

# Das neue Programm der Volkshochschule in St.Märgen

Unser ausführliches Programm der VOLKSHOCHSCHULE DREISAMTAL erhalten Sie im Rathaus, in den Geschäften, sowie in der Sparkasse und Volksbank in St. Märgen  
Veranstaltungen der VOLKSHOCHSCHULE DREISAMTAL in St. Märgen im Winter / Frühjahr 2019 geordnet nach Kursbeginn:

Kurs	Beginn	Wochentag	Uhrzeit	Raum	Termine	Leitung	Gebühr	Kurs-Nr.
Wirbelsäulengymnastik für alt und jung	15. Februar	freitags	17.00 bis 18.00 Uhr	Turnhalle	14	Team	58,00 €	ZF30338-M
Rückengerechter Fitnessmix	15. Februar	freitags	18.00 bis 19.00 Uhr	Turnhalle	14	Team	58,00 €	ZF30313-M
Rückentraining - Pilates	15. Februar	freitags	19.15 bis 20.15 Uhr	Turnhalle	14	Team	58,00 €	ZF30192-M
Rückengerechte Ausgleichsgymnastik	15. Februar	freitags	20.30 bis 21.30 Uhr	Turnhalle	14	Team	58,00 €	ZF30323-M
Qi Gong - die 18 Harmonien	13. März	mittwochs	14.45 bis 16.15 Uhr	Aula	12	Werner Rückel	99,00 €	ZF30157-M
Pain de campagne - französisches Landbrot	15. März	Freitag	18.30 bis 21.30 Uhr	Küche	1	Rudolf Schwär	13,00 €	ZF30733-M
Dresdner Eierschnecke, eine Spezialität aus Sachsen!	5. April	Freitag	18.30 bis 21.30 Uhr	Küche	1	Rudolf Schwär	13,00 €	ZF30733-M
Selbstverteidigungskurs für Frauen ab 14 Jahren	6. April	Sa + So	10.00 bis 16.15 Uhr	Turnhalle	2	Martin Schaffert	50,00 €	ZF30541-M
Kräuterspaziergang mit anschließendem Wildkräuter-Menü	18. Mai	Samstag	14.00 bis 17.45 Uhr	rummholzenh	1	Gertrud Kaltembach	25,00 €	ZF30721-M
Taubergießen im Frühjahr - Exkursion mit Bootsfahrt	26. Mai	Sonntag	09.00 bis 18.00 Uhr	Exkursion	1	Dr. Frank Hohlfeld	45,00 €	ZF11122-ME

Beachten Sie auch unsere Ermäßigungen von 10 bis 50% auf unsere Kursgebühren! Die Bedingungen hierfür finden Sie in unserem Programm 19/1.

Durch eine frühzeitige Anmeldung sichern Sie sich nicht nur einen Platz in dem von Ihnen gewünschten Kurs - Sie ersparen uns auch die Kosten für weitere Werbung:

**Deshalb sollten Sie sich gleich bei der Volkshochschule in St. Märgen, Telefon 07669 / 486,**

**E-Mail: [info@vhs-st-maergen.de](mailto:info@vhs-st-maergen.de) oder per Fax unter 07669 / 921 8007 anmelden!**