte mitbringen: Sitzkissen, wetterangepasste Kleidung, Trinkflasche

Leitung: Denise Ehret, Dipl.-Päd.in

Termin: 1 Vormittag, Samstag 25.05.2024 von 09:30 bis ca.12:00 Uhr

Der Termin findet auch bei schlechtem Wetter statt.

Treffpunkt: 09:30 Uhr vor dem Spielplatz bei der Theaterhütte

Kursbeitrag: € 55,-

Destillieren mit der Glas- und Kupferdestille

U21-3001

Wir holen uns an diesem Abend den Wald ins Haus und stellen mit der Glas- und Kupferdestille aromatische Hydrolate von Fichte, Tanne und Kiefer her.

Warum und wieso Hydrolate gerade auch in der Erkältungszeit so wirkungsvoll sind, wird ausführlich erklärt und kann in den Unterlagen nachgelesen werden. Jeder Teilnehmer bekommt 2 Hydrolate zum Ausprobieren mit nach Hause.

Leitung: Helga Rinnergschwentner

Termin: 1 Abend, Donnerstag 22.02.2024 von 18:30 bis ca. 21:00 Uhr

Kursbeitrag: € 59,- (inklusive Materialkosten von € 10,-)

Frühlings-Wildkräuterspaziergang

U21-3002

Entdecken Sie mit mir bei einem entspannten Spaziergang durch Wald und Wiesen, welche Schätze Mutter Natur für uns bereithält. Am Wegesrand begegnen uns viele heimische Wildkräuter. Einige von ihnen werden Sie kennenlernen und so manches über die verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten sowie die Verwendung in der Kräuterküche erfahren. Im Anschluss werden wir gemeinsam die gesammelten Kräuter verarbeiten und verkosten.

Bitte mitbringen: Sitzkissen, wetterangepasste Kleidung

Leitung: Denise Ehret, Dipl.-Päd.in

Termin: 1 Nachmittag, Samstag 20.04.2024 von 13:00 bis ca.16:00 Uhr

Treffpunkt: 13:00 Uhr am Parkplatz Stimmersee (beim Gasthaus)

Kursbeitrag: € 55,- (inklusive Materialkosten von € 10,- für 2 Kräuterprodukte, ausführliches Skript und Sammelsäckchen)

Frühlings-Wildkräuterspaziergang
für Kinder ab 5 Jahre mit Begleitung

U21-3003

Bei einem gemeinsamen Spaziergang durch Wald und Wiesen werden wir entdecken, welche Schätze die Natur für uns bereithält. Am Wegesrand begegnen uns viele heimische Wildkräuter. Einige von ihnen werden wir durch Riechen, Schmecken, Fühlen, Kräutermärchen und lustige Anekdoten kennenlernen. Im Anschluss daran zaubern wir einen Kräuteraufstrich, den wir uns gemeinsam schmecken lassen. Es gibt auch eine kleine Überraschung zum Mit-nach-Hause-Nehmen. **Bitte mitbringen:** Sitzkissen, wetterangepasste Kleidung
Leitung: Denise Ehret, Dipl.-Päd.in

Termin: 1 Nachmittag, Samstag 04.05.2024 von 13:00 bis ca.16:00 Uhr

Treffpunkt: 13:00 Uhr am Parkplatz Stimmersee (beim Gasthaus)

Kursbeitrag: € 65,- (inklusive Materialbeitrag von € 10,-/Kind)

Der Kursbeitrag versteht sich für 1 Kind und 1 Begleitperson.

Kunst & Kreativität

Lustige Tiere in Aquarell für kids ab 10 Jahren

U21-6101

Dieser Kurs macht Aquarellmalen auch für Anfänger*innen zum Vergnügen. Habe Spaß mit den Farben und genieße es, in vier einfachen Schritten dein einzigartiges Werk zu malen. Mach Pinsel und Stifte zu deinem Zauberstab und schaffe deine magische Welt!

Leitung: Nicola Khuen-Belasi DI (FH)

Termin: 1 Vormittag, Samstag 02.03.2024 von 09:00-12:00 Uhr

Kursbeitrag: € 44,- / Materialbeitrag: € 15,- wird im Kurs eingehoben

Acrylmalen für Kinder von 6 bis 10 Jahre (ohne Begleitung)

U21-6102

Die Lust am Malen, das Entdecken der eigenen Kreativität stehen in diesem Kurs im Mittelpunkt. Willst du mit Acrylfarben arbeiten, Farben mischen und unbekannte Techniken ausprobieren? Dann bist du hier genau richtig! Verbringe mit mir einen Nachmittag mit viel Spaß, an dem du dein eigenes Acrylbild auf einer Leinwand gestalten kannst. **Bitte mitbringen:** Kleidung, die schmutzig werden darf, Getränk und viel Freude. **Materialien:** werden gestellt/geliehen

Leitung: Martina Schepperle

Termin: 1 Vormittag, Samstag 13.04.2024 von 09:30-12:30 Uhr

Kursbeitrag: € 42,- / Materialbeitrag: € 10,- wird im Kurs eingehoben

Acrylmalen – Materialien – Techniken - Ideen

U21-6103

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene!

Acrylfarbe ist ein echtes Powermedium und ein wahrer Alleskönner. Dieser Kurs soll Sie unterstützen, das riesige Potenzial dieser Farbe zu entdecken, um Ihre persönliche künstlerische Ausdrucksform zu finden.

Bitte mitbringen: Leinwände, Malausrüstung, falls vorhanden: Acrylfarben, Spachtel, Fotos oder Bilder aus Zeitungen, Abdeckmaterial für die Tische

Leitung: Sigrid Strauß

Termine: 3 Abende, dienstags von 18:30-21:00 Uhr, am 05.03./12.03./19.03.2024

Kursbeitrag: € 81,-

Acrylmalen - Experimentieren in verschiedenen Techniken

U21-6104

Acryl ist eine sehr vielseitige Farbe, mit der sich viele Effekte erzielen lassen. In diesem Kurs kommen verschiedene Acrylmedien und andere Zusätze zum Einsatz, um z.B. Struktur, Glanz oder Deckkraft zu optimieren.

Bitte mitbringen: übliche Malsachen, Leinwände oder Malplatte, Abdeckmaterial für die Tische, Spachtelmasse, Acrylfarben (falls vorhanden)

Leitung: Sigrid Strauß

Termine: 2 Abende, dienstags von 18:30-21:00 Uhr, am 02.04. und 09.04.2024

Kursbeitrag: € 54,- / Materialbeitrag wird je nach Verbrauch im Kurs eingehoben.

Freies Malen - ein Tag für mich

U21-6105

Malen ist ein sinnlicher, spielerischer Vorgang, entspannt und aktiviert unsere schöpferische Fantasie. Wir experimentieren mit unterschiedlichen Farben, wie z.B. Acryl, Aquarell, Pastell, Tusche. Die Freude am kreativen Tun steht im Vordergrund. **Bitte mitbringen:** Malsachen, Farben jeglicher Art, Leinwände, Abdeckmaterial für die Tische, Kleidung, die schmutzig werden darf, Brotzeit

Leitung: Sigrid Strauß

Termin: 1 Tag, Samstag 06.04.2024. von 09:30-16:00 Uhr

Kursbeitrag: € 85,-

Sie wollen jemandem eine Freude machen?

Mit einem Gutschein der VHS Kufstein schenken Sie wertvolles Wissen, Freude an Bewegung, neue kreative Ideen, Spaß in der Küche ... und sinnvoll verbrachte Freizeit mit (neuen) Freunden!
Einfach Gutschein anfordern unter: kufstein@vhs-tirol.at

Aquarell, Pastell, Stifte und mehr

U21-6106

In diesem Semester können wir aquarellieren, mit Pastellkreiden malen, zeichnen oder sogar verschiedene Techniken miteinander kombinieren.

Unser Thema wählen wir am 1. Kursabend aus. Natürlich werden wie immer auch Fragen zu Komposition, Farbwahl, Perspektive usw. beantwortet.

Bitte mitbringen: Je nach Wunsch: Aquarellmaterial, Pastellkreiden, dicke Aquarellkreide schwarz, schwarzen Fineliner oder Artpen, Tusche und Feder, Farbstifte, Kohle, Weißkreide, farbigen Fotokarton, Tonpapier oder Packpapier
Als Motive für den 1. Abend: weiße Frühjahrsblumen oder Fotos davon, z.B. Krokusse, Christosen, Tulpen, Apfelblüten....

Leitung: Ulrike Kirchner

Termine: 4 Abende, donnerstags von 19:00-21:30 Uhr, am 14.03. / 21.03./ 11.04./ 25.04.2024

Kursbeitrag: € 108,-

Lettering® with Love

U21-6107

Du würdest gerne schön schreiben? Kreative Schriftzüge auf Karten und Geschenke zaubern? Dann komme in den „Lettering® with Love“-Kurs und lerne, wie du ganz leicht und fröhlich deine persönliche Handschrift findest. Du lernst die Basics des Handletterings kennen und entwirfst zauberhafte Glückwunschkarten und Bilder mit Aquarellfarben und Lettering-Elementen.

Leitung: Nicola Khuen-Belasi DI (FH)

Termin: 1 Vormittag, Samstag 20.04. 2024 von 09:00-12:00 Uhr

Kursbeitrag: € 44,- / Materialbeitrag: € 15,- wird im Kurs eingehoben

Mosaik – alte Technik neu entdeckt

U21-6201

Mosaik – das ist die Kunst aus vielen kleinen Einzelteilen ein harmonisches Ganzes zu erschaffen. Sie lernen Technik, Werkzeug und Materialien kennen und verwenden. Wir gestalten kleine Objekte für Haus, Garten und Balkon.

Bitte mitbringen: Plastikunterlage, verschiedene Gegenstände wie z.B. Blumentöpfe, Gläser, Übersetzer usw., eine kleine Flasche Ponal Express, Kartons als Transportmittel

Werkzeuge, Glas, Mosaiksteine, Fugenmaterial wird von der Kursleiterin gestellt.

Leitung: Sigrid Strauß

Termine: 2 Abende, dienstags von 18:30-21:30 Uhr, am 16.04. und 23.04.2024

Kursbeitrag: € 67,- / Materialbeitrag (ca. € 15,-) wird je nach Verbrauch im Kurs eingehoben.

Figürliches Gestalten in Holz - Schnitzkurs

U21-6202

Schnitzen für Anfänger*innen und Fortgeschrittene! **Inhalte:** Plastische Gestaltung von Kleinskulpturen bis ca. 30 cm, Aufbau der Figuren, Einteilung, Bewegung sowie die Umsetzung vom Grobbehau bis zur strukturierten Oberfläche.

Leitung: Rudi Schwarz, Holzbildhauer

Termine: Freitag 08.03.2024 von 18:00-21:00 Uhr, Samstag 09.03.2024 von 09:00-18:00 Uhr mit Mittagspause und Sonntag 10.03.2024 von 10:00-13:00 Uhr

Kursbeitrag: € 145,-

Nähkurs für kleinere Änderungen und Reparaturen

U21-6301

Ihr Lieblingskleidungsstück ist zu eng, weit, lang oder kurz? Eine Naht ist gerissen oder Sie möchten Ihre in die Jahre gekommene Garderobe aufpeppen und in „Upcycling-Unikate“ umgestalten? In diesem Kurs lernen Sie, wie kleinere Änderungen und Reparaturen ganz leicht gelingen!

Bitte mitbringen: eigene Nähmaschine, kleine Schere, Heftfaden, Nähadeln, Stecknadeln, Block und Bleistift

Leitung: Barbara Tschurtschenthaler, Schneidermeisterin

Termine: 6 Abende, donnerstags von 19:00-21:30 Uhr am 14.03. / 21.03. / 04.04. / 11.04. / 18.04. und 25.04.2024

Kursbeitrag: € 143,-

Sie wollen jemandem eine Freude machen?

Mit einem Gutschein der VHS Kufstein schenken Sie wertvolles Wissen, Freude an Bewegung, neue kreative Ideen, Spaß in der Küche ... und sinnvoll verbrachte Freizeit mit (neuen) Freunden!
Einfach Gutschein anfordern unter: kufstein@vhs-tirol.at

Kochkurse

Männer an den Herd

U21-6521

Ein Abend nur für Männer, die Freude und Spaß am Kochen haben und sich gerne Leute einladen. Interessante Gerichte, die zu Wein und Bier passen und auch für den Anfänger gut zu meistern sind.

Bitte mitbringen: Küchentücher, dichtschießende Gefäße

Leitung: Claudia Zäch

Termin: 1 Abend, Freitag 01.03.2024 von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr

Kursbeitrag: € 47,- (inklusive Materialkosten von € 17,-)

Mediterranes Buffet

U21-6522

Streifzüge durch das südliche Europa, den Norden Afrikas und den Nahen Osten – ein Regenbogen der Gaumenfreuden! Mit gut vorzubereitenden und schmackhaften Rezepten schaffen Sie sich und Ihren Gästen einen genussvollen Abend. Der 1. Abend führt uns in den westlichen, der 2. Abend in den östlichen Mittelmeerraum.

Bitte mitbringen: Küchentücher, dichtschießende Gefäße

Leitung: Claudia Zäch

Termin: 2 Abende, Freitag 12.04. und 19.04.2024 von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr

Kursbeitrag: € 94,- (inklusive Materialkosten von € 34,-)

Vegane Küche

U21-6523

Vegane Küche nicht nur für Veganer!

Warum vegane Ernährung immer beliebter ist! Schnelle, leckere, gesunde Rezepte für den Alltag! Lassen Sie sich von schmackhaften Gerichten inspirieren!

Bitte mitbringen: Schürze, Küchentücher, dichtschießende Gefäße

Leitung: Judith Szautner

Termin: 1 Abend, Mittwoch 17.04.2024 von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr

Kursbeitrag: € 48,- (inklusive Materialkosten von € 18,-)

Fermentieren leichtgemacht – Sommergemüse

U21-6524

Fermentieren ist eine uralte Möglichkeit, Lebensmittel ohne künstliche Konservierungsmittel haltbar zu machen. In diesem Grundkurs werden wir gemeinsam saisonales Bio-Gemüse vorbereiten und verarbeiten. Mit Verkostung!

Bitte mitbringen: Schürze, Küchentücher

Leitung: Judith Szautner

Termin: 1 Abend, Mittwoch 05.06.2024 von 18:00 bis ca. 21:00 Uhr

Kursbeitrag: € 37,- (inklusive Materialkosten von € 12,-)



TIROL
JOBS24

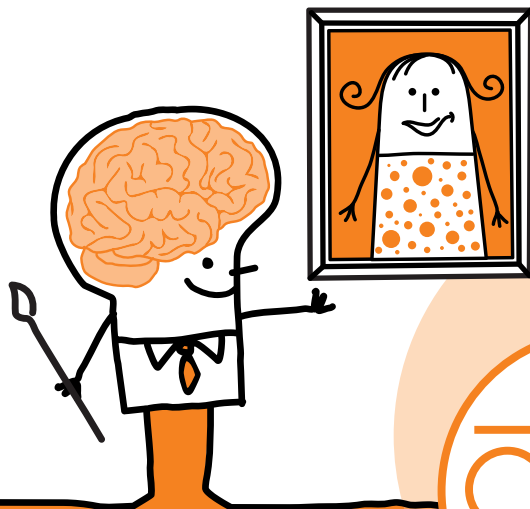
Weiterbildung, Fortbildung, Neuer Job?

Zeit, an Deiner Zukunft zu bauen!

<https://tiroljobs24.at>
Das Jobportal für Deinen
Traumjob in Tirol

TirolJobs24 ist ein Projekt der Social Media Agentur - Digitale Wunder, Kufstein

<https://digitalewunder.at>



hat's!

oegg

papier + bücher

KÜNSTLER- EINKAUF MIT KÖPFCHEN!

- Leinwände von 10x10 cm bis 120x150 cm
- Blöcke für Acryl-, Öl- oder Aquarellmalerei, Skizzenblöcke
- Künstlerpinsel in großer Auswahl
- Farben und Malhilfsmittel von SCHMINCKE
- Kohle- und Kreidestifte von CRETACOLOR
- COPIC Marker für Comics und Mangas
- Staffeleien in verschiedenen Ausführungen
- Fachliteratur zu allen Malrichtungen

Besuchen Sie unsere Künstlerabteilung und fragen Sie nach unserer KÜNSTLER-VIP KARTE!

Kufstein - Arkadenplatz 1, Tel. 05372 62737, www.oegg.tirol