



ab Mittwoch, 8.3.2017, 20:15–21:45 Uhr, 12 Abende

Bürgerhaus, Raum 1

12 Teilnehmer

€ 73,- (inkl. Systemgebühr)

Kursleiter: Chandra Das

Anmeldeschluss: Mittwoch, 1.3.2017

Kurs 9: Verschiedene Maltechniken

Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Deshalb beschäftigen wir uns mit einigen Maltechniken und den Grundlagen zur Aquarell-, Öl- und Acrylmalerei. Im Vordergrund des Kurses steht die Suche nach eigenen Bildideen und deren Darstellung. Der Kursleiter demonstriert durch Malvorführungen, wie er die verschiedenen Techniken in seinen eigenen Werken umsetzt. **Alle Materialien müssen mitgebracht werden.**

ab Mittwoch, 1.3.2017, 9:30–11:30 Uhr, 10 Vormittage

Kulturkreis Galerie, Schulstraße 7

10 Teilnehmer

€ 81,- (inkl. Systemgebühr)

Kursleiter: Thomas Laszlo Zahoczky

Anmeldeschluss: Mittwoch, 22.2.2017

Kurs 10: Filzen für Ostern und den Frühling

Lassen Sie aus Olivenölseife, heißem Wasser und bunter Schurwolle Österliches entstehen. Filzen Sie Ostereier, Blumen ... Bitte bringen Sie **2 Frotteehandtücher, eine Schere und ein Backblech oder Tablett mit Rand** mit, das restliche Material wird gestellt. Es entstehen Materialkosten je nach Verbrauch.

Donnerstag, 2.3.2017, 19:00–21:00 Uhr

Bürgerhaus, Raum 9

8 Teilnehmer

€ 11,75 (inkl. Systemgebühr) + Material

Kursleiterin: Sabine Schöngarth

Anmeldeschluss: Donnerstag, 23.2.2017

ANMELDUNG

Sie können sich zu unseren Kursen ab **Samstag, 11.2.2017**

online unter www.ticket-regional.de oder über

www.kulturkreis-schwalbach.de anmelden.

Auf unserer Homepage finden Sie alle Ticket-Regional-Vorverkaufsstellen vor Ort.

Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGBs), die Sie auf unserer Home-Page einsehen können.

Kursprogramm

FRÜHJAHR 2017



Impressum: _____

Herausgeber: Kulturkreis Schwalbach a. Ts. GmbH
Marktplatz 1-2, 65824 Schwalbach a. Ts.
Telefon (06196) 81959

Layout: Atelier Wilinski, Mainz | www.wilinski.de
Titelfoto: fotolia.com



KULTURKREIS SCHWALBACH
am Taunus GmbH



Kurse für Kinder

Kurs 1: Kleinplastiken basteln

Mit eigenen Fundstücken wie Schwemmholz, Steinen, sonstigem Strandgut werden mit unterschiedlichen Techniken wie kleben, malen, sägen, schneiden etc. kleine Kunstwerke und Figuren hergestellt. Die Materialien werden teilweise gestellt.

ab Freitag, 3.3.2017, 15:00–17:00 Uhr, 8 Nachmittage

Kulturkreis Galerie, Schulstraße 7

10 Kinder von 6–12 Jahren

€ 73,- (inkl. Systemgebühr)

Kursleiter: Thomas Laszlo Zahoczky

Anmeldeschluss: Freitag, 24.2.2017

Kurs 2: Osterfilzen

Mit Olivenölseife, heißem Wasser und Schafschurwolle werden österliche Motive hergestellt. Hier sind der Kreativität und der Fantasie der Kinder keine Grenzen gesetzt. Die Kinder benötigen **2 Frotteehandtücher, eine Schere und ein Backblech oder Tablett mit Rand**, das restliche Material wird gestellt.

Dienstag, 14.3.2017, 17:00–19:00 Uhr

Bürgerhaus, Raum 9

6 Kinder ab 7 Jahren

€ 11,75 (inkl. Systemgebühr) + € 5,- Material

Kursleiterin: Sabine Schöngarth

Anmeldeschluss: Dienstag, 7.3.2017

Kurs 3: Il Gelato – Eiscreme selbst machen und was Italienisches lernen

Die Kinder stellen gemeinsam Eis her und lernen dabei die Zutaten für die Eiscreme sowie deren Geschichte kennen. Zum Abschluss des Workshops dekorieren die Kinder ihre Eiscreme und essen sie gemeinsam auf. Die Materialkosten in Höhe von € 5,- sind vor Ort zu begleichen und die Kinder sollten eine **Schürze** mitbringen.

Samstag, 20.5.2017, 15:00–16:45 Uhr

Altkönigstraße 3a, 65824 Schwalbach

6 Kinder von 6–10 Jahren



Kurse für Kinder

€ 11,75 (inkl. Systemgebühr) + € 5,- Material

Kursleiterin: Stefania di Michele

Anmeldeschluss: Samstag, 13.5.2017

Kurs 4: Gestalten und Bemalen von Holzelementen

In diesem Kurs werden ein Vogelhaus sowie ein Windspiel liebevoll gestaltet. Die Kinder können sich aus weiteren Holzelementen beispielsweise einen Bilderrahmen oder Schlüsselanhänger aussuchen und diesen ebenfalls farblich gestalten.

Samstag, 24.6.2017, 10:00–12:00 Uhr

Kulturkreis Galerie, Schulstraße 7

4 Kinder von 4–6 Jahren

€ 11,75 (inkl. Systemgebühr) + € 6,- Material

Kursleiterin: Carolin Janina Ronner

Anmeldeschluss: Samstag, 17.6.2017



Kurse für Erwachsene

Kurs 5: Vitalis

„Wohlfühlen durch Beweglichkeit“ ist das Motto dieses Kurses. Sie stärken Ihre Muskulatur, verbessern Ihre Körperhaltung und arbeiten an Ihrer Beweglichkeit. Dadurch können Sie Rückenbeschwerden vorbeugen oder lindern. Bitte eine **Isomatte** zum Kurs mitbringen.

ab Mittwoch, 1.3.2017, 19:45–21:00 Uhr, 8 Abende

Friedrich-Ebert-Schule, Sporthalle

14 Teilnehmer

€ 46,- (inkl. Systemgebühr)

Kursleiterin: Renate Schmidt

Anmeldeschluss: Mittwoch, 22.2.2017

Kurs 6: 50+fit – Der etwas andere Fitnesskurs

Dieses Programm orientiert sich an den Bedürfnissen von Menschen ab 50 Jahren: Lockerung durch Meridian-Klopfen,



Kurse für Erwachsene

sanftes Ausdauertraining, Gleichgewichts- und Koordinationsschulung, Übungen zur Verbesserung von Beweglichkeit und Kraft, Dehnung und Körperwahrnehmung sowie Schlussspannung. Kommen Sie bitte in bequemer Kleidung und bringen Sie ein **kleines Handtuch, eine Iso- oder Yogamatte sowie ein Theraband** mit.

ab Mittwoch, 1.3.2017, 19:00–20:00 Uhr, 10 Abende

Bürgerhaus, Raum 4

10 Teilnehmer

€ 46,- (inkl. Systemgebühr)

Kursleiterin: Sibylle Hübner

Anmeldeschluss: Mittwoch, 22.2.2017

Kurs 7: Gut für meinen Rücken – gut für mich!

Elemente aus der Rückenschule, Pilates, Yogapilates und Entspannungstraining werden in diesem Kurs schonend verarbeitet und die Atmung geschult. Geeignet für alle, die ein sanftes Körpertraining gegenüber einem Powertraining bevorzugen und auch ohne Vorkenntnisse einen effizienten Trainingserfolg erzielen wollen. Mitzubringen: **Isomatte, rutschfeste Socken, bequeme Kleidung und ein Handtuch (Normalgröße)**.

ab Donnerstag, 2.3.2017, 18:00–19:00 Uhr, 12 Abende

Bürgerhaus, Raum 4

12 Teilnehmer

€ 54,- (inkl. Systemgebühr)

Kursleiterin: Birgit Hitschfeld

Anmeldeschluss: Donnerstag, 23.2.2017

Kurs 8: Hatha-Yoga

In diesem Kurs lernen Sie Hatha-Yoga und Atemtechniken kennen. Tiefenentspannungsübungen und Meditation sind Regeneration und Ausgleich für Körper und Geist. Auch Rücken- und Beckenboden-Übungen sind in diesem Kurs enthalten. Außerdem erhalten Sie wertvolle Ratschläge für eine richtige Ernährung und gesunde Lebensführung. Bitte mitbringen: **Yogamatte, Meditations-/Sitzkissen, leichte Wolldecke und bequeme Kleidung**.