

E

E1) Vortrag „Lach-Yoga“

Lachen stärkt Körper, Herz und Seele. Es ist für den Körper so gesund wie Sport, entspannt zudem, mildert die schädlichen Auswirkungen von Stress, Ärger, Depression und öffnet uns das Herz. Lachende Menschen sind gesund.

Termin: Donnerstag, 11.11.2010
Zeit 19:30-21:00

Ort: Waldviertlerhof

Kosten: 4,00 €

Anmeldung: Michaela Pfeiffer-Vogl
0676/83844643

E2) Lachclub in Langschlag

Lachclub auf der Basis des Lachyoga nach Dr. Madan Kataria. Zu diesem „Lachen ohne Grund“ laden wir herzlich ein

Termin: Donnerstag, 18.11.2010
Zeit 19:30-20:30

Ort: Waldviertlerhof

Kosten: 3,00 €

Anmeldung: Michaela Pfeiffer-Vogl
0676/83844643



Diverses



**DORFERNEUERUNGSVEREIN
LEBENDIGES LANGSCHLAG**

K
U
R
S
P
R
O
G
R
A
M
M

HERBST 2010



- A - Bewegung, Sport, Fitness
- B - Körper, Geist und Seele
Gesundheit
- C - Malen, Basteln, Kochen,
Kreatives, Musik
- D - Vorträge, Weiterbildung
- E - Diverses, Vorschau

VORWORT

**„Unser Kopf ist rund,
damit das Denken die Richtung
wechseln kann“**

hat einmal ein schlauer Mensch gemeint und ich meine, unser neues Kursprogramm bietet dafür viele Möglichkeiten an.

Wir, vom Dorferneuerungsverein „Lebendiges Langschlag“, haben wieder versucht ein interessantes und vielfältiges Programm auf die Füße zu stellen und möchten euch ermuntern reichlich davon Gebrauch zu machen.

Meldet euch bitte rechtzeitig an, damit der jeweilige Kursleiter genügend Zeit, für die nötige Vorbereitung und Information der Teilnehmer, hat.

Ich möchte mich noch bei allen Mitarbeiterinnen, die Kurse ausgesucht und organisiert haben und bei allen KursleiterInnen für ihr Engagement bedanken und wünsche uns möglichst volle Kurse, das wäre die schönste Belohnung und Anerkennung für unsere Arbeit.

Hans Häusler, Obmann

Zur Information: 10% der Kursgebühren zahlt der Kursleiter für die Organisation und Bewerbung der Kurse an den Dorferneuerungsverein.

Es gibt auch die Möglichkeit, sich das Kursprogramm im Internet anzuschauen und herunter zu laden: www.dev.langschlag.at.

Impressum:

Dorferneuerungsverein „Lebendiges Langschlag“
Arbeitsgruppe Kursprogramm:

Isabella Hahn, Ines Graf, Michaela Pfeiffer-Vogl, Helga Reisinger, Elfi Klinger,
Hans und Veronika Häusler

D

D7) Modulkurs-LFI

„Sicher surfen im Internet – Virenschutz und Datensicherung entweder als 8- oder 16-Unterrichts-Einheiten-Modul (je nach Wunsch der Teilnehmer(innen))

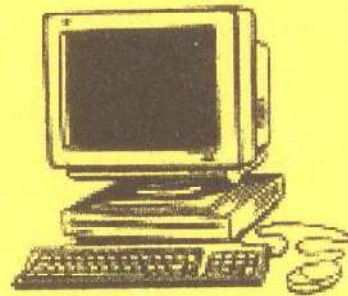
Beginn: Montag, 10. Jänner 2011, 20:00 Uhr
Hauptschule Langschlag

Kurskosten:

8-Unterrichtseinheiten-Modul = € 35.-
16-Unterrichtseinheiten-Modul = € 67.-

Anmeldung und Info bei:

Schwarzinger Anton,
Tel.: 02814/7215, oder 0664/2424964
Mail: anton.schwarzinger@wvnet.at



D

D6) LFI - Zertifikatslehrgang – EDV-Basisausbildung

Ziel: Sie erlernen als EDV-Einsteiger das selbstständige Arbeiten am PC zur Führung des Schriftverkehrs, der Kalkulation und der Datenspeicherung. Übungen am PC mit Praxisbeispielen, Information über Agrarsoftware. Der Zertifikatslehrgang schließt mit einer Abschlussarbeit ab. Sie erhalten bei positivem Abschluss das LFI-Bundeszertifikat.

Zielgruppe: Personen aus dem ländlichen Raum, die keine oder wenig Erfahrung am Computer mitbringen und die den Umgang mit dem PC gründlich lernen wollen.

Vorkenntnisse: keine

Kursinhalt:

- Grundlagen der EDV
- Betriebssystem Microsoft Windows
- Textverarbeitung Microsoft Word
- Tabellenkalkulation Microsoft Excel
- Internet
- Landwirtschaftliche Anwenderprogramme
- Anwenderprüfung

Kursdauer: 80 Unterrichtseinheiten

Termin: Dienstag, 2. November 2010,
19:30 Uhr

Teilnehmer: max. 15 Personen

Kosten: 260€, bereits geförderter Kursbeitrag

Kursort: HS Langschlag

Kursleitung, Anmeldung und nähere Information bei Schwarzingger Anton,
Tel.: 02814/7215, oder 0664/2424964
Mail: anton.schwarzinger@wvnet.at

A

A1) Schneeschuhgehen:

Über verschneite Wiesen und Felder zu Gehen, rundherum eine verträumte verschneite Landschaft, die Sonne klitzert im Schnee. Das kann man beim Schneeschuhgehen erleben.

Termin: Am Samstag, den 15.01.2011
Um 13:30 Uhr

Anmeldung: bis 12.01.2011, Bekanntgabe wie viele Schneeschuhe benötigt werden

Kosten: € 12,- ohne Leihgebühr Schneeschuhe

Kursleitung und Anmeldung:

Renate Hahn, dipl. Wellness u. Beckenbodentrainerin mit Zusatzausbildung Dorn-Breuss

Ich ersuche um telefonische Voranmeldung unter 0664/480 14 92 bzw. 02814/8223.

A2) Beckenbodengymnastik:

Für Anfänger und Fortgeschrittene
Gemeinsam lernen wir den Beckenboden wahrnehmen und aufbauen. Ein wohltrainierter, aktiver Muskelboden kann Blasen- und Gebärmutterensenkungen verhindern oder lindern und Inkontinenz von Harn und Stuhl vermeiden oder verbessern

Termine: Beginn: 08.10.2010, jeweils Freitag um 19:00 – 20.30 Uhr und 10 Einheiten zu 1,5 Stunden

Kursort: Eurojackhalle

Teilnehmerzahl: mind. 12 Teilnehmer

Kosten: € 60,-

Kursleitung u. Anmeldung:

Renate Hahn, dipl. Wellness u. Beckenbodentrainerin mit Zusatzausbildung Dorn-Breuss

Ich ersuche um telefonische Voranmeldung unter 0664/480 14 92 bzw. 02814/8223

A

Bauchtanz

Im Kurs werden für Anfängerinnen die Grundbewegungen des klassischen ägyptischen Bauchtanzes gelernt. Für Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen in Bauchtanz, ist dieser Kurs eine Gelegenheit das Erlernete aufzufrischen

A3) SCHNUPPERKURS

Wann: Sa. 25. Sept. 2010 16:00-18:00 Uhr

Wo: Eurojackhalle Langschlag

Kosten: 16,50 € / Mädchen bis 14 Jahre 11€ Preise zzgl. Mietkosten für die Räumlichkeiten
mind. 8 erwachsene Teilnehmerinnen

Mitzubringen: bequeme, anliegende Bekleidung; ein Hüfttuch; Schal; Tuch; Pa-reo... in Farbkontrast zur Bekleidung; Socken oder Turnpatschen mit Ledersole.

Kursleitung: Melitta Frauendorfer

Anmeldung: bis spätestens 18.9.2010 bei Isabella Hahn 0664/99 60 400 nachmittags erreichbar

A4) Bauchtanzkurs

Wo: Eurojackhalle Langschlag

Kosten: 66 € / Mädchen bis 14 Jahre 44 € Preise zzgl. Mietkosten für die Räumlichkeiten

Termine: 16., 23., 30. Okt / 6., 13., 27. Nov. 2010, 6 Einheiten jeweils Sa. 16:00-17:30 Uhr
mind. 8 erwachsene Teilnehmerinnen

Mitzubringen: bequeme, anliegende Bekleidung; ein Hüfttuch; Schal; Tuch; Pa-reo... in Farbkontrast zur Bekleidung; Socken oder Turnpatschen mit Ledersole.

Kursleitung: Melitta Frauendorfer

D

D5) EDV Einsteigerkurs für Junggebliebene

Ziel: Sie üben am Computer das selbstständige Arbeiten, das Erstellen und Gestalten von Schriftstücken sowie das Anwenden des Internets zur Informationssuche und den Umgang mit elektronischer Post (Mail).

Zielgruppe: Interessierte aus dem ländlichen Raum, die praxisverbunden mit Standardprogrammen in die EDV einsteigen möchten.

Vorkenntnisse: keine

Kursinhalt:

- Teile des Computers
- Betriebssystem Microsoft Windows
- Textverarbeitung Microsoft Word
- Internet

Kursdauer: 36 Unterrichtseinheiten

Kursbeginn: Montag, 8. November 2010, 19:30 Uhr

Kosten: 150€, bereits geförderter Kursbeitrag

Kursort: HS Langschlag

Kursleitung und Anmeldung und nähere Information bei Schwarzingner Anton, Tel.: 02814/7215, oder 0664/2424964
Mail: anton.schwarzinger@wvnet.at

D

D3) Improve your English

- for ~ 10 participants (mind. 8)
- 10 x 50 minutes
- participants should speak a little English
- € 30 per person
- contact: Walter Wackerlig,
mr.walter@wvnet.at (Betreff: English course); 02814/7352



D4) „Das Bewegen im Bereich AMA-Internet-Meldungen“

(Rinderdatenbank-Meldungen, u.v.m.) sowie die Hofkarte per Internet
Kurs ist speziell für Landwirte gedacht!

Termin: Donnerstag, 20. Jänner 2011,
20:00 Uhr, Hauptschule Langschlag
Dauer: 4 Unterrichtseinheiten

Kurskosten: € 29.-

Anmeldung und nähere Informationen:
Schwarzinger Anton
Tel.: 02814/7215, oder 0664/2424964
Mail: anton.schwarzinger@wvnet.at

Dorferneuerungsverein
Lebendiges Langschlag

A

A5) Wirbelsäulengymnastik:

Termin: 6. Sept. 2010 – 10 Einheiten zu je 2 Stunden

Kursort: Eurojackhalle Langschlag

Mitzubringen: wenn möglich eine Matte/
Decke, bequeme Kleidung

Kursleitung: Otilie Kapeller

Anmeldung bei Fr. Hildegard Peringer
02814/8217

A6) Wassergymnastik

Für Damen und Herren
Gymnastische Übungen im Wasser fördern
Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft, Koordination,
Wohlbefinden

Der natürliche Auftrieb des Wassers entlastet
die Wirbelsäule und ermöglicht so ein
gelenk- und bänderschonendes Training.
Bewegung im Wasser wirkt gegen Osteoporose,
Venenleiden und Lymphstau.

Kursbeginn: Mittwoch 06. Oktober 2010
um 19:30 Uhr

Kursort: Schwimmbad Zwettl

Kosten: Euro 40,- + Eintritt (10 Einheiten)
à 45min

Kursleitung und Anmeldung: Renate
Hahn Tel.: 02814/8223 Handy: 0664/480
14 92



Bewegung, Sport, Fitness

B

B1) Kinder-Mentaltraining "Ich schaff's!"

Mentale fitte Kinder kommen mit den alltäglichen Herausforderungen besser zurecht. Mit dem Trainingsprogramm "Ich schaff's" werden den Kindern in 5 Trainingseinheiten à 90 Minuten ihre Stärken bewusst gemacht, um vorhandene Schwächen auszugleichen. Durch (Rollen) Spiele, spezielle Übungen und Klangfantasieereisen werden Selbstvertrauen/Selbstbewusstsein, der Umgang mit Ängsten und Aggressionen, die Konzentrationsfähigkeit und das Sozialverhalten verbessert.

Zielgruppe:

- 1) Volksschulkinder, 1. bis 4. Klasse
- 2) Hauptschulkinder, 1. und 2. Klasse

ReferentIn: Sieglinde Fürst, Kinder-Jugend-Mentaltrainerin

Termine: ab 23.09., 30.09., 07.10., 14.10., 21.10.2010

Gruppe 1: 14.45 Uhr bis 16.15 Uhr
Gruppe 2: 16.30 Uhr bis 18.00 Uhr

Ort: Eurojack-Halle Langschlag

Kosten: € 50,-/Kind für insgesamt 5 Einheiten à 90 min.

Bitte Decke oder Gymnastikmatte und ev. Polster mitbringen.

Anmeldung: erforderlich bis spätestens 21.09.2010 unter 02812/51129 oder 0664/3610471 sieglinde.fuerst@gmx.at

D

D1) Obstbaumschnittkurs in Theorie und Praxis

Wir beschäftigen uns am Vormittag mit der Theorie des Obstbaumschnitts bei verschiedenen Obstarten und gehen nachmittags entweder in unseren Obstgarten oder zu einem Teilnehmer.

Kursleiter: Hans Häusler
Anmeldung: 02814/8378

Kurstermin und Ort: Sa. 12. Feber 2011, Beginn 10 Uhr, im Wurzelhof

Kosten: € 20.-

D2) Kräuterkurs

Einführung in die Kräuterkunde
Trocknen von Kräutern
Zubereiten von Tees und Kräutersalz, ...

Wann: Am 16.09.10 um 19.30 Uhr

Wo: im Waldviertlerhof

Unkostenbeitrag: € 7,00 inkl. Unterlagen

Mindestens 8 TN

Anmeldung bis 8. Sept. bei: Grünstäudl Gabriele: 0664/ 4287706 oder Bruckner Monika: 0676/ 78 57 964



C

C14) Modeschmuck selbst gestalten

An diesem Nachmittag gibt es viele Anregungen und Tipps, sich seinen eigenen Modeschmuck (Ketten, Armbänder, Ohrringe) selbst zu gestalten.

Termin: Samstag 23. Oktober 2010
14.00 Uhr bis ca. 16.30 Uhr

Ort: Volksschule Langschlag

Kosten: Kursbeitrag Euro 7,--
Materialkosten: ab Euro 6,-- (je nach Materialverbrauch)

Kursleiterin: Mathilde Klopff

Anmeldung:
Helga Reisinger Tel. Nr. 0664/47 48 589

C15) Adventkalender basteln

Wenn du gerne bastelst, deinen eigenen Adventkalender gestalten möchtest und zwischen ca. 5 und 9 Jahre alt bist, bist du herzlich willkommen.

Wann: Samstag 27. November 2010
15.00 bis ca. 17.30 Uhr

Wo: Volksschule Langschlag

Kosten: 10 Euro (inklusive aller Materialien)

Leitung und Anmeldung: Helga Reisinger
Tel. Nr. 0664/47 48 589

Anmeldeschluss: 1. November 2010
(zwecks Materialbestellung)

B

B2) Hilf mir zu entspannen!

Massage für den Hausgebrauch

Wir wollen einander Gutes tun und Verspannungen lösen, dazu lernen wir ein paar einfache Massagegriffe.

Die Berührung durch fremde Hände – die eines professionellen Therapeuten, eines guten Freundes oder Partner – ist sehr tröstlich.

Mitzubringen sind bequeme Kleidung, bequeme Hausschuhe, Decken, Badetuch, Polster, Massageöl, Leintuch und einen Partner.

Ort: Melbinger Schöneckhof
Bruderndorferwald 6, 3921 Langschlag

Termin: Sa. 06. November 2010 von 9.00-16.00 Uhr

Anmeldung: aus Organisatorischen Gründen verbindlich bis 30.09.2010

Kosten: € 85,- mit Mittagessen und Pausenverpflegung

Kursleitung und Anmeldung:
Renate Hahn, dipl. Wellness u.
Beckenbodentrainerin mit
Zusatzausbildung Dorn-Breuss
Ich ersuche um telefonische Voranmeldung
unter 0664/480 14 92 bzw. 02814/8223

B

B3) KLANGSCHALEN-MASSAGE

(Therapie) nach Peter Hess

Die spezielle Massage bringt jede einzelne Körperzelle zum Schwingen und löst auf sanfte Weise Verspannungen und Blockaden. Klangschwingungen helfen uns, unsere Mitte wieder zu finden, mit uns selbst ins Reine zu kommen, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen und unsere Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Herkunft - Entstehung - Wirkung - Anwendungsbereiche - praktische Demonstration - Antwort auf Fragen

Referentin: Sieglinde Fürst, Klangschalen-Praktikerin nach Peter Hess

Zeit: Freitag, 22.10.2010, 19.30 Uhr

Ort: Waldviertlerhof Seminarraum 4

Eintritt: Freie Spende

B4) Räuchern

Eine duftende Post für Körper, Geist und Seele. Einführung in ein wertvolles, uraltes Wissen, anwendbar in der heutigen Zeit. Inhalt: Tradition, Wirkung und Handhabung des Räucherns mit Harzen und Kräutern, sowie vielfältige Dufterlebnisse.

Termin: Samstag, 20. November,
Beginn: 15:00 Uhr - Ende: ca. 17:30

Ort: Wurzelhof

Beitrag: € 8,00

Referentin: Elfi Grünstäudl,
Kräuterpädagogin

Anmeldung bei Isabella Hahn
0664/9960400 ab ca. 14 Uhr
Anmeldeschluss: 15. November

C

C12) Workshop – Religiöse Lieder singen und begleiten:

Eingeladen sind alle ehemaligen Kursteilnehmer, die mindestens 3 Module besucht haben.

Ort: Pfarrheim Arbesbach

Zeit: Sa, 12. Feb., von 13.00 bis 17 Uhr
19 Uhr gemeinsame musikalische Gestaltung der Vorabendmesse mit den Liedern, die wir beim Workshop gelernt haben, in der Pfarrkirche Arbesbach.

Keine Kosten!

Liederbücher stellt die Pfarre Arbesbach zur Verfügung.

C13) Kerzen verzieren

Ob Hochzeitskerze, Taufkerze, als Geschenk für Freunde oder auch für sich selbst, verzieren Sie eine Kerze entweder nach Vorlage oder nach Ihren eigenen Vorstellungen; das Ganze unter professioneller Anleitung.

Termin:

Samstag 13. November 2010
14.00 Uhr bis ca. 16.30 Uhr

Ort: Volksschule Langschlag

Kosten: Kursbeitrag Euro 7,--

Materialkosten: ab Euro 10,-- (je nach Materialverbrauch)

Kursleitung und Anmeldung:

Binder Roswitha Tel. Nr. 02813/71181

C

C9) Gitarrenkurs für Anfänger ohne Noten

Verschiedene Schlag - und Zerlegungsarten für die Liedbegleitung.

Kursdauer: 6 Kurseinheiten mit je 90 min.
Kosten: 98 € inkl. Kursunterlagen u. Lern – CD

Kursbeginn: Do, 4. Nov, 19.00 bis 20.30 Uhr

Kursort: Langschlag (evtl. Arbesbach) Näheres bei der Anmeldung

Anmeldung: Elfi Klinger 02814/7273 oder elfi.klinger@aon.at

C10) Blues – u. Rock'n Roll Workshop

Basiskurs für Blues u. Rock'n Roll, Vorkenntnisse: 3 Module „Easy – guitar“ – Kurs oder die wichtigsten Griffe wie A, D, E, G, C, F, H7. Barreegriffe nicht Voraussetzung

Kursort: Langschlag (Näheres bei Anmeldung)

Kurstermine: Sa, 25. Sept., 9.00 Uhr bis 18 Uhr, ca. 1 Stunde Mittagspause, evt. Nachmittag dazwischen kleiner Spaziergang bei Schönwetter.

Zweiter Kurstermin für 2-stündigen Abendkurs wird gemeinsam vereinbart.

Kurskosten: 88 € inkl. Kursunterlagen u. Lern – CD

Anmeldung und Information: Elfi Klinger 02814/7273 oder elfi.klinger@aon.at

C11) Fingerpicking - Workshop

(evtl. statt Blues – und Rock'n Roll Kurs)

bei Interesse bitte melden!

Anmeldung und Information: Elfi Klinger 02814/7273 oder elfi.klinger@aon.at

Dorfemeuerungsverein
Lebendiges Langschlag

B

B5) Übungsnachmittag

„Selbsterfahrung“

Mit Rosa Kastner

Dienstag, 21.9.2010 von 13:50 – 19:00 Uhr
einstimmen auf Heilarbeit

Die Arbeit mit dem Tensor
kennen lernen von Heilsymbolen
(Anwendung und Festigung)

Atemübungen

Vokale tönen

Chakren stärken

Wirbelsäule: Yogaübungen und Symbole

Beitrag: 27,50€

Ort: Eurojackhalle

Anmeldung unter: 07953/8750

Mitzubringen: Tensor (auch bei Rosa Kastner erhältlich) und Schreibzeug

B6) Yogakurs

Yogabeginn: Dienstag 28.9.2010

1. Gruppe um 18 Uhr
2. Gruppe um 20 Uhr

10 Abende

Beitrag: 80€

Yogaraum: Eurojackhalle

Kursleitung: Rosa Kastner

Anmeldung bei Pfeiffer-Vogl Michaela
Tel: 0676 / 838 44 643

Körper, Geist und Seele
Gesundheit

C

C1) Panart-Workshop

Panart ist eine besondere Malfreiheit, bei der die Farben - nach der Idee alter Meister - selbst angerührt werden. (Kleister, Acryl und Pigmente) mit Malerrollen, Kamm und Spachtel wird auf der losen Leinwand gemalt. So entstehen mehrere abstrakte, kraftvolle Bilder, die mehrschichtig gemalt werden.

Keine Vorkenntnisse nötig. Alle Werkzeuge, Farben und Leinwände bringe ich mit.
mehr Info: www.farbimpressionen.at

Termin: am 17.09.10 von 17h -20h starten wir mit Vorbereitungsarbeiten
am 18.09.10 von 9 – 17h wird gemalt, gerollt, gespachtelt.... bis alle glücklich sind mit ihren Bildern.

Kursort: Wurzelhof

Kosten: Kurs mit Fahrtpauschale: € 600,- wird durch die Anzahl der Teilnehmer geteilt. Maximal 10 Personen
Materialkosten p. Person: € 10,-

Kursleitung und Anmeldung:

Christine Kastner Tel:0664/44 32 901
E-mail: info@farbimpressionen.at

C2) Panart-Kinderkurs

Kinder lieben das abstrakte, emotionale freie Malen. Es fördert die Kreativität.

Samstag, 2.10.10 von 10 -17h im Wurzelhof

Kosten: Kurs mit allen Materialien €550,- wird durch die Anzahl der Teilnehmer geteilt, maximal 12 Kinder.

Kursleitung und Anmeldung:

Christine Kastner Tel:0664/44 32 901
E-mail: info@farbimpressionen.at

Dorferneuerungsverein
Lebendiges Langschlag

C

C7) Kochkurs für Männer

Wir machen keine halben Sachen, sondern kochen ganze Menüs und die essen wir anschließend auch brav auf. Vielleicht mit einem Glas Bier oder einem passenden Achterl Wein. Mitmachen können alle, vom blutigen Anfänger bis zum passionierten Hobbykoch. Wichtig ist der Spaß an der Sache.

Kursleiter: Hans Häusler

Anmeldung: 02814/8378

Dauer, Termin und Ort: 3 Abende ab 19⁰⁰ Uhr, Do. 30.9., 14.10. und 21.10.

Kosten: € 60.- incl. aller Lebensmittel

C8) Einladung zum Schreib-Schnuppertag

Die Sprache ist das Kleid unserer Gedanken. Schreibend ordnen wir es und schaffen eine neue Wirklichkeit.

Beim Experimentieren mit verschiedenen Kreativitätstechniken regen wir Fantasie und Ausdruckskraft an und werden staunen, wie es „so nebenbei“ aus der Schreibhand fließt.

Alles, was man dazu braucht, ist Papier und Schreibzeug und die Lust, kurze Texte zu schreiben und sie mit Gleichgesinnten (in aller Freiheit) zu „teilen“.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Termin: Samstag 20.11.2010, 9Uhr 30 bis 17 Uhr

Ort: Waldviertlerhof

Kosten: 32€ (plus Verpflegung im Waldviertlerhof)

Schreibbegleitung: Maria Punz

Anmeldung (bis 7.11.2010):

Maria Punz 0699 81290457

oder: maria.punz@aon.at

Malen, Basteln, Kochen,
Kreatives, Musik

C

C5) Chinesisch Kochen

Kurszeiten:

Dienstag, 21. September 2010
Dienstag, 28. September 2010
Dienstag, 05. Oktober 2010
jeweils 19:00 Uhr

Kursort: Küche der Hauptschule Langschlag

Teilnehmerzahl: 8 – 12 Personen

Kosten: € 75,00
inklusive aller Lebensmittel

Kursleitung und Anmeldung:

Qing Wackerlig – Tel.: 02814/7352 oder
0680/3045520
Anmeldung bis 14. September 2010

C6) Kochkurs für Trauernde

Ich möchte mit einer kleinen Gruppe von Trauernden gemeinsam ein Abendessen kochen, gemeinsam speisen und neue Kontakte mit anderen Trauernden knüpfen.

Wenn wir uns wohlfühlen und uns die Aktivität gut tut, machen wir weitere Terminvereinbarungen.

Kursbeginn: 10.11.2010
Uhrzeit: 19 Uhr
Ort: Wurzelhof-Küche
Anmeldung: 02814 8378 bei Veronika Häusler
Kosten: 15 € inkl. Getränke

Ich freue mich auf euch!

Dorferneuerungsverein
Lebendiges Langschlag

C

C3) LEBENSRRHYTHMEN

Die Musik in Dir

Nikolaus Yvon

Die Lust am Spielen und Ausprobieren entdecken. Mit Trommeln, Stimme und Bewegung. Ohne Noten.

Neue Rhythmen und Menschen kennen lernen. Musik und Lebensfreude in dir spüren. Den eigenen Zugang zur Musik finden.

Programmpunkte:

- Wir lauschen auf unseren Herzschlag und bringen ihn auf die Trommel.
- Wir lauschen auf unseren Atem und wie daraus - langsam, durch probieren - ein Ton entsteht und wachsen kann.
- Wir kommunizieren über die Trommel und über die Stimme, ohne Sprache.
- Wir gehen im Rhythmus und sprechen / singen dazu.

Es gibt viel Zeit zum Probieren, Spielen, Hören, Beobachten, Reflektieren.

Ideale Gruppengröße: zwischen 6 und 10 Teilnehmer

Mitzubringen: bequeme Kleidung und Tagesdecken

Termin:

Sa, 9.10.2010
von 9:30 - 12:30 und von 14:30 - 17:30

Anmeldung:

Bei Michaela Pfeiffer-Vogl: 0676/83 84 46 43
Anmeldeschluss: Fr, 17. September 2010,

Ort: Langschlag, genaue Lokalität wird bekannt gegeben.

Kosten: für Erwachsene EUR 49,50
Jugendliche EUR 22,-
Kinder kostenlos

Seminarleitung: Nikolaus Yvon, Individual-Rhythmustherapeut und Musikpädagoge,

Malen, Basteln, Kochen,
Kreatives, Musik

September 2010	Oktober 2010	November 2010	Dezember 2010
<p>A3) Schnupperkurs: Bauchtanz Samstag 25.09 um 16:00 Uhr</p> <p>A5) Wirbelsäulengymnastik ab Montag 6.9.10</p> <p>B1) Kinder-Mentaltraining ab 23.09 um 14:45 Uhr und 16:30 Uhr</p> <p>B5) Übungsnachmittag „Selbsterfahrung“ am Dienstag 21.9. um 13:50 Uhr</p> <p>B6) Yogakurs ab 28.9. um 18:00 Uhr und 20:00 Uhr</p> <p>C1) Panart-Workshop ab 17.09. um 17:00 Uhr</p> <p>C5) Chinesisch Kochen ab Dienstag 21.09. um 19:00 Uhr</p> <p>C7) Kochkurs für Männer ab 30.09. um 19:00 Uhr</p> <p>C10) Blues- u. Rock'n Roll Workshop am Samstag 25.09. um 9:00 Uhr</p> <p>D2) Kräuterkurs am 16.09. um 19:30 Uhr</p>	<p>A2) Beckenbodengymnastik ab Freitag 08.10. um 19:00 Uhr</p> <p>A4) Bauchtanz ab Samstag 16.10. um 16:00 Uhr</p> <p>A6) Wassergymnastik ab Mittwoch 06.10. um 19:30 Uhr</p> <p>B3) Klangschalen-Massage Freitag 22.10. um 19:30 Uhr</p> <p>C2) Panart-Kinderkurs am Samstag 2.10. um 10:00 Uhr</p> <p>C3) Lebensrhythmen am Samstag 9.10. um 9:30 Uhr</p> <p>C14) Modeschmuck selbst gestalten am Samstag 23.10. um 14:00 Uhr</p>	<p>B2) Hilf mir zu entspannen! Samstag 06.11. um 9:00 Uhr</p> <p>B4) Räuchern Samstag 20.11. um 15:00 Uhr</p> <p>C6) Kochkurs für Trauernde am 10.11. um 19:00 Uhr</p> <p>C8) Schreib-Schnuppertag am Samstag 20.11. um 9:30 Uhr</p> <p>C9) Gitarrenkurs für Anfänger ab Donnerstag 4.11. um 19:00 Uhr</p> <p>C13) Kerzen verzieren am Samstag 13.11. um 14:00 Uhr</p> <p>C15) Advenkalender basteln am Samstag 27.11. um 15:00 Uhr</p> <p>D5) EDV Einsteigerkurs ab Montag 8.11. um 19:30 Uhr</p> <p>D6) LFI-Zertifikatslehrgang-EDV-Basisausbildung ab Dienstag 02.11. um 19:30 Uhr</p> <p>E1) Vortrag „Lach-Yoga“ am Donnerstag 11.11. um 19:30 Uhr</p> <p>E2) Lachclub in Langschlag am Donnerstag 18.11. um 19:30 Uhr</p>	
	<p>Jänner 2011</p> <p>A1) Schneeschuhgehen Samstag, 15.01. um 13:30 Uhr</p> <p>D4) „Das Bewegen im Bereich AMA-Internet-Meldungen“ am Donnerstag 20.01. um 20:00 Uhr</p> <p>D7) Modulkurs-LFI ab Montag 10.1. um 20:00 Uhr</p>	<p>Februar 2011</p> <p>C12) Workshop- Religiöse Lieder singen und begleiten am Samstag 12.02. um 13:00 Uhr</p> <p>D1) Obstbaumschnittkurs am Samstag 12.02. um 10:00 Uhr</p>	