

Bildungsprogramm 2025

LandFrauenverein Welzheim



Im Auftrag des Bildungs- und
Sozialwerks im

Land Frauen
LandFrauenverband Württemberg-Baden e.V.

SPORTANGEBOTE

Fit & Fun, G.-Bauknecht Halle, Welzheim

Präventive Gymnastik: Rückenschule, Dehnung & Kräftigung der Muskulatur
Kursleiterin: Sarah Mager
Montag von 20.00 – 21.15 Uhr
Kurse: 13.01. – 30.06. und 07.07. – 15.12.

Fit & Fun, Bürgerhaus Breitenfürst

Präventive Gymnastik : Rückenschule, Dehnung & Kräftigung der Muskulatur
Kursleiterin: Melanie Baun
Mittwoch von 19.30 – 20.45 Uhr
Kurse: 08.01. – 25.06. und 02.07. – 17.12.

Präventive Gymnastik, Für Ältere geeignet, Bürgerhaus Breitenfürst

Rückenschule, Sturzprävention, Dehnung & Gleichgewichtsübungen
Kursleiterin: Elke Neudert
Mittwoch von 09.15 – 10.30 Uhr
Kurse: 08.01. – 25.06. und 02.07. – 17.12.

Präventive Gymnastik, Für Ältere geeignet, Bonhoeffer-Haus Welzheim

Rückenschule, Sturzprävention, Dehnung & Gleichgewichtsübungen
Kursleiterin: Melanie Baun
Mittwoch von 09.30 – 10.45 Uhr
Kurse: 08.01. – 25.06. und 02.07. – 17.12.

Gebühr für alle Gymnastikkurse: 30,00 Euro pro Kurs

Aquafitness mit und ohne Geräte, Bürgfeldschule Welzheim

Funktionelle Gymnastik im Bewegungsbad – Rückengymnastik:
Dehnung & Kräftigung der Muskulatur, Aufrichtung des Rückens
Kursleiterin: Claudia Kraus
Dienstag von 19.00 – 20.00 Uhr
Kurse: 07.01. – 29.04., 06.05. – 29.07. und 16.09. – 16.12.
Mittwoch von 16.00 – 17.00 Uhr und von 17.00 bis 18.00 Uhr
Kurse: 08.01. – 30.04., 07.05. – 30.07. und 17.09. – 17.12.
Teilnahme ist nur mit Anmeldung möglich, die Gruppengröße ist begrenzt.
Kursgebühr: 8,00 Euro pro Person und Termin

Yoga, Hohe Tanne 28, Welzheim

Dehn- und Kräftigungsgymnastik: Körperwahrnehmung, Koordination
Kursleiterin: Melanie Baun
Dienstag von 08.30 – 09.30 Uhr
Kurse: 21.01. – 25.02., 18.03. – 06.05., 20.05. – 15.07., 07.10. – 18.11.
Donnerstag von 18.30 – 19.45 Uhr
Kurse: 16.01. – 27.02., 20.03. – 22.05., 26.06. – 17.07., 09.10. – 27.11.
Teilnahme ist nur mit Anmeldung möglich, die Gruppengröße ist begrenzt.
Gebühr: 6,00 Euro pro Person und Termin

Einstieg in die jeweiligen Gymnastikkurse ist jederzeit möglich!

Gerne ermöglichen wir auch Schnupperstunden.

Die angegebenen Gebühren gelten für Mitglieder.

VERANSTALTUNGEN

23
JAN

Im Alltag sicher bezahlen

Vortrag von Thomas Rohr, Sparkassen-Finanzgruppe Geld und Haushalt
19.00 Uhr Gasthof zum Lamm

08
FEB

LandFrauen – viel mehr als Sie denken

Vortrag von Aylin Bergemann, Abschluss Mitgliederkampagne 24
10.30 Uhr Bürgerhaus Breitenfürst
09.30 Uhr gemeinsames Frühstück

21
FEB

Herstellung von Seife aus biologisch natürlichen Inhaltsstoffen

Workshop Seife siedeln mit Anleitung von Vera Kopp
17.00 Uhr Schulküche Bürgfeldschule

27
FEB

Frauen-Fasnet

mit gemeinsamem Essen
18.00 Uhr Rössle, Rienharz

13
MRZ

Bunter Nachmittag für Ältere

mit Johanna und Uli
14.30 Uhr D.-Bonhoeffer-Haus

19
MRZ

Fledermäuse – Aktiv für die Schönen der Nacht

Vortrag von Gerhard Deeß, NABU
15.30 Uhr Residenzstube, 15.00 gemeinsames Kaffeetrinken

05
APR

Mitgliederversammlung mit Vorstandswahlen

10.00 Uhr Gasthof zum Lamm
09.00 Uhr gemeinsames Frühstück

08
Mai

Zitronen, saubere Früchtchen

Vortrag von Dorothea Endreß
14.00 Uhr Gasthof zum Lamm

Gäste sind jederzeit willkommen!

Anmeldungen sind über www.landfrauen-welzheim.de, landfrauen.welzheim@gmail.com und telefonisch bei Gabriele Fritz, Telefon: 07182 2182, möglich.

VERANSTALTUNGEN

24
Jun

Idealgewicht ohne Hungerkur

Vortrag von Doris Drotleff
19.00 Uhr Familienzentrum-Kreativwerkstatt

08
JUL

Dekorative Tiere aus Draht flechten

Kreativ-Workshop mit Anleitung von Melina Mayer
18.00 Uhr Familienzentrum-Kreativwerkstatt

11
SEP

Lehrfahrt nach Tübingen mit Stadtführung durch die historische Altstadt

Abfahrtszeit und -orte werden noch bekannt gegeben

23
SEP

Genuss im Herbst – Menü zum Erntedank

Planung und Zubereitung des Menüs aus saisonalen und regionalen Produkten mit Anleitung von Petra Ziegler
18.00 Uhr Schulküche Kastell-Realschule

17
OKT

Gefäße töpfern – auch mit der Drehscheibe

Workshop Töpfern lernen mit Anleitung von Angela Munz
15.00 Uhr Werkstatt Munz, Welzheim-Aichstrut

12
NOV

Sicher leben - Schutz vor Trickbetrug und - Diebstahl

Vortrag von Elisabeth Jacobi
15.30 Uhr Residenzstube
15.00 Uhr gemeinsames Kaffeetrinken

11
DEZ

Adventsfeier

14.00 Uhr Gasthof zum Lamm

Gäste sind jederzeit willkommen!

Anmeldungen sind über www.landfrauen-welzheim.de, landfrauen.welzheim@gmail.com und telefonisch bei Gabriele Fritz, Telefon: 07182 2182, möglich.