

# ***Kurse der Volkshochschule Bludenz/ Außenstelle Montafon Frühjahr/ Sommer 2012***

## **H7504 Kundalini-Yoga**

Ort: Pfarrsaal St. Jodok, Schruns ("Stärnasaal")  
Beginn: Freitag, 13.01.2012 um 19:00 Uhr (9 x 1,5 Stunden)

Referent: Dipl. Yogalehrer Rainer Neyer

## **H7016 Pilates für Anfänger u. Leichtfortgeschrittene**

Ort: VMS Innermontafon, Gortipohl; kleiner Turnsaal  
Beginn: Mittwoch, 01.02.2012 um 20:00 Uhr 12 x 60 min

Referentin: Carina Mangard

## **H6012 Filzen: lässige Tasche oder originelle Kopfbedeckung**

Ort: VMS Schruns-Grüt, Werkraum Metall - Untergeschoß  
Beginn: Freitag, 03.02.2012 um 18:00 Uhr (2 x 4 UE)

Referentin: Brunhilde Adam

## **H7008 Rückenschule**

Ort: Pfarrsaal St. Jodok, Schruns ("Stärnasaal")  
Beginn: Donnerstag, 23.02.2012 um 09:00 Uhr 6 x 1,5 UE

Referent: Staatl.gepr. med.  
Masseur/Heilmasseur Violand Jürgen

## **H7015 Pilates für Anfänger und Leichtfortgeschrittene**

Ort: Pfarrsaal St. Jodok, Schruns ("Stärnasaal")  
Beginn: Donnerstag, 23.02.2012 um 18:30 Uhr (10 x 1 UE)

Referentin: Aerobic- und Fitnesslehrwart Karin  
Schrottenbaum

## **H7028 Salsa/ Latin Aerobic**

Ort: Pfarrsaal St. Jodok, Schruns ("Stärnasaal")  
Beginn: Donnerstag, 23.02.2012 um 19:30 Uhr (10 x 1,5 UE)

Referentin: Aerobic- und Fitnesslehrwart Karin  
Schrottenbaum

## **H7023 Pilates für Leichtfortgeschrittene (Vormittag)**

Ort: Pfarrsaal St. Jodok, Schruns ("Stärnasaal")  
Beginn: Dienstag, 28.02.2012 um 08:30 Uhr (8 x 1 UE)

Referentin: Dipl. Pilatetrainerin Susanne  
Berger

## **H7014 Pilates für Anfänger (Vormittag)**

Ort: Pfarrsaal St. Jodok, Schruns ("Stärnasaal")  
Beginn: Dienstag, 28.02.2012 um 09:30 Uhr (8 x 1 UE)

Referentin: Dipl. Pilatetrainerin Susanne  
Berger

## **H4011 Mein erstes Fotobuch: einfach, schnell, persönlich, ein Unikat**

Ort: VMS Schruns-Grüt, EDV-Raum Untergeschoß  
Beginn: Freitag, 02.03.2012 um 19:00 Uhr (2 x 3 UE)

Referent: Richard Salzgeber

## **H1002 Rhetorikkurs "Grenzen überwinden"**

Ort: Sozial - u.Gesundheitszentrum Montafon, EG-Mehrzweckraum, Schruns

Referentin: NLP-Rhetorik Trainerin Ing.  
Andrea Pflieger

Beginn: Mittwoch, 07.03.2012 um 19:00 Uhr ( 3 x 3 Stunden)

### **H6013 Nadelfilzen: Hühnergegacker**

Ort: Volksschule Schruns - Dorf; Mehrzweckraum

Referentin: Ilse Bitschnau

Beginn: Montag, 12.03.2012 um 19:00 Uhr 12.03.2012 (1 x 3,5 UE)

### **H6016 Modelliertes Feldhäschen**

Ort: Volksschule Schruns - Dorf; Werkraum Untergeschoss

Referentin: Irmgard Kühne

Beginn: Donnerstag, 22.03.2012 um 19:00 Uhr 22.03.2012 (1 x 4 UE)

### **H6314 Selbstgebackene Brötchen (neue Rezepte)**

Ort: VMS Schruns-Grüt, Schulküche Erdgeschoss

Referentin: Luzia Martin-Gabriel

Beginn: Freitag, 23.03.2012 um 19:00 Uhr 23.03.2012 (1 x 5 UE)

### **H8601 Familientöpfen Kurs 1 (Vormittag)**

Ort: "Spycher" - Sabine Berchtold, Junkerweg 2, 6774 Tschagguns

Referentin: Dipl. Keramikerin Sabine Berchtold

Beginn: Samstag, 31.03.2012 um 09:00 Uhr Sa, 31.3.2012 (1 x 3 UE)

### **H8602 Familientöpfen Kurs 2 (Nachmittag)**

Ort: "Spycher" - Sabine Berchtold, Junkerweg 2, 6774 Tschagguns

Referentin: Dipl. Keramikerin Sabine Berchtold

Beginn: Samstag, 31.03.2012 um 14:00 Uhr Sa, 31.03.2012 (1 x 3 Stunden)

### **H6001 Hängende Gärten aus gebranntem Steinzeug**

Ort: "Spycher" - Sabine Berchtold, Junkerweg 2, 6774 Tschagguns

Referentin: Dipl. Keramikerin Sabine Berchtold

Beginn: Samstag, 31.03.2012 um 18:00 Uhr 31.03.2012 (1 x 6 Stunden)

### **H7017 Pilates für Anfänger u. Leichtfortgeschrittene**

Ort: VMS Innermontafon, Gortipohl, großer Turnsaal

Referentin: Dipl. Pilatetrainerin Susanne Berger

Beginn: Dienstag, 10.04.2012 um 18:45 Uhr (10 x 1 UE)

### **H7024 Pilates-Centrics-Boxing**

Ort: VMS Innermontafon, Gortipohl, großer Turnsaal

Referentin: Dipl. Pilatetrainerin Susanne Berger

Beginn: Dienstag, 10.04.2012 um 19:45 Uhr (10 x 1,2 UE)

### **H7505 Kundalini-Yoga**

Ort: Pfarrsaal St. Jodok, Schruns ("Stärnasaal")

Referent: Dipl. Yogalehrer Rainer Neyer

Beginn: Freitag, 20.04.2012 um 19:00 Uhr (8 x 1,5 Stunden)

### **H6316 Selbstgemachte Pralinen - Genuss für alle Sinne!**

Ort: VMS Schruns-Grüt, Schulküche Erdgeschoss

Referentin: Luzia Martin-Gabriel

Beginn: Freitag, 20.04.2012 um 19:00 Uhr 20.04.2012 (1 x 5 UE)

### **H8604 Familienmosaik: Schenksteine**

Ort: Volksschule Schruns - Dorf; Werkraum Untergeschoss

Referentin: Desirée Hepperger

Beginn: Samstag, 21.04.2012 um 14:00 Uhr 21.04.2012 (1 x 3,5 UE)

### **H6008 Weidenflechten**

Ort: Pfarrsaal Gantschier; Untergeschoss  
Beginn: Samstag, 28.04.2012 um 09:00 Uhr 28.04.2012 (1 x 8 UE)

Referent: Norbert Plattner

### **H7201 Golf: Schnuppertraining für Einsteiger**

Ort: Golfclub Montafon, Zelfenstr. 110, 6774 Tschagguns  
Beginn: Samstag, 28.04.2012 um 15:00 Uhr (3 x 1,5 UE)

Referent: PGA-HEAD PRO Simon Thomas

### **H7034 Aquafit Kurs 1 (Vormittag)**

Ort: Schwimmbad Aquarena, St. Gallenkirch  
Beginn: Mittwoch, 02.05.2012 um 09:10 Uhr ( 10 x 1 UE )

Referentin: Dipl. Pilatetrainerin Susanne Berger

### **H7035 Aquafit Kurs 2 (Vormittag)**

Ort: Schwimmbad Aquarena, St. Gallenkirch  
Beginn: Mittwoch, 02.05.2012 um 10:10 Uhr ( 10 x 1 UE )

Referentin: Dipl. Pilatetrainerin Susanne Berger

### **H7009 Intensivkurs Rücken & Beckenboden für Fortgeschrittene**

Ort: Tanzstudio Walser, Räterweg 2, Schruns (ehem. Tischlerei)  
Beginn: Donnerstag, 03.05.2012 um 08:45 Uhr (7 x 1,5 UE)

Referentin: Physiotherapeutin Barbara Hoffmann

### **H7036 Wassergymnastik, (Abend)**

Ort: Schwimmbad Aquarena, St. Gallenkirch  
Beginn: Donnerstag, 03.05.2012 um 19:00 Uhr (7 x 1 UE)

Referentin: Physiotherapeutin Barbara Hoffmann

### **H6007 Schalen aus Beton**

Ort: Tanzstudio Walser, Räterweg 2, Schruns (ehem. Tischlerei)  
Beginn: Freitag, 04.05.2012 um 14:00 Uhr (1 x 3 UE, 1 x 1,5 Std.)

Referentin: Sibylle Bettini

### **H3001 Mit dem Imker durch das Bienenjahr (Exkursion)**

Ort: Andreas Vogt Imkerei - Sillvrettastraße 229, 6780 Schruns  
Beginn: Freitag, 11.05.2012 um 14:00 Uhr 11.05.2012 ( 1 x 3 Stunden)

Referent: Andreas Vogt

### **H7202 Bogenschießen - Schnupperkurs 1**

Ort: Trainingsplatz Lorüns  
Beginn: Dienstag, 15.05.2012 um 18:00 Uhr (5 x 1,5 UE)

Referent: Erwin Spies

### **H7203 Bogenschießen - Schnupperkurs 2**

Ort: Trainingsplatz Lorüns  
Beginn: Dienstag, 15.05.2012 um 19:30 Uhr (5 x 1,5 UE)

Referent: Erwin Spies

### **H6009 Große Herzen aus Weidenruten**

Ort: Volksschule Schruns - Dorf; Werkraum Untergeschoss  
Beginn: Mittwoch, 16.05.2012 um 18:00 Uhr 16.05.2012 (1 x 4 UE)

Referentin: Gaby Matt

### **H6010 Große Herzen aus Weidenruten**

Ort: Volksschule St. Anton i. M.; Werkraum Untergeschoss  
Beginn: Montag, 21.05.2012 um 18:00 Uhr 21.05.2012 (1 x 4 UE)

Referentin: Gaby Matt

### **H6004 Kreative Objekte mit Schwemmholz**

Ort: " Stadl", Fohnstraße 15, Satteins ( Familie Miller Daniela)  
Beginn: Freitag, 25.05.2012 um 14:00 Uhr 25.5.2012 (1 x 4 UE)

Referentin: Gaby Matt

### **H6011 Hocker mit geflochtener Rückenlehne aus Weidenruten**

Ort: " Stadl", Fohnstraße 15, Satteins ( Familie Miller Daniela)  
Beginn: Samstag, 02.06.2012 um 13:30 Uhr 02.06.2012 (1 x 5 UE)

Referentin: Gaby Matt

### **H7402 Heilkräuterwanderung (von Gortipohl nach Gaschurn)**

Ort: Treffpunkt: Gortipohl, öffentl. Parkplatz vor Restaurant Montiel  
Beginn: Freitag, 15.06.2012 um 14:00 Uhr (1 x 2,5 UE)

Referent: Drogist Dieter Lang

**Anmeldung und Information:**  
**Volkshochschule Bludenz, Zürcherstr. 48, 6700 Bludenz**  
**Tel: 05552/ 65205, E-mail: [info@vhs-bludenz.at](mailto:info@vhs-bludenz.at), [www.vhs-bludenz.at](http://www.vhs-bludenz.at)**