

.. für Kinder, Jugendliche und Erwachsene für Kinder, Jugendliche und Erwachsene..

Wir danken unseren Sponsoren:

SommerIMPULSE

Eine regionale Initiative des Vereins Sommerimpulse-Kursorganisation, unterstützt von der Stadtgemeinde Deutschlandsberg und der Gemeinde Frauental

2015

INTERSPORT
SPORT TO THE PEOPLE

**Raiffeisen
Meine Bank**

VOLKSBANK
SÜD- UND
WESTSTEIERMARK

**hagebaumarkt
Wallner**
Maßstab für Qualität und Preis
Deutschlandsberg - Stainz - Eibiswald - Schwanberg
www.hagebau-wallner.at

LIECHTENSTEIN
**HOLZ
treff.**

GUT HOLZ!

DEUTSCHLANDSBERG Frauentalstraße 61
Mag. pharm. Gölles Tel: 03402/2901
CHRISTOPHORUS APOTHEKE
www.christophorus-apo.at E: office@christophorus-apo.at

**fit
POINT**

PORSCHE
DEUTSCHLANDSBERG
...wir begeistern Sie!

Kundencenter
Deutschlandsberg
GRAZER WECHSELSEITIGE
Versicherung Aktiengesellschaft



In Deutschlandsberg und Frauental ist was los! (... auch für Erwachsene)

IMPRESSUM:

Für den Inhalt verantwortlich: Regionale Initiative Verein Sommerimpulse-Kursorganisation, Mag. Heike Veronig-Steinbauer, Sabine Moser und Lina Larsson. Konzeption und Gestaltung: @aro-Werbeagentur (Karoline Maritschnigg) Deutschlandsberg. Fotos: 123 RF, iStockphoto, Fotolia, Fotos von Kursleitern. Druck: Simdruck Deutschlandberg. Alle Informationen vorbehaltlich Satz- und Druckfehler. Änderungen vorbehalten.



TOURISMUSVERBAND
[SCHILCHER]land
DEUTSCHLANDSBERG



DLEG
DEUTSCHLANDSBERG

RÉLAXEN AUFATMEN NEUES KENNEN LERNEN SICH NEUE IMPULSE HOLEN

Programm 2015

Kinder / Familie

KINDER & FAMILIE

1 BushidoX Kampfkunst und Selbstschutz

4-8 Jahre, 15.30-16.30 Uhr
8-12 Jahre, 16.30-17.30 Uhr

Einen Sommer lang in die Welt der Kampfkunst eintauchen und mit viel Spaß Körper und Geist stärken.

Veranstaltungsort: Frauentaler Str. 17
Kosten: € 10,-/Einheit (10er-Block: € 74,-)

Wolfgang Schöner (0664 / 405 0226)



6.-10. Juli, 17.00-18.30 Uhr

2 Landsberg Devils Beachvolleyballcamp

8-15 Jahre

Spielerisches Erlernen der grundlegenden Techniken im Beachvolleyball bzw. Verbessern bereits vorhandener Fähigkeiten.

Ort: Hörbinger Beachvolleyballplätze
Kosten: € 40,-
Lina Larsson und Sabine Moser (0650 / 706 40 07)



9. Juli, 16.00-18.00 Uhr

3 Traktor und Eis

Kinder mit Begleitpersonen

Traktorrundfahrt entlang der Kunstroute „Kunst im Schilcherweingarten“ zur Eismanufaktur Valentino

Ort: Abfahrt im GamsBad (Bad Gams 47a)

Kosten: Erw. € 9,50 / Kinder € 7,50

Bei jeder Witterung!
Johann Flechl (0664 / 531 3531)

13. Juli, 16.00-18.00 Uhr

4 Freies, künstlerisches Gestalten mit Ton

6-14 Jahre

Erlernen verschiedener Techniken, glasieren und/oder engobieren der Arbeiten

Ort: Feldbaumstraße 30, Ortsteil Bad Gams
Kosten: € 45,- (inkl. Material und Brand)
Anna Cebular (0676 / 645 99 26)



13.-17. Juli, 10.00-11.30 Uhr

5 Geräteturnen

8-15 Jahre

Durch den Aufbau verschiedener Stationen werden die Kinder im Laufe des Kurses spielerisch Erfahrungen an Trampolin, Reck und Co sammeln. Es sind verschiedenste neue Bewegungsaufgaben zu lösen.

Ort: Turnerhalle Deutschlandsberg

Kosten: € 40,-
Lina Larsson und Sabine Moser (0650 / 706 40 07)

13.-17. Juli, 17.00-18.30 Uhr

6 Ballspielekurs

8-15 Jahre

Jeden Tag eine andere Ballsportart kennenlernen und in verschiedene Ballspiele hineinschnuppern.

Ort: Hörbinger Sportplatz

Kosten: € 40,-
Lina Larsson und Sabine Moser (0650 / 706 40 07)



13.-17. Juli, 18.15-19.30 Uhr

7 Technikschwimmkurs 14-99 Jahre (Jugendliche und Erwachsene) bzw. je nach Können auch jüngere Kinder

Bereits bestehende Schwimmfähigkeiten verbessern. Im Speziellen das Erlernen eines technisch richtigen Kraulschwimmstils, aber auch der Grundtechniken in den Lagen Delphin, Rücken und Brust sowie der Rollwende.

Ort: Freibad Frauental

Kosten: € 40,-/Teilnehmer
Philipp Reiner (0664 / 150 83 15)



13.-17. Juli

8 Kick & Learn Fußballcamp

Mehr Infos und Anmeldung unter:

www.memory-sportcamps.at
Ort: Koralmstadion Dlb.
Edmund Prattes (0650 / 347 64 17)



14. Juli, 14.00-17.00 Uhr

9 Glasmalerei ab 6 Jahren

Wir verwandeln alte Gurkengläser und Flaschen in kleine Kunstwerke.

Ort: Volksschule Dlb.

Kosten: € 25,-
Mitzubringen: Gläser und Flaschen
Enzi Silvia (0664 / 392 86 92)

15. Juli, 14.00-15.30

10 Ein Nachmittag in der Apotheke Ab 6 Jahren

Was passiert eigentlich in einer Apotheke? Eine interaktive Führung hinter den Kulissen: Identitätsprüfung von Arzneistoffen und Teedrogen, Erschnuppern von ätherischen Ölen, Mischen von Tees, Salben und Gels unter der Anleitung von PharmazeutInnen.

Treffpunkt: vor der Christophorus-Apotheke (Frauentaler Straße 51, Dlb.)
Kosten: € 7,-
Mag.^a Tea Wernig, Mag. Marc Ortner (034 62 / 29 01)

16. und 17. Juli, 14.00-17.00 Uhr

11 Acrylmalkurs ab 6 Jahren (auch Erwachsene)

Wir tauchen ein in die Farbenwelt und malen mit Acrylfarbe bunte Bilder!



Ort: Volksschule Dlb.

Kosten: € 35,- (inkl. Farben und eine Leinwand) – bei Mehrbedarf, Material vor Ort erhältlich
Enzi Silvia (0664 / 392 86 92)



17. Juli (14.00 Uhr) – 18. Juli (13.00 Uhr)

12 Kindercamp auf der Alpakaranch

6-13 Jahre

Abenteuercamp mit vielen verschiedenen Aktivitäten wie Alpakaspatziergang, Alpakafütterung, Zelten, Grillen am Lagerfeuer, Sackhüpfen, Seilziehen, Dosenwerfen, etc.

Ort: Alpakaranch Frauental

Kosten: € 45,- (inkl. Frühstück und Mittagessen)

Zelte müssen von den Kindern selbst mitgebracht werden
Nebel Sabine (0664 / 110 18 96)
www.alpakaranch.at

18. Juli, 14.30-18.00 Uhr

13 Naturkosmetik selbstgemacht! ab 12 Jahren (Erwachsene und Kinder)

Mit natürlichen Rohstoffen und wirkungsvollen ätherischen Ölen werden wir auf einfache Weise Naturkosmetik selbst herstellen. Auf deinen Hauttyp abgestimmt, mit deiner persönlichen Duftnote kreierst du dir ein Deo, einen Lippenpflegensalbe, eine Körpersahne und eine Gesichtsschme. Mit dem Besten aus der Natur sich selbst verwöhnen!



Ort: Praxis Energetik Aktiv, Bösenbacher Straße 174, Frauental
Kosten: € 65,- (inkl. selbstgemachte Produkte zum Mitnehmen)
Sabrina Lukas (0650 / 247 44 36)

20. Juli, 9.00-12.00 Uhr

14 Lustige Gartenfreunde

7-12 Jahre

Lustige, freche und skurrile Kunstwerke bringen Farbe in den Garten.



Ort: Weingut Resch vlg. Longus, Wildbach

Kosten: € 22,-

Alte Kleidung anziehen!

Mag. Heike Steinbauer-Veronig (0650 / 245 0000),
Ulrike Resch-Dietinger (0650 / 402 76 44)

20. Juli, 9.00-12.00 Uhr

15 Schmuckkeramik ab 10 Jahre

Einfache Techniken der Schmuckkeramik erlernen und Ringe, Armbänder, Handyanhänger, Ketten, Pinguine, Eulen ... herstellen

Ort: NMS1 Dlb./ Werkraum (Treffpunkt: Hintereingang-Parkplatz)

Kosten: € 25,-

Waltraud Schwab (0664 / 88 64 09 89)

20.-23. Juli, 8.00-13.00 Uhr

16 DEGI's Abenteuer-Sommercamp

8-14 Jahre

Seilrutsche, Bouldern und Klettern, Erlebnisstationen, Kistenklettern und Turmbau, Abenteuerparcours, Riesenschaukel, Abenteuer Wasser (Floßbau, Flußwandern etc.), Trekking mit verschiedenen Erlebnisstationen und Abschlusspreis

Ort: Treffpunkt beim JUFA Dlb.

Kosten: € 55,-/Person für 4 Tage à 5 Stunden (Betreuung durch zertifizierte Outdoortrainer, inkl. Sicherheitsaus-

Programm 2015

Kinder / Familie

rüstung und Abschlusspreis)
Ausrüstung: festes Schuhwerk, Outdoorbekleidung, guter Regenschutz (auch als Windschutz verwendbar), Rucksack, Trinkflasche, Jause
Mag. Markus Degiampietro (0664 / 383 25 11)

17 Anfängerschwimmkurs für Kinder

für Kinder ab Jahrgang 2009
Spielerisch und durch Freude an der Bewegung im Wasser das Schwimmen erlernen.
Ort: Freibad Frauental
Kosten: € 40,- / Teilnehmer
Philipp Reiner (0664 / 150 83 15) und Nikoleta Stoilova



18 Kinderschwimmkurs für Fortgeschrittene

8-12 Jahre bzw. je nach Können
Bereits bestehende Schwimmfertigkeit verbessern und Erlernen der richtigen Grundtechnik in allen Lagen durch Wasserspiele sowie Technikübungen.
Ort: Freibad Frauental
Kosten: € 40,- / Teilnehmer
Philipp Reiner (0664 / 150 83 15) und Nikoleta Stoilova

19 Squaredance for Kids

9-12 Jahre
Das tolle an Squaredance ist das gemeinsame Erlebnis in der Bewegung, Figuren zu lernen und dann auf Zuruf zu reagieren. Ein Spaß für Mädchen und Buben!



Ort: fitPOINT, Wirtschaftspark 2, Dlb.,
Kosten: € 21,-
Monika Meister (0664 / 305 07 21)

20 Modelleisenbahn-Ausstellung

ab 6 Jahren
61 m² verbaute Fläche, mehr als 600 m verlegte Gleise, 172 Weichen und Doppelkreuzungen, über 60 Züge bis 4 m Länge



Ort: Hauptplatz 9, Deutschlandsberg
Kostenfrei
Gerd Schweighofer (0664 / 340 61 10)

21 Alkoholfreie Cocktails mixen

Ab 8 Jahren
Aus verschiedenen Säften, Sirups und Softdrinks shaken wir köstliche, bunte Cocktails, die wir dann noch mit leckeren Fruchtstücken dekorieren.
Kosten: € 17,- (inkl. Getränke, Obst und salzige Knabbereien)
Ort: Kienburgweg 3, Dlb.
Ingrid Orosel (Tel: 0680 / 217 21 56)

22 Ensemblespiel für jedes Instrument

ab 10 Jahren (oder 2-3 Lernjahre)

Ort: Bluegarage Frauental, Hinterleitenstrasse 40
Kosten: € 32,- (inkl. Material)
Instrument und Alter bzw. Lernjahr bitte per E-Mail mitteilen!
Barbara Sackl-Zwetti (0664 / 242 16 20, E-Mail: barbara.zwetti@aon.at)

23 Ein Nachmittag in der Tierarztpraxis

Ab 6 Jahren
Ort: Tierärztliche Ordination, Wildbacherstraße 3/5
Kostenfrei
Dr. Christine Robia (0676 / 475 05 47)



24 Alkoholfreie Cocktails mixen

Ab 8 Jahren
Beschreibung siehe Kurs 21



Mitzubringen: verschieden große Pinsel, Küchenrolle, Wasserglas, Malhemd
Ort: Weingut Resch vlg. Longus, Wildbach

Kosten: € 15,- (inkl. Farben)
Mag. Heike Steinbauer-Veronig (0650 / 245 00 00)

26 Athletic-Week

9-14 Jahre
Jeden Tag eine neue Disziplin – Sprint, Hürdenlauf, Weit- und Hochsprung, Diskus- und Speerwerfen.
Ort: Bundesschulzentrum Dlb., Leichtathletik-Anlage
Kosten: € 36,-
Kurt Steinbauer (0664 / 154 44 18)



27 Wir bauen ein Insektenhotel – ein großes Haus für kleine Bewohner

7-14 Jahre
Ort: Weingut Resch vlg. Longus, Wildbach
Kosten: € 25,-
Alte Kleidung anziehen!
Mag. Heike Steinbauer-Veronig (0650 / 245 00 00), Ulrike Resch-Dietinger (0650 / 402 76 44)



28 Filzkurs

Ab 6 Jahren
Filzen mit Schafwolle. Wir filzen Blumen, Handytascherl u.v.m.
Ort: Mehrzweckhalle Bad Gams
Kosten: € 28,- (inkl. Material)
Michaela Lueger- Reinisch (0699 / 12 18 25 67)

29 Auf den Spuren von Tom Sawyer und Huckleberry Finn

8-15 Jahre

Tom Sawyer und Huckleberry Finn's Abenteuer sind Vorbild für diesen erlebnisreichen Tag. Aus vorgegebenen Materialien baut ihr euch ein Floß. Ausgerüstet mit der Schatzkarte findet ihr dann entlang des Ufers den richtigen Ankerplatz. Bevor der Schatz geborgen werden kann, müsst ihr noch spannende Abenteuer bestehen.
Ort: Fischteich beim Gasthaus Christophorus Stub'n in St. Peter i. S.
Kosten: € 25,- / Person
Sabine Guse-Kiegerl (0664 / 401 24 69)

30 Schnupper-Workshop für Kinder im theaterzentrum (I)

11-15 Jahre
Eine Woche lang Bühnenluft schnuppern und auf den „Brettern, die die Welt bedeuten“ stehen und die Grundlagen des darstellenden Spiels kennenlernen!
Ort: Theaterzentrum Deutschlandsberg / Neue Schmiede
Kosten: € 50,- / Person
Mitzubringen: Jause und bequeme Kleidung
Simone Leski (034 62 / 69 34)

31 Die Legenden von Robin Hood

9-15 Jahre (unter 9 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen)



Nottingham im Mittelalter, selbstlose Heldentaten im Dickicht des Sherwood Forest und der tollkühnste Gesetzlose aller Zeiten – so berichten die rund 700 Jahre alten Balladen. Ihr stellt euch den praktischen Herausforderungen und baut einen Bogen aus einfachen Materialien und lernt wie man mit Pfeil und Bogen umgeht.
Den Bogen und einen Pfeil nehmt ihr mit nach Hause.
Ort: Volksschule Wildbach
Kosten: € 29,- pro Teilnehmer
Sabine Guse-Kiegerl (0664 / 401 24 69)

32 Alkoholfreie Cocktails mixen

Beschreibung siehe Kurs 21

Programm 2015

Kinder / Familie

33 29. Juli, 14.00 – 16.00 Uhr
Ein Nachmittag in der Tierarztpraxis
Ab 6 Jahren
 Ort: Tierärztliche Ordination, Wildbacherstraße 3/5
 Kostenfrei
 Dr. Christine Robia (0676 / 475 05 47)

29. Juli, 10.00 – 12.00 Uhr
34 **Alkoholfreie Cocktails mixen**
 Beschreibung siehe Kurs 21



29. Juli, 16.00 – 19.00 Uhr
35 **Natürliche Hausapotheke**
ab 12 Jahren



Die Natur bietet eine Vielzahl an Möglichkeiten, den eigenen Körper mit einfachen Mitteln bei gesundheitlichen Beschwerden oder bei der Stärkung des Immunsystems wohltuend und wirksam zu unterstützen. Ein Streifzug durch die Naturheilkunde mit altbewährten Hausmitteln und praktischen Tipps für den Hausgebrauch.
 Ort: Praxis Energetik Aktiv, Bösenbacher Straße 174, Frauental
 Kosten: € 35,-
 Sabrina Lukas (0650 / 247 4436)

36 30. Juli und 3. August, 10.00 – 12.00 Uhr
Figuren aus Pappmaché
ab 6 Jahren
 Wir gestalten einfache, lustige, phantastische Figuren, Formen und Skulpturen.
 Ort: Weingut Resch vlg. Longus, Wildbach
 Kosten: € 25,-
 Mitzubringen: Malhemd
 Mag. Heike Steinbauer-Veronig (0650 / 245 00 00), Ulrike Resch Dietinger (0650 / 402 76 44)



Ort: Theaterzentrum Deutschlandsberg / Neue Schmiede
 Kosten: € 50,-
 Mitzubringen: Jause und bequeme Kleidung
 Simone Leski (03462 / 69 34)

37 30. Juli, 9.00 – 11.30 Uhr
Fotodruck auf Holz
8 – 14 Jahre
 Wir bedrucken Holzscheiben, Bretter mit deinen liebsten Fotos, für dein Zuhause oder als tolles Geschenk für jemanden, den du magst.
 Ort: Rassach 25
 Kosten: € 25,- pro Teilnehmer
 Mitbringen: Kopie deiner liebsten Fotos (vom Urlaub, deiner Familie, Oma, Opa, Hund oder Katze ... mind. 6 Stück) – wenn du magst kannst du die Fotos schon zuhause bearbeiten (z.B. schwarz-weiß oder sepia)
 Jeannine Ehmann (0664 / 915 30 71)

3. August, 9.00 – 12.00 Uhr
38 **Schmuckkeramik**
 Beschreibung siehe Kurs 15

3. – 6. August, 8.00 – 13.00 Uhr
39 **DEGI's Abenteuer-Sommerncamp**
 Beschreibung siehe Kurs 16

3. – 7. August, 9.00 – 15.00 Uhr
40 **Schnupper-Workshop für Kinder im theaterzentrum (II)**
6 – 10 Jahre
 Eine Woche lang Bühnenluft schnuppern und auf den „Brettern, die die Welt bedeuten“ stehen und die Grundlagen des darstellenden Spiels kennenlernen!

4. und 6. August, 14.00 – 16.00 Uhr
 (zweitägiger Kurs)

41 **Schönes aus Beton für dein Zimmer oder für Mamas Tisch ...**

10 – 14 Jahre
 Wir gießen hübsche kleine Dekogefäße wie z.B. Farbstifthalter, Windlichter, Blumenvasen.
 Ort: Rassach 25
 Kosten: € 30,-
 Mitzubringen: PET Flaschen (groß u. klein), Milchtüten, Pringles-Box, alte Sandkübel.
 Altes Gewand anziehen!
 Jeannine Ehmann (0664 / 915 30 71)



4. August, 15.00 – 17.00 Uhr
42 **Malen mit den Händen**
ab 8 Jahren (auch Erwachsene)

Wir malen ohne Pinsel, einfach nach Lust und Laune. Als rhythmische Unterstützung begleitet uns Musik.
 Bei Schönwetter im Freien
 Ort: Volksschule Deutschlandsberg
 Kosten: € 35,- (inkl. Farben und 1 Leinwand – bei Mehrbedarf Material vor Ort erhältlich)
 Enzi Silvia (0664 / 392 86 92)

6. August, 16.00 – 18.00 Uhr
43 **Traktor und Eis**
 Beschreibung siehe Kurs 4



7. August, 14.00 – 16.30 Uhr
44 **Flower Sticks**
8 – 12 Jahre
 Wir basteln Sticks zum Jonglieren.
 Ort: Rassach 25
 Kosten: € 25,-
 Jeannine Ehmann (0664/91530 71)

8. August, 14.00 – 17.00 Uhr
45 **Experimentieren mit Acrylfarben**
Ab 6 Jahre

Malseminar für Kinder, die gerne mit Farben experimentieren
 Ort: Atelier Eveline, Feilhofengasse 16
 Kosten: € 25,- ohne Material (Material kann gegen Unkostenbeitrag bereitgestellt werden)
 Kiegl Eveline (0676 / 337 16 81)

8. August (14.00 Uhr) – 9. August (13.00 Uhr)
46 **Kindercamp auf der Alpaka-ranch**
 Beschreibung Kurs 12

10. – 15. August
Hip Hop und Streetdance
 Du willst in den Ferien Sport machen, dich auspowern und dabei auch noch richtig viel Spaß haben? Dann bist du bei uns genau richtig! Hier lernst du in 6 Tagen herausfordernde Choreografien und die neuesten Moves, welche bei einer Abschlussaufführung am letzten Kurstag präsentiert werden.



47 4–5 Jahre: 16.00 – 17.00 Uhr (SK/NP*)
48 6–7 Jahre: 17.00 – 18.00 Uhr (DK*)
49 8 Jahre: 9.00 – 10.00 Uhr (JR*)
50 9–10 Jahre: 10.00 – 11.00 Uhr (KS*)
51 10–11 Jahre: 10.00 – 11.00 Uhr (JR*)
52 12–13 Jahre: 16.00 – 17.00 Uhr (KW*)
53 14–16 Jahre: 17.00 – 18.00 Uhr (KW*)
54 ab 17 Jahre: 18.00 – 19.00 Uhr (KW*)
 Ort: Turnerschaft Dlb., Burgegger Str. 2
 Kosten: € 28,-

Kursleiter*:
 Selena Krainer (SK): 0650 / 348 79 29
 Natalia Pichler (NP): 0680 / 554 45 41
 Diana Krainer (DK): 0650 / 880 59 69
 Katja Schlieffsteiner (KS): 0660 / 383 97 70
 Johanna Resch (JR): 0650 / 921 91 41
 Kristina Weitacher (KW): 0664 / 397 90 00

55 10. August, 9.00 – 19.00 Uhr
Wild West for kids
8 – 14 Jahre
 Mädchen und Jungen verbringen einen erlebnisreichen Tag bei uns auf der Ranch: Pferde, Reiten, Lagerfeuer, kreatives Gestalten, Bogenschießen u.v.m.



Ort: Rubi's Ranch, Deutschlandsberger Straße 10, Schwanberg
 Kosten: € 40,- (inkl. Verpflegung)

11. August, 15.00 Uhr
56 **Häkeln mit Plastiksackerl**
8 – 12 Jahre
 Wir verwandeln Plastiksackerln in trendige Taschen, Handyhüllen, Stiftehalter u.v.m.

Ort: Volksschule Deutschlandsberg
 Kosten: € 10,-
 Du kannst gerne einige Plastiksackerl mitbringen
 Lisa Oswald (0650 / 332 17 09)



11. August, 9.00 – 19.00 Uhr
57 **Wild West for kids**
 Beschreibung siehe Kurs 55

12. August, 14.00 – 15.30 Uhr
58 **Ein Nachmittag in der Apotheke**

Was passiert eigentlich in einer Apotheke? Eine interaktive Führung hinter den Kulissen: Identitätsprüfung von Arzneistoffen und Teedrogen, Erschnuppern von ätherischen Ölen, Mischen von Tees, Salben und Gels unter der Anleitung von Pharmazeut/innen.



Treffpunkt: vor der Christophorus-Apotheke (Frauentaler Straße 51, Dlb.)
 Kosten: € 7,-
 Mag. Tea Wernig, Mag. Marc Ortner (03462 / 29 01)

Programm 2015

Kinder/Familie



59 Heilpflanzen für Kinder
ab 12 Jahren (Erwachsene und Kinder)

Blumen und Heilpflanzen haben Botschaften für die Seelen. Sie können Kindern auf feine und wohlige Weise in verschiedenen Lebensphasen unterstützen, bringen Trost und stärken das Gemüt.
Welche Pflanzen eignen sich für Kinder und wie wende ich sie an?
Einblicke in das Herstellen von Essenzen, Blütenwasser, Ölauszügen und Herstellung eines Hustensaftes.
Ort: Praxis Energetik Aktiv, Bösenbacher Straße 174, Frauental
Kosten: € 35,-
Sabrina Lukas (0650 / 247 44 36)

60 Schmuckkeramik
Beschreibung siehe Kurs 15



61 Ensemblespiel für jedes Instrument
Ab 10 Jahre bzw. für Musiker ab dem 2. - 3. Lernjahr!
Instrument und Alter bzw. Lernjahr bitte per E-Mail mitteilen!
Ort: Bluegarage Frauental, Hinterleitenstrasse 40

Kosten: € 32,- (inkl. Materialkosten)
Barbara Sackl-Zwetti (0664 / 242 16 20,
E-Mail: barbara.zwetti@aon.at)



62 GMT - Geh mit Deinem höchsten Ziel - Glücks-Mandala-Imaginationstraining
Ab 8 Jahren

Kreative Methode zur Problemlösung und Zielverwirklichung. Mit Hilfe der Vorstellung- und Glaubenskraft und anschließender Verankerung nutzen wir bewusst und selbstverantwortlich unsere Schöpferkraft im Einklang und in Achtung mit anderen Lebewesen bzw. dem Universum.
Ort: VS Deutschlandsberg
Kosten: € 30,- (bis 15 Jahre) bzw. € 60,- (ab 16 Jahren)
Mitzubringen: farbiges Naturpapier oder farbiger Karton DIN A3, Schere, Uhu, Zeitschriften und Prospekte mit Wunschbildern zum Ausschneiden, Bleistift, Farbstifte nach Belieben.
Birgit Figer und Elisabeth Skarget (0650 / 253 45 11 bzw. 0650 / 271 00 57)

63 Abenteuer Wildnis
9-15 Jahre
Verschiedene Überlebenstechniken lernst ihr bei diesem Workshop. Im Wald bauen



wir uns eine Trümmerhütte, entzünden das Lagerfeuer mit Spindel und Bogen, üben uns im Bogenschießen und erleben weitere Abenteuer.
Ort: Volksschule Wildbarch
Kosten: € 28,-
Sabine Guse-Kiegl (0664 / 401 24 69)

64 Klangerlebnis
ab 10 Jahren

Entspannen - Hin(ein)hören - einfach SEIN. Geführte Reise begleitet von den harmonischen Klängen: Tibetische Klangschalen, Kristallschale, Gong(s), Koshi, Zimbel, Klangstäbe, Ocean drum (Meeresrauschen), Rainsticks (Regenmacher)



Ort: VS Deutschlandsberg/Turnsaal
Mitzubringen: Unterlage (Yogamatte) Decke, bequeme Kleidung, kleiner Polster und Socken
Kosten: € 10,-
Elisabeth Skarget (0650 / 271 00 57)

65 Let's dance - Hip Hop im FitPOINT
6 bis 12 Jahre

Wenn Du also Lust hast, gemeinsam zu tanzen, bist Du hier richtig!
Wir werden eine coole Choreografie zu einer lässigen Musik erlernen, die wir dann natürlich auch präsentieren.
Ort: fitPOINT, Wirtschaftspark 2, Dlb.
Kosten: € 25,-
Johanna Resch (0650 / 921 91 41)

66 Traktor und Eis
Beschreibung siehe Kurs 4



67 Finger-Food - süß, sauer, fruchtig, pikant!
6 bis 12 Jahre

Häppchen für jeden Geschmack!
Wir lassen genüsslich, spielerisch und kreativ Speisen entstehen und beziehen dabei alle Sinne ein.
Ort: Lebenshilfe GUV, Schwanberger Straße 9, Dlb.
Kosten: € 5,-
Astrid Kummer (0676 / 847 15 58 26)

68 Seifen sieden
ab 12 Jahren (Erwachsene und Kinder)
Natürliche, handgemachte Seifen aus pflanzlichen Ölen und Fetten mit allerley Feinheiten aus dem Garten. Wir stellen vier verschiedene Seifen her, von denen jede eine Besonderheit für sich ist. Entdecke die Vielfalt in der Kunst des Seifensiedens!
Ort: Praxis Energetik Aktiv, Bösenbacher Straße 174, Frauental
Kosten: € 65,- (inkl. selbstgemachte Seifen)
Sabrina Lukas (0650 / 247 44 36)



69 Polysportives Sommercamp
Spiel, Spaß und Sport mit und ohne Ball
Mehr Infos und Anmeldung unter:
www.memory-sportcamps.at
Ort: Koralmsstadion Dlb.
Edmund Prattes (0650 / 347 64 17)



70 Speckstein schleifen
Ab 8 Jahre
Speckstein ist ein sehr weiches und geschmeidiges Material. Mit Hilfe von Raspeln und Schleifpapier werden wir aus schon grob geschnittenen Rohlingen Tierfiguren und Amulettsteine gestalten.



Ort: Kienburgweg 3, Dlb.
Kosten: € 22,-
Mitzubringen: Schürze
Ingrid Orosel (0680 / 217 21 56)

71 Speckstein schleifen
Beschreibung siehe Kurs 70

72 Tennis and Fun
6-16 Jahre
Eine Stunde Spiel, Spaß und Bewegung
Ort: Tennishalle Deutschlandsberg
Kosten: € 42,-
Mag. Oliver Fuchs (0664 / 184 58 53)
Mag. Anita Jerabek (0650 / 240 21 23)



Programm 2015

Jugend & Erwachsene

FAMILIEN, JUGENDLICHE & ERWACHSENE

73 Fitnessimpulse Für Erwachsene

Ab Juli
... mit Fitnesstraining, Zumba, Pilates, Bauch, Beine, Po und Co.
Einen Monat lang Training im Fitnessstudio mit Ausdauer-Kraftgeräten, effizientem Circuittraining.
Gymnastikkurse besuchen nach Lust und Laune.
Ort: fitPOINT, Wirtschaftspark 2, Dlb., www.fitpoint.at, 0650 / 245 00 00
Kosten: € 35,- für einen Monat



74 Lauftreff für Anfänger Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren in Begleitung

Ab Juli, jeden Dienstag, 19.00 Uhr
Laufen mit professioneller Betreuung – speziell für Anfänger
Ort: fitPOINT, Wirtschaftspark 2, Dlb., Mag. Gernot Weiß (0664 / 543 67 56)
Die Teilnahme ist kostenlos!



75 Lauftreff für Anfänger Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren in Begleitung

Ab Juli, jeden Freitag, 19.00 Uhr
Laufen mit professioneller Betreuung – speziell für Anfänger
Ort: Jugend&Familiengästehaus Dlb., Sofie Topler (0650 / 908 19 45)
Die Teilnahme ist kostenlos!

76 Indian Balance Für Erwachsene

Ab 15. Juli, jeden Mittwoch 8.30 Uhr (Dauer: 40 min.)
Tanke pure Energie in kurzer Zeit, erlebe deine persönliche Bewegungserfahrung!
Indian-Balance ist ein Kräftigungs-, Dehnungs-, und Wahrnehmungstraining, das die überlieferten Erkenntnisse und Rituale der Native American Indians mit der modernen Bewegungslehre verbindet.
Ort: Rathauspark, Dlb.,
Kosten: € 4,- /Einheit
Linda Stiegler (0664 / 435 98 79)

77 Pilates Keine Altersbegrenzung

Jeden Mittwoch, 15. Juli – 26. August, 19.00 Uhr
Ein effektives Ganzkörpertraining, ein Zusammenspiel von Körper Geist und Seele. Die Kraft kommt aus dem sogenannten Powerhouse. Auf gute Haltung, Gleichgewicht, Atmung und Koordination wird besonders geachtet.
Ort: Turnverein Deutschlandsberg
Kosten: € 7,- pro Teilnehmer/Stunde
Weixler Renate (0650 / 345 72 18)



78 deepWORK – der neueste Trend im Group-Fitness Bereich Keine Altersbegrenzung

Jeden Mittwoch ab 15. Juli – 26. August, 18.00 Uhr
deepWORK™ ist einzigartig, cool, anders und unglaublich anstrengend. Ein funktionelles Ganzkörpertraining voll Power und Energie. Es ist wie die chinesische Medizin auf fünf Elementen aufgebaut: Erde, Holz, Feuer, Metall und Wasser.
Ort: Turnverein Deutschlandsberg
Kosten: € 7,- /Stunde
Weixler Renate (0650 / 345 72 18)

79 Perfektes Tages-Make-Up Jugendliche und Erwachsene

20. Juli, 16.00 – 19.00 Uhr
Tipps und Tricks für ein typgerechtes Tages-Make-up, inkl. Typberatung
Ort: Sugar & Face, Hauptplatz 38
Kosten: € 35,-
Referent: Claudia Gigerl (0664 / 499 36 12)



80 Wir sind deine Eltern und nicht deine Freunde Eltern und Großeltern

23. Juli, 18.30 Uhr (Dauer: 90 Min.)
Ein liebevoller Umgang bedeutet nicht, Kindern alles zu erlauben, sondern ihnen einen sicheren Rahmen mittels Grenzen und Regeln zu bieten. In dieser Einheit wird praxisorientiert an das Thema Respekt innerhalb der Familie und das entsprechende Erziehungsverhalten herangeführt.
Ort: Volksschule Deutschlandsberg
Kosten: € 12,-
Dagmar Tranninger MSC (E-Mail: info@dagmar-tranninger.at)

81 Wir schaffen ein Kunstwerk. Bilder malen und gestalten Erwachsene

24. und 25. Juli, 15.00 – 19.00 Uhr
Hineinschnuppern in die Farbenwelt, Kreativität entfalten, sensibilisieren der Wahrnehmung von Form und Farbe. Es sind keine malerischen Grundkenntnisse erforderlich!
Ort: VS Wildbach
Mag. Heike Steinbauer-Veronig (0650 / 245 00 00)
Kosten: € 50,- (inkl. Farben, exkl. Malgrund)



82 Gartensäule rund und bunt Für Erwachsene

1. August, ab 14.00 Uhr
Gestalte eine Weingartensäule aus Holz für deinen Garten
Ort: Weingut Resch vlg. Longus, Wildbach
Mag. Heike Steinbauer-Veronig (0650 / 245 00 00), Ulrike Resch-Dietinger (0650 / 402 76 44)
Kosten: € 50,- (inkl. Säule)

83 Draht-Kugel 14 – 99 Jahre

5. August, 9.00 – 12.00 Uhr
Mit ein wenig Geschick drehen wir eine große Kugel und bepflanzen sie.



Ort: Rassach 25
Kosten: € 30,- / Mutter und Kind € 50,-
Wir gehen auf Suche nach Schneckenhäusern, Holzstücken etc. um die Kugel zu bestücken oder du bringst schon passendes Material mit.
Jeannine Ehmann (0664 / 915 30 71)

84 Heilsalben rühren! Für Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren

8. August, 15.00 – 18.30 Uhr
Auf einfache Weise und mit pflanzlichen Rohstoffen wie Tinkturen, ätherischen Ölen, Bachblüten, Ölauszügen etc. kann man den Körper beim Genesungsprozess unterstützen.
Wir machen gemeinsam eine Ringelblumensalbe, einen Hustenbalsam, eine Schmerzsalbe sowie einen persönlichen Wohlfühl-Roll-On.
Ort: Praxis Energetik Aktiv, Bösenbacher Straße 174, Frauental
Kosten: € 65,- (inkl. selbstgemachte Produkte zum Mitnehmen)
Sabrina Lukas (0650 / 247 44 36)

85 Malen und Zeichnen in der Natur (Aquarell) Erwachsene (Anfänger und Fortgeschrittene)

9. August, 14.00 – 17.00 Uhr
Erwachsene (Anfänger und Fortgeschrittene)
Ort: Schilcherweinberg, Treffpunkt Atelier Eveline, Feilhofengasse 16, Dlbg.
Kosten: € 25,- ohne Material (Material kann gegen Unkostenbeitrag bereitgestellt werden)
Kiegerl Eveline (0676 / 337 16 81)



27. August, 18.30 Uhr (Dauer: 90 Min)

86 Wir sind deine Eltern nicht deine Freunde Eltern und Großeltern

Ein liebevoller Umgang bedeutet nicht, Kindern alles zu erlauben, sondern ihnen einen sicheren Rahmen mittels Grenzen und Regeln zu bieten. In dieser Einheit wird praxisorientiert an das Thema Respekt innerhalb der Familie und das entsprechende Erziehungsverhalten herangeführt.
Ort: Volksschule Bad Gams
Kosten: € 12,-
Dagmar Tranninger MSC (E-Mail: info@dagmar-tranninger.at)

Info-Hotline:
Tel. 0680 / 311 14 65
Alle aktuellen Infos auch unter www.sommerimpulse.at

ANMELDUNG
Ab Freitag, 10. Juli unter www.sommerimpulse.at

Tipp: Sollte bei der Anmeldung in einem Kurs kein Platz mehr frei sein, schau doch öfter auf unsere Website, vielleicht hast du zu einem späteren Zeitpunkt Glück!