

Krumbach

Neuburg/Ka.

Thannhausen

Ziemetshausen

Volkshochschule Krumbach e.V.
86381 Krumbach, Bürgerhaus
Heinrich-Sinz-Str. 18
Tel. (08282) 995380 -0
vhs@stadt.krumbach.de
buergerhaus.krumbach.de

Bankverbindung:
Sparkasse Günzburg-Krumbach
IBAN: DE79720518400380016394
BIC: BYLADEM1GZK

Leitung: Johanna Herold
Asterweg 5
86381 Krumbach

Thannhausen

Leitung: Gertrud Zimmermann-Wejda
Uhlandstr. 5, 86470 Thannhausen
Tel. (08281) 24 52
(Keine Anmeldung für Kurse)

Anmeldungen online unter
www.vg-thannhausen.de/vhs
oder VG Thannhausen,
Rathaus, Julia Bode
Tel. 08281/901-34



Kulturgespräche

Von der Sau zum Hirschen – Braukunst und Brauereien in Thannhausen

Sa., 23. Sept. 2017; 17.00 Uhr; „Beim Schwung“;
Referent: Bernhard Niethammer, Bauhistoriker
Der Referent führt uns in das Thannhausen,
das bei der Wandlung vom Markt zur Stadt
stets ein Ort vieler Handwerksbetriebe und
auch Brauereien war. In Bildern wird die Ge-
schichte dieser Zeitspanne spannend erzählt.

Starke Frauen der Romantik: Bettine v. Arnim, Karoline v. Günderode, Caroline Schlegel-Schelling

So., 22. Okt. 2017; 17.00 Uhr; „Beim Schwung“;
Referentin: Maria Wiedemann
An drei konkreten Beispielen wollen wir die
gesellschaftlichen Möglichkeiten von Frau-
en in dieser Zeit betrachten. Jede von ihnen
versucht ihren eigenen Weg zwischen der
neuen geistigen Freiheit und den fortbeste-
henden Konventionen der Zeit zu gehen.

Tibet – eine Hochkultur kämpft ums Überleben

So., 26. Nov. 2017; 17.00 Uhr; „Beim Schwung“;
Referenten: Eduard und Brigitte Kraus
Das Ehepaar bereiste Tibet im Zeitraum von
1986 – 2004 und erzählt in ausdrucksstarken
Bildern von faszinierenden Landschaften und
einer Hochkultur, die ums Überleben kämpft.

Sprachen | Verständigung



Im Bereich „Sprachen“ werden auch
Kleingruppen (5 – 8 Teilnehmer) bei
höherem Gebührensatz angeboten.

Englisch – Auffrischkurs

Beginn: Mo., 9. Okt. 2017; 19.00 – 20.30 Uhr;
Grundschule Thannhausen; 15 Abende;
Gebühr: 75,00 €/60,00 €;
Leitung: Christina Jäderholm

Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen aus der
Schulzeit. Hier haben Sie Gelegenheit, die eng-
lische Sprache wieder aufzufrischen und aus-
zubauen. Der Schwerpunkt liegt auf der Kon-
versation.

Englisch für Senioren 60+

Beginn: Di., 10. Okt. 2017; 10.00 – 11.30 Uhr;
„Beim Schwung“; 15 Vormittage; Gebühr:
75,00 €/60,00 €; Leitung: Christina Jäderholm
Wiederholung und Festigung der bereits vor-
handenen Kenntnisse stehen im Vordergrund
dieses Kurses.

Italienisch – Lektürekurs für Fortgeschrittene A 2/4

Beginn: Mo., 9. Okt. 2017; 19.00 – 20.30 Uhr;
Grundschule Thannhausen; 15 Abende;
Gebühr: 75,00 €/60,00 €;
Leitung: Sandra Hartl

Italienisch – Lektürekurs A 2/4

Beginn: Do., 12. Okt. 2017; 19.00 – 20.30 Uhr;
Grundschule Thannhausen; 15 Abende;
Gebühr: 75,00 €/60,00 €;
Leitung: Sandra Hartl

Italienisch – Grundstufe A 1/2 (ab Lektion 8)

Beginn: Di., 10. Okt. 2017; 19.00 – 20.30 Uhr;
„Beim Schwung“; 15 Abende;
Gebühr: 75,00 €/60,00 €;
Leitung: Sandra Hartl

Schwedisch für Anfänger

Beginn: Do., 12. Okt. 2017; 19.00 – 20.30 Uhr;
Grundschule Thannhausen; 15 Abende;
Gebühr: 75,00 €/60,00 €;
Leitung: Christina Jäderholm
Im Kurs werden Grundlagenkenntnisse in Kon-
versation und Grammatik vermittelt.

Gesundheit | Fitness



**Kommen Sie bitte in bequemer Kleidung zu
allen Gesundheits- und Entspannungskursen.
Bringen Sie bitte Übungsmatte, Decke,
kleines Kissen und warme Socken mit.**

Tanz mit – bleib fit! (für Alleinstehende und Paare)

Beginn: Di., 5. Sept. 2017; 9.00 – 10.30 Uhr;
10 Vormittage; Gemeindehaus Ursberg;
Gebühr: 60,00 €; Mindestteilnehmerzahl: 16;
Leitung: Heide Schöbel

Ohne Leistungsdruck erlernen wir Tanzschrit-
te von Walzer, Tango, Blues und Rumba, wobei
auch Tanzschritte des freien kreativen Tanzes ge-
übt werden.

Pilates für Geübte

Beginn: Mo., 9. Okt. 2017; 17.15 – 18.15 Uhr;
Grundschule Thannhausen;
10 Abende; Gebühr: 50,00 €;
Mindestteilnehmerzahl: 8;
Leitung: Anni Veit

Pilates für Einsteiger

Beginn: Mo., 9. Okt. 2017; 18.30 – 19.30 Uhr;
Grundschule Thannhausen; 10 Abende;
Gebühr: 50,00 €; Mindestteilnehmerzahl: 8;
Leitung: Erna Schuler

Hatha-Yoga

Beginn: Do., 12. Okt. 2017; 19.00 – 20.00 Uhr;
Grundschule Thannhausen; 10 Abende;
Gebühr: 50,00 €; Mindestteilnehmerzahl: 8;
Leitung: Ursula Matzke

Leichter lernen mit Kinesiologie – Lernblockaden lösen

Beginn: Di. 7. Nov. 2017; 17.00 – 18.00 Uhr;
6 Abende; Gebühr: 36,00 €; Skriptkosten: 15,00 €;
„Beim Schwung“; Mindestteilnehmerzahl: 8;
Leitung: Dagmar Rothermel

Kinder und Jugendliche stehen immer häufi-
ger unter Leistungsdruck, werden unruhig, ag-
gressiv oder blocken komplett ab. Sie lernen
im Kurs, wie Stress abgebaut, Körperkoordina-
tion, Motivation und Sicherheit aufgebaut, Re-
aktions- und Konzentrationsvermögen aktiviert
werden.

Pubertät: Kein Grund zur Panik! (2-Tages-Seminar)

Termin: Sa., 25. Nov. 9.00 – 17.00 Uhr und
So., 26. Nov. 2017; 9.00 – 13.00 Uhr;
„Beim Schwung“;
Gebühr: 80,00 €; Skriptkosten: 15,00 €;
Mindestteilnehmerzahl: 6;
Leitung: Dagmar Rothermel

Die verschiedenen Phasen der Pubertät er-
kennen. Wie handle ich richtig bei Provokati-
on? Problemlösetraining, Konfliktmanagement,
Kommunikation mit Jugendlichen, Entspan-
nungsmethoden um neue Energie zu tanken.

Intensiv-Training für Rücken-, Nacken- und Schultermuskulatur

Beginn: Do., 11. Jan. 2018; 17.30 – 18.30 Uhr;
10 Abende; Grundschule Thannhausen;
Gebühr: 50,00 €; Leitung: Dagmar Rothermel
Sie erlernen auf angenehme und effektive
Weise, Ihren Rücken zu stärken. Verbessern
Sie durch ausgewählte Übungen Ihre Rücken-
muskeln, lockern und aktivieren Sie dabei
auch die Muskeln der Schulter und Wirbel-
säule.

Entspannung und Meditation mit Klangschalen

Beginn: Do., 11. Jan. 2018; 18.45 – 19.45 Uhr;
10 Abende; Grundschule Thannhausen;
Gebühr: 50,00 €; Leitung: Dagmar Rothermel
Erleben Sie die wohltuende Wirkung der
Klangschalen auf Körper, Geist und See-
le und erfahren Sie mehr über ihre Anwen-
dungsweise.

Geschenkgutscheine

In Ihren vhs-Geschäftsstellen können
Sie Gutscheine erwerben, mit denen
Sie Kurse, Reisen und andere
vhs-Angebote verschenken können.



Bitte um Beachtung:

• **Bei nicht rechtzeitiger Absage (mind. 1 Woche vor Kursbeginn) wird die Kursgebühr plus Materialkosten in Rechnung gestellt!**

• **Bitte zu allen Kochkursen Getränk, Geschirrtuch und entsprechende Behältnisse für Kostproben mitbringen.**

Thermomixküche:

Leckerer Kürbis und anderes Herbstgemüse

Sa., 14. Okt. 2017; 10.00 – 13.00 Uhr; Küche der Mittelschule Thannhausen; Gebühr: 16,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Petra Müller
Lassen Sie sich inspirieren von neuen Kürbisrezepten.

Thermomixküche:

Mediterrane Winterküche

Sa., 11. Nov. 2017; 10.00 – 13.00 Uhr; Küche der Mittelschule Thannhausen; Gebühr: 16,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Petra Müller
Italien, Griechenland, Spanien zeigen eine große Vielfalt an Rezepten für die Winter- und Feiertagsküche.

Thermomixküche:

Plätzchen und Pralinen

Sa., 2. Dez. 2017; 10.00 – 13.00 Uhr; Küche der Mittelschule Thannhausen; Gebühr: 16,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Petra Müller
Eine Auswahl von Plätzchen und Pralinen zum Selber naschen und Verschenken.

Thermomixküche:

Eintöpfe (All-in-one-Gerichte) und Hefeteig

Sa., 21. Jan. 2017; 10.00 – 13.00 Uhr; Küche der Mittelschule Thannhausen; Gebühr: 16,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Petra Müller
Alles aus einem Topf? Eintöpfe kommen in der kalten Jahreszeit wieder in Mode. Dazu „als typisch schwäbisch“ ein Hefeteiggebäck.

Aktives Lernen

Salbe selber machen – wie geht das?

Do., 26. Okt. 2017; 18.00 – 21.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 12,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Birgit Lecheler
Sie erlernen, Salben aus natürlichen Rohstoffen selbst herzustellen und nehmen eine Probeinheit mit nach Hause.

Räuchern in den Rau(ch)nächten

Di., 28. Nov. 2017; 18.00 – 21.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 12,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Birgit Lecheler
Sie erlernen den praktischen Umgang mit altem Brauchtum: dem Räuchern von heimischen Kräutern und Harzen.

Kunst | Handwerk

Zeit für Windspiele

Mi., 11. Okt. 2017; 15.00 – 17.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 14,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Ann Marie v. Schoenaich
Bringen Sie Farbe und Lichteffekte in Ihren herbstlichen Garten.
Bitte mitbringen: Schere, Häkelnadeln Nr. 3–4

Recycle-Idee 1:

Putztücher und Spülschwämme häkeln

Mi., 11. Okt. 2017; 16.00 – 19.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 14,00 €, plus Materialkosten; Mindestteilnehmerzahl: 8; Leitung: Sonja Morgan
Wir häkeln kleine Helfer für Küche und Bad. Diese können immer wieder in der Waschmaschine gereinigt werden. Eine besondere Wolle macht dies möglich.
Bitte mitbringen: Häkelnadel Nr. 4–5

Perlenschmuck selbst gemacht

Fr., 13. Okt. 2017; 16.00 – 19.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 14,00 €, plus Materialkosten; Mindestteilnehmerzahl: 8; Leitung: Montserrat Sülzle
Perlenschmuck ist geeignet für jede Garderobe und jede Gelegenheit. Sie können Perlen aus Glas, Holz, Stein, Keramik und Metall auf Leder oder Edelstahlendraht zu Armband, Ohrschmuck oder als Halskette anfertigen. Sie erlernen dabei auch den Umgang mit Schmuckwerkzeug.

Zeit für Erinnerung – Fundstücke umgarnen

Mi., 18. Okt. 2017; 15.00 – 17.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 14,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Ann Marie v. Schoenaich
Schöne Steine, Wurzeln, Holzstücke etc. haben es verdient, einen Ehrenplatz zu bekommen.
Bitte bringen Sie Ihre Raritäten mit.

Peyote-Perlenfädeln (Grundkurs)

Fr., 20. Okt. 2017; 17.00 – 20.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 14,00 €, plus Materialkosten; Mindestteilnehmerzahl: 8; Leitung: Sonja Morgan
Gefädelt wird mit kleinen Glasperlen, daraus entstehen moderne Schmuckstücke.

Traumfänger – Tradition der Indianer Nordamerikas

Mi., 8. Nov. 2017; 16.00 – 19.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 14,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Sonja Morgan
Ein Traumfänger ist mehr als nur ein schöner Raum- und Fensterschmuck. Er stammt aus der Tradition der Sioux-Indianer Nordamerikas und fängt nach deren Glauben die nächtlichen Träume ein.

Schöne Festgestaltung mit Fröbelsternen

Fr., 10. Nov. 2017; 17.00 – 19.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 12,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Sonja Morgan
Aus dekorativen Papierstreifen entsteht der klassische Fröbelstern. Daraus entwickeln wir neue Variationen in raffinierter Falltechnik.
Bitte mitbringen: Schere, Bleistift, schönes Papier (falls vorhanden)

Recycle-Idee 2: Engel aus Abfallmaterial

Mi., 6. Dez. 2017; 14.00 – 17.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 14,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Sonja Morgan
Unerschöpflich sind die Ideen, aus Wertstoffen aus dem „Gelben Sack“ Engel für die Weihnachtsdeko herzustellen.

Peyote-Technik (Aufbaukurs)

Mi., 10. Jan. 2018; 16.00 – 19.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 14,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Sonja Morgan
Wir fädeln einen Anhänger in Form eines Dreiecks.
Voraussetzung: Teilnahme an einem Grundkurs in Peyote-Technik

Perlen und Kork – Gegensätze ziehen sich an

Mi., 7. Feb. 2018; 16.00 – 18.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 14,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Sonja Morgan
Die verschiedenen Werkstoffe erzeugen Spannung bei der Verarbeitung zu Schmuckstücken und allerlei praktischen Accessoires.
Bitte mitbringen: Schere und einige Wäscheklammern

Schreib-Art – Kalligraphie: Einführungskurs

Fr., 13. Okt. 2017; 16.00 – 18.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 16,00 €; Leitung: Ann Marie v. Schoenaich
Wir alle benutzen Schriftzeichen. Neben Funktionen haben sie auch Form, somit auch Ausdruck. In unserer SMS-verkürzten Zeit geht beides verloren. Wir suchen unsere eigenen unverwechselbaren Schriftzeichen.
Bitte mitbringen: verschiedene Schreibwerkzeuge vom Bleistift über Füller, Feder und Läusekamm, verschiedene Papiersorten

Voraussetzung für die folgenden Kurse: Teilnahme am Einführungskurs „Kalligraphie“

Schreib-Art – Kalligraphie: Schrift und Farbe

Fr., 20. Okt. 2017; 16.00 – 18.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 16,00 €; Leitung: Ann Marie v. Schoenaich

Schreib-Art – Kalligraphie: Weihnachtspost

Sa., 11. Nov. 2017; 10.00 – 12.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 16,00 €; Leitung: Ann Marie v. Schoenaich
Gestaltung eines besonderen Weihnachtsgeschenkes

Schreib-Art – Kalligraphie und Malerei

Fr., 2. Feb. 2018; 16.00 – 18.00 Uhr; „Beim Schwung“; Gebühr: 16,00 €, plus Materialkosten; Leitung: Ann Marie v. Schoenaich
Setzen Sie die Schwünge Ihrer Schreib-Art um und entdecken Sie den Malkünstler in sich.