

vhs Gomaringen

Partner der Volkshochschule Reutlingen

Frühjahr Sommer 2025

BAU STELLEN DER DEMO KRA TIE

Wohnen



vhs Gomaringen

Partner der Volkshochschule Reutlingen

Die Volkshochschule Gomaringen wird vom Lkr. Tübingen gefördert.

Inhalt

Politik, Gesellschaft, Umwelt

- 2 Ratgeber und Orientierung
- 3 Religion, Philosophie
- 3 Heimat- und Länderkunde
- 3 Outdoor, Freizeitaktivitäten

Kunst, Kultur, Kreativität

- 4 Literatur, Theater, Musik, Tanz
- 6 Zeichnen, Malen, Drucken
- 6 Fotografie, Film, Radio
- 6 Kunsthandwerk, Werken, Textiles

Gesund durchs Leben

- 7 Gesundheitstipps
- 7 Entspannung, Körpererfahrung
- 8 Gymnastik
- 11 Essen und Trinken

Sprachen

- 11 Englisch
- 11 Französisch
- 11 Spanisch

Gomaringen

Leitung: Christine Widmann-Simon

Tel. 07072 9227990

Fax 07072 9227991

gomaringen@vhsrt.de



Geschäftsstelle:

Schlosshof 1, 72810 Gomaringen

Sprechzeiten nach Vereinbarung

Persönliche Anmeldung:

Bezahlung der Kursgebühr in Gomaringen nur mit SEPA-Lastschriftmandat. In Reutlingen auch bar.

· Schloss

· Spendhausstr. 6, 72764 Reutlingen

Telefonische Anmeldung:

Telefon 07072 922 7990

Telefon 07121 336-100

Online-Anmeldung: www.vhsrt.de

Ermäßigungen:

Schüler, Studenten, Auszubildende:

10% (Nachweis erforderlich)

Kartenvorverkauf (VVK) hier:

B Bibliothek, Schlosshof 6,
Tel. 07072 6007510
info@bibliothek.gomaringen.de

R Schuhmode Renz, Lindenstr. 53,
Tel. 07072 920029

Politik, Gesellschaft, Umwelt

Ratgeber und Orientierung

Vor- und Nachteilsausgleich bei Behinderungen

Informationsvortrag

Das Schwerbehindertenrecht ermöglicht Menschen mit Einschränkungen eine Teilhabe am gesellschaftlichen Leben durch Hilfen und Nachteilsausgleiche. Die Feststellung einer Behinderung oder Schwerbehinderung ist wichtig, um diese Unterstützung zu erhalten. Im Vortrag werden Fragen zur Feststellung einer Behinderung bzw. Schwerbehinderung, der Antragstellung und den zugehörigen Hilfen und Nachteilsausgleichen beantwortet. Kooperation mit den Behindertenbeauftragten der Gemeinde Gomaringen.

253A110001

Di, 18.02.2025, 19:00

Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
5,00€ | Hartmut Pohnke

Sinnvolle Raumgestaltung und Technische Hilfen als Unterstützung

für Menschen mit eingeschränkter Wahrnehmung

Jedes Befinden und Verhalten im Raum wird entscheidend durch die Umweltgegebenheiten beeinflusst. Vor allem Menschen mit einer demenziellen Erkrankung oder mit deutlichen Einschränkungen der Sinneswahrnehmung reagieren auf ungünstige Umgebungsbedingungen sehr sensibel. Im Rahmen des Vortrags wird anhand vieler Beispiele anschaulich ausgeführt, wie durch eine gelungene Raum-, Farb- und Materialgestaltung unterstützende Wohnumwelten für diesen Personenkreis gestaltet werden können. Ebenso werden einfache technische Hilfsmittel vorgestellt. Kooperation mit Gut Leben im Alter in Gomaringen e. V.

253A130001

Do, 20.03.2025, 19:00

Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
8,00€ | Dr. Beate Radzey

Wohntrends 2025

Neue Ideen für Ihr Zuhause

Die Einrichtungsberaterin Susanne Fauser präsentiert Ihnen zahlreiche Inspirationen und praktische Ideen, um Ihr Zuhause modern und stilvoll zu gestalten. Von nachhaltigen Materialien über clevere Raumkonzepte bis hin zu den neuesten Wohntrends - lassen Sie sich von aktuellen kreativen Einrichtungsmöglichkeiten begeistern und erfahren Sie, wie Sie Ihr Zuhause mit wenig Aufwand neu gestalten und zu einem echten Wohlfühlort machen können.

253A133005

Di, 08.04.2025, 19:00

Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
8,00€ | Susanne Fauser

Anmeldung: Telefon 07121 336-100 · Fax 336-222

Religion und Philosophie

Philosophische Abendstunde im Schloss: Pflichtethik und Utilitarismus

Diskussionsrunde für alle

Die Anwendung von Pflichtethik und Utilitarismus anhand eines modernen Kriminalfalls. Tauchen Sie ein in die Welt der Moralphilosophie und entdecken die grundlegenden Prinzipien zweier bedeutender ethischer Theorien: „Pflichtethik versus Utilitarismus“.

247A421001

Di, 04.02.2025, 20:00–21:00

Gomaringen, Schloss, Bürgersaal

8,00 € | Thorsten Mayer

Heimat- und Länderkunde

Über den Schwarzwald

Multimedialer Reisebericht von Johannes Schweikle

Der Autor und Journalist Johannes Schweikle und der Fotograf Daniel Keyerleber begaben sich gemeinsam auf eine besondere Reise über den Westweg, 285 Kilometer von Pforzheim bis Basel, um der Frage nachzugehen: Was ist Heimat? Sie folgten der roten Raute, besuchten Heideggers Hütte, speisten beim Sternekech und erkundeten die Herkunft der Kirschtorte. Im Wald spürten sie dem Wolf nach, begegneten einer uralten Tanne und entdeckten damit ein Herzstück deutscher Natur und Kultur. Eine faszinierende Entdeckungsreise durch die Landschaft des Schwarzwalds. Kooperation mit dem Schwäbischen Albverein Gomaringen und der Bibliothek Gomaringen.

253A720001

Do, 10.04.2025, 19:30

Gomaringen, Schloss, Bürgersaal

8,00 € | Johannes Schweikle

Mit den bekannten Reiseradlern auf Tour: „In die Neue Welt“

Von Teneriffa nach Amerika

Auf ihrer letzten großen Reise waren die beiden Reiseradler vom heimischen Strohgäu bis nach Teneriffa unterwegs. Klar war: Die Reise geht weiter! Besteigen sie mit den beiden auf den Spuren Alexander von Humboldts den 3715 m hohen Vulkan Teide, gefolgt von einem kleinen Streifzug über die Kanarischen Inseln. Dann geht es weiter auf die Kapverden. Mit interessanten Fakten und Anekdoten über die Entdecker Christoph Kolumbus, Amerigo Vespucci und Ferdinand Magellan radeln sie dann Richtung Südamerika und in die Karibik. Dazu gibt es Infos und Tipps zur Planung einer Radreise.

253A740001

Do, 15.05.2025, 19:00–21:00

Gomaringen, Schloss, Bürgersaal

8,00 € (erm. 6,00 €) | Thomas Schröder, Sybille Schröder



 Kunst, Kultur, Kreativität

Literatur, Theater, Musik, Tanz

Literaturtreff

Gespräche über Bücher

253B116500

Di, 11.03., 08.04., 06.05., 03.06.,

01.07.2025, 19:30-21:00

Gomaringen, Bibliothek

57,00 € | Renate Amin

Marcia Schroeter-Francesevic: Plötzlich Stiefmutter

Lesung

Alexa genießt ihr Leben - bis der charmante Sven und seine Tochter Mathilda alles verändern. Plötzlich wird Sie zur unfreiwilligen Teilzeit-Stiefmutter und stürzt sich in eine turbulente Achterbahnfahrt voller Gefühle. Unterstützt von ihren verrückten Freundinnen Paulina und Nora, muss sie sich neuen Herausforderungen stellen. Ein humorvoller Roman über Liebe, Familie und überraschende Wendungen.

253B118001

Do, 08.05.2025, 19:30

Gomaringen, Schloss, Schlosshof

8,00 € | Marica Schröter-Francesevic, noch nicht bekannt

Bücherschau

Literarische Neuheiten

Lassen Sie sich inspirieren auf der Suche nach neuem Lesestoff, mit dem Sie sich die die Abende verkürzen können. Pia Ziefle von der Buchhandlung „Unser Buchladen“ und ein Team der Bibliothek präsentieren Ihnen eine Auswahl an spannenden, interessanten und unterhaltsamen Neuerscheinungen. Zusammenarbeit mit der Buchhandlung „Unser Buchladen Mössingen“ und der Bibliothek Gomaringen.

253B119000

Mi, 12.03.2025, 19:30

Gomaringen, Bibliothek

kostenfrei | Karin Föll

Theaterspaziergang mit Dietlinde Ellsäßer

Wir gehen in die Natur, machen einen heiteren, literarisch-poetischen Rundgang durch Gomaringens Fluren. Zwischendrin halten wir inne, strecken die Nase in die Luft, lauschen und sehen so manch Überraschendes auf dem Weg.

253B127100

So, 11.05.2025, 16:00–18:00

Gomaringen, Sport- und Kulturhalle,

Treffpunkt: Parkplatz

18,00 € (inkl. Vesper)

Dietlinde Ellsäßer

[Instagram.com/vhsreutlingen](https://www.instagram.com/vhsreutlingen)

Kurse der TanzEtage → S. 7 und 11

E-Mail: anmeldung@vhsrt.de · www.vhsrt.de

Hillu Herzdropfa – Durch digg ond denn

Schwäbischer Comedyabend

Jubiläumsprogramm zu 20 Jahre Hillu's Herzdropfa!

Professionell improvisiert, mit viel Witz und Charme, präsentieren Hillu und Franz in diesem Programm ihren ganz besonderen Rückblick auf 20 Jahre Bühnenpräsenz. Beide sind in die Jahre gekommen (die 60 haben beide überholt) und bald benötigen sie selbst Herzdropfa. Doch die Urgesteine von der schwäbischen Alb schwätzet solangs no ebbes zom Schwätza geit!

Als Hillu's Herzdropfa alias Lena ond Maddeis passen die beiden in keine gängige Schublade, entlarven hemmungslos bestehende Klischees der Albschwaben und sind selbst stolz darauf, welche zu sein. Mit ihrer im Ländle (und darüber hinaus) weitbekannten, unbeschwerten Fröhlichkeit und ihrer liebenswerten Art, Menschen zu begeistern, bringen sie ihr abwechslungsreiches Jubiläumsprogramm auf die Bretter, die für sie die Welt bedeuten.

253B127300

Mi, 28.05.2025, 19:30

Gomaringen, Sport- und Kulturhalle
VVK 20,00 € (erm. bis 18 Jahre 14,00 €)
Abendkasse: 22,00 € | Hillu Stoll

Ballett

Ballett ist ein optimales Ganzkörpertraining für schöne, schlanke Muskeln und auch für die Schulung von Koordination und Konzentration. Zudem spielen die aufrechte Körperhaltung und Flexibilität eine wichtige Rolle. Regelmäßiges Training führt schnell zu einer besseren persönlichen Haltung und Dehnfähigkeit. Die Übungen werden im Stehen und auf der Matte durchgeführt.

253B131002 für Erwachsene, Anfänger*innen

Di, ab 18.02.2025, 19:15–20:15, 12x

Gomaringen, Schlossschule,
Gymnastikraum
91,20 € | Halyna Horbachuk

Jodeln lernen

Jodeln ist eine sehr archaische Form des Gesangs. Keine schnellsilbrigen Zungenbrecher werden hier vermittelt, sondern harmonische Dreiklänge in Mehrstimmigkeit. Der Raum füllt sich mit Klang, die Stimme wird stark und die Seele weit. Die aus voller Brust getönten Silbenklänge wechseln mit dem typischen Kehlkopfschlag in höhere Frequenzen, so entsteht das eigentliche Jodeln.

253B154001 keine Noten- und Vorkenntnisse erforderlich

Sa, 15.03.2025, 13:30–17:00

Gomaringen, Schloss, Barocksaal
26,60 € | Cordula Hermenau

Mundharmonika

Ein schönes Hobby für alle!

253B154400 keine Vorkenntnisse

Mo, ab 17.02.2025, 09:00–10:00, 10x
Gomaringen, Schloss, Barocksaal
76,00 € | Heiderose Riefler

Fojgl! Flying Klezmer

Klezmer zum Tanzen und Träumen

Das Trio „Fojgl!“ begeistert seit über 20 Jahren mit mitreißendem Klezmermusik. Johannes Opper, Florian Vogel und Steffen Hollenweger vertonen jiddische Lieder voller Mensch-

lichkeit und Empathie. Ihre Musik ist dynamisch - mal schnell und rhythmisch, mal zart – und vereint einprägsame Melodien. Ob konzertant oder zum Tanz: „Flying Klezmer“ feiert das Universelle der jiddischen Texte und zieht das Publikum in seinen Bann.

253B155001

Fr, 21.03.2025, 19:30

Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
VVK 12,00 € (erm. bis 18 Jahre 10,00 €)
Abendkasse: 15,00 €

Apollon Quartett – Klassikabend

Ein ganz besonderer Leckerbissen für Freunde der klassischen Musik: Das Apollon Quartett gastiert in Gomaringen. Auf dem Programm stehen bei dieser Veranstaltung Werke von Wolfgang Amadeus Mozart, Luigi Boccherini und Ludwig van Beethoven. Es spielen Lisa Immer und Stella Manno (Violine), Sebastian Wohlfahrt (Viola), und Juris Teichmanis (Violoncello).

253B155203

Mi, 30.04.2025, 19:30–21:00

Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
VVK 12,00 € (erm. 8,00 € bis 18 Jahre)
AK 15,00 €

Picknickkonzert-Matinée

Sie lassen sich nieder im Grünen rund um die Terrasse des Kultursaals (ausreichend Sitzgelegenheiten vorhanden) und bringen Essen und Getränke selbst mit. Dazu spielen von der Musikschule Steinlach e. V. die Big Band unter der Leitung von Steffen Hollenweger, die Saxophonics unter der Leitung von Michael Koch, sowie das Jazztrio von Johannes Gröschl.

253B155502

So, 01.06.2025, 11:00, Einlass 10:30

Gomaringen, Sport- und Kulturhalle
Eintritt frei, Spenden zugunsten der JMS des Musikvereins
Steffen Hollenweger

EMU-Herbst

Das Schwabentrio

Die drei Musiker spielen mit eigenwilligen Texten zu bekannten Pop- und Rocktiteln und haben auch eigene Stücke im Gepäck. Welthits werden schwäbisch interpretiert und erhalten dadurch eine ganz neue Bedeutung. Witzig, teilweise skurril und manchmal auch nachdenklich. Die ans Original angelehnten Songs gehen sofort ins Ohr und erzählen Geschichten aus dem prallen Leben. Kooperation TanzEtagé und vhs Gomaringen

253B155901

Sa, 28.06.2025, 19:30

Gomaringen, Schloss, Schlosshof
VVK 12,00 € (erm. bis 18 Jahre 10,00 €)
Abendkasse 15,00 €

Gitarrenabend im Schlosshof

Im besonderen Ambiente des Schlosshofes spielen verschiedene Solisten und Ensembles der Jugendmusikschule Steinach-Wiesaz unter der Leitung von Arnold Grieshaber und der Tübinger Musikschule unter der Leitung von Mandy Bahle. Ihr Repertoire umfasst Pop, Musicals, Klassik. Bei Regen sind wir im Bürgersaal.

253B155902 Kostenlose Karten erhältlich bei Bibliothek Gomaringen, Schuhmode Renz, bei den

Musikschulen JMS Steinlach e. V. und Tübingen sowie am Veranstaltungsabend.

Fr, 04.07.2025, 19:30
Gomaringen, Schloss, Schlosshof
Eintritt frei, Spenden zugunsten der Musikschulen erbeten

**Jazz-Session im Schlosshof
Von Swing bis Blues**

Die vier Jazzmusiker aus dem Raum Tübingen, Karin Grabein (Gesang), Martin Trostel (Keyboard), Steffen Hollenweger (Kontrabass) und Joachim Gröschel (Schlagzeug) bringen an diesem Sommerabend ein abwechslungsreiches Programm auf die Bühne im Schlosshof. Mit lässigem Swing, coolen Grooves und verspieltem Bossa Nova verwandeln sie den Gomaringer Schlosshof in eine nuancenreiche Klangoase. Die Band entführt das Publikum in die zauberhaft vielfältige Welt des Jazz, in der sich bekannte Klassiker, delikate Raritäten und fantasievolle Improvisationen zu einem abwechslungsreichen Hörgenuss vereinen.

253B155903

So, 13.07.2025, 19:30–21:00
Gomaringen, Schloss, Schlosshof
VVK 12,00 € (erm. 10,00 €)
Abendkasse, 15,00 € | Karin Grabein

Das Traumfresserchen**253G339002**

Sa, 29.03.2025, 15:00–16:00
Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
8,00 € (erm. 6,00 €), Familienkarte:
20,00 € (2 Erw. + eigene Kinder)

**Zeichnen, Malen,
Drucken****Indische Blockdruckkunst**

Der Blockdruck hat seinen Ursprung in der Indus-Kultur (ca. 3300-1300 v. Chr.) und erlebte in Indien unter den Mogul-Herrschern eine Blütezeit. Persisch inspirierte Motive prägen noch heute indische Textilien. Sie lernen die Geschichte des traditionellen Handwerks kennen und stellen mit einer großen Auswahl an alten und neuen Druckstöcken eigene Grußkarten, Geschenkpapier und Geschenkanhänger her.

253B449001

Sa, 22.03.2025, 14:30–17:30
Gomaringen, Altes Rathaus,
Multifunktionsraum
41,20 € (inkl. 15,00 € Material)
Shyamala Subramanian

**Kunst tut gut: Pablo
Picasso entdecken**

Kinderkreativwoche - Faschingsfe
253G104002 Kinder 2. – 5. Klasse
Mo bis Fr, 03. bis 07.03., 10:30–16:00
Gomaringen, Altes Rathaus,
Multifunktionsraum
120,00 € (inkl. Mittagessen und Material) | Ines Dulay-Winkler

**Gegenständliches Malen
und Zeichnen**

253G116001 ab 13 Jahren
Sa, 08.03.2025, 10:00–13:00
Gomaringen, Atelier
21,60 € | Livia Scholz-Breznay

Fotografie, Film, Radio**Blitzlicht-Intensivkurs**

Professioneller Einsatz externer Blitztechnik in der Fotografie

Der gezielte Einsatz externer Blitzgeräte zur optimalen Ausleuchtung fotografischer Motive ist Thema. Synchronzeit, Farbtemperatur und entfesseltes Blitzen sowie Setups mit einem oder mehreren Blitzern und unterschiedlichen Lichtformern stehen im Mittelpunkt. Verschiedene Lichtszenarien werden erprobt, die Wirkung analysiert und Einblicke in die Auswahl kosteneffizienter Equipments gezeigt.

247B611004 Grundkenntnisse im manuellen Kameramodus erforderlich

Do & Fr, 20./21.02.2025, 18:30–21:00
Gomaringen, Schloss, Barocksaal
41,40 € | Daniel Schneider

**Sommerkino im
Schlosshof**

mit einem Gute-Laune-Streifen ...

Sommerzeit ist Open-Air-Kino-Zeit. Bibliothek und vhs suchen fürs Sommerkino einen Gute-Laune-Streifen für Sie aus. Lassen Sie sich überraschen! Gute Unterhaltung, nette Gespräche und Popcorn sind garantiert – schönes Wetter leider nicht – bei Regen fällt die Veranstaltung aus.

Kooperation mit der Bibliothek Gomaringen.

253B629000

Do, 31.07.2025, 21:00
Gomaringen, Schloss, Schlosshof
Eintritt frei, Spenden zugunsten der Kulturarbeit im Schloss

**Kunsth Handwerk,
Werken, Textiles****Ikebana**

Die Kunst, die Seele der Natur darzustellen

Ikebana ist die traditionelle japanische Kunst des Blumensteckens. Während wir Blumen, Gräsern und Zweigen eine neue einzigartige Form geben, schaffen wir Abstand von der Hektik des Alltags, finden Ruhe, geistige Konzentration und öffnen die Augen für die Natur. Ein gelungenes Ikebana-Gesteck lässt spüren, wie der Wind Blätter und Gräser bewegt, zeigt wie Zweige lichtsugend eine bizarre Linie entwickeln und lässt Morgentau auf Blüten erahnen.

253B771003

Mo, 17.02., 10.03., 12.05., 23.06.,
14.07.2025, 18:00-21:00
Gomaringen, Schulhaus Stockach
114,00 € (zzgl. Material im Kurs)
Ingrid Meyerhöfer

**Kreativwerkstatt:
Spaß mit Speckstein**

253G154001 8 bis 12 Jahre
Mi und Do, 23./24.04.2025,
09:30–12:00
Gomaringen, Altes Rathaus,
Multifunktionsraum
34,70 € (inkl. Material und Getränke)
Marlene Barth

♥ Gesund durchs Leben

Rund um Körper und Gesundheit

KVBW

Gesundheitsforum: Hauterkrankungen im Visier: Tendenz steigend!

In Kooperation mit der KVBW
Die Haut als größtes Organ des menschlichen Körpers stellt auch unsere wichtigste Schnittstelle zur Außenwelt dar. Dr. med. Anja Schäfers, Hautärztin und Allergologin, bespricht häufige Hauterkrankungen wie Neurodermitis, Schuppenflechte, Rosazea und Hautkrebs sowie Therapiemöglichkeiten. Auch Hautpflege und -schutz als Vorbeugung und Unterstützung medizinischer Behandlungen werden beleuchtet.

Referentin: Dr. med. Anja Schäfers, Fachärztin für Hautkrankheiten, Reutlingen
Moderation: Dr. med. Günther Fuhrer, Vorsitzender der Kreisärzteschaft Reutlingen

253C111107

Di, 11.03.2025, 19:00–20:30
Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
5,00 € | Dr. med. Günther Fuhrer,
Dr. med. Anja Schäfers

Gedächtnistraining für Ältere

Schnupperkurs

Spielend leicht trainieren wir in lockerer, freundlicher, wertschätzender Atmosphäre unser Gedächtnis mit Bildern und Anschauungsmaterial in Großbuchstaben. Eine deutliche und klare Aussprache seitens der Kursleiterin ermöglicht auch Menschen mit eingeschränktem Hörvermögen die Teilnahme. Alle Lösungen werden gemeinsam erarbeitet, niemand muss Aufgaben allein lösen. Der Kurs soll Erfolgsergebnisse vermitteln und das Selbstbewusstsein stärken.

253C113001

Fr, 21.03.2025, 14:30–16:30
Gomaringen, Schloss, Vereinsraum
17,50 € | Brigitte Castro

Bärlauch und Co.

Kräuterspaziergang mit Wildkräutersammeln
Gomaringen, Parkplatz Freizeitanlage Buchbach

253C125100

Fr, 04.04.2025, 17:00–18:30
10,40 € | Isolde Sanden

253C125102 für Familien

Sa, 05.04.2025, 15:00–16:30
10,40 € (Kinder kostenfrei)
Isolde Sanden

Fasten nach Buchinger

253C128001

Di, 18.03.2025, 18:00–19:00
Do, 20.03.2025, 18:00–19:00
Fr, 21.03.2025, 18:00–19:00
Sa, 22.03.2025, 18:00–19:00
Mo, 24.03.2025, 18:00–19:00
Di, 25.03.2025, 18:00–19:00
Do, 27.03.2025, 18:00–19:00
Gomaringen, Bibliothek
53,20 € | Isolde Sanden



Entspannung & Körpererfahrung

Stressbewältigung im Familienalltag

mit Achtsamkeit und Meditation
Findest du im Familienalltag kaum noch einen Moment der Ruhe für dich selbst? Fühlst du dich zunehmend erschöpft und gereizt? Kreisen sorgenvolle Gedanken durch deinen Kopf und lassen dich nachts nicht schlafen? Mit einfachen Alltags-Übungen in Achtsamkeit und Selbstfürsorge sowie mit geführten kurzen Meditationen tankst du neue Energie. Schule deine Körperwahrnehmung, lerne besser für dich zu sorgen und werde mitfühlender mit dir selbst und deinem Umfeld. Ich zeige dir meinen Werkzeugkasten der Achtsamkeit und Meditation: pragmatisch, alltagstauglich und wissenschaftlich fundiert. Ich bringe dir bei, gelassener inmitten deiner Herausforderungen zu sein, endloses Grübeln loszulassen und fokussierter deine Ziele zu erreichen.

247C233003 ohne Vorkenntnisse

Fr, ab 14.02.2025, 08:30–10:00, 7x
Gomaringen, Schloss, Barocksaal
86,60 € | Stefanie Stadel

Massage und Entspannung für Zwei

247C251704 Grundkurs,

Anmeldung nur paarweise

So, 09.02.2025, 09:30–13:15
Gomaringen, Schloss, Barocksaal
31,00 € | Ulrike Lienert

Hatha Yoga

Kraft durch achtsame Haltungen und Atmung

Gomaringen, Schloss, Barocksaal

253C261206

Di, ab 18.02.2025, 08:30–10:00, 13x
148,20 € | Margaret-Rose Mahler

253C261216

Di, ab 18.02.2025, 10:15–11:45, 13x
148,20 € | Margaret-Rose Mahler

Hatha Yoga: Sanftes Üben

253C261447 Sanftes Üben für

Neu- und Wiedereinsteiger

Do, ab 13.03.2025, 17:00–18:15, 10x
Gomaringen, Altes Rathaus,
Multifunktionsraum
95,00 € | Claudia Schulz

Hatha Yoga

Kraft durch achtsame Haltungen und Atmung

253C261467

Do, ab 13.03.2025, 18:30–20:00, 10x
Gomaringen, Altes Rathaus, Multifunktionsraum
114,00 € | Claudia Schulz

[Instagram.com/vhsreutlingen](https://www.instagram.com/vhsreutlingen)

Hatha Yoga: Sanftes Üben

253C261516 Sanftes Üben für Neu- und Wiedereinsteiger
Fr, ab 21.02.2025, 10:15–11:45, 12 x
Gomaringen, Schloss, Barocksaal
136,80 € | André Engeroff

Yoga für Männer

Wir üben die wichtigsten Grundelemente: Dehnen, Atmen, verschiedene Yoga-Stellungen und Tiefenentspannung (Meditation). Neueinsteiger sind immer willkommen. Keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.
253C262366 für Männer
Mi, ab 19.02.2025, 18:30–20:00, 9 x
Gomaringen, Schloss, Barocksaal
102,60 € | Uwe Stüber

Yoga für Schwangere

Ein Weg um Schwangerschaft und Geburt aktiv und bewusst zu erleben, den eigenen Körper besser kennenzulernen und ein positives Körpergefühl zu erlangen. Schwangerschaftsbeschwerden werden gelindert, das psychische Gleichgewicht und die innere Ruhe stellen sich ein. Bitte im Vorfeld mit dem behandelnden Gynäkologen abklären. Teilnahme ab der 14. SSW – bis zur Geburt.
253C263441 für Schwangere
Di, ab 18.02.2025, 18:15–19:45, 7 x
Gomaringen, TanzEtage
91,70 € | Konstantina Sourgiadaki

Kundalini Yoga

Energie durch Bewegung, Atem und Meditation
253C267216
Di, ab 18.02.2025, 09:00–10:30, 12 x
Gomaringen, TanzEtage
136,80 € | Katja Haas
253C267366 Hybridkurs
Mi, ab 19.02.2025, 18:30–20:00, 12 x
Gomaringen, Lindenstraße 71, Dachgeschoss
124,80 € | Katja Haas
253C267386 Hybridkurs
Mi, ab 19.02.2025, 20:15–21:45, 12 x
Gomaringen, Lindenstraße 71, Dachgeschoss
124,80 € | Katja Haas

Yoga mit Baby

Nach der Geburt und Rückbildung den Körper behutsam bewegen und dehnen. Lockerungs- und Dehnübungen wirken sich positiv auf den Körper nach der Schwangerschaft aus. Wir kräftigen die Muskulatur und kurbeln den Kreislauf an. Beckenboden und Rückenmuskulatur bekommen durch sanfte Yoga-Asanas besondere Aufmerksamkeit. Dein Baby ist im Kurs herzlich willkommen! Die Rückbildung sollte abgeschlossen sein.
253C268411
Do, ab 20.02.2025, 10:00–11:00, 7 x
Gomaringen, TanzEtage
61,10 € | Konstantina Sourgiadaki

Bundesfreiwilligendienst

bei der vhsrt und ihren Einrichtungen
Wir vermitteln viele spannende Eindrücke und Know How in allen Bereichen unserer Einrichtungen. Der BFD ist dem Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ) rechtlich gleichgestellt

Kontakt: Britta Götzendorfer

Telefon 07121 336-115

E-Mail bgoetzendorfer@vhsrt.de

Sommerspecial: Yin Yoga & Yoga Nidra

Yin Yoga ist ein passiver Yogastil, der überwiegend im Liegen und Sitzen praktiziert wird. Lang gehaltene Asanas dehnen die tiefsten Körperschichten und laden dich zum Loslassen ein. Anschließend findest du innere Ruhe und Tiefenentspannung im yogischen Schlaf (Yoga Nidra).
Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
253C269141
Mo, 30.06.2025, 19:30–21:00
13,10 € | Miriam Teuschel
253C269142
Mo, 21.07.2025, 19:30–21:00
13,10 € | Miriam Teuschel

Luna Yoga®

Gomaringen, Schulhaus Stockach
253C269327
Di, ab 18.02.2025, 17:30–19:00, 8 x
91,20 € | Carmen Kübler
253C269328
Di, ab 18.02.2025, 19:15–20:45, 8 x
91,20 € | Carmen Kübler
255C269327
Di, ab 13.05.2025, 17:30–19:00, 8 x
91,20 € | Carmen Kübler
255C269328
Di, ab 13.05.2025, 19:15–20:45, 8 x
91,20 € | Carmen Kübler

Vinyasa Yoga

Asanas, Atem und Meditation in fließenden Bewegungsabfolgen
253C269707
Mo, ab 17.02.2025, 20:00–21:00, 12 x
Gomaringen, Schloss, Barocksaal
91,20 € | Miriam Teuschel
253C269722 sanftes Üben
Mo, ab 17.02.2025, 18:30–19:45, 12 x
Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
114,00 € | Miriam Teuschel

Wandern mit Yoga

Entdecken Sie mit Stephan Rilling von der Albvereinsgruppe Gomaringen die Kaiser- und Keltenrunde. Zwischendurch, in mehreren kleinen Wanderpausen, begeben Sie sich unter Anleitung von Yogalehrerin Margaret-Rose Mahler auf den inneren Weg der Selbsterkenntnis. Keine Yoga-Kenntnisse erforderlich, Gesamtstrecke circa 5 Kilometer, Dauer 3 Stunden, nicht barrierefrei, Eine Zusammenarbeit von Schwäbischem Albverein und der vhs Gomaringen. Anmeldung notwendig!
253C474000
So, 04.05.2025, 09:30–12:30
Treffpunkt: Friedhof Stockach
5,00 € | Margaret-Rose Mahler

Qigong: 8 Brokate und Tellerqigong

Gomaringen, Schloss, Barocksaal
253C271462
Do, ab 13.03.2025, 18:45–20:15, 8 x
91,20 € | Erika Orgas
255C271462
Do, ab 05.06.2025, 18:45–20:15, 6 x
68,40 € | Erika Orgas

Entspannung in der TanzEtage

Hatha-Yoga: Mo, 19:30-21:00,
Agathe Weimar (0176 82014605)
QiGong: Di 14-tägig, 20:00-21:30,
Achim Tress (0178 6940974)



Gymnastik & Bewegung

Fit von Kopf bis Fuß

253C411140

Mo, ab 17.02.2025, 16:30–17:30, 13 x
Gomaringen, Schlossschule,
Gymnastikraum
90,10 € | Birgit Treff

Rundum fit

253C411160

Mo, ab 24.02.2025, 18:30–19:30, 15 x
Gomaringen, Schloss, Barocksaal
114,00 € | Anja Just

Well-Fit

253C411410

Do, ab 20.02.2025, 09:00–10:00, 14 x
Gomaringen, Sport- und Kulturhalle
97,10 € | Natali Seeger

Fit mit Gymnastik

Wir trainieren Kondition und Ausdauer und verbessern dabei die Herz-Kreislauf-Tätigkeit und den Muskelstoffwechsel. Risikofaktoren wie Stress und Bewegungsmangel wird entgegengewirkt, die Psyche positiv beeinflusst. Daneben gibt es Übungen zur allgemeinen Kräftigung und Verbesserung der Beweglichkeit.

253C412101

Mo, ab 17.02.2025, 08:45–09:45, 16 x
Gomaringen, Sport- und Kulturhalle
110,90 € | Natali Seeger

Fitness-Mix

253C412171

Mo, ab 17.02.2025, 18:30–19:30, 16 x
Gomaringen, Sport- und Kulturhalle
110,90 € | Natali Seeger

Body-Toning

253C413161

Mo, ab 17.02.2025, 18:50–19:50, 16 x
Gomaringen, Sport- und Kulturhalle
110,90 € | Birgit Zimmermann

Body-Fit

253C413471

Do, ab 20.02.2025, 18:45–19:45, 14 x
Gomaringen, Schlossschule,
Gymnastikraum
97,10 € | Carmen Welsch

Fit & agil

In diesem Kurs gibt es eine bunte Mischung aus Kräftigungs- und Beweglichkeitsübungen für Rücken, Bauch und Beine. Koordination und Ausdauer bilden die Schwerpunkte funktioneller Gymnastikübungen. Ziel ist es, die körperliche Fitness zu erhalten bzw. zu verbessern und das Herzkreislauf-System sowie die Muskulatur zu stärken. Die Übungen werden je nach Befindlichkeiten individuell durchgeführt.

253C422240

Di, ab 18.02.2025, 16:45–17:45, 14 x
Gomaringen, TanzEtagé
122,30 € | Angelika Resch-Ebinger

Fitness für Männer

Ein abwechslungsreiches Rundumtraining für Männer, das auch Prellball-Spielrunden beinhaltet. Abgestimmt auf die individuelle Belastbarkeit regen wir den Kreislauf an, trainieren Kraft und Beweglichkeit. Alltagsbelastungen werden ausgeglichen, die Koordination verbessert.

253C431170 für Männer

Mo, ab 17.02.2025, 19:45–20:45, 15 x
Gomaringen, Schlossschule,
Gymnastikraum
114,00 € | Sofia Apostolidou

Mach mit, bleib fit! 60 Plus

Mit speziellen Übungen erhalten wir die Beweglichkeit, kräftigen die Muskulatur, fördern Koordination, Gleichgewicht und Reaktion. Verschiedene Kleingeräte wie Theraband oder Hanteln unterstützen uns dabei. Entspannendes Dehnen rundet die Stunde ab.

253C437151

Mo, ab 17.02.2025, 17:30–18:30, 12 x
Gomaringen, Schlossschule,
Gymnastikraum
83,20 € | Angela Eißler

70 Plus: Bewegung ohne Bodengymnastik

In diesem Kurs fördern wir Mobilität, Sicherheit und Selbstständigkeit. Wir bauen Kraft auf und trainieren mit spielerischen Übungen die geistige und körperliche Beweglichkeit. Ziel ist, mit Spaß möglichst lange beweglich und fit zu bleiben.

253C437311 für Frauen und Männer am Vormittag

Mi, ab 19.02.2025, 9:00–10:30, 12 x
Gomaringen, Schloss, Barocksaal
91,20 € | Angela Eißler

253C437350 für Frauen und Männer

Mi, ab 19.02.2025, 16:30–17:30, 14 x
Gomaringen, Schlossschule,
Gymnastikraum
106,40 € | Angela Eißler, Birgit Treff

Gomaringer Präventions- und Rehabilitationsgruppe

Lungensportgruppe
Mittwochs, 18:00–19:00
Stütz- und Bewegungsapparat
Orthopädie
Mittwochs, 18:00–19:00
Weitere Infos: Elke Wild, Tel.:
07072/6252, elke.wild@web.de,
Ärztliche Leitung: Rolf Henning Treff
Herzsportgruppe
Mittwochs, 19:00–20:00
Treffpunkt: Gomaringen, Sport- und Kulturhalle
Weitere Infos: Elke Wild, Tel.:
07072/6252, elke.wild@web.de,
Ärztliche Leitung: Rolf Henning Treff

253C439001

Einstieg jederzeit möglich

Mittwochs, 18:00–19:00
Gomaringen, Sport- und Kulturhalle

Rücken, Bauch, Beine, Po

253C441150

Mo, ab 17.02.2025, 17:45–18:45, 16 x
Gomaringen, Sport- und Kulturhalle
110,90 € | Birgit Zimmermann

Bildung für alle:

Wenn Sie **Sozialhilfe** oder **ALG II** beziehen, **reduzieren wir Ihre Kursgebühr um 75%! Fragen Sie uns.**

Fit & agil

In diesem Kurs gibt es eine bunte Mischung aus Kräftigungs- und Beweglichkeitsübungen für Rücken, Bauch und Beine. Koordination und Ausdauer bilden die Schwerpunkte funktioneller Gymnastikübungen. Ziel ist es, die körperliche Fitness zu erhalten bzw. zu verbessern und das Herzkreislauf-System sowie die Muskulatur zu stärken. Die Übungen werden je nach Befindlichkeiten individuell durchgeführt.

253C422240

Di, ab 18.02.2025, 16:45–17:45, 14 x
Gomaringen, TanzEtagé
122,30 € | Angelika Resch-Ebinger

**Rücken, Wirbelsäule,
Gelenke & Beckenboden****Rücken, Bauch, Beine, Po**

253C441150
Mo, ab 17.02.2025, 17:45–18:45, 16 x
Gomaringen, Sport- und Kulturhalle
110,90 € | Birgit Zimmermann

Wirbelsäulengymnastik

253C443120
Mo, ab 17.02.2025, 10:00–11:00, 16 x
Gomaringen, Sport- und Kulturhalle
110,90 € | Natali Seeger

**Wirbelsäulengymnastik
für Männer**

253C443340 für Männer
Di, ab 18.02.2025, 16:00–17:00, 14 x
Gomaringen, Schulhaus Stockach
106,40 € | Clara Lina Romanowicz

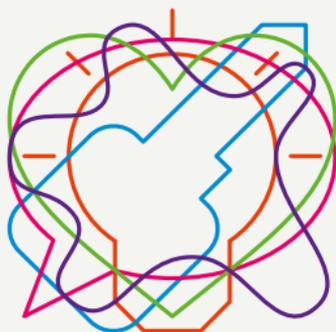
Wirbelsäulengymnastik

Gomaringen, Schulhaus Stockach
253C443440
Do, ab 20.02.2025, 17:00–18:00, 11 x
83,60 € | Susanne Drazdil
253C443450
Do, ab 20.02.2025, 18:00–19:00, 11 x
83,60 € | Susanne Drazdil

Bandscheiben-Training

253C447411
Do, ab 20.02.2025, 10:15–11:15, 14 x
Gomaringen, Sport- und Kulturhalle
97,10 € | Natali Seeger

Immer eine gute Idee!

Geschenkgutscheine**vhsrt**

Volkshochschule
Reutlingen
Mehr vom Leben

Pilates**Pilates**

Gomaringen, Schlossschule,
Gymnastikraum
253C451150
Mo, ab 17.02.2025, 18:30–19:30, 14 x
97,10 € | Katrin Speidel
253C454336
Mi, ab 19.02.2025, 18:15–19:15, 15 x
114,00 € | Sofia Apostolidou

Pilates intensiv

Kräftigungs- und Dehnungsübungen insbesondere der Körpermitte sowie Koordination bilden die Grundlagen dieses Ganzkörpertrainings. Durch die bewusste und präzise Durchführung der klassischen Pilates-Mattenübungen werden die tiefen Muskeln gekräftigt, entspannt und gedehnt. Ergänzt wird die Stunde durch Elemente aus dem Faszientraining.

253C454620
Di, ab 25.02.2025, 18:00–19:00, 15 x
Gomaringen, Schlossschule,
Gymnastikraum
104,00 € | Gesine Karoli

**Trends****Zumba® Fitness**

Zumba® ist ein Fitness-Tanz-Workout auf mitreißende lateinamerikanische Musik. Ganz nebenbei werden das Herz-Kreislaufsystem, die Muskulatur und die Beweglichkeit trainiert. Egal welches Fitnessniveau, welcher tänzerische Hintergrund, welches Alter: Jede*r kann sofort mitmachen.

253C463481
Do, ab 20.02.2025, 19:45–20:45, 14 x
Gomaringen, Schlossschule,
Gymnastikraum
106,40 € | Daniela Gaiser

Outdoor**Wandern mit Yoga**

Entdecken Sie mit Stephan Rilling von der Albvereinsgruppe Gomaringen die Kaiser- und Keltenrunde. Zwischendurch, in mehreren kleinen Wanderpausen, begeben Sie sich unter Anleitung von Yogalehrerin Margaret-Rose Mahler auf den inneren Weg der Selbsterkenntnis. Keine Yoga-Kenntnisse erforderlich, Gesamtstrecke circa 5 Kilometer, Dauer 3 Stunden, nicht barrierefrei, Eine Zusammenarbeit von Schwäbischem Albverein und der vhs Gomaringen. Anmeldung notwendig!

253C474000
So, 04.05.2025, 09:30–12:30
Gomaringen, Friedhof Stockach
5,00 € | Margaret-Rose Mahler

www.facebook.com/vhsrt



Essen & Trinken

La Pasticceria Italia leicht gemacht!

Freuen Sie sich auf die feine italienische Backkunst! Sie lernen kleine Törtchen, Kuchen und Tarteletts zu backen! Dabei werden die Grundlagen erklärt und Sie erhalten zahlreiche praktische und wertvolle Tipps für ein gutes Gelingen!

253C610001

Fr, 14.03.2025, 18:00–21:00

Gomaringen, Schlossschule,

Schulküche

37,80 € (ȳ) | Salvatore Fraccia

Backspaß für Kinder

Italienische Pasticceria

Gemeinsam backen wir köstliche Kekse wie Amaretti und Biscotti und entdecken spannende Rezepte aus Italien. Dabei lernst du nicht nur Backtechniken, sondern auch etwas über die italienische Backkunst. Am Ende kannst du deine süßen Kunstwerke mit nach Hause nehmen und genießen.

253C610002 ab 8 Jahren

Mi, 05.03.2025, 10:00–13:00

Gomaringen, Schlossschule,

Schulküche

20,80 € (inkl. Material und Getränk)

Salvatore Fraccia

Sprachen

Sprach-Niveaustufen (GER) A1 – C2

Einstufungstest in der Sprachberatung

A1 Bring your English back to life!

Auffrischkurs für Lerner*innen mit geringen Vorkenntnissen

Dieser Kurs richtet sich an Lernende mit geringen Vorkenntnissen in Englisch. Durch ansprechende Dialoge und nur wenige Grammatikübungen werden die vorhandenen Englischkenntnisse geübt und der Wortschatz erweitert. Der Schwerpunkt liegt auf praktischer Kommunikation und alltäglichem Sprachgebrauch, um das Selbstvertrauen und die Sprachkompetenz im Englischen zu stärken. Machen Sie mit und verbessern Sie Ihre Sprech- und Hörfähigkeit auf unterhaltsame und aktive Weise!

Voraussetzungen: 2-3 Semester Englischunterricht (Niveau A1 nach GER)

253D111031

Mi, ab 30.04.2025, 18:30–20:00, 11x
Gomaringen, Schloss, Vereinsraum
125,40 € | Ysabel Geiger

A1 Spanisch kompakt!

Intensivkurs in den Faschingsferien für Sprachanfänger*innen

☐ Eigene Materialien der Dozentin

253D210001

Mo bis Do, 03.03. bis 06.03.2025,
18:30-20:45

Gomaringen, Schloss, Vereinsraum
69,60 € | Paloma González Bosque

Freie Plätze gibt es oft

... in Kursen, die erst später im Semester beginnen.

Fragen Sie uns, besuchen Sie uns im Internet unter www.vhsrt.de

Stiftung Warentest bestätigt Qualität von vhs-Kursen



Seit 10 Jahren überprüft die Stiftung Warentest in detaillierten Langzeituntersuchungen die Qualität von Weiterbildungsangeboten.

Dabei schneiden die Volkshochschulen in den Tests gut ab. Das positive Fazit des Weiterbildungs-Checks unterstreicht die Qualität der vhs-Angebote.

Die Zusammenfassung der Langzeituntersuchung und die Empfehlungen von Stiftung Warentest können Sie im Internet nachlesen: www.test.de/weiterbildungsanbietervergleich



Jugendkunstschule Reutlingen

Geschwisterermäßigung:

Das 1. Kind zahlt die volle Gebühr.
Ab dem 2. Kind im selben Kurs gibt's
25% Ermäßigung.

Kunst tut gut: Pablo Picasso entdecken

Kinderkreativwoche - Faschings- ferienprogramm

Erlebe die spannende Welt Picassos!
Nach einer kurzen Einführung in sein
Leben und Werk lassen wir uns von
seinen Ideen inspirieren: Wir malen
großformatige Bilder, gestalten
kleine Porträt-Skulpturen aus Papp-
maché und erschaffen fantasievolle
Kreaturen im Stil von Picassos Einli-
nienzeichnungen. Mit nur einer Linie
ein Tier oder einen Menschen, einen
Akrobaten, ein Gesicht erstellen. Ge-
schichten, Spiele und viel Spaß be-
gleiten uns durch die Woche. Am
letzten Tag laden wir Deine Freunde
und Familie zu einer kleinen Ausstel-
lung unsere Kunstwerke ein.

**253G104002 für Kinder der 2.
bis 5. Klasse**

Mo bis Fr, 03. bis 07.03.25, 10:30–16:00
Gomaringen, Altes Rathaus,
Multifunktionsraum
120,00 € (inkl. Mittagessen und
Material) | Ines Dulay-Winkler

Gegenständliches Malen und Zeichnen

Kreativ werden, dazu lernen,
eigenen Stil entwickeln

253G116001 ab 13 Jahren

Sa, 08.03.2025, 10:00–13:00
Gomaringen, Atelier
21,60 € | Livia Scholz-Breznay



Kindergeburtstag mit der Jugendkunstschule

Für Kids zwischen 7 und 14 Jahren

juksrt-Kindergeburtstage sind die
etwas andere Variante, einen fröh-
lichen Kinderhaufen zu bändigen.

Ob beim Tönen, Seidentücher
Bemalen, Malen, Tanzen oder
anderen kreativen Aktionen – die
Kids sind mit Spaß dabei und kön-
nen sich im Kreativen erproben.

Der ausgesuchte Dozentenpool
bietet beste Voraussetzungen, auf
besondere Wünsche einzugehen.
Und zu Hause gibt's nicht das sonst
übliche Chaos ...

Der Termin ist individuell planbar
mit bis max. 10 Kindern. Bitte recht-
zeitig anfragen, jedoch mindestens
4 Wochen vor dem Wunschtermin.

Für Getränke, Geschirr und ein
bisschen Deko sorgt die juksrt, für
Kuchen und Co. sowie für die Pausen-
betreuung sorgen die Eltern ...

Ihre Ansprechpartnerin:

Sonja Rossini Tel. 336-133
info@juksrt.de



Kreativwerkstatt: Spaß mit Speckstein

Gestalte Anhänger, Tierfiguren
und mehr

Speckstein ist ein relativ weicher,
leicht zu bearbeitender Stein. Mit
verschiedenen Feilen und Schleifpa-
pieren bringen wir den Stein in die
gewünschte Form. Am Ende wird er
geölt, wodurch seine natürliche Far-
bigkeit zum Vorschein kommt.

253G154001 8 bis 12 Jahre

Mi und Do, 23./24.04.2025,
09:30–12:00

Gomaringen, Altes Rathaus,
Multifunktionsraum
34,70 € (inkl. Material und Getränke)
Marlene Barth

Das Traumfresserchen

Im musikalischen Märchen „Das
Traumfresserchen“ nach Michael
Ende nimmt das Theater HERZeigen
kleine und große Zuschauer mit auf
eine fantasievolle Reise nach
Schlummerland. Prinzessin Schlafitt-
chen kann nicht einschlafen, denn
sie fürchtet ihre bösen Träume.
Doch der König findet das Traum-
fresserchen, das nur die bösen
Träume frisst! Ein liebevoll inszenier-
tes Stück mit Musik, Tanz und Figu-
renspiel.

253G339002

Sa, 29.03.2025, 15:00–16:00

Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
8,00 € (erm. 6,00 €)
20,00 € Familienkarte
(2 Erwachsene + eigene Kinder)

Backspaß für Kinder

Italienische Pasticceria

253C610002 ab 8 Jahren

Mi, 05.03.2025, 10:00–13:00

Gomaringen, Schlossschule,
Schulküche
20,80 € (inkl. Material und Getränk)
Salvatore Fraccia

Tanzen in der TanzEtage

Anmeldung und Infos unter den
jeweils angegebenen Telefon-
nummern.

Kreativer Kindertanz (4 bis 7-Jährige)

Mi, 15:00–16:00, Kerstin
Bärenfänger (0173 8193922)

Tanzwerkstatt für 8- bis 11-Jährige

Mi, 16:00–17:00, Kerstin
Bärenfänger (0173 8193922)

Tanzend fit bleiben für Frauen

über 50: Mi, 17:30–18:30,
Eva Wied (0176 82223652)

Latin-Fit (flottes Tempo)

Do, 18:20–19:20, Ignacio
Cambor (0176 82223652)

Salsa Cubana (Mittelstufe)

Do, 20:30–21:30, Ignacio
Cambor (0176 82223652)

Salsa (schnelles Tempo)

Fr, 19:30–20:30, Ignacio
Cambor (0176 82223652)



Veranstungsübersicht September bis Februar

- Vor- und Nachteilsausgleich bei Behinderungen** → Seite 2
Di, 18.02.2025, 19:00
- Gesundheitsforum: Hauterkrankungen** → Seite 6
Di, 11.03.2025, 19:00
- Bücherschau: Literarische Neuheiten** → Seite 3
Mi, 12.03.2025, 19:30
- Sinnvolle Raumgestaltung und technische Hilfen zur Unterstützung** → Seite 2
Do, 20.03.2025, 19:00
- Foigl: „Flying Klezmer“** → Seite 4
Fr, 21.03.2025, 19:30
- Kindertheater Herzeigen „Traumfresserchen“** → Seite 11
Sa, 29.03.2025, 20:00
- Wohntrends 2025** → Seite 2
Di, 8.04.2025, 19:00
- Über den Schwarzwald – Multi-medialer Reisebericht** → Seite 3
Do, 10.04.2025, 19:00
- Apollon Quartett – Klassikabend** → Seite 4
Mi, 30.04.2025, 19:30
- Yoga und Wandern** → Seite 9
So, 04.05.2025, 9:30
- Plötzlich Stiefmutter – Lesung Marcia Schroeter-Francesevic** → Seite 3
Do, 06.05.2025, 19:00
- Theaterspaziergang mit Dietlinde Ellsäßer** → Seite 3
So, 11.05.2025, 16:00
- Unterwegs in fremden Kulturen Mit dem Fahrrad auf Tour in die Neue Welt** → Seite 3
Do, 15.05.2025, 19:00
- Hillus Herzdropfa „Durch Digg und Denn“** → Seite 4
Mi, 28.05.2025, 19:30
- Picknickkonzert – Matinée** → Seite 4
So, 01.06.2025, 10:00
- Musik im Schlosshof: EMU-Herbst** → Seite 4
Sa, 28.06.2025, 10:00
- Gitarrenabend im Schlosshof** → Seite 4
Fr, 04.07.2025, 19:30
- Jazzsession im Schlosshof** → Seite 5
So, 13.07.2025, 19:30
- Sommerkino im Schlosshof** → Seite 5
Do, 31.07.2025, ab 20.30 Uhr

„Wohnen“

- Sinnvolle Raumgestaltung und Technische Hilfen als Unterstützung** → Seite 2
für Menschen mit eingeschränkter Wahrnehmung
253A130001
Do, 20.03.2025, 19:00
Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
8,00 € | Dr. Beate Radzey
- Wohntrends 2025** → Seite 2
Neue Ideen für Ihr Zuhause
253A133005
Di, 08.04.2025, 19:00
Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
8,00 € | Susanne Fauser

Highlights

- Das Traumfresserchen** → S. 11
253G339002
Sa, 29.03.2025, 15:00–16:00
Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
8,00 € (erm. 6,00 €)
20,00 € Familienkarte
(2 Erwachsene + eigene Kinder)
- Bärlauch und Co.** → Seite 6
Kräuterspaziergang mit Wildkräutersammeln
Gomaringen, Parkplatz
Freizeitanlage Buchbach
253C125100
Fr, 04.04.2025, 17:00–18:30
10,40 € | Isolde Sanden
253C125102 für Familien
Sa, 05.04.2025, 15:00–16:30
10,40 € (Kinder kostenfrei)
Isolde Sanden

Musik

- Mundharmonika** → Seite 4
253B154400 keine Vorkenntnisse
Mo, ab 17.02.2025, 09:00–10:00, 10 x
Gomaringen, Schloss, Barocksaal
76,00 € | Heiderose Riefler
- Jodeln lernen** → Seite 4
253B154001 keine Noten- und Vorkenntnisse erforderlich
Sa, 15.03.2025, 13:30–17:00
Gomaringen, Schloss, Barocksaal
26,60 € | Cordula Hermenau
- Foigl: Flying Klezmer** → S. 4
Klezmer zum Tanzen und Träumen
253B155001
Fr, 21.03.2025, 19:00
Gomaringen, Schloss, Bürgersaal
VVK 12,00 € (erm. bis 18 Jahre 10,00 €)
Abendkasse: 15,00 €
Steffen Hollenweger