

2024

Auf geht's in die zweite Runde



Winter-Programm

Erwachsenenschule Weißenbach



Anmeldungen über das Formular auf der Homepage:
www.erwachsenenschulen.at/weissenbach oder per E-Mail an
jutta.arzl@dibk.at bzw. telefonisch unter 0676 3103814

Bezahlung: Den Kursbeitrag bitte am ersten Kursabend bar bezahlen.

**TIROLER
BILDUNGS
FORUM**



Yoga

mit Sabine Leuprecht-Storf und Jan Tomas

Ort: EinBlick Erlebnisraum, Feuerwehrhaus
Weißenbach, Mühlbachweg 5

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke
und Polster (Yogamatten sind vorhanden)

Kosten: 50 € für 6 Einheiten

Termin: donnerstags, 19 : 30 Uhr – 20 : 45 Uhr



ab 11. Jänner

Bewegungsangebote

mit Mag. Andreas Wagner

Ort: Turnsaal der Volksschule

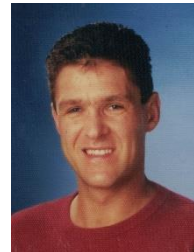
Kosten: 45 € für 10 Einheiten

18:30 - 19:25 Uhr:

Bauch-Beine-Po

19:30 - 20:25 Uhr:

Pilates & Rückengymnastik



mittwochs ab 10. Jänner

**Body & Mind –
Training für Körper und Kopf**
mit Daniela Deutsch und
Rafael Wagner

Ort: Turnsaal der Volksschule

Kosten: 45 € für 10 Einheiten

Termin: 19 : 15 – 20 : 15 Uhr



donnerstags ab 11. Jänner

Bewegungsangebote

für Kinder mit Jutta Arzl

Ort: Turnsaal der Volksschule

Kosten: 35 € für 10 Einheiten

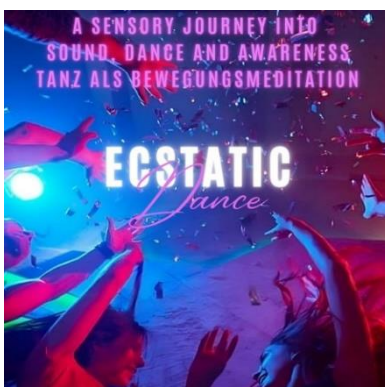
freitags von 16 – 17 Uhr:

Eltern-Kind-Turnen

montags von 15 - 16 Uhr:

Kinderturnen

ab 12. bzw. 15. Jänner



Tanz als Bewegungsmeditation

mit Gabriele Prieth

Termin: Samstag, 20. Jänner von 19 – 21 : 30 Uhr

Ort: Mehrzwecksaal in Weißenbach

Kosten: 15 €

Anmeldungen: direkt unter: ecstaticdancereutte@gmail.com



Du bringst mich auf die Palme, wie komme ich da nur wieder herunter

Einführung in das Enneagramm

In diesem Kurs lernen Sie die **neun Gesichter der Seele** kennen.

Das Enneagramm beschreibt auf einer psychologischen und spirituellen Ebene auf geniale und präzise Weise die neun Charakterstrukturen des Geistes, nicht nur in ihren Verhaltensweisen, sondern auch in den darunter liegenden, verborgenen, unbewussten Motiven und Antriebskräften.

Sie erfahren, warum die WENN DANN STRATEGIEN nicht wirklich funktionieren können. Durch Selbsterkenntnis und dem Einfühlen in den eigenen Typ lernen sie gegenüber den anderen acht Typenmechanismen nachsichtiger und toleranter zu werden.

Termin: Donnerstag, 22. Februar, 19 Uhr – 21 Uhr

Die Weisheit der Wüstenväter

Wir leben heute mit vollen Terminkalendern. Zahlreiche Herausforderungen und Aufgaben bestimmen unseren Alltag. Nebenbei berieseln uns die Werbe- und Unterhaltungsindustrie. Fragen wir uns nicht manchmal: Lebe ich wirklich oder werde ich gelebt? Was will ich überhaupt? Wer bin ich?

Die Wüstenväter verließen die Zivilisation um Gott und sich selber besser kennen zu lernen. Sie kämpften mit ihren Leidenschaften und ihre Frömmigkeit war sehr geerdet. Aufgrund dessen suchten viele Menschen bei Ihnen Rat. Man darf sagen, die Wüstenväter waren die Therapeuten der damaligen Kultur. Natürlich kann und soll man so ein Eremitenleben in der heutigen Zeit nicht mehr in dieser Form praktizieren, trotzdem gibt es interessante Aspekte und Blickwinkel der überlieferten Lehren, die auch für unser rational angehauchtes Weltbild von Nutzen sind. Darum ab in die Wüste.

Termin: Donnerstag, 7. März, 19 Uhr – 21 Uhr

Beide Workshops sind mit Sabine Hummel, diplomierte Lebens- und Sozialberaterin

Ort: Erwachsenenschulraum in der Volksschule Weißenbach

Kosten: 5 €



Ich liebe meine Zigarette

Workshop NUR für Raucher/innen mit Mag. Monika Albrecht, dipl. Lebens- und Sozialberaterin

Alle Hintergrundinformationen rund um das Rauchen, die zur Vorbereitung eines ernstgemeinten Rauchstopps nötig sind, werden anhand von vielen Beispielen und Experimenten vermittelt. Freuen Sie sich auf einen spannenden und kurzweiligen Abend.

Ort: EinBlick Erlebnisraum, Feuerwehrhaus Weißenbach, Mühlbachweg 5

Mitzubringen: Bitte unbedingt Zigaretten mitnehmen!

Kosten: 10 €

Termin: Donnerstag, 14. März
19 Uhr – 20 : 30 Uhr



Theaterfahrten ins Tiroler Landestheater
mit Hansjörg Wörz

Sunset Boulevard

Musical von Andrew Lloyd Webber
Samstag, 3. Februar

Le nozze di figaro

Komische Oper von Wolfgang Amadeus Mozart
Samstag, 4. Mai

Anmeldungen direkt unter: 0676 / 616 00 14