

Rathauspost

Amtliche Nachrichten und Informationen des Bürgermeisters

Nr.5/2012 | Zugestellt durch Post.at



AKTIVES ZWENTENDORF Herbst 2012



Volkshochschule



Kneipp-Verein

Vorwort

Werte GemeindebürgerInnen!
Liebe Jugend!

Gesundheit, Sport, Freizeit, Bildung und Kultur haben hohen Stellenwert, sind Lebensqualität und deshalb bieten Volkshochschule und Kneipp-Club auch 2012 ein umfangreiches Angebot.

GGR Manfred Bichler und Christian Richter haben mit ihren Partner/Innen wieder ein tolles, abwechslungsreiches und kostengünstiges Programm zusammengestellt. Bestimmt ist für viele was dabei; auch Gäste aus der Region sind herzlich willkommen.

Natürlich muss ich auch unbedingt hinweisen auf Music & Dance-Factory, Gemeindebücherei, Vereine, Feuerwehren, Donauhof, usw., usw. Unsere Home-Page www.zwentendorf.at informiert laufend über alle Veranstaltungen und Termine.

Nehmen Sie aktiv teil, besuchen Sie uns und fühlen Sie sich ganz einfach wohl in Zwentendorf, das wünscht sich

der Bürgermeister



Liebe Kneipp-Freunde!

Wie bisher bietet Kneipp wieder zwei moderne Bewegungsarten an. Die altbewährte Hockergymnastik, erweitert durch Beckenbodenturnen, langsamere Bewegungsübungen, die zielführend für den Körper sind und zu einer beliebten Turnart in unserer Heimatgemeinde geworden sind.

Turnen mit Kneipp für Gesundheit und Wohlergehen bis ins hohe Alter.

Aber auch einen neuen, modernen Fitnesstrend wollen wir anbieten.

Line-Dance, moderne, rhythmische Übungen mit Musik für Jung und Alt, die leicht erlernbar sind. Tanzen trägt zum allgemeinen Wohlbefinden bei und ist eine gesunde Form, um den Körper in Schwung zu halten.

Bewegung ist Freude und fördert die sozialen Kontakte, was für jede Altersgruppe wichtig ist. Lassen Sie sich begeistern. Ebenfalls werden wir wieder Kochkurse anbieten.

Die Obfrau Anna Cervenka



Kneipp Verein
aktiv & gesund

Kinder- und Jugendkurse

Mutter-Kind-Treff

Mamas/Papas und ihre Kinder (0-3 Jahre) sind eingeladen, in angenehmer Atmosphäre Erfahrungen rund ums Elternsein auszutauschen. Die Kleinen haben jede Menge Zeit zum Spielen mit Gleichaltrigen und nebenbei gibt es Beratung über Stillen, Ernährung und Pflege von Babys und Kleinkindern. Termine zu interessanten Vorträgen werden kurzfristig bekannt gegeben.



Kursleiterin: Fr. DGKS Doris Schwarz
Treffpunkt: Sozialzentrum Zwentendorf
Beginn: Montag, 09.00 – 11.30 Uhr zu folgenden Terminen:
10.9.12, 8.10.12, 5.11.12, 3.12.12,
7.1.13, 11.2.13, 4.3.13, 8.4.13, 6.5.13, 10.6.13

Teilnahme: **! KOSTENLOS ! (Kurskosten übernimmt die Gemeinde)**

Helen Doron Early English

Stellen Sie sich vor, Ihr Kind spricht Englisch ohne Hemmungen, hat einen umfangreichen Wortschatz und Freude am Lernen. Das ist nicht unmöglich! Mit der spielerischen Methode von Helen Doron „erspielen“ sich die Kinder die neue Sprache wie eine zweite Muttersprache. Je früher ein Kind beginnt, desto einfacher und natürlicher nimmt es die zusätzliche Sprache, deren Aussprache und Grammatik auf. Mit viel Musik, Bewegung und mit allen Sinnen macht Englisch lernen richtig Spaß!

Info und kostenlose Schnupperstunde: Katherine Helldorff 0650 8181108 / www.HelenDoron.at

Termin für die Schnupperstunde für Helen Doron Englisch ist der Freitag der 07.09.2012
Kinder von 3 - 5 Jahre 16:00 Uhr
Kinder von 5 - 7 Jahre 16:30 Uhr
Kinder von 7 - 10 Jahre 17:00 Uhr

im Sozialzentrum Zwentendorf

Schwimmen

Baby- und Kleinkindschwimmen – (ab 2 Monaten bis zum „Schwimmenkönnen“)

... mit Spiel und Spaß im Wasser – mit den Eltern und anderen Babys!!!

Es wird kind- und altersgerecht geübt (spezielle Übungen, Lieder und Spiele) mit dem Ziel, dass sich die Kinder so bald wie möglich im und unter Wasser wohlfühlen, selbständig werden, sich selbst retten können, bis hin zum eigenständigen über Wasser halten, was ab einem Alter von ca. 2 ½ Jahren bei regelmäßigem Training möglich sein wird.

Bei regelmäßiger Teilnahme (mindestens 1x pro Woche) können positive Effekte nachgewiesen werden, wie Beschleunigung der motorischen Entwicklung, Kräftigung der Muskeln und Atemwege, Anregung des Kreislaufs, Training des Gleichgewichts, Schulung des Selbstvertrauens und vieles mehr.

In Österreich bildet der Verein ABA (Austrian Babyswim Association) Instrukto:innen aus und gibt einheitliche Richtlinien vor, um die Qualität des Babyschwimmens zu gewährleisten. Laufende Fortbildungen sind Voraussetzung.

Bei den Baby- und Kleinkindschwimmkursen ist die Wassertemperatur höher als bei normalem Badebetrieb!! Das Material wird vom Kursleiter zur Verfügung gestellt. Mitzubringen ist eine spezielle Babyschwimmbadehose bzw. eine Schwimmwindel (+Reserve). Es sind auch Quer- bzw. Wiedereinsteiger bis zu einem Alter von max. 4 Jahren willkommen!



Die Einteilung der Kurse erfolgt nach Einlangen der Anmeldungen, Kinder aus Zwentendorf werden bevorzugt.

Kursleiterin: Pengl Sabine
 Kursbeginn: 06.10.2012
 Kurstag: Samstag Vormittag ab 09.00 Uhr
 Kursbeitrag: € 110,-- inkl. Eintritt Hallenbad
 Kursdauer: 10 Einheiten
 Anzahl: max. 6 Kurse = ca. 70 Kinder
 Termine: 6., 13., 27.10., 3., 10., 17.11., 1., 8., 15., 22.12.

Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13
oder unter www.zwentendorf.at

Schwimmkurs für Kinder ab 5 Jahren

Schwimmtechniken lernen mit Spiel, Spaß und Freude

Kursleiterin: Pengl Sabine
Kursbeginn: 04.10.2012
Kurstag: Donnerstag ab 15.00 Uhr
Kursbeitrag: € 110,-- inkl. Eintritt Hallenbad
Kursdauer: 10 Einheiten
Termine: 4., 11., 18., 25.10., 8., 15., 22., 29.11., 6., 13.12.



**Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13
oder unter www.zwentendorf.at**

Turnen

Kinderturnen – für Kinder von 2-6 Jahren
für Kinder von 6-10 Jahren



Kursleiterin: Veronika Beran
Kursbeginn: f. 2-6 Jahre Mittwoch, 19.09.2012 – 16.00 - 17.00 Uhr
f. 6-10 Jahre Mittwoch, 19.09.2012 – 17.00 - 18.00 Uhr
Kursbeitrag: € 22,--
Kursdauer: 10 Stunden
Kursort: Turnsaal Hauptschule Teilnehmer: 10 Kinder

**Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13
oder unter www.zwentendorf.at**

ZUMBA für Kids



Kinder lieben es, die Musik aufzudrehen, zu tanzen und Spaß mit ihren Freunden zu haben. Wieso sollten sie dabei nicht gleich fit werden? Das ist möglich mit Zumba für Kids.....

Kursleiterin: Petra Peneder
Kursbeginn: 20.09.2012
Kurstag: Donnerstag ab 15.00 Uhr
Kursbeitrag: € 45,--
Kursdauer: Sept. - Dez.
Kursort: Turnsaal Volksschule, Zwentendorf



**Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13
oder unter www.zwentendorf.at**

Karate u. Kobudo für Kinder u. Jugendliche

Kursleiter: Jesus Potrero
Kursbeginn: Montag, 17.09.2012
um 16.00 - 17.00 Uhr - Karate
um 17.00 - 18.00 Uhr - Kobudo
Kursbeitrag: € 45,--
Kursdauer: Sept. - Dez.
Kursort: Turnsaal Volksschule, Zwentendorf

**Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13 oder unter
www.zwentendorf.at**

ERWACHSENENKURSE

Turnen

„Vorsorge ist die bessere Medizin“ - Gesundheitsgymnastik:



Bewegung, Ernährung, Stressvermeidung sind wesentliche Faktoren, die unsere Gesundheit beeinflussen. Bewegungsmangel lassen sämtliche Bauteile der Wirbelsäule verkümmern.

- Wirbelkörper werden porös
- Bänder werden schlaff, Muskeln verkümmern
- Schmerzen sind die Folge

Ausbildung:
Heilmasseurin und Dipl. Bewegungstherapeutin
Übungsleiter für Gesundheitsgymnastik
Pilates Basis Instructor
MFT-Koordinationstrainer
Aqua-Fitness-Trainerin
Smovey Coach

Kursleiterin: Brigitte Hinko

Kursbeginn: Mittwoch, 19.09.2012, 18.00 - 19.00 Uhr und 19.00 - 20.30 Uhr

Kursbeitrag: Kurs 1: € 35,-- Kurs 2: € 50,--

Kursdauer: 13 Einheiten

Kursort: Turnsaal Volksschule Zwentendorf

Mitzubringen sind: Matte, sowie viel Freude und Spaß!!!

**Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13
oder unter www.zwentendorf.at**

Hockergymnastik

Seit 1996 bin ich als Übungsleiterin tätig. Vor mehr als 10 Jahren begann ich mit der Hockergymnastik in Nußdorf. Seit 2010 habe ich eine Ausbildung als Beckenbodentrainerin. Seit 2008 biete ich das Trainingsprogramm in Zwentendorf an und es erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Unser besonderes Anliegen ist es, dass auch Menschen ab 50+ möglichst schmerzfrei in Bewegung bleiben.



Kursleiterin: Doris Brunthaler

Kursbeginn: Dienstag, 18.09.2012 um 17.00 - 18.00 Uhr

Kursbeitrag: € 45,-- Nichtmitglieder, € 35,-- Mitglieder (Kneippverein)

Kursdauer: 11 Einheiten mind. 20 Teilnehmer

Kursort: Kindergarten II, Kneippweg 6, Erpersdorf

Schnupperstunde möglich

**Anmeldung bis 09.09.2012 bei Obfrau Anna Cervenka 02277/2490
oder 0664/1760821**

 **Verein**
Kneipp
aktiv & gesund

Body-Work für Männer und Frauen:

Kursleiterin: Kastner Christine
 Kursbeginn: ab Montag, 17.09.2012, 18.30 Uhr
 Kursbeitrag: € 50,-- (Sept. - Dez.)
 Kursort: Turnsaal Hauptschule Zwentendorf



Einstieg jederzeit möglich

**Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich –
 02277/2209-13 oder unter www.zwentendorf.at**

Ausbildung:
 Staatlich geprüfte Fit Lehrwartin
 Aerobic Instructorin
 Hot Iron Instructorin
 Pilates Basic Instructorin
 ständige Weiterbildung an div.
 Aerobic Veranstaltungen

Wirbelsäulengymnastik/Pilates

Mobilisierung und Kräftigung der Rumpfmuskulatur, sowie zur Verbesserung der Koordination und Körperwahrnehmung kombiniert mit vielen Pilatesübungen. Durch Pilates wird die Leistungsfähigkeit der tiefliegenden Bauchmuskeln und der kleinen Stabilisierungsmuskeln rund um die Wirbelsäule trainiert. Für Damen und Herren aller Altersgruppen.



Kursleiterin: Wegl Elisabeth
 Kursbeginn: Dienstag, 18.09.2012, 18.20 – 19.20 Uhr
 Kursbeitrag: € 40,-- (Sept. - Dez.)
 Kursort: Turnsaal Hauptschule Zwentendorf

Ausbildung:
 Staatlich geprüfte Fit Lehrwartin
 MFT Professional Instructorin
 MFT Testleiterin
 Hot Iron Instructor
 Rückenfit Instructor
 Lauf Instructor
 ständige Weiterbildung an div.
 Aerobic Veranstaltungen
 Pilates professional Instructor

Einstieg jederzeit möglich

**Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13 oder unter
www.zwentendorf.at**

Langhanteltraining:

Die Basis für einen athletischen Körper. Kraftausdauersport mit der Langhantelstange in der Gruppe, welche die optimale Verbindung zwischen Aerobic und Kräftigung ohne Choreographie bietet.

Ziel: Straffung und Kräftigung der wichtigen Muskelgruppen. Senkung des Körperfettanteiles. Verbesserung der Nährstoffaufnahme in der Muskulatur. Für Damen und Herren aller Altersgruppen.



Kursleiterin: Wegl Elisabeth
 Kursbeginn: Dienstag, 18.09.2012, 19.20 – 20.35 Uhr
 Kursbeitrag: € 40,-- (Sept. - Dez.)
 Kursort: Turnsaal Hauptschule Zwentendorf

**Einstieg
 jederzeit
 möglich**

**Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13 oder unter
www.zwentendorf.at**

Line Dancing

Mein Name ist Mühlbauer Elisabeth und ich wohne in Erpersdorf. Ich tanze seit ca. 10 Jahren Line Dance und habe vor einigen Jahren bereits die Ausbildung zur Dipl. Tanztrainerin erfolgreich absolviert. Ich unterrichte auch in meinem Verein, den Lucky Liners.

Ich freue mich, auf die Weiterführung des Line Dance Kurses, und die gute Zusammenarbeit mit dem Kneippverein in Zwentendorf, der diese Kurse organisiert.

Mitzubringen sind: Bequeme Kleidung



- Kursleiterin: Mühlbauer Elisabeth
 Kursbeginn: Donnerstag, 13.09.2012, **Schnupperstunde möglich**
 Anfänger 19.00 Uhr und Fortgeschrittene 20.00 Uhr
 Kursbeitrag: € 60,-- Nichtmitglieder, € 50,-- Mitglieder (Kneippverein)
 Doppelstunde € 80,-- Nichtmitglieder, € 70,-- Mitglieder
 Kursdauer: 10 Abende
 Kursort: Donauhof Zwentendorf

Anmeldung bis 09.09.2012 bei Fr. Cervenka 02277/2490, 0664/1760821 od. 0664/8944339

Zumba

Zumba ist Aerobic gepaart mit feuriger Latino-Musik.

Verschiedene Tanzstile wie Salsa, Samba, Merengue und Cuba, lassen die Hüften schwingen. Zumba ist einfach!!!!

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, denn die Tanzschritte sind leicht nachzumachen. Es kann jeder mitmachen, da wir mit leichten Schritten beginnen und uns von Woche zu Woche steigern!!!!



- Kursleiterin: Petra Peneder
 Kursbeginn: Dienstag, 18.09., 19.00 - 19.50 Uhr = Zumba Gold
 (Anfänger und ab 55+)
 Dienstag, 18.09., 20.00 - 20.50 Uhr = Zumba Fitness
 Donnerstag, 20.09., 18.00 - 18.50 Uhr = Zumba Fitness
 Donnerstag, 20.09., 19.00 - 19.50 Uhr = Zumba Toning
 Teilnehmer: pro Kurs max. 30 Teilnehmer
 Kursbeitrag: € 75,--
 Kursdauer: Sept. - Dez.
 Kursort: Turnsaal Volksschule Zwentendorf

**Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich –
 02277/2209-13 oder unter www.zwentendorf.at**

Ausbildung: Smovey Coach MFT- Koordinationstrainerin Aqua-Fitness-Trainerin Zumba Instructor

Fitness für Körper und Geist

Hatha Yoga

Hatha-Yoga ist ein körperorientierter Yogastil. Im Mittelpunkt stehen Asanas (Körperhaltungen), die präzise und statisch ausgeführt oder zu einem dynamischen Fluss verbunden werden. Dabei wird der Atem zunehmend vertieft und verfeinert. Im Unterschied zum westlichen Sport fördert Hatha-Yoga nicht nur die physische Gesundheit, sondern stellt auch eine Schulung der Aufmerksamkeit dar, die zu einer Sensibilisierung der Wahrnehmung und innerer Ruhe führt.



Mitzubringen sind: Bequeme Kleidung, Unterlagsmatte, Sitzkissen oder fester Polster, Decke für die Entspannung.

Kursleiterin: Maria Lackner-Gallee (Mitglied des BOY)
 Kursbeginn: Dienstag, 18.09.2012 um 18.30 - 20.00 Uhr
 Kursbeitrag: € 65,-- (richtet sich nach Teilnehmer, max. 15)
 Kursdauer: 10 Kursabende zu 1 ½ Stunden
 Kursort: Kindergarten II, Erpersdorf, Kneippweg 6

Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13 oder unter www.zwentendorf.at

Breema in Zwentendorf

Breema® ist eine traditionelle Körperarbeit aus dem Nahen Osten und beruht auf einfachen Prinzipien, die auch gut im täglichen Leben angewendet und integriert werden können.

Breema kann uns helfen den Körper, die Gefühle und den Verstand so zu unterstützen, dass sie zusammenwirken mehr Klarheit und Achtsamkeit zu erfahren, eine Atmosphäre von Akzeptanz zu schaffen, den Kontakt zur instinktiven Weisheit des Körpers wieder herzustellen und der Kraft unserer wahren Natur zu vertrauen. Die Erfahrung von "Ich habe einen Körper, der Körper hat Gewicht" lernen wir auch in Beziehung zu einem Partner beizubehalten. So entsteht eine wertfreie und ausgeglichene Atmosphäre. Die Einzel- und Partnerübungen bestehen aus einer Abfolge einfacher Bewegungen und Berührungen, wie z.B. lehnen, halten, dehnen, streichen und wiegen. Die Übung kann auch nur aus einem einfachen, bewusstem „halten“ bestehen. Die Übungen werden sowohl von der gebenden Person, als auch vom Partner, der Breema bekommt, als angenehm, entspannend und belebend erfahren.

Kursleiter: Werner Krulla
 Kursbeginn: Donnerstag, 20.09.2012 um 18.30 - 20.00 Uhr
 Kursbeitrag: € 45,--
 Kursdauer: 10 Kursabende zu 1 1/2 Stunden
 Kursort: Kindergarten II, Erpersdorf, Kneippweg 6

Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13 oder unter www.zwentendorf.at



KICK-BOXING



Rundet das Angebot ab und fällt nicht mehr Unter die sogenannte „Budo“-sportarten. Dieser vor allem in der USA weitverbreitete Kampfsport stellt eine Kombination zwischen dem Boxen und Karate dar. Schnelligkeit, Kraft, Koordination und Kampftaktik sind Die Faktoren die diese komplexe Sportart bestimmen.



Trainer

Jesús Potrero 5.Dan Kick-Boxing

World Championship U.S.A (Los Angeles) 1989 in Full-Contact: 3. Platz

European Championship Italien (Monaco) 1988 in Full-Contact: 2. Platz

Spanischer Champion: 1987, 1988, 1989, 1990, 1991 in Kick-Boxing-Full-Contact
Regional Champion:

Karate: 1986, 1987, 1988, 1990.

Kick-Boxing-Full-Contact: 1984, 1985, 1986, 1987, 1988, 1989, 1990, 1991.

Boxing: 1990

Kursleiter: Herr Jesus Potrero
Kursbeginn: 17.09.2012 um 20.00 - 21.30 Uhr
Kurstag: immer Montag + Donnerstag von 20.00 - 21.30 Uhr
Kursbeitrag: € 135,--
Kursdauer: Sept. - Dez.
Kursort: Turnsaal Volksschule, Zwentendorf

Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13 oder unter www.zwentendorf.at

Schwimmen



Wassergymnastik

Bei Wassergymnastik geht es insbesondere um gezielten Aufbau und Stärkung der Muskulatur mit funktionellen Bewegungen, wobei wir gesunde Haltung lernen. Unter Wasser wiegt alles nur noch ein Zehntel des Gewichtes wie an Land

- schont die Gelenke
- erleichtert die Bewegung
- Ausdauer, Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Kondition werden verbessert
- es macht Riesenspaß- für Jung und Alt!!**

Kursleiterin: Brigitte Hinko
Kursbeginn: Freitag, 28.09.2012 um 14.00 - 14.50 Uhr
Kursbeitrag: € 55,-- inkl. Hallenbadeintritt
Kursdauer: 10 Kurseinheiten zu 50 Minuten
Kursort: Hallenbad Zwentendorf

Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13 oder unter www.zwentendorf.at

Sprachen

Deutsch für Menschen mit nicht deutscher Muttersprache

Für Anfänger und Fortgeschrittene. Die Teilnehmer/Innen lernen sowohl die Grundzüge der Grammatik als auch den Basiswortschatz. Ein weiteres Kursziel ist die Verbesserung der Aussprache.

Kursleiter: Mag. Walter Braun
Treffpunkt: ab Mittwoch, 19.09.2012,
18.00 Uhr Anfänger, 19.00 Uhr Fortgeschrittene
Kursdauer: Sept. - Dez.
Kursort: Hauptschule
Kursbeitrag: Kostenlos

Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13 oder unter www.zwentendorf.at

Kreative Kurse

Portraitkurs

Ein überaus spannender Teilbereich der Fotografie ist das Portrait, wobei sich "Portrait" nicht nur auf Menschen, sondern auch auf Tiere beziehen kann.



Kursleiter: Hans Eder
Kursbeginn: Dienstag, 16.10.2012
um 19.00 - 21.00 Uhr
Kursbeitrag: € 50,--
Kursdauer: 5 Kursabende zu 2 Stunden
Kursort: Hauptschule Zwentendorf

Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13 oder unter www.zwentendorf.at

wöchentlicher Lauftreff

Seit nunmehr fünf Jahren besteht der Zwentendorfer Lauftreff. Mehr als 60 Laufbegeisterte konnten wir in dieser Zeit verbuchen.

Durchschnittlich besteht unsere wöchentliche Gruppe aus zehn Läufern.

Der Lauftreff findet das ganze Jahr über statt. Wir treffen uns wie gewohnt, jeden **Donnerstag um 19.00 Uhr beim Parkplatz des Donauhofes**, jedoch **ab 27.09.2012 beim Parkplatz des Kraftwerkes Dürnrohr (Kohlekraftwerk – unsere Winterlaufstrecke)**.

Vor allem im Winter stärkt die Bewegung an der frischen Luft die Immunabwehr, kurbelt den Kreislauf und die Fettverbrennung an. So können kleine „Feiertagssünden“ der Figur nichts anhaben und die Kondition bleibt dem Winter über erhalten.

Wir würden uns freuen mit euch, liebe Laufbegeisterte und Neueinsteiger, den Winter „zu verlaufen“ und fit ins neue Frühjahr zu starten.

Bei Rückfragen:
Kerschbaumer: 0676/81032970

Allgemeine Kursbedingungen:

Ermäßigungen:

Für alle Erwachsenenkurse ist von Schüler/Innen, Lehrlingen, Präsenzdienern, Student/Innen und Inhabern der Jugendkarte 1424 nur der halbe Kursbeitrag zu entrichten. (Ausweis erforderlich).

Beim Besuch von mehreren Kursen bieten wir eine Ermäßigung von einmalig € 10,--

Der Kursbeitrag wird mittels Zahlschein vorgeschrieben.

Kursbestätigungen:

Diese werden auf Antrag des Kursteilnehmers (beim Kursleiter einzubringen) von der Volkshochschule ausgestellt. Voraussetzung dafür ist der regelmäßige Besuch, der vom Kursleiter zu bestätigen ist.

Platzverteilung:

Bei allen Kursen wird Bürger/Innen der Marktgemeinde Zwentendorf der Vorzug erteilt, erst dann werden die freien Plätze mit Auswertigen aufgefüllt.

Haftpflicht:

Für Unfälle, Diebstähle und sonstige Schäden haftet die Volkshochschule nicht.

Preisgestaltung:

Die Preise berechnen sich immer bei 15 Teilnehmer/Innen, die tatsächlichen Kurskosten werden dann nach tatsächlichen Kursteilnehmer/Innen in 5er Schritten berechnet.

Anmeldung:

Telefonisch am Gemeindeamt, über das Formular unter www.zwentendorf.at oder wenn gesondert angeführt direkt bei Kursleiter/Kneipp Verein.

Wenn Sie einen Kurs besuchen wollen, bitte unbedingt vorher anmelden, da es sonst passieren kann, dass ein Kurs nicht zustande kommt!

Vorträge

15. September Wildfrüchte von Bäumen und Sträuchern - essbar oder giftig?

Bei dieser Kräuterwanderung in ihrem Gemeindegebiet zeige ich die wichtigsten Wildfrüchte und erkläre welche davon essbar sind und welche ungenießbar oder gar giftig sind. Neben den Wildfrüchten zeige ich auch Kräuter die zu dieser Zeit wachsen. Ich erzähle interessante Geschichten zu den Pflanzen und zeige kleine Experimente. Im Anschluss gibt es einige Rezepte zum selber ausprobieren.

Vortragender: Markus Dürnberger
 Beginn: Samstag, 10.00 Uhr
 Treffpunkt: Wallfahrtskirche Maria Ponee

19. September Vortragsreihe Basisinfo Christentum

17. Oktober

21. November

12. Dezember

ist ein Wissenskurs, der in Zusammenarbeit von Katholischem Bildungswerk und Volkshochschule allgemeinverständlich und kompakt über die Grundlagen des Christentums informieren möchte. Er ist für Menschen gedacht, die nur wenig über diese Religion wissen - Kirchenferne oder Andersgläubige, Skeptiker, Neugierige. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten ein Skriptum. Der Kurs umfasst drei Module zu je vier Abenden. Das erste Modul behandelt die Grundlagen - Bibel und Fragen nach Gott, Jesus und Erlösung. Weitere Module befassen sich mit der Geschichte der Kirche und den Herausforderungen der Gegenwart.

19. 09. **Die Bibel - Wort Gottes?**

Welche Erfahrungen zur Entstehung der Bibel geführt haben

17. 10. **Die Frage nach Gott**

Wie das Christentum von Gott spricht und wofür der Name Gottes steht

21. 11. **Jesus - Sohn Gottes?**

Wieso Christinnen und Christen Jesus als Sohn Gottes bekennen und was sie damit sagen wollen

12. 12. **Erlösung durch das Kreuz?**

Wofür Jesus nach christlichem Glauben gestorben ist

Vortragender: Mag. Michael Ledwinka, PAss i. R.
 Beginn: Mittwoch 19.09.2012, 19.00 – 20.30 Uhr
 Treffpunkt: Sozialzentrum Zwentendorf
 Kostenbeitrag: € 20,- für alle vier Abende

Anmeldung bis 07.09.2012 am Gemeindeamt erforderlich – 02277/2209-13 oder unter www.zwentendorf.at

23. September Wanderung von Dürnstein nach Krems

Treffpunkt um 08.45 beim Donauhof: Fahrt nach Krems, dann mit der Wachaubahn nach Dürnstein und Wanderung zurück nach Krems. Wanderung ca. 2 1/2 Stunden. Anmeldung Fikar Wilhelm: 02277/2363

04. Oktober

**Demenz - das langsame Vergessen -
Informationen, Behandlung & Umgang mit an Demenz
erkrankten Personen**

- Krankheitsbild und Symptome der Demenz
- Kennenlernen verschiedener Formen der Demenz
- Die Stadien der Demenzerkrankung
- Kennenlernen des „4-Stufen-Modells des Werkzeugverlusts“ und „Demenzgesetze“ für ein besseres Verständnis für das Verhalten von Demenzerkrankten Personen
- Möglichkeiten der Behandlung
- Wie gehe ich als Angehöriger mit dieser Erkrankung um?

Vortragende: Birgit Riedinger
 Beginn: Donnerstag, 19.00 Uhr
 Treffpunkt: Sozialzentrum Zwentendorf

18. Oktober

**Die heilsame Wirkung der Farben auf
unsere Gesundheit**

Schon im alten Ägypten kannte man die heilsame Wirkung der Farben auf unsere Gesundheit. Farben haben aufgrund ihrer Schwingung eine positive Wirkung auf unsere Psyche aber auch auf unseren Körper. In diesem Seminar wird erklärt, welche Farben welche Wirkungen auf Körper/Geist und Seele haben und was man selber machen kann. Insbesondere wird Bezug darauf genommen, wie sich Farben in den verschiedenen Räumen auf den Menschen auswirken.

Vortragender: Markus Dürnberger
 Beginn: Donnerstag, 19.00 Uhr
 Treffpunkt: Sozialzentrum

8. November

Lernen kann ganz leicht sein

Mit Brain-Gym gegen Lernblockaden

Für Eltern, Pädagogen und alle Menschen, die Schulkinder beim Lernen begleiten

Dieser Vortrag möchte dazu beitragen Kinder etwas besser zu verstehen, die sich in der Schule nicht so verhalten, wie wir es gern hätten. Die kinesthetische Sichtweise des Lernens und der Lernblockaden wird anschaulich erläutert und gemeinsam werden einige einfache Übungen ausprobiert, mit denen (nicht nur) für Kinder Lernen zu einer angenehmen und positiven Situation werden kann.

Vortragende: Doris Stahl
 Beginn: Donnerstag, 19.00 Uhr
 Treffpunkt: Sozialzentrum

22. November

**Beckenbodenprobleme, Harnverlust? Alles
unter Kontrolle?**

Vortragender: OA Dr. Christian Obruca
 Beginn: Donnerstag, 19.00 Uhr
 Treffpunkt: Sozialzentrum