

Volkshochschule in Kusterdingen

Immenhausen
Jettenburg
Mähringen
Wankheim



Frühjahr / Sommer 2020
www.vhs-tuebingen.de

201-85200

Tanzen 60 plus

Irmgard Klingner

Geselliges Tanzen ist die ideale Gesundheitsprävention: Es trainiert das Gedächtnis, steigert die Koordination und Ausdauer und fördert die Beweglichkeit. Wir lernen Tänze aus aller Welt, im Kreis und zu Paaren (keine Gesellschaftstänze) mit viel Spaß. Vorkenntnisse und/oder Tanzpartner nicht erforderlich.

dienstags, 15:00-16:00 Uhr

10 Termine: 18.02., 03.03., 17.03., 31.03., 21.04., 05.05., 19.05., 16.06., 30.06., 07.07., 46,70 €, Dorfgemeinschaftshaus Jettenburg

201-85201

Trommelpower

für Fortgeschrittene

Roswitha Höflacher

Ihre Freude am Trommeln ist geweckt. In diesem Kurs können Sie mit viel Spaß und Power Ihre Trommelfertigkeiten verbessern und komplexere Rhythmen erobern. Voraussetzung für diesen Kurs: gutes Rhythmusgefühl und Kenntnisse der Grundtechniken bass, open, slap Die Leihgebühr für die Trommeln beträgt 10,00 € und wird im Kurs bezahlt oder Sie bringen Ihre eigene Trommel mit.

montags, 19:15-20:15 Uhr,

8 Termine: 16.03., 30.03., 20.04., 04.05., 18.05., 15.06., 29.06., 13.07.

37,40 €, Bürger- u. Kulturzentrum beim Klosterhof

201-85202

Trommelworkshop

Roswitha Höflacher

Dieser Kurs bietet einen Einblick in die Welt des Rhythmus. Mit Wort Silben erlernen wir mit den Grundtechniken einfache Rhythmen, die vor allem im Zusammenspiel begeistern. Hauptinstrumente sind die Konga, Kpanlogo, Djembe. Wer Lust auf mehr bekommt, kann dann in den Kurs Trommelpower einsteigen. Leihgebühr für die Trommeln ist im Kurs zu bezahlen (5,00 Euro).

Sa, 18.07., 16:00-18:00 Uhr

So, 19.07., 10:00-12:30 Uhr

25,20 €

Altes Schulhaus Kusterdingen, Hindenburgstr. 5

201-85210

Dekoobjekte für den Garten

Weidenstäbe – ein natürlicher Blickfang

Monika Frischknecht

Mit Weiden kann man mehr als nur Gebrauchsgegenstände flechten. Nutzen Sie dieses Handwerk mal künstlerisch! Diese dekorativen Geflechte passen in jeden Garten, Terrasse oder evtl. auch in Ihre Wohnung als Blickfang. Lassen Sie sich inspirieren und flechten Sie unter fachkundiger Anleitung Ihre eigenen Unikate. Als Flechtmaterial wird ungeschälte Weide verwendet. Materialkosten/Stab ab 10,00 Euro, werden direkt im Kurs erhoben.

Mi, 22.04., 18:00-21:30 Uhr, 23,40 €
August-Lämmle-Schule, Werkraum



201-85211

Sichtschutzelemente

Dekorative Geflechte für den Garten

Monika Frischknecht

Geflochten werden Sichtschutzelemente sowie Körbchen auf Astgabeln die als Windlicht oder Pflanzkörbchen ihre Verwendung finden. Als Flechtmaterial wird ungeschälte Weide verwendet. Je nach Objekt werden unterschiedliche Flechttechniken vermittelt.

Materialkosten Pflanzkörbchen 22,00 € – 30,00 €

Materialkosten Sichtschutzelement ab ca. 40,00 € werden direkt im Kurs erhoben.

Sa., 09.05.20, 9:00-18:00 Uhr, 60,00 €

August-Lämmle-Schule, Werkraum

201-85212

Biologisch Gärtnern – mit Grips und ohne Gift

Dr. Matthias Küchler

In diesem Kurs lernen Sie das 1x1 des biologischen Gärtnerns ohne Gifte & Kunstdünger. An drei Abenden werden die Grundlagen fundiert und anschaulich mit vielen Praxisbeispielen vorgestellt.

1. Termin: Der Gartenboden: wie ist er aufgebaut, wie kann ich die Qualität erhalten und verbessern & welche Konsequenzen hat dies für die Bodenbearbeitung?

Düngung & Kompostieren: Welche Nährstoffe brauchen welche Gemüse und Beerenobstpflanzen, womit und wieviel wird gedüngt, was muss ich beim Mulchen & Gießen beachten.

2. Termin: Fruchtfolge & Mischkultur: Auf Grundlage der Zuordnung zu Pflanzenfamilien erstellen die TeilnehmerInnen ihren individuellen Vierjahres-Fruchtfolge-Beetbelegungsplan

3. Termin: Schädlinge und unerwünschte Pflanzen und Pilze – Vorstellung von vorbeugenden und akuten Möglichkeiten zum Umgang damit im Biogarten

4. Termin: Bei einer Exkursion im Garten des Kursleiters „vor Ort“ gibt es die Möglichkeit sich die Inhalte noch einmal vor Augen zu führen und sich auszutauschen.

Der Kursleiter bewirtschaftet seit 30 Jahren ein 4ar großes Grundstück mit Gemüse, Beerenobst und Obstbäumen naturnah ohne Pesti- und Herbizide sowie ohne Kunstdünger.

**3 Termine: 9.3., 16.3., 23.3.,
montags, 19:30-21:00 Uhr, 28,80 €**

Termin für die Exkursion wird im Kurs vereinbart.

August-Lämmle-Schule Kusterdingen

201-85213

Intuitives Malen – Kreativität und die Kunst im Fluss zu sein.

Monika Fercho

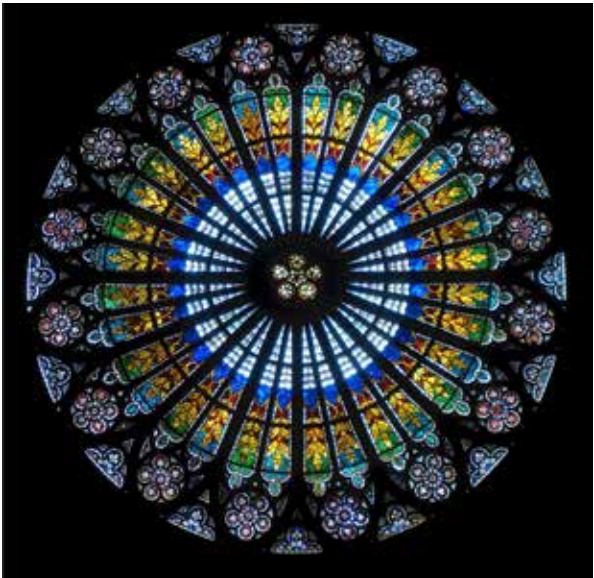
Dieser Malkurs ist eine Einladung wieder in Kontakt zu kommen mit Ihrer natürlichen kreativen Ausdrucksfähigkeit. Wenn Sie die Freude am spontanen Ausdruck erleben möchten, frei von äußeren Erwartungen und ohne Leistungsdruck, dann sind Sie herzlich eingeladen, das Intuitive Malen kennenzulernen. Intuitives Malen bedeutet aus dem Unbekannten heraus zu malen, ohne einen Plan im Kopf zu haben. Jeder kreative Prozess gleicht einer Reise voller Überraschungen. Mit Freude am eigenen schöpferischen Spiel mit Farben und Formen entdecken Sie ihre individuelle Ausdrucksweise und ihren einzigartigen Malstil. Im Kurs lernen Sie kreativitätsfördernde Übungen kennen, die Sie in ihrem freien Selbstaussdruck unterstützen. Sie machen ihre eigenen Erfahrungen mit wichtigen Grundlagen kreativer Prozesse, die ich Ihnen vermittele und ich begleite ihren Malprozess individuell. Wir malen mit Gouache-Farben auf Papier. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Materialkosten von ca. 12,00 € sind im Kurs zu bezahlen.

freitags 16:00-19:00 Uhr, ab 06.03.

5 Termine, 90,00 €

Altes Schulhaus Kusterdingen, Hindenburgstr. 5



Yoga

Yoga ist eine jahrtausendalte Lehre, die aus Indien kommt. Durch Körper-, Atem- und Entspannungsübungen wird ein körperliches und geistiges Gleichgewicht aufgebaut, so dass es zu einer fortschreitenden Übereinstimmung von Körper, Geist und Seele kommen kann. Bitte atmungsaktive Kleidung, warme Socken sowie eine Decke oder eine Matte mitbringen.

201-85300

Hanne Helber

montags 18:00-19:30 Uhr, ab 17.02.

15 Termine, 105,00 €

Altes Schulhaus Kusterdingen, Hindenburgstr. 5

Achtung: kein Kurs am 23.3., 30.03., 20.04., 29.06.20

201-85301

Hanne Helber

montags 19:45-21:15 Uhr, ab 17.02.

15 Termine, 105,00 €

Altes Schulhaus Kusterdingen, Hindenburgstr. 5

Achtung: kein Kurs am 23.3., 30.03., 20.04., 29.06.20

201-85302

Hatha-Yoga

Elke Alonso-Krist

Yoga ist ein bewährtes Übungssystem, um Gesundheit und Lebenskraft zu fördern sowie Körper Geist und Seele zu harmonisieren. In diesem Kurs steht die sanfte Kräftigung, Dehnung und Mobilisation des gesamten Körpers im Mittelpunkt. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem Erlernen der Achtsamkeit und damit auf der besseren Wahrnehmung des eigenen Körpergefühls. Dieser Kurs eignet sich auch für ungeübte Teilnehmer/innen. Bitte bequeme Kleidung, Matte und Decke mitbringen.

freitags 10:00-11:15 Uhr, ab 21.02.

12 Termine, 70,00 €

Bürger- und Kulturzentrum beim Klosterhof

201-85304

Gesunde und genussvolle Ernährung für Sportler/*innen

für ambitionierte Hobbysportler, Leistungssportler und Sport- und Ernährungsinteressierte

Jürgen Autenrieth

Es erwartet Sie ein abwechslungsreicher Abend. In einem 1 stündigen Vortrag erfahren Sie alles über die Gesunde Ernährung und im Anschluss daran, werden Sie gemeinsam ein leckeres Menü zubereiten. Wir behandeln:

- Bedeutung von Kohlenhydraten, Proteinen und Fetten in der Sporternährung
- Regeneration im Sport
- Ernährung vor, während und nach dem Wettkampf/ Training
- Welche Nährstoffe sind für Sportler besonders wichtig?
- Wie sollte Ihr Speiseplan optimaler Weise aussehen?
- Welche Zutaten lassen sich besonders schmackhaft kombinieren?
- Wie bereite ich die Leckereien nährstoffschonend zu?
- Gemeinsam bereiten Sie ein vollwertiges, vitaminreiches Menü mit saisonalen und regionalen Zutaten zu und lernen nebenbei optimale Eiweißkombinationen, hochwertige Fettsäuren, komplexe Kohlenhydrate und die Bedeutung von Vitaminen, Mineralstoffen und sekundären Pflanzenstoffen kennen. Gespräche über das gemeinsame Hobby runden den Abend ab.

Lebensmittelkosten von ca. 12,00 € sind im Kurs zu bezahlen. Diese fallen auch bei nicht rechtzeitiger Abmeldung oder Nichterscheinen im Kurs an.

Fr, 27.03., 16:00-21:30 Uhr

27,10 €

August-Lämmle-Schule, Küche

Fitness

201-85307

Latino Aerobic

Laura Dudek

Latino Aerobic ist ein Trainingsprogramm mit gezielten Übungen zur Kräftigung der Muskelgruppen in Bauch, Beine und Po begleitet von lateinamerikanischen Rhythmen. Deine Figur wird in den Bereichen gestrafft und du wirst Muskeln spüren garantiert! Nach einer Warm-Up Phase, gehen wir über zu Übungen wie Kniebeugen, Sit-Ups und vielen anderen. Natürlich kommt bei diesem schweißtreibenden Training der Spaß nicht zu kurz. Beendet wird die Stunde mit einem Stretching der beanspruchten Muskelgruppen. Lasst uns loslegen!

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und Handtuch

dienstags 18:15-19:00 Uhr, ab 18.02.

14 Termine, 49,00 €

Dorfgemeinschaftshaus Jettenburg



201-85306

Fit Dance – Samba, Zumba und Fitnessdance

Nina Karle-Daiber

Wie wäre es: Kalorien verbrennen, den Po in Form bringen und neue Rhythmen kennenlernen? Sind Sie bereit? Dann mach mit bei „FIT Dance“! Das ist 3in1: Samba, Zumba und Fitnessdance – das Ganze mit viel Spaß und Vergnügen! Tanze Samba mit mir... und lassen Sie sich von Ihren Fortschritten überraschen! Ob Muskelaufbau, Fitness für den Körper oder einfach nur dem Alltag entfliehen – hier sind Sie richtig! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

donnerstags 18:20-19:20 Uhr, ab 19.03.

10 Termine, 60,00 €

Dorfgemeinschaftshaus Jettenburg

201-85359

Fitmix

Matthias Lohrmann

Dieser Kurs bietet ein Kraftausdauertraining mit Musik und Spaß zum Aufbau von Fitness, Kraft, Koordination und Körperempfinden. Funktionelle Ausdauer-, Kräftigungs- und Dehnübungen für den ganzen Körper wirken Bewegungsmangel und Stress entgegen.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte/Turnschuhe.

montags 19:00-20:00 Uhr, ab 17.02.

16 Termine, 74,70 €

Dorfgemeinschaftshaus Jettenburg

Weitere aktuelle Kurse finden
Sie unter www.vhs-tuebingen.de

Jumping Fitness

Jumping Fitness

Alexandra Rieder

Jumping ist ein dynamisches Workout auf einem speziell dafür entwickelten Trampolin. Beim Spiel mit der Schwerkraft werden mehr als 400 Muskeln und Faszienelemente aktiviert. Durch den federnden Untergrund ist es besonders gelenkschonend, verbessert die Kondition und fördert Koordination und Gleichgewicht. Jumping ist für Teilnehmer/innen jedes Fitness-Levels geeignet, da jeder seine individuelle Trainingsintensität selbst bestimmen kann. Die Kombination aus schweißtreibendem Ausdauertraining und energiegeladener Musik ist motivierend und effektiv, sorgt für eine tolle Gruppendynamik und macht gute Laune. Sei dabei und hüpf dich fit und glücklich! Bitte mitbringen: Sportkleidung, Turnschuhe, Handtuch und Trinken, beim Auf- und Abbau wird um Mithilfe gebeten.

201-85310

montags 17:00-18:00 Uhr, ab 02.03.

8 Termine, 37,30 €

August-Lämmle-Schule

Materialgebühr in Höhe von 40,00 € am 1. Kurstermin im Kurs zu bezahlen.

201-85311

montags 18:00-19:00 Uhr, ab 02.03.

8 Termine, 37,30 €

August-Lämmle-Schule

Materialgebühr in Höhe von 40,00 € am 1. Kurstermin im Kurs zu bezahlen.

201-85312Z

montags 17:00-18:00 Uhr, ab 18.05.

8 Termine, 37,30 €

August-Lämmle-Schule

Materialgebühr in Höhe von 40,00 € am 1. Kurstermin im Kurs zu bezahlen.

201-85313Z

montags 18:00-19:00 Uhr, ab 18.05.

8 Termine, 37,30 €

August-Lämmle-Schule

Materialgebühr in Höhe von 40,00 € am 1. Kurstermin im Kurs zu bezahlen.

Pilates

Pilates

Elke Alonso-Krist

Pilatesübungen stärken sämtliche Muskelgruppen, fördern die Dehnfähigkeit, Gelenke werden mobilisiert, Körperhaltung und Körperbewusstsein werden verbessert. Kern der Pilatesübung ist das sog. „Powerhouse“, welches sämtliche Muskeln des Bauchraumes, Rumpfes unteren Rückens sowie des Beckenbodens umfasst. Speziell die tieferliegenden kleineren oft schwächeren Muskeln werden gekräftigt. Pilates wird ruhig, fließend sehr konzentriert und unter Atemkontrolle durchgeführt. Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

201-85320

dienstags 19:00-20:00 Uhr, ab 18.02.

13 Termine, 60,70 €

Bürger- und Kulturzentrum beim Klosterhof

201-85321

dienstags 20:00-21:00 Uhr, ab 18.02.

13 Termine, 60,70 €

Bürger- und Kulturzentrum beim Klosterhof

201-85322

freitags 09:00-10:00 Uhr, ab 21.02.

12 Termine, 56,00 €

Bürger- und Kulturzentrum beim Klosterhof

Gymnastik und Bewegung

Stretching und Faszientraining

Elena Ziegler

Auslöser von Beschwerden sind neben Bewegungsmangel oft auch zunehmende Muskelverkürzungen. Dies kann zu einer erhöhten Belastung der gesamten Struktur führen und ist oft die Ursache von sogenannten Alarmschmerzen. Stretching und Faszientraining kann diesen Belastungen entgegen wirken. Bitte bequeme Kleidung, Socken, Gymnastikmatte, großes Handtuch mitbringen.

201-85330

mittwochs 17:15-18:15 Uhr, ab 04.03.

17 Termine, 79,30 €

Altes Schulhaus Kusterdingen, Hindenburgstr. 5

201-85331

mittwochs 18:15-19:15 Uhr, ab 04.03.

17 Termine, 79,30 €

Altes Schulhaus Kusterdingen, Hindenburgstr. 5



Beckenbodengymnastik

Lilian Mozer

Schon die alten Chinesen wussten, dass sich das Zentrum unseres Körpers im Bereich des Beckens befindet und einen entscheidenden Anteil an unserem Wohlbefinden hat. Zusammen werden wir uns auf eine Körperreise begeben in der wir uns Spüren lernen. Mit sanften Übungen werden wir unsere Beckenmuskulatur trainieren und stärken. Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

201-85343

für Anfänger

freitags 8:45-9:45 Uhr, ab 06.03.

9 Termine, 42,10 €, Rathaus Wankheim

201-85344

für Fortgeschrittene

freitags 10:00-11:00 Uhr, ab 06.03.

9 Termine, 42,10 €, Rathaus Wankheim

201-85342

Wirbelsäulengymnastik

Inge Hellmich

Einseitige Belastung und Bewegungsmangel sind oft die Ursache von Verspannungen und Rückenschmerzen. Gezielte Übungen für Beweglichkeit, Kräftigung und Dehnung verhelfen uns mit Spaß zu rückengerechterem Verhalten im Alltag.

dienstags 16:00-17:00 Uhr, ab 21.04.

12 Termine, 56,00 €, Turnhalle Mähringen

201-85340

Rückenfit

Matthias Lohrmann

Abwechslungsreiche, funktionelle Gymnastik für den ganzen Bewegungsapparat mit dem Fokus „Rücken“.

Mit Musik und Kleingeräten werden alle Körperregionen mobilisiert, stabilisiert und gekräftigt und gezielt zur Rückengesundheit beigetragen. Bitte mitbringen: Matte, Handtuch, Turnschuhe. Am ersten Montag im Monat bitte Pezziball mitbringen.

montags 18:00-19:00 Uhr, ab 17.02., 16 Termine, 74,70 €, Dorfgemeinschaftshaus Jettenburg

Gesundheits- & Ausgleichsgymnastik

Ulrike Schmid

Die Ursachen vieler Alltagsbeschwerden lassen sich häufig auf mangelnde Beweglichkeit und bestimmte Muskelschwächen des Bewegungsapparates zurückführen. Durch spezifische Bewegungsprogramme können Sie entgegensteuern. Schwerpunkte sind die Bauch- und Rückenmuskulatur, wobei auf Ihre persönlichen Voraussetzungen und Ihre Kondition eingegangen wird. Bitte Turnschuhe und Gymnastikmatte mitbringen.

201-85350

dienstags 08:30-09:30 Uhr, ab 03.03.

15 Termine, 70,10 €

Altes Schulhaus Kusterdingen, Hindenburgstr. 5

201-85351

dienstags 09:30-10:30 Uhr, ab 03.03.

15 Termine, 70,10 €

Altes Schulhaus Kusterdingen, Hindenburgstr. 5

Im Wasser

Aquafitness

Aquafitness verbessert die Atmung und Ausdauer. Es schult Gleichgewichtssinn und Konzentrationsfähigkeit und regt durch die massierende Wirkung des Wassers die Durchblutung von Haut, Bindegewebe und Muskulatur an. Außerdem reduziert Aquafitness das Körperfett. Es schont Bänder und Gelenke, entlastet die Wirbelsäule und trainiert die Muskulatur. Durch den Auftrieb des Wassers reduziert sich Ihr Körpergewicht um 90%. Diverse Lauftechniken (große bzw. kleine Schritte, Kniehebelauf oder Anfersen) werden abhängig von Ihrer Beweglichkeit und gewünschter Belastungsintensität durchgeführt.

201-85360

Nicola Venter-Imamoglu

mittwochs 15:30-16:15 Uhr, ab 19.02.

17 Termine, 64,60 €, Schwimmhalle Kusterdingen

201-85361

Nicola Venter-Imamoglu

mittwochs 16:15-17:00 Uhr, ab 19.02.

17 Termine, 64,60 €, Schwimmhalle Kusterdingen

201-85362

Nicola Venter-Imamoglu

mittwochs 17:00-17:45 Uhr, ab 19.02.

17 Termine, 64,60 €, Schwimmhalle Kusterdingen

Sprachen

201-85401

Einfaches Englisch

Helga Kansy, PhD

Dieser Kurs ist für Menschen, die wenig Englisch gelernt haben oder es ist schon lange her, dass Sie Zeit hatten, Englisch zu sprechen. Wir lernen langsam und wiederholen viel. Lieder, englische Spiele und Wünsche der TeilnehmerInnen seien auch mit dabei!! Dies ist ein Weiterführungskurs großer Beliebtheit. Neue Teilnehmer/innen sind aber immer herzlich willkommen. Die Materialien für den Kurs werden von der Kursleiterin gestellt.

montags 10:00-11:30 Uhr, ab 17.02.

14 Termine, 100,80 €

Altes Schulhaus Kusterdingen, Hindenburgstr. 5



201-85402

Französisch

für Wiedereinsteiger/innen A2.2

Jocelyne Launay

Ein Kurs für Teilnehmer/innen, die ihr früher gelerntes Französisch wieder auffrischen möchten! Neben der Wiederholung der Grundlagen des Wortschatzes und der Grammatik steht das Einüben von Sprechsituationen für den Alltag und Ihren nächsten Urlaub im Vordergrund.

Voraussetzung: ca. 2 Jahre Schulfranzösisch

Das Lehrwerk wird im Kurs vereinbart.

donnerstags 18:30-20:00 Uhr, ab 05.03.

10 Termine, 72,00 €

August-Lämmle-Schule

Kochen

201-85501

Kalifornische Küche

Sona Hannaleck

Die Kalifornische Küche wurde von unterschiedlichsten kulinarischen Einflüssen inspiriert. Der Geschmack asiatischer, europäischer und lateinamerikanischer Gerichte findet sich in der Küche des „Golden State“ wieder. Raffiniert leicht, mit frischen Zutaten zubereitet und begleitet von gutem Wein – genießen Sie an diesem Abend Caesar's Salad, Garnelen mit Mango-Ananas-Salsa, Melone, Rauke und Pute mit Macadamia-Dressing, Karotten-Hähnchen-Salat, Jerk Chicken mit Reis und Bohnen, Banana Bread mit Walnüssen und Vanilleis das leicht vorzubereiten und nachzukochen ist. Holen Sie sich ein Stück Kaliforniens in die eigene Küche!

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch und 1-2 kleine Gefäße für Kostproben.

Lebensmittelkosten von ca. 15,00 € inkl. Getränke (Sekt, Wein, Säfte & Mineralwasser) werden im Kurs erhoben.

Bei Abmeldung später als drei Werktage vor Kursbeginn müssen die Lebensmittelkosten bezahlt werden. Diese fallen auch bei nicht rechtzeitiger Abmeldung oder Nichterscheinen im Kurs an.

Fr, 15.05., 18:15-22:00 Uhr

20,50 €, August-Lämmle-Schule

Das gesamte Programmheft
der Volkshochschule Tübingen
liegt im Rathaus aus.

201-85502

Plötzlich Küchendienst?

Kochkurs für Männer ab 60

Susanne Sterr

In geselliger Runde gemeinsam Schnibbeln, Kochen, Braten und Essen. Wir kochen an 4 Terminen einfache Vorspeisen, Hauptspeisen und Nachspeisen. Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Schürze, scharfes Messer und Restebehälter. Lebensmittelkosten werden im Kurs eingesammelt.

mittwochs 16:00-20:00 Uhr, ab 04.03.

4 Termine, 87,50 €, August-Lämmle-Schule, Küche



201-85503

Wildkräuterspaziergang im Frühsommer – Wildkräuter und Blüten in der Schatzkammer Natur entdecken mit anschließendem Imbiss zubereiten

Anneliese Braitmaier

Wir lernen bei einer Wildkräuterführung zahlreiche Wildpflanzen kennen im Anschluss bereiten wir noch einen Imbiss mit Kostproben zu. Die Wildkräuter werden von der Kursleiterin mitgebracht. Bitte mitbringen Messer, Schneidebrett, 1-2 Schüsseln ca. 10-20 cm Durchmesser Gefäße für Kostproben, Schürze, Geschirrtuch
Treffpunkt: Parkplatz obere Hülbe beim Friedhof, anschließend Küche August-Lämmle-Schule. Materialkosten von ca. 6,00 € werden im Kurs erhoben. Skript über Pflanzen kann im Kurs für 3,00 € erworben werden.

So, 17.05., 16:30-20:00 Uhr, 19,10 €

Treffpunkt Kusterdingen: Parkplatz obere Hülbe beim Friedhof

Leitung:

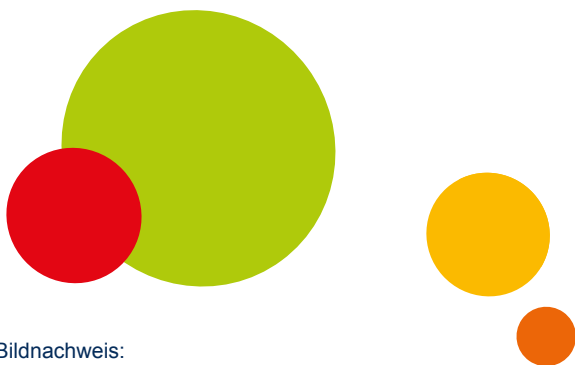
Birgit Mann
Elsa-Brandström-Str. 18
72127 Kusterdingen
kusterdingen@vhs-tuebingen.de



Anmeldung:

Volkshochschule Tübingen
Katharinenstr. 18
72072 Tübingen

Tel.: 07071 5603-29
anmeldung@vhs-tuebingen.de
www.vhs-tuebingen.de



Bildnachweis:

Für alle Bilder liegen die Rechte bei der vhs,
wurden uns übertragen oder sind lizenziert nach CC0.