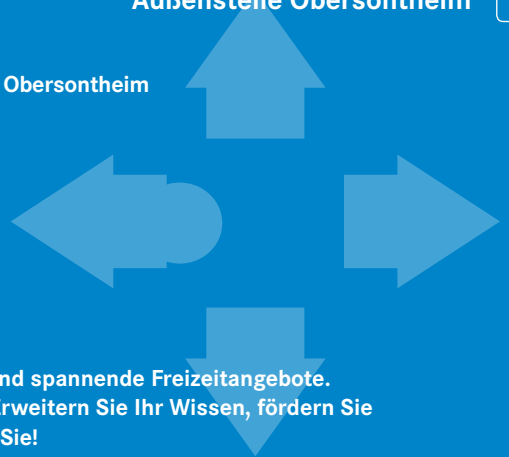




**Anschrift:** Rathaus Obersontheim, Rathausplatz 1, 74423 Obersontheim  
**Leitung:** Annett Becklein  
**Information:** Tel.: 07973-696-17 (keine Anmeldung)  
**Anmeldung:** per E-Mail an [ema@obersontheim.de](mailto:ema@obersontheim.de)  
 Fax: 07973-69613  
 im Internet [www.vhs-sha.de](http://www.vhs-sha.de)  
**Öffnungszeiten:** Montag bis Freitag 08:00–12:00 Uhr  
 Montag zusätzlich 14:00–16:00 Uhr  
 Donnerstag zusätzlich 14:00–18:00 Uhr



Die Außenstelle Obersontheim bietet Ihnen seit vielen Jahren abwechslungsreiche und spannende Freizeitangebote. Vorträge, Schulungen, Koch- oder Bastelkurse, für jeden ist bestimmt etwas dabei. Erweitern Sie Ihr Wissen, fördern Sie Ihre Fähigkeiten und treffen Sie Leute mit denselben Interessen. Wir freuen uns auf Sie!

## Neue Whisk(e)ys – neue Destillate

**27700** Abendkurs

**Freitag, 20.03.2020, 19:30–22:30 Uhr**

Werner Boßmann

15,00 €

Bürgersaal, Hospitalgebäude

Entdecken Sie in gemütlicher Runde die Geheimnisse dieses Kultgetränks. Dieses Seminar ist ein leidenschaftlicher Appell an alle, die an die geschmacklichen Eigenheiten der unterschiedlichsten Whisk(e)ys in ihren regionalen Prägungen herangeführt werden wollen. Die wichtigsten Whiskylandschaften, sowie Variationsmethoden der Herstellung sind ebenso Teil dieser Veranstaltung, wie praktische Fragen der Degustation.

Umlage für Whiskey (20 €) wird im Kurs abgerechnet.

## Whisky, das Aroma der Scottish Islands

**27701** Abendkurs

**Freitag, 08.05.2020, 19:30–22:30 Uhr**

Werner Boßmann

15,00 €

Bürgersaal, Hospitalgebäude

Die zerklüfteten und mystischen Inseln vor der West- und Nordküste Schottlands sind das heutige Ziel unserer hochwertigen Whiskeyreise. Begeben Sie sich auf die Inseln Arran, Mull, Jura, Skye und Orkney und entdecken Sie die geschmacklichen Facetten der verschiedensten Whisky-Charaktere. Maritimes und feuchtes Klima mit milden Wintern bringen Whiskys hervor die würzige Einflüsse von Torf und Meer zeigen, während andere deutlich zu den Highländernoten tendieren. Stimmungsvolle Bilder einer Landschaft wilder Klippen, malerischer Torfmoore, unberührter Strände und romantischer Ortschaften mit traditionsreichen Destillen begleiten Sie durch diesen besonderen Abend.

Umlage für Destillate (25,00 €) wird im Kurs abgerechnet.

## Workshop: Spachteltechnik in Acryl

**81700** Nachmittagskurs

**Freitag, 27.03.2020, 14–18 Uhr**

Gerhard Knapp

24,00 €

Schule Obersontheim

In diesem Workshop werden mit Hilfe von Spachteln kleine und große Bilder in Acryl in brillanten, farbstarken Tönen gestaltet.

Bitte mitbringen: Japanspachteln + Acrylfarben wenn vorhanden, Leinwände, Arbeitskleidung. Farben und Leinwände (ab 40 x 40 cm und größer) können auch im Kurs erworben werden. Bei größeren Formaten geben Sie dem Dozenten bitte vorher Bescheid, Telefon 0791/6422.

## Malen für Kinder

**81701 K** ab 9 Jahren

**Freitag, 03.04.2020, 14–16 Uhr**

Gerhard Knapp

11,00 €

Schule Obersontheim, Handarbeitsraum

Malen mit Spachteltechnik auf Leinwand. Mit leuchtenden Acrylfarben und Spachteln entstehen individuelle Bilder. Bitte mitbringen: alte Kleidung. Materialkosten (ca.10 €) für Leinwand und Farben werden im Kurs abgerechnet.

## Muttertagsgeschenk ... gefilzt

**84700 K** ab 7 Jahren

**Freitag, 08.05.2020, 14:30–17:30 Uhr**

Susanne Halder, Filzgestalterin

16,00 €

Schule Obersontheim, Küche

Aus feiner Wolle filzen wir eine kleine Überraschung zum Muttertag. Bitte mitbringen: 2 alte Handtücher. Materialkosten werden im Kurs abgerechnet.

## Schmetterlinge ... gefilzt

**84701 K** ab 7 Jahren

**Freitag, 27.03.2020, 14:30–17:30 Uhr**

Susanne Halder, Filzgestalterin

16,00 €

Schule Obersontheim, Küche

Aus feiner Wolle filzen wir zarte Schmetterlinge in sommerlichen Farben. Bitte mitbringen: 2 alte Handtücher. Materialkosten werden im Kurs abgerechnet.

## Origami-Blüten, Kränze und andere Faltereien

**89701** Abendkurs

**Dienstag, 17.03.2020, 19–21 Uhr**

Dorothee Straub

8,00 €

Hospitalgebäude, 1. Stock

Unter fachkundiger Anleitung werden verschiedene Blüten und frühlinghafte Kränze gefaltet. Materialkosten werden im Kurs abgerechnet.

## Farbberatung

**91700 F** Nachmittagskurs

**Freitag, 27.03.2020, 15–18 Uhr**

Gabriela Modisch, Visagistin und

Make-up Artist

18,00 €

Bürgersaal, Hospitalgebäude

Sie lernen mit Hilfe von Farbtüchern welche Farben Ihnen stehen und wie Sie diese praktisch umsetzen. Freuen Sie sich auf diese Entdeckungsreise und lernen Sie, zielsicher Ihre idealen Farben bei der Wahl der Kleidung, der Brille, der Haarfarbe auszuwählen. Von der gewonnenen Sicherheit können Sie in privaten und beruflichen Situationen profitieren und Ihr Selbstbewusstsein steigern.

Bitte mitbringen: Haarband/-klammer, kleines Handtuch. Materialkosten (5 €) werden im Kurs abgerechnet.

## Young Girl Make-up

**91701 J** ab 12 Jahren

**Freitag, 03.04.2020, 15–18 Uhr**

Gabriela Modisch, Visagistin und

Make-up Artist

18,00 €

Bürgersaal, Hospitalgebäude

Du würdest Dich gerne schminken, weißt aber nicht wie? Fettige Haut, verschmiertes Make-up oder die Haut glänzt? In diesem Kurs lernt ihr die Bibel des Schminkens und bekommt hilfreiche Tipps und Tricks für ein strahlendes Aussehen. Bitte ungeschminkt kommen. Bitte mitbringen: Haarband/-klammer, kleines Handtuch. Materialkosten (5 €) werden im Kurs abgerechnet.





### Naturkosmetikworkshop

**91702 F** Abendkurs  
**Donnerstag, 18.06.2020, 18–20 Uhr**  
Gabriele Gläßer, Kräuterpädagogin  
12,00 € bei 6-7 Personen  
9,00 € bei 8-9 Personen  
7,00 € ab 10 Personen  
Schule Obersontheim, Küche

Aus nachwachsenden Rohstoffen stellen wir unsere eigenen Naturkosmetikprodukte her. Sonnenschutz, Aftersun Lotion und ein Duschsmoothie – natürlich alles ohne Konservierungs- und Füllstoffe. Im Kurs geht es neben der Herstellung auch um die Anwendung der Produkte. Bitte mitbringen: Schürze.

### Blüten in der Kosmetik, Kunst und in der Küche

**91703** Abendkurs  
**Montag, 29.06.2020, 18–20 Uhr**  
Gabriele Gläßer, Kräuterpädagogin  
12,00 € bei 6-7 Personen  
9,00 € bei 8-9 Personen  
7,00 € ab 10 Personen  
Schule Obersontheim, Küche

Der Sommer ist die Zeit der Blüten. Sie bereichern unser Leben mit Duft und Farbe. Wir lernen Methoden kennen, wie Blüten in der Kosmetik, in der Kunst und in der Küche angewendet werden. Natürlich auch mit praktischen Arbeiten. Lassen sie sich überraschen, wie vielfältig die Möglichkeiten sind. Bitte mitbringen: Schürze. Materialkosten werden im Kurs abgerechnet.

### Kinderyoga

**95700 K** 8–14 Jahre  
**dienstags ab 18.02.20, 16:30–17:30 Uhr (8x)**  
Martina Schepperle  
42,00 €  
Bürgersaal, Hospitalgebäude

Kinderyoga bietet einen idealen Ausgleich zum Schulalltag. Kinder können ihre Körperwahrnehmung, Fitness und Konzentration fördern und mit gezielten Einsatz von Übungen neue Energie tanken. So kann ihr Selbstbewusstsein und ihre Wahrnehmung gestärkt werden. Gleichzeitig kann Yoga entspannen und dabei helfen, die Aufmerksamkeit auf die wesentlichen Dinge zu lenken.

Bitte mitbringen: Decke, Kissen, bequeme Kleidung, Stoppersocken, Getränk

### Vinyasa Yoga

**95701** Abendkurs  
**dienstags ab 18.02.20, 17:30–18:45 Uhr (8x)**  
Martina Schepperle  
54,00 €  
Bürgersaal, Hospitalgebäude

**95702** Abendkurs  
**dienstags ab 18.02.20, 19–20:15 Uhr (8x)**  
Martina Schepperle  
54,00 €  
Bürgersaal, Hospitalgebäude

Vinyasa Yoga ist ein moderner, dynamischer Yoga Stil, der Körper und Geist verbindet. Unser Körper wird gedehnt und gekräftigt. Wir können unsere Konzentration und Flexibilität stärken. Atmen, Auslösen, Abschalten. Vinyasa Yoga ist für alle geeignet. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, Getränk

### Bogenschießen für Kinder

**96702 K** 8–11 Jahre  
**Samstag, 11.04.2020, 10–12 Uhr**  
Aleksandar Vasiljevic  
8,00 € Anmeldung erforderlich!  
Schützenhaus Oberfischach, Obersontheim

**96703 K** 8–11 Jahre  
**Samstag, 16.05.2020, 10–12 Uhr**  
Aleksandar Vasiljevic  
8,00 € Anmeldung erforderlich!  
Schützenhaus Oberfischach, Obersontheim



Foto: Vasiljevic

Möchtest du einen außergewöhnlichen Sport erleben? Lerne spielerisch, wie ein Filmheld mit Pfeil und Bogen zu schießen. Das macht nicht nur Spaß, sondern ist abwechslungsreich und fördert die Konzentration und Koordination. Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, Getränk. Bitte bei der Anmeldung angeben, ob Links- oder Rechtshänder.

### Inliner „Crash-Kurs“

**96704 K** ab 6 Jahren  
**Samstag, 25.04.2020, 12:30–15:30 Uhr**  
Uwe Vötter  
15,00 €  
Kärcher Obersontheim

Wir lernen die richtige Technik, üben das Fallen und überwinden Hindernisse.

Teilnahme nur mit kompletter Schutzausrüstung. Knie-, Ellenbogen-, Handschützer und Helm für Kinder ab der 1. Klasse. Bei großem Interesse wird evtl. ein zusätzlicher Kurs angeboten. Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, komplette Schutzausrüstung, Getränk.

### Spaß auf Rollen – Inline-Nachmittag

**96705 K** Nachmittagskurs  
**Samstag, 25.04.2020, 16–19 Uhr**  
Uwe Vötter  
15,00 €  
Kärcher Obersontheim

Dieser Nachmittag ist für Fortgeschrittene, die bereits fahren und bremsen können. Neben den Standardtechniken wie Rückwärtsfahren und Übersetzen in der Kurve werden auch Slalom fahren, Mini-Rampen und das Überfahren der Wippe geübt. Kleine Spiele auf Skates und Koordinationsübungen bringen Kopf und Beine richtig in Schwung. Voraussetzung für diesen Nachmittag sind: Komplette Schutzausrüstung, sicheres freies Fahren und das Beherrschen mindestens einer Bremstechnik. Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, Schutzausrüstung, Getränk

### Tänzerische Früherziehung

**97700 K** 4–7 Jahre  
**freitags ab 21.02.20, 14:30–15:30 Uhr (10x)**  
ADTV Tanzstudio Schwarzenhölzer  
45,00 €  
Weinberghalle Mittelfischach

Wir wollen die vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten des Körpers wecken und fördern. Spielerisch und ohne Leistungsdruck werden kreative Fähigkeiten entwickelt, die einen wichtigen Beitrag zur Stärkung der Persönlichkeit eines Kindes leisten können. Tanzen kann die Integration von Kindern unterschiedlicher Herkunft fördern, vermittelt Bewegungsvielfalt, Körperwahrnehmung und -erfahrung. Außerdem stärkt es das Selbstbewusstsein und schafft damit die Voraussetzung für positive Lernprozesse.

### Starmoves Kidz

**97701 K** 8–14 Jahre  
**freitags ab 21.02.20, 15:40–16:40 Uhr (10x)**  
ADTV Tanzstudio Schwarzenhölzer  
45,00 €  
Weinberghalle Mittelfischach

Kleine Tänzer, große Moves! Wir tanzen zu den angesagtesten Hits aus den Charts. Beim gemeinsamen Tanzen kann die Kreativität, die Koordination sowie die Motorik und das Selbstvertrauen der Kinder verbessert werden. Tanzen verbindet und bringt jede Menge Spaß.