

Rathauspost

Amtliche Nachrichten und Informationen des Bürgermeisters

Nr. 14/2009 An einen Haushalt - Postentgelt bar bezahlt



Meine **Erfolgshochschule.**

Volkshochschule



Neue Kurse im Frühjahr 10

Für den Inhalt
verantwortlich:
GGR Manfred Bichler
3435, Rathausplatz 4
02277/2209-13



Werte GemeindebürgerInnen!
Liebe Jugend!

Sinnvolle Freizeitgestaltung, Gesundheit, Sport, Kultur und Bildung haben bei Jung und Alt einen hohen Stellenwert. Unsere Volkshochschule bietet deshalb auch in der neuen Saison 2009/2010 wieder ein abwechslungsreiches Programm.

Unser Kultur- und Sozialreferent, GGR Manfred Bichler, hat sich wieder bemüht, ein vielseitiges und kostengünstiges Angebot zusammenzustellen. Studieren Sie die folgenden Seiten und Sie werden für ihre Kinder, sich selbst oder auch Angehörige und Freunde bestimmt etwas finden. Auch unsere Kreativ-Gruppe (Zeichnen, Malen, Schnitzen usw.) freut sich über Zuwachs und neue Interessenten.

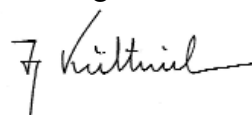
Mein Hinweis auf die Gemeindebücherei, die Veranstaltungen in der Gemeinde, gilt gleichzeitig als Einladung zu Inanspruchnahme und Besuch.

Daneben bietet unsere Musikschule hervorragende Ausbildungsmöglichkeiten für Kinder und Jugendliche. Der Musikverein, unsere Vereine, Feuerwehren, Chöre und der Donauhof bieten ein umfangreiches Veranstaltungs- und Kulturangebot und freuen sich auf Ihren Besuch und noch mehr auf neue Mitglieder.

Besuchen Sie unsere Home-Page www.zwentendorf.at, dort finden Sie alles über unsere Gemeinde. Alle Aktivitäten in der Gemeinde können jedoch nur dann erfolgreich sein und weiter bestehen, wenn sie den nötigen Zuspruch haben und guten Besuch. Für alle Verantwortlichen und Akteure ist das der schönste Lohn und zugleich Ansporn für weitere Aktivitäten.

Ich weiß, wie wichtig ein lebendiges Vereins-, Kultur- und Gemeinschaftswesen für die Gemeinde ist. Euch allen die dafür sorgen ein aufrichtiges Dankeschön. Ich lade Sie alle recht herzlich ein und freue mich genauso wie ihr auf viele aktive und unterhaltsame Stunden im Jahr 2010.

Der Bürgermeister



Ing. Hermann Kührtreiber

Allgemeine Kursbedingungen:

Ermäßigungen:

Für alle Erwachsenenkurse ist von Schülern, Lehrlingen, Präsenzdienern, Studenten und Inhabern der Jugendkarte 1424 nur der halbe Kursbeitrag zu entrichten. (Ausweis erforderlich).

Beim Besuch von mehreren Kursen bieten wir eine Ermäßigung von einmalig € 10,--

Der Kursbeitrag muss vor dem Kurs mittels Zahlschein einbezahlt werden.

Kursbestätigungen:

Diese werden auf Antrag des Kursteilnehmers (beim Kursleiter einzubringen) von der Volkshochschule ausgestellt. Voraussetzung dafür ist der regelmäßige Besuch, der vom Kursleiter zu bestätigen ist.

Platzverteilung:

Bei allen Kursen wird Bürgern der Marktgemeinde Zwentendorf der Vorzug erteilt, erst dann werden die freien Plätze mit Auswertigen aufgefüllt.

Haftpflicht:

Für Unfälle, Diebstähle und sonstige Schäden haftet die Volkshochschule nicht.

KINDER- und JUGENDKURSE

Mutter-Kind-Treff

Das MUKI Treff bietet jungen Müttern mit ihren Kindern (zwischen 0 und ca. 3 Jahren) die Möglichkeit, in einer angenehmen Atmosphäre Erfahrungen im Muttersein auszutauschen. Neben nützlichen Informationen zu den Themen Stillen, Babymassage, Ernährung und Pflege von Kleinkindern und natürliche Heilmaßnahmen für Kinder gibt es jede Menge Raum und Zeit für Eure Sprösslinge zum Spielen mit Gleichaltrigen.

Kursleiterin: Fr. Dipl. Krankenschwester Mohnl Martina
 Treffpunkt: Sozialzentrum Zwentendorf
 Beginn: Montag, 09.00 – 11.30 Uhr zu folgenden Terminen:
 25.01., 22.02., 22.03., 19.04., 17.05., 21.06.10
 Teilnahme: **! KOSTENLOS !**



Schwimmen

Da wir in der Saison 2009/10 die Volksschule mit dem Hallenbad umbauen, wird es heuer leider keine Schwimmkurse geben. Natürlich werden wir die Kurse wie gewohnt nach Fertigstellung der Arbeiten wieder anbieten. Wir bitten um Verständnis und freuen uns auf das neue Hallenbad.

Turnen

Leistungstraining, Ballspiele, Koordination, Kondition für Schüler von 5 – 14 Jahren **Leichtathletiktraining für Kinder und Jugendliche**

Leichtathletik und Spiele (Kinder 5-10)

Die Leichtathletik bietet eine Vielzahl an unterschiedlichen, elementaren Bewegungserfahrungen, die gerade im Kindes- und Jugendalter eine große Bedeutung für die motorische Entwicklung eines Menschen darstellen.

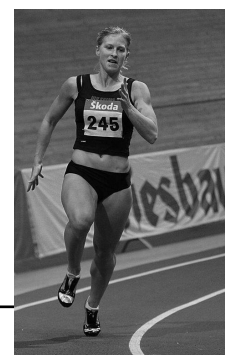
Ausgehend davon soll die Koordination geschult werden und die Inhalte in spielerischer Form aufbereitet werden. Die Kinder erwarten ein abwechslungsreiches und spannendes Programm.

Leichtathletik und Spiele 2 (Fortgeschrittene 10-14)

Leichtathletik und Spiele ist ein spezielles Programm für Fortgeschrittene und HauptschülerInnen. Aufbauend auf den leichtathletischen Grundformen, Wurf, Lauf und Sprung sowie neuen, kreativen Spielen soll das Programm zusammengestellt werden. Neue Spielformen und koordinatives Training stehen im Vordergrund.

Das Training ist abwechslungsreich und soll die Jugendlichen zu Sport und Spiel anregen.

Kursleiter/in: Mrazek Stefanie
 Kursbeginn: 12.02.2010 um 14.00 Uhr
 Kursbeitrag: € 20,--/Kind + Halbjahr
 Kursdauer: 1. Halbjahr 2010 (je 1,5 Std.)
 Kursort: Turnsaal Hauptschule Zwentendorf



Kinderturnen – für Kinder von 2-6 Jahren
für Kinder von 6-10 Jahren



Kursleiterin:

Veronika Beran

Kursbeginn:

f. 2-6 Jahre Dienstag, 12.01.2010 – 16.00 Uhr
 f. 6-10 Jahre Dienstag, 12.01.2010 – 17.00 Uhr

Kursbeitrag:

€ 22,- (richtet sich nach der Teilnehmerzahl)

Kursdauer:

10 Stunden

Kursort:

Turnsaal Volksschule Zwentendorf

Teilnehmer:

10 Kinder



Anmeldung bis 04.01.2010 am Gemeindeamt erbeten– 02277/2209-13

Du hast Power, Teamgeist und Lust zu tanzen???

Dann bist du HIER genau richtig!
Komm in den Turnsaal der Hauptschule zu

Pop-Dance

und lerne eine richtige Choreografie zu aktueller Musik zu tanzen!

Es sind **KEINE Vorkenntnisse** nötig – alles was du brauchst ist

Trainingsgewand und gute Laune.

Kinder (ab 4 Jahre) Anfänger Donnerstags um 16 Uhr

Kinder Fortgeschrittene Donnerstags 17 Uhr

Jugendliche Donnerstags um 18 Uhr

Kursbeginn: Donnerstag, 11.02.2010



Latino-Aerobic für Damen

Latino-Aerobic ist genau das Richtige für alle, die ihrem Körper etwas Gutes tun und gleichzeitig **Urlaubsfeeling** erleben wollen.

Aerobic-Basicschritte werden mit **lateinamerikanischen Tanzelementen** kombiniert und verschmelzen zu einer **schwungvollen Choreografie**.

Latino-Aerobic findet jeweils **donnerstags von 19 - 20 Uhr** im Turnsaal der Hauptschule statt. Es sind **KEINE** Vorkenntnisse nötig - bitte Trainingsgewand mitnehmen!

Für alle Kurse:

Leitung: Lisa Sanchez (dipl. Trainerin)

Kursdauer: Semesterkurs (Jän. - Mai.)

Kursbeitrag: € 60,--

Kursbeginn: Donnerstag, 11.02.2010 um 19.00 Uhr



Anmeldung bis 04.01.2010 am Gemeindeamt erbeten - 02277/2209-13

ERWACHSENENKURSE

Turnen

Body-Work für Männer und Frauen:

Kursleiterin:
Kursbeginn:



Fr. Kastner Christine
ab Montag, 11.01.2010, 18.30 Uhr

Kursbeitrag:
Kursort:

€ 40,-- (Jän. - Mai)
Turnsaal Hauptschule Zwentendorf



Einstieg jederzeit möglich

**Anmeldung bis 04.01.2010 am Gemeindeamt erbeten–
02277/2209-13**

Ausbildung:

Staatlich geprüfte Fit Lehrwartin
Aerobic Instructorin
Hot Iron Instructorin
Pilates Basic Instructorin
ständige Weiterbildung an div.
Aerobic Veranstaltungen

Wirbelsäulengymnastik/Pilates

Mobilisierung und Kräftigung der Rumpfmuskulatur sowie zur Verbesserung der Koordination und Körperwahrnehmung kombiniert mit vielen Pilatesübungen. Durch Pilates wird die Leistungsfähigkeit der tiefliegenden Bauchmuskeln und der kleinen Stabilisierungsmuskeln rund um die Wirbelsäule trainiert. Für Damen und Herren aller Altersgruppen.

Kursleiterin:
Kursbeginn:
Kursbeitrag:
Kursort:

Fr. Wegl Elisabeth
Dienstag, 12.01.2010, 18.15 – 19.15 Uhr
€ 40,-- (Jän. - Mai)
Turnsaal Hauptschule Zwentendorf



Diese Muskeln bilden ihr starkes Zentrum »Powerhouse«: Rückenboden, Korsettmuskel, Zwerchfell und der vierspaltige Muskel an der Wirbelsäule.

Einstieg jederzeit möglich

Anmeldung bis 04.01.2010 am Gemeindeamt erbeten– 02277/2209-13

Langhanteltraining:

Die Basis für einen athletischen Körper. Kraftausdauersport mit der Langhantelstange in der Gruppe, welche die optimale Verbindung zwischen Aerobic und Kräftigung ohne Choreographie bietet.

Ziel: Straffung und Kräftigung der wichtigen Muskelgruppen. Senkung des Körperfettanteiles. Verbesserung der Nährstoffaufnahme in der Muskulatur. Für Damen und Herren aller Altersgruppen.

Kursleiterin:
Kursbeginn:
Kursbeitrag:
Kursort:



Fr. Wegl Elisabeth
Dienstag, 12.01.2010, 19.15 – 20.30 Uhr
€ 40,-- (Jän. - Mai)
Turnsaal Hauptschule Zwentendorf

Einstieg jederzeit möglich



Ausbildung:

Staatlich geprüfte Fit Lehrwartin
MFT Professional Instructorin
MFT Testleiterin
Hot Iron Instructor
Rückenfit Instructor
Lauf Instructor
ständige Weiterbildung an div.
Aerobic Veranstaltungen
Pilates professionel Instructor

Anmeldung bis 04.01.2010 am Gemeindeamt erbeten– 02277/2209-13

Fitness für Körper und Geist

Hatha Yoga

Hatha-Yoga ist ein körperorientierter Yogastil. Im Mittelpunkt stehen Asanas (Körperhaltungen), die präzise und statisch ausgeführt oder zu einem dynamischen Fluss verbunden werden. Dabei wird der Atem zunehmend vertieft und verfeinert. Im Unterschied zum westlichen Sport fördert Hatha-Yoga nicht nur die physische Gesundheit, sondern stellt auch eine Schulung der Aufmerksamkeit dar, die zu einer Sensibilisierung der Wahrnehmung und innerer Ruhe führt.

Mitzubringen sind:

Bequeme Kleidung, Unterlagematte, Sitzkissen oder fester Polster, Decke für die Entspannung,

Kursleiterin: Frau Maria Lackner-Gallee (Mitglied des BOY)
 Kursbeginn: Mittwoch, 10.02.2010 um 18.30 - 20.00 Uhr
 Kursbeitrag: € 65,- (richtet sich nach Teilnehmer, max. 15)
 Kursdauer: 10 Kursabende zu 1 ½ Stunden
 Kursort: Turnsaal Hauptschule Zwentendorf



Anmeldung bis 04.01.2010 am Gemeindeamt erbeten – 02277/2209-13

Line Dance

macht Pause. Wir werden neue Kurse wieder in der Herbstsaison 2010 ausschreiben.

Helen Doron

Early English

Stellen Sie sich vor, Ihr Kind spricht Englisch ohne Hemmungen, hat einen umfangreichen Wortschatz und Freude am Lernen. Das ist nicht unmöglich! Mit der spielerischen Methode von Helen Doron „erspielen“ sich die Kinder die neue Sprache wie eine zweite Muttersprache. Je früher ein Kind beginnt, desto einfacher und natürlicher nimmt es die zusätzliche Sprache, deren Aussprache und Grammatik auf. Mit viel Musik, Bewegung und mit allen Sinnen macht Englisch lernen richtig Spaß!

Info und kostenlose Schnupperstunde: Doris Stahl 0650 81 81 108 / www.HelenDoron.at

Schnupperstunden Helen-Doron-Englisch

Englisch- von Natur aus ein Kinderspiel!

Schnupperstunde für Kinder von 1 – 6 Jahren,

Samstag 23.01.2010 um 10.00 Uhr

Im Sozialzentrum

Anmeldung erforderlich: Tel: 0650 / 81 81 108

Vortrag

„Das Geheimnis glücklicher Kinder“

Kinder sollten glücklich sein – aber nicht immer sind sie es. Manchmal könnten wir als Erwachsene dem Glück etwas auf die Sprünge helfen. Unser Umgang mit Auseinandersetzungen im Alltag, Konflikten zwischen Geschwistern und dem ganz normalen Lebensalltag als Familie trägt viel dazu bei, wie sich Kinder fühlen.

Montag, 08.02.2010 um 19.00 Uhr im Donauhof

Eintritt: € 3,-

Kreative Kurse

Kreatives Arbeiten

Zeichnen, Aquarell, Acrylmalerei und Schnitzen

Kursleiter: Ernest Lehmann & Leopold Himsel
Kurszeit: jeden Donnerstag von 19.00 – 21.00 Uhr
 (Einstieg jederzeit möglich)
Treffpunkt: ehemaliges Gasthaus Rabl

Sonstiges

Deutsch für Menschen mit nicht deutscher Muttersprache

- * Hilfestellung bei alltäglichen Problemen
- * Ausfüllen von Formularen
- * Unterstützung bei der Integration im Ort
- * Orientierungshilfe bei der Erlangung der Staatsbürgerschaft. (Test)

Ich habe diesen Kurs in Wien gehalten und möchte nun meine Hilfe **kostenlos** in Zwentendorf zur Verfügung stellen.

Kursleiter: Christiane Mohnl
Treffpunkt: Dienstag um 19.00 Uhr Anfänger und 20.00 Uhr Fortgeschrittene im 1. Stock der Volksschule (Einstieg jederzeit möglich), jeden 2. Dienstag, genauer Beginn wird noch bekannt gegeben.

Englisch Konversation

- * wie verständige ich mich auf Reisen
- * für Anfänger und leicht Fortgeschrittene

Kursleiter: Christiane Mohnl
Treffpunkt: Donnerstag, um 19.00 Uhr im 1. Stock der Volksschule, jeden 2. Donnerstag, genauer Beginn wird noch bekannt gegeben.

wöchentlicher Lauftreff

Vor allem während der kalten Jahreszeit stärkt die Bewegung an der frischen Luft die Immunabwehr, kurbelt den Kreislauf und die Fettverbrennung an. So können kleine „Feiertagssünden“ der Figur nichts anhaben und die Kondition bleibt dem Winter über erhalten.

Im Frühjahr ist Laufen nicht nur ein effektives Mittel gegen die Frühjahrsmüdigkeit und überschüssige Kilos anzukämpfen, es bringt ebenso Körper und Seele in Gleichklang, wobei Stress abgebaut und die Ausschüttung von Glückshormonen angekurbelt wird.

Aus diesem Grunde treffen wir uns jeden

Donnerstag um 19.00 Uhr, beim Parkplatz des Kohlekraftwerkes.
 (Ab 01.04.2010 treffen wir uns wieder am Parkplatz des Donauhofes.)

Wir würden uns freuen mit euch, liebe Laufbegeisterte und Neueinsteiger, den Winter „zu verlaufen“ und fit ins neue Frühjahr zu starten.

Bei Rückfragen bitte melden: Martin Kerschbaumer: 0676/81032970
 Marianne Hintermayer: 02277/2209-15