

PROGRAMM FRÜHJAHR 2026

ERWACHSENENSCHULE STEINACH



TIROLER
BILDUNGS
FORUM



Liebe Bürgerinnen und Bürger in
Steinach und den Nachbargemeinden,

„Das Leben ist wie Fahrradfahren.
Um das Gleichgewicht zu halten, musst du
in Bewegung bleiben.“ (Albert Einstein)

In diesem Sinne hoffen wir auch im Jahr
2026 auf zahlreiche Teilnahme an unseren
Kursen. Nähere Angaben zu allen Kursen
gibt es auf unserer Homepage

erwachsenenschulen.at/steinach

Um unsere ehrenamtliche Tätigkeit zu er-
leichtern, bitten wir wenn möglich um An-
meldung über die Homepage.

Wir freuen uns, über Anregungen für das
nächste Programm oder vielleicht möchten
Sie/möchtest du ja auch selber ein Angebot
in der Erwachsenen Schule gestalten - ein-
fach bei uns melden.

Schöne Grüße
Anni Pirchner & Team



KREATIVITÄT & HANDWERK

Kreativ werden im Alltag –
3-teiliger Kurs für intuitives
Kreativzeichnen vom Anfänger
bis zum Künstler

Termin & Ort:

1. Termin: Donnerstag, 26.02.2026
2. Termin: Donnerstag, 12.03.2026
3. Termin: Donnerstag, 26.03.2026

Jeweils von 19.30 – 21.30 Uhr, NMS Steinach,

Kursleiterin:

Michaela M. Wallner MA BED

Kurskosten:

je Termin € 30,00, zzgl. Materialkosten € 3,00
Jeder Termin ist einzeln buchbar!
Weitere Termine siehe Homepage

ERNÄHRUNG & GESUNDHEIT



Darmgesundheit

Ort & Termin: MS Steinach,

Mittwoch, 18.03.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Kursleiterin: Mag. Melanie Schatzlmayr

Kosten: € 15,00

Darmgesundheit - online

Ort & Termin: online,

Mittwoch, 13.05.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Kursleiterin: Mag. Melanie Schatzlmayr

Kosten: € 15,00

Nahrungsergänzung – was ist sinnvoll

Ort & Termin: MS Steinach,

Donnerstag, 26.03.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Kursleiterin: Mag. Melanie Schatzlmayr

Kosten: € 15,00

Mit natürlichen Hausmitteln durch den Frühling

Ort & Termin: Thumserhof Schmirn,
Dienstag, 05.05.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Kursleiterin: Hany Plattner-Dvorak

Kurskosten: € 30,00

zzgl. Materialkosten € 22,00



SPRACHE

Spanisch für leicht Fortgeschrittene

Ort & Termin: MS Steinach,
ab Donnerstag, 19.02.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

Kursleiter: Ricardo Javier Mikulan B.A.

Kurskosten: € 80,00 (12 UE)

Deutsch als Fremdsprache A2

Ort & Termin: MS Steinach,
ab Dienstag, 17.02.2026, 18.30 - 20.00 Uhr

Kursleiter: Mag. Dietmar Bohm

Kurskosten: € 60,00 (10 UE)





BEWEGUNG & FITNESS



RückenFit und Ganzkörper

Termin & Ort: VS Steinach
ab Dienstag, 24.02.2026, 18.45 – 19.45 Uhr

Kursleiterin: Mag. Anna Pirchner

Kurskosten: € 33,00 (6 Termine)
bei Interesse wird der Kurs verlängert

Yoga 1

Termin & Ort: EKIZ Steinach
ab Montag, 23.02.2026, 18.00 – 19.15 Uhr

Kursleiterin: Lisa Kropiunig

Kurskosten: € 85,00 (8 Termine)

Yoga 2

Termin & Ort: EKIZ Steinach
ab Montag, 23.02.2026, 19.30 – 20.45 Uhr

Kursleiterin: Lisa Kropiunig

Kurskosten: € 85,00 (8 Termine)



BEWEGUNG FÜR KINDER



Gerätturnen 1./2. Klasse

Termin & Ort:
Montag, 16.02.2026, 16.30 - 17.30 Uhr,
alte VS Steinach

Kursleiterinnen:
Sophie Knapp, Melanie Müller

Kurskosten:
€ 55,00 (10 Termine je 1 Stunde)

Termin & Ort:
Freitag, 06.03.2026, 14.30 - 16.30 Uhr

Kursleiterin:
Mag. Anna Pirchner

Kurskosten:
€ 55,00 (5 Termine je 2 Stunden)

Gerätturnen 3./4. Klasse

Termin & Ort:
Montag, 16.02.2026, 17.30 - 18.30 Uhr,
alte VS Steinach

Kursleiterinnen:
Sophie Knapp, Melanie Müller

Kurskosten:
€ 55,00 (10 Termine je 1 Stunde)



NATUR & UMWELT



Natur im Garten

Vortrag mit anschließender Möglichkeit
den ExpertInnen Fragen zu stellen.

Preis: € 8,00 (1 UE)

Mit Unterstützung vom Land Tirol.

Anmeldung & Information zu weiteren Vor-
trägen:

tiroler-bildungsforum.at

Blumenbeete gestalten - bunt und artenreich!

Termin: Mittwoch, 25.02.2026,
19:30 Uhr - online

Gemüsebeete anlegen & pflegen

Termin: Donnerstag, 12.03.2026,
19:30 Uhr - online

Kompost - Schwarzes Gold

Termin: Donnerstag, 09.04.2026,
19:30 Uhr - online

Blumenwiesen anlegen & pflegen

Termin: Donnerstag, 23.04.2026,
19:30 Uhr - online

Sommergemüse im Portrait

Termin: Donnerstag, 07.05.2026,
19:30 Uhr - online

Nützlinge im Garten

Termin: Donnerstag, 28.05.2026,
19:30 Uhr - online

DEMOKRATIE & GESELLSCHAFT



Das Tiroler Bildungsforum ist Mitglied im Ring Österreichischer Bildungswerke. Der Bundesverband organisiert zwei Bildungsfahrten - nach Wien & Brüssel. Die Fahrten richten sich an alle, die an einem vertieften Verständnis der politischen Strukturen interessiert sind.

„Bundespolitik live“ - Bildungsfahrt Wien

Termin: 17.05. - 20.05.2026

„Europapolitik live“ - Bildungsfahrt Brüssel

Termin: 11.07. - 14.07.2026

Anmeldung & weitere Informationen:
tiroler-bildungsforum.at

ALLGEMEINE HINWEISE

Die Erwachsenenschule Steinach ist eine Zweigstelle des Tiroler Bildungsforums und wird von Anna Pirchner & Team ehrenamtlich geführt. Die AGB finden Sie auf der Homepage der Erwachsenenschule.

ANMELDUNG & INFORMATION

Bitte wenn möglich über das Anmeldeformular auf der Homepage der Erwachsenenschule anmelden:
www.erwachsenenschulen.at/steinach oder telefonisch unter 0680/1175538

BEZAHLUNG

Den Kursbeitrag der Kinderkurse bar am ersten Kurstermin.
Alle anderen vor Kursbeginn aufs Konto der Erwachsenenschule einzahlen Bitte den Einzahlungsbeleg am ersten Kurstag vorweisen.
IBAN: AT50 3632 9000 0002 0800
BIC: RZTIAT2239 Konto: Tiroler Bildungsforum



Bundesministerium
Frauen, Wissenschaft
und Forschung

**Raiffeisenbank
Wipptal - Stubaital Mitte**



**Jetzt gleich anmelden auf:
[erwachsenenschulen.at/
steinach](http://erwachsenenschulen.at/steinach)**