

## Bildungswerk

### Harburg

Frühjahr 2022

90. Semester

#### Grußworte

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Freunde des Harburger Bildungswerks,

wenn Sie heute das aktuelle Frühjahrsprogramm des Bildungswerks in Händen halten, liegt ein weiteres Jahr mit vielen Herausforderungen hinter uns. Wiederum konnten einige Kurse und Veranstaltungen nicht stattfinden bzw. mussten erneut abgebrochen werden. Dennoch bin ich optimistisch, dass wir in diesem Jahr wieder eine Vielzahl von Kursen durchführen können. Mein großer Dank gilt Frau Doris Thürheimer und dem Kuratorium, die auch unter erschwerten Bedingungen erneut ein Programm erarbeitet haben. Bitte honorieren Sie deren Arbeit, indem Sie sich zahlreich anmelden.

Herzlichen Dank für Ihr Interesse und viel Freude in den Veranstaltungen.

Ihr Christoph Schmidt  
Erster Bürgermeister

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Kinder,

auch im zweiten Coronajahr möchte ich Ihnen ein kleines Frühjahrsprogramm anbieten. Leider ist es wieder sehr schwierig einzuschätzen, ab wann wir Kurse anbieten dürfen und unter welchen Bedingungen. Wir werden je nach Regelungen das ganze Jahr hindurch weitere Kurse, Vorträge und Exkursionen ausschreiben. Bitte beachten Sie unsere Webseite und unser wöchentliches Amtsblatt mit seinen aktuellen Mitteilungen. Ich würde mich freuen, wenn etwas Interessantes für Sie dabei ist.

Vielen Dank auch weiterhin für Ihr Verständnis, wenn wir pandemiebedingt Kurse kurzfristig absagen müssen. Blicken wir doch zuversichtlich auf die nächsten Monate. Schauen Sie sich das Programm durch, wir freuen über Ihre Anmeldung.

Bedanken möchte ich mich noch bei allen, die mich unterstützen. Allen voran, bei unserm Bürgermeister und Frau Prestle, der Schulleitung und den Hausmeistern, beim Kuratorium und natürlich bei allen Kursleitern und bei Ihnen, liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Bildungswerkes Harburg.

Doris Thürheimer  
Leiterin Bildungswerk Harburg

#### Achtung, nicht vergessen!

Anmeldung:  
Wann und wo?

Onlineanmeldung über unsere Webseite [www.bw-harburg.info](http://www.bw-harburg.info) ab **24.01.2022, 07:00 Uhr** möglich. Eine weitere Möglichkeit zur Anmeldung besteht im Vorzimmer des Bürgermeisters bei Frau Prestle: Telefon 09080 9699-11 während der Öffnungszeiten des Rathauses.

Semesterbeginn:

Montag, 31. Januar 2022  
oder wie in den einzelnen Kursen angegeben.

Wichtiger Hinweis:

Während der Ferienzeit finden keine Kurse statt, außer es ist im Programm vermerkt oder mit den Kursleitern abgesprochen!

Unsere AGB und Datenschutzhinweise finden Sie auf unserer Webseite.

Sie finden uns auch auf **Facebook** mit aktuellen Informationen und Neuigkeiten.

Wir bitten um Beachtung der jeweils gültigen Infektionsschutzverordnung.

Derzeit gilt für alle Bewegungskurse **2G plus** (Teilnehmer müssen geimpft bzw. genesen sein und benötigen einen negativen Testnachweis). Geboosterte Personen und Kinder, die noch nicht eingeschult bzw. Schulkinder, die regelmäßig getestet werden, benötigen keinen Testnachweis.

Für alle restlichen Kurse gilt 2G. Die Teilnehmer müssen geimpft oder genesen sein.

**Bitte bringen Sie die entsprechenden Nachweise mit und legen Sie diese vor Kursbeginn dem Kursleiter vor.**

In geschlossenen Räumen besteht Maskenpflicht, ausgenommen während der sportlichen Betätigung.

Die allgemeinen Hygieneregeln (AHA-Regel, Desinfizierung etc.) gelten weiterhin.

#### Nicht vergessen:

**Bitte melden Sie sich an. Oft sagen wir Kurse ab und dann würden sich doch noch viel zu kurzfristig Teilnehmer anmelden. Schade!**

#### Inhaltsverzeichnis

Grußworte	Seite .....	1
Vorträge und Einzelveranstaltungen	Seite .....	2
Führungen (Schloss, Stadt)	Seite .....	2
Stammtische	Seite .....	3
Kochen und Backen	Seite .....	4
Hobby und Kreatives	Seite .....	4
Gesundheit und Sport	Seite .....	5
Bildungswerk unterwegs	Seite .....	8
Impressum	Seite .....	9

## Vorträge und Einzelveranstaltungen

### 101 Die anderen dürfen das auch! Vortrag (präsent oder online) für interessierte Eltern und Jugendliche in Zusammenarbeit mit der Grund- und Mittelschule

Der Elternabend richtet sich an Eltern, deren Kinder langsam zu Jugendlichen heranwachsen und sich auf diesem Weg ausprobieren wollen. Oft stellen sich Eltern die Fragen: Wie lange darf mein Kind ausgehen? Ab wann darf es Alkohol trinken oder welchen Film im Kino anschauen? Werden die Kinder gefragt, heißt es oft: "Die anderen dürfen das auch...!" Doch was sagt das Jugendschutzgesetz dazu?

Daher werden die wichtigsten Eckpunkte des Jugendschutzgesetzes aufgegriffen, diskutiert und besprochen.

Nicht nur Eltern sind willkommen, sondern auch die Jugendlichen selber.

**Bitte melden Sie sich vorher an!**

Termin: Donnerstag, 17. März 2022,  
19:00 - 20:30 Uhr  
Ort: Grund- und Mittelschule Harburg, Aula  
Leitung: Andrea Ramold, Jugendsozialarbeit  
Gebühr: frei

(Max. Teilnehmerzahl: 50, mind. 15)

### 102 50 Jahre Gebietsreform in Bayern: "Liebesheirat oder Vernunft Ehe?" Bildung des Landkreises Donau-Ries und Eingemeindungen Stadt Harburg

In lockerer Gesprächsatmosphäre soll versucht werden, die Überlegungen der Gebietsreform (1972 - 1978) nachzuempfinden.

**Bitte melden Sie sich vorher an!**

Termin: Donnerstag, 7. April 2022,  
19:30 - 21:00 Uhr  
Teilnehmer: Paul Kling, Altoberbürgermeister Nördlingen  
Anton Fischer, Altbürgermeister Harburg  
Heinrich Schreitmüller, ehem. Gemeinde-  
und Stadtrat Harburg und evtl. andere  
Zeitzeugen  
Ort: Aufenthaltsraum Schule, Harburg  
Leitung: Wolfgang Kilian, Altbürgermeister Harburg  
Gebühr: frei, wir freuen uns über eine Spende

(Max. Teilnehmerzahl: 50, mind. 15)

### 103 Vortrag Archäologie

"Großsorheim bestand schon im frühen Mittelalter. Grabungen für ein neues Baugebiet erbringen eine rekordverdächtige Zahl an Befunden, die auf eine dauerhafte Besiedlung hinweisen." Unter dieser Überschrift stand ein ausführlicher Bericht in der Donauwörther Zeitung vom 17. Oktober 2020. Das

Archäologiebüro Dr. Woidich untersuchte das Areal in Großsorheim über einen längeren Zeitraum, und alle beteiligten Archäologen waren über die gewaltige Menge an Befunden sehr überrascht. Herr Dr. Manfred Woidich wird an diesem Abend über die Arbeit der Archäologen sprechen. Unterstützt wird er dabei von seinem ungarischen Kollegen, Herrn Dr. Zoltán Havas. Beide gehen auch auf die Grabungen im Ortsteil Mündling ein. Spannend werden die Ausführungen sicher durch das Anschauungsmaterial der Archäologen.

**Bitte melden Sie sich vorher an!**

Termin: Mittwoch, 1. Juni 2022,  
19:00 - 20:30 Uhr,  
Ort: Grund- und Mittelschule, Aula  
Moderation: Elfi Hlawon-Schmid  
Gebühr: 3,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 70, mind. 10)

## Führungen

### 300 Führungen Schloss Harburg

Erleben Sie 900 Jahre Geschichte bei einem Rundgang durch die Harburg. Schauen Sie in die barocke Schlosskirche St. Michael und erfahren Sie Interessantes auf Ihrer Zeitreise. Der Wehrgang rund um die ehemalige Staufferburg vermittelt die einstige Wehrhaftigkeit und weist zahlreiche Verteidigungsmöglichkeiten auf. Gefängnistürme, das Verlies und der Gerichtssaal zeigen beeindruckend das Rechtssystem bis ins 19. Jahrhundert. Saalbau und Fürstenbau waren einst Residenzgebäude und geben heute noch Einblick in das Leben der Grafen und Fürsten zu Oettingen.

Führungsdauer: ca. 60 Minuten

Kindgerechte Führungen für Schulklassen und Kindergärten

Das besondere Erlebnis:

#### Kindergeburtstage

#### Nachtführung

Erleben Sie die Burg bei Nacht erleuchtet mit Kerzenschein.

#### Große Burgführung

Ein erweiterter Rundgang, der neben den üblichen Sehenswürdigkeiten Einblicke in weitere, sonst nicht zugängliche Bereiche der Burg zeigt. Unter anderem gelangt der Besucher vom Fürstenbau in einen Gang zur Schlosskirche, auf die Prinzenempore und Fürstenloge. Einen Höhepunkt stellt das beeindruckende „Teezimmer“ dar, das einzigartige Wandmalereien der Renaissance und einen überwältigenden Ausblick bietet.

Diese Führungen können für Gruppen ab 15 Teilnehmern gebucht werden.

#### Sonderführungen im Frühjahr:

#### Internationaler Museumstag, 15. Mai 2022

**Führung in Gebärdensprache für Gehörlose um 11:00 und um 14:00 Uhr nach vorheriger Anmeldung.**

**Die Sonderführungen werden im Amtsblatt und in der Presse veröffentlicht.**

#### **Öffnungszeiten:**

12. März bis 6. November 2022 täglich  
von 10:00 bis 17:00 Uhr  
Bei Voranmeldungen sind Gruppenführungen jederzeit möglich.

Anmeldung  
bei der Gemeinnützigen Fürst zu Oettingen-Wallerstein  
Kulturstiftung Harburg

unter:

Telefon: 09080 9686-0  
Fax: 09080 9686-66  
E-Mail: [info@burg-harburg.de](mailto:info@burg-harburg.de)  
Web: [www.burg-harburg.de](http://www.burg-harburg.de)  
facebook: Burg Harburg

---

**Stadtführungen für Gruppen** werden gerne nach vorheriger Anmeldung durchgeführt.  
Kontakt: Stadt Harburg, Frau Exner-Niebergall,  
Tel.: 09080 9699-24

---

#### **301 Die besondere Stadtführung: Drei Kirchen - drei Orgeln - Geschichte und Wissenswertes über Harburg**

Mit der Stadtführerin Gabi Steger besuchen wir die drei Kirchen unserer Stadt. Beginnend bei der Jüngsten in der Geschichte, der Katholischen Herz-Jesu-Kirche, besuchen wir dann die 1612 erbaute Stadtkirche oder auch Barbarakirche, um anschließend den Burgberg hinauf in die St. Michael Schlosskirche zu gelangen, der ältesten Kirche Harburgs. Erfahren Sie Interessantes über die Geschichte der Stadt, ihrer Kirchen und Orgeln und lauschen Sie der Musik. An den Orgeln hören wir Andreas Fickel und Gudrun Kosok.



Der Witterung entsprechende Kleidung und festes Schuhwerk anziehen. Trittsicherheit ist erforderlich!  
**Bitte melden Sie sich vorher an!**

Termin: Sonntag, 24. April 2022  
16:30 - 18:00 Uhr,  
Treffpunkt: Grasparkplatz  
Leitung: Gabi Steger, Stadtführerin  
Gebühr: 5,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 25, mind. 10)

## **Stammtische**

### **310 Stammbaumtisch Nordschwaben**

Die Einladung ergeht nicht nur an regelmäßige Stammtischbesucher, sondern explizit an alle Interessenten. Je nach den aktuellen Corona-Bestimmungen finden die Termine online statt.

Teilnahmelink: <https://blf-pfc.my.webex.com/meet/BLF-Meeting>

Näheres finden Sie unter [www.stammbaumtisch-nordschwaben.de](http://www.stammbaumtisch-nordschwaben.de) oder telefonisch bei Manfred Wegele, Vorsitzender des Bayer. Landesvereins für Familienkunde, 09070-1805 und per Mail unter [manwegdon@t-online.de](mailto:manwegdon@t-online.de).

Termin: Montag, 23. Mai 2022  
19:00 - 21:00 Uhr,  
Ort: 86660 Tapfheim-Erlingshofen

### **311 Schafkopfstammtisch**



Findet jeden 2. Mittwoch im Monat statt.  
Termine werden im Amtsblatt bekanntgegeben.  
Jeder, der gerne Schafkopfen spielt, ist herzlich willkommen.

Termin: Mittwoch, 9. Februar 2022,  
19:00 Uhr,  
Ort: Gasthaus zum Goldenen Lamm, Harburg

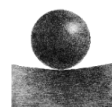
### **312 Fotostammtisch**

Der Fotostammtisch findet einmal im Monat an einem Donnerstag statt.  
Eingeladen sind alle Hobbyfotografen. Es werden immer verschiedene fotografische Themen besprochen.

Termin: Wird im Amtsblatt bekanntgegeben.  
Ort: Sportgaststätte Harburg

---

Ein besonderer Hinweis:



## **24. Rieser Kulturtag**

**vom 29. April 2022 bis 29. Mai 2022**

Kunst, Kultur und Künstler, aber auch Wissenschaftler, Kirchenleute und die Jugend aus dem Ries und Anderswo gestalten stets die Rieser Kulturtag zu einem einzigartigen Erlebnis weit und breit!

Das umfangreiche und gelungene Programm finden Sie unter: [www.rieser-kulturtag.de](http://www.rieser-kulturtag.de)

---

## Kochen und Backen

### 501 Eltern-Kind-Backen vor Ostern Österliches Backen für Kinder

Ich back mit dir!

Gemeinsam mit ihren Kindern in der Küche die Zutaten abwägen, Quarkölteig zubereiten und kneten, Gebäckstücke ausstechen oder formen und dabei viele neue Anregungen zu bekommen, das ist das Ziel der Eltern- Kind- Kurse.

Für Kinder ab 5 Jahren mit einem Erwachsenen (Papa, Mama, Opa, Oma, Patin...)

Materialkosten ca. 5 € pro Kind, bitte an die Kursleiterin bezahlen.

Termin: Freitag, 1. April 2022  
15:00 - 18:00 Uhr,  
Ort: Grund- und Mittelschule Harburg,  
Schulküche  
Leitung: Pauline Hirle  
Gebühr: 15,00 € Erwachsene  
10,00 € Kind  
5,00 € Geschwisterkind

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter

(Max. Teilnehmerzahl: 6 Erwachsene und 6 Kinder, Geschwisterkinder können noch dazukommen, mind. 4)

## Hobby und Kreatives

### 601 Autorenlesungen im Cafe Käferlein Kooperation mit dem Autorenclub Donau- Ries

Weitere Termine und Autoren werden im Amtsblatt veröffentlicht.

Termine: Mittwoch, 16. Februar 2022,  
Mittwoch, 16. März 2022,  
Mittwoch, 20. April 2022  
Jeweils 18:00 Uhr,  
Ort: Cafe Käferlein, Harburg  
Gebühr: 3,00 € an der Abendkasse

Teilnahme ohne Anmeldung möglich, eine telefonische Anmeldung wäre jedoch von Vorteil.

### 601-1 Autorenlesung mit Hannelore Seidel In Kooperation mit dem Autorenclub Donau- Ries

Hannelore Seidel veröffentlichte 2014 ihr erstes Buch "Himmlische Berührung – Kraft schöpfen für das Leben". 2015 folgten zwei weitere Bücher: "Wenn die Sehnsucht ruft" und "Unser Wald voller Wunder", ein Buch, das sie gemeinsam mit Nils Hoffmann veröffentlicht hat, der die wunderschönen Naturaufnahmen erstellt hatte. Seit 2018 ist ihr viertes Buch "Augenblicke der Verschmelzung" veröffentlicht.

Termin: Mittwoch, 16. Februar 2022  
18:00-19:30 Uhr,  
Ort: Cafe Käferlein  
Gebühr: 3,00 € an der Abendkasse

(Max. Teilnehmerzahl: 20, mind. 10)

### 602 Aludrahtkugel



Aus drei Aluminiumdrähten in unterschiedlichen Stärken und aus Glasmurmeln entsteht eine Gartenkugel für drinnen und draußen.

Bitte Rundzange und Seitenschneider mitbringen.

Materialkosten ab ca. 12,- €, je nach Verbrauch, werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Termin: Donnerstag, 24. März 2022,  
19:00 - 21:00 Uhr,  
Ort: Rathaus, Fremdenverkehrsraum  
Leitung: Gisela Renner,  
Kunst- und Kreativtherapeutin  
Gebühr: 8,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 8, mind. 6)

### 603 Schreibtreff: Kinderkurs ab 10 Jahren

Experiment Schrift und Gestaltung eines Mini-Buches.

Termin: Donnerstag, 10. März  
2022  
14:30 - 17:00 Uhr,  
Ort: Atelier Herzklopfen,  
Nördlinger Str. 25,  
Harburg  
Leitung: Kristina Hahn  
Gebühr: 15,00 €



(Max. Teilnehmerzahl: 8, mind. 6)



## 604 Schreibtreff: Brushpen

Schreiben mit dem Brushpen & Schatten & Linien.



Termin: Donnerstag, 7. April 2022  
18:30 - 21:00 Uhr,  
Ort: Atelier Herzklopfen,  
Nördlinger Str. 25, Harburg  
Leitung: Kristina Hahn  
Gebühr: 15,00 €

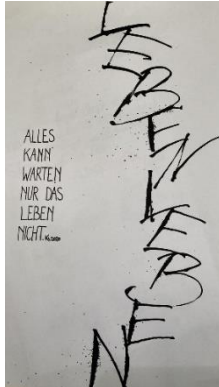
(Max. Teilnehmerzahl: 8, mind. 6)

## 605 Schreibtreff: Handschriftenvariationen

Handschriftenvariationen & Herstellung einer Feder aus einer Coladose.

Termin: Donnerstag, 5. Mai 2022  
18:30 - 21:00 Uhr,  
Ort: Atelier Herzklopfen,  
Nördlinger Str. 25,  
Harburg  
Leitung: Kristina Hahn  
Gebühr: 15,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 8, mind. 6)



## 606 Schreibtreff: Gestaltung eines Bildes

Gestaltung eines Handlettering Bildes

Termin: Donnerstag, 21. Juli 2022  
18:30 - 21:00 Uhr,  
Ort: Atelier Herzklopfen,  
Nördlinger Str. 25, Harburg  
Leitung: Kristina Hahn  
Gebühr: 15,00 €



(Max. Teilnehmerzahl: 8, mind. 6)

## 607 Sommerschnitt in der Praxis Baumschnittkurs



Zum vierten Mal seit 2019 gibt es wieder einen beliebten Sommerschnittkurs. Bei welchen Bäumen soll nur im Sommer geschnitten werden, bei welchen wirkt sich dieser Schnitzeitpunkt wie aus? Bisherige Teilnehmer und neue Interessierte, die ihre Erfahrung einbringen oder einfach nur aus Fehlern lernen wollen, sind herzlich willkommen. Baumpfleger

Ralf Hermann Melber aus Heroldingen zeigt Schnitttechniken in der Praxis und "lässt auch machen". Theoretische Kenntnisse sollen nicht zu kurz kommen.

Mitnahme eigenen Schnittwerkzeugs ist ideal, aber nicht Bedingung.

Bei ungünstiger Witterung ggf. eine Woche Verschiebung

Termin: 3 x Donnerstag, ab 7. Juli 2022  
19:30 - 21:00 Uhr,  
Treffpunkt: Am 1. Abend: Städtischer Obstbaumbestand  
am Spielplatz Heroldingen, Riedgasse  
Leitung: Ralf Hermann Melber, Baumpfleger  
Gebühr: 15,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 10, mind. 4)

## 608 Aludrahtkugel



Aus drei Aluminiumdrähten in unterschiedlichen Stärken und aus Glasmurmeln entsteht eine Gartenkugel für drinnen und draußen.

Bitte Rundzange und Seitenschneider mitbringen.

Materialkosten ab ca. 12,- €, je

nach Verbrauch, werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Termin: Freitag, 25. März 2022,  
19:00 - 21:00 Uhr,  
Ort: Rathaus, Fremdenverkehrsraum  
Leitung: Gisela Renner,  
Kunst- und Kreativtherapeutin  
Gebühr: 8,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 8, mind. 6)

## Internationaler Frauentag:

### 609 Malerinnen in Harburg

Aus Anlass des internationalen Frauentages lädt das Bildungswerk Harburg am Dienstag, 8. März, Malerinnen nach Harburg ein. Bereits um 15:00 Uhr treffen wir uns an einem der vielen magischen Orte Harburgs. Wo genau ist eine Überraschung. Sie können gespannt sein auf Eindrücke, die man nicht jeden Tag machen kann. Nach einer gemeinsamen Begehung der Örtlichkeit kann sich jede Teilnehmerin ihren ganz eigenen Standpunkt aussuchen.

Die entstandenen Kunstwerke werden später in einer kleinen Vernissage der Öffentlichkeit vorgestellt. Termin wird separat bekannt gegeben.

Mitzubringen sind eigene Malunterlagen und Staffelei, falls benötigt. Die Corona-Regelungen werden wir selbstverständlich einhalten.

Termin: Dienstag, 8. März 2022  
15:00-18:00 Uhr,  
Ort: wird noch bekanntgegeben  
Gebühr: 10,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 10, mind. 5)

## Gesundheit und Sport

### 701 Erste-Hilfe am Kind

Von der Wundversorgung bis zu lebensrettenden Sofortmaßnahmen - mit diesem Kurs sind Sie für kleine und größere Notfälle im Alltag mit Kindern gewappnet.

Weitere Themen:

- Knochenbrüche, Verbrennungen und weitere Verletzungen
- Kindliche Reaktionen bei Notfällen
- Stabile Seitenlage
- Herz-Lungen-Wiederbelebung
- Vergiftungen
- Erkrankungen im Kindesalter

Damit Unfälle gar nicht erst passieren, werden Ihnen im Kurs außerdem besondere Gefahrenquellen für Kinder aufgezeigt und vorbeugende Maßnahmen nahegebracht.

Termin: Samstag, 7. Mai 2022,  
08:30 - 16:30 Uhr,

Ort: Grund- und Mittelschule Harburg, Aula  
Leitung: Barbara Egger  
Gebühr: 65,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 20, mind. 14)

### 702 Gesundes Körpertraining

Die täglichen Anforderungen belasten den Menschen heute mehr als früher. Gesundes Körpertraining kann Ihnen die notwendige Ruhe und Ausgeglichenheit vermitteln und Körper, Geist und Seele in Einklang bringen. So erleben Sie körperliches Wohlbefinden, Verbesserung der Atmung, Entspannung und vermehrte Konzentration.

Termin: 10 x Donnerstag, ab 3. Februar 2022  
19:00 - 20:30 Uhr,

Ort: Grund- und Mittelschule Harburg, Pavillon  
Leitung: Elvira Ferber, DFAV-Fitnesstrainerin  
Heidi Markert, Übungsleiterin  
Sarah Eckhof, Yogalehrerin (BYV)  
Gebühr: 40,00 €

Bitte Decke, kleines Kissen, Sportkleidung und Socken mitbringen.

(Max. Teilnehmerzahl: 15)

### 703 Starker Rücken

Wer hat nicht schon einmal über Rückenschmerzen geklagt? Meist sind diese auf eine falsche oder einseitige Körperhaltung zurückzuführen. Und wer verhält sich schon immer rückengerecht? In diesem Kurs wollen wir schmerzhaften Muskelverspannungen durch Training und Entspannung entgegenwirken. Dabei stehen die Rücken- und Bauchmuskeln im Vordergrund.

Termin: 10 x Montag, ab 31. Januar 2022  
18:00 - 19:00 Uhr,

Ort: Evang. Gemeindehaus Harburg,  
Leitung: Elvira Ferber, DFAV-Fitnesstrainerin  
Gebühr: 35,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 10, mind. 8)

### 704 Hathayogakurs für Anfänger und Wiedereinsteiger (Krankenkassenkurs)

In diesem 8-wöchigen Hatha Yoga Kurs für Anfänger oder Wiedereinsteiger mit dem Schwerpunkt "Entspannung" lernen die Teilnehmer verschiedene Körperübungen, Atemübungen und Entspannungstechniken, um die Körperwahrnehmung zu verbessern, Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Bewegungsfreude zu entwickeln. Außerdem werden auch Informationen über die Stressvermeidung und Stressbewältigung vermittelt.

Dieser Kurs wird von den gesetzlichen Krankenkassen unterstützt.

Anbieterkennung AN-NFUU22

Termin: 8 x Montag, ab 7. Februar 2022  
18:30 - 19:45 Uhr,

Ort: Grund- und Mittelschule Harburg, Pavillon  
Leitung: Sarah Eckhof, Yogalehrerin (BYV)  
Gebühr: 80,00 €

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke, Matte, evtl. ein kleines Kissen und ein Getränk mitbringen

(Max. Teilnehmerzahl: 12, mind. 6)

### 705 Yoga - Online

- Entspannung, Wellness und eine Wohltat für Körper, Geist und Seele
- steigert die Lebensfreude und füllt Energiereserven auf
- verleiht mehr Kraft und Flexibilität
- führt zu innerer Balance und Ausgeglichenheit
- reduziert Stress und löst Verspannungen
- für mehr Gelassenheit und Achtsamkeit im Alltag
- Yoga tut gut - erfahre es selbst!

Termin: 10 x Mittwoch, ab 2. Februar 2022,  
17:30 - 19:00 Uhr,

Leitung: Sabine Mayr, Yogalehrerin, AYA  
Gebühr: 70,00 €

Technische Voraussetzung ist ein internetfähiger Computer, Laptop oder Tablet mit Kamera und Mikrofon.

(Max. Teilnehmerzahl: 20, mind. 8)

### 706 Pilates

Pilates ist ein Ganzkörpertraining und kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching – alles in harmonisch fließenden Bewegungen. Für alle, die fit und gesund sein möchten, bietet die Pilates-Methode

eine hervorragende Möglichkeit, vor allem intensiv die Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur zu kräftigen und gleichzeitig durch gezielte Atmung Stress zu reduzieren.

Termin: 10 x Montag, ab 7. Februar 2022,  
19:30 - 20:20 Uhr,  
Ort: Alte Turnhalle Harburg,  
Leitung: Andrea Laube, Ausbildung an der BSA-  
Akademie  
Gebühr: 30,00 €

Bitte Gymnastikmatte und warme Socken mitbringen.

(Max. Teilnehmerzahl: 20, mind. 12)

## 707 Wirbelsäulengymnastik

In diesem Kurs bekommen Sie die Gelegenheit, Ihren Rücken zu stärken und Ihre gesamte Haltemuskulatur zu mobilisieren. Die Übungen bringen den Körper wieder in einen ausgeglicheneren, natürlichen Zustand.

Es werden entspannende Übungen gezeigt, in Kombination mit stärkenden Übungen für die großen Muskelgruppen. Intensives Dehnen rundet dieses Training ab.

Geeignet für jedermann/-frau. Keinerlei Vorkenntnisse nötig!

Termin: 10 x Montag, ab 31. Januar 2022,  
16:45 - 17:45 Uhr,  
Ort: Evang. Gemeindehaus Harburg,  
Leitung: Elvira Ferber, DFAV-Fitnesstrainerin  
Gebühr: 35,00 €

Bitte bequeme Sportkleidung, Matte und Getränk mitbringen.

(Max. Teilnehmerzahl: 10, mind. 6)

## 708 Ganzheitliches Gedächtnistraining für Ältere

Ganzheitliches Gedächtnistraining für Ältere - denn auch das Gehirn braucht Übung, um fit zu bleiben!

"Äaaahm" ... jeder kennt diese Situation: Man sucht nach einem Namen, einem Wort – es liegt einem sozusagen "auf der Zunge", aber man erinnert sich momentan nicht. Das passiert Menschen in jeder Altersstufe, aber im "reiferen" Alter einfach öfter. Um im Alter geistig fit zu bleiben, lohnt es sich, die grauen Zellen durch gezieltes Training zu aktivieren und das Gedächtnis zu steigern, denn "wer rastet, der rostet" – das gilt auch für das Gehirn! In diesem Kurs arbeiten wir daran, Ihre Konzentrations- und Merkfähigkeit – also Ihre Gedächtnisleistung – spielerisch und ohne Stress durch ganzheitliches Gedächtnistraining zu stärken. Gönnen Sie sich und Ihrem Gedächtnis diese "Frischekur"!

Durch neue Aufgaben und Ansätze ist der Kurs sowohl für "Neulinge" als auch für Besucher eines früheren Kurses geeignet.

Termin: 6 x Dienstag, ab 8. März 2022  
09:30 - 11:00 Uhr,  
Ort: Rathaus, Fremdenverkehrsraum

Leitung: Waltraud Mündel  
Gebühr: 30,00 €

Bitte tragen Sie bequeme, warme Kleidung und bringen Sie Bleistift, Radiergummi, Lineal, Kugelschreiber und ein Getränk mit.

(Max. Teilnehmerzahl: 10, mind. 5)

## 709 Jakobusweg - Nordic Walking - 13. und 14. Etappe

Zwei weitere Etappen, auf dem Bayerisch-Schwäbischen Jakobusweg.

### 1. Tag: Wiggensbach – Weitnau 18 km

Wir beginnen in Wiggensbach am Marktplatz. Über Ermengerst kommen wir richtig in Schwung, zu unserem nächsten Zielort Buchenberg. Unser Weg führt uns durch den Wirlinger Wald nach Osterhofen, hier beginnt der Anstieg auf den Sonneneckgrat. Diesen markanten Höhenzug bezeichnen die Geologen als eigentlichen "Nordrand der Alpen" diese schöne Gratwanderung endet an der Sonneneckgrat-Hütte, einem idealen Brotzeit- und Aussichtsplatz. Der Abstiegsweg führt über herrlich blühende Bergwiesen nach Weitnau, wo wir übernachten.

### 2. Tag: Weitnau – Genhofen/Stiefenhofen 20 km

Wir verlassen Weitnau. Nach dem Dorf Wilhams erwartet uns eine einsame und zugleich landschaftlich abwechslungsreiche Wanderung, in deren Verlauf wir nach Geratsried kommen. In Genhofen endet unser Pilgertag mit zwei kunstgeschichtlichen Überraschungen, deren Betrachtung wir keineswegs versäumen sollten.

Bitte an gutes Schuhwerk, passende, gutschitzende Socken, und der Witterung entsprechende Kleidung denken. Getränk und Brotzeit sollten in einem kleinen Rucksack mitgenommen werden. Das Gepäck wird im Begleitfahrzeug transportiert.

Treffpunkt und Uhrzeit der Abfahrt werden telefonisch mitgeteilt. Bitte bei der Anmeldung Telefonnummer/Mailadresse angeben.

Ein Begleitfahrzeug steht für Zwischenfälle bereit. Die An- und Rückfahrt wird mit Autos organisiert. Nähere Angaben zur Fahrt werden Ihnen kurz vorher noch telefonisch mitgeteilt. Bitte Telefonnummer angeben!

Termin: Sonntag, 15. Mai 2022 und  
Montag, 16. Mai 2022  
Leitung: Gabi Steger, Zertifizierte Nordic Waking  
Trainerin  
Gebühr: 10,00 €  
Hin- und Rückfahrt, Übernachtung und  
Essen zahlt bitte jeder selbst.

Falls nicht vorhanden, können Nordic Walking Stücke kostenlos ausgeliehen werden.

(Max. Teilnehmerzahl: 12, mind. 8)

## NEU!

### 713 FitMix Bodywork

Lockerer Warm-Up, schwungvoller Mittelteil mit smovey-Power Ringen und fetziger Musik, z. R. Tabata, abgerundet mit entspanntem Cooldown.

Gesundheitliche Stabilität vorausgesetzt!

Termin: 8 x Donnerstag, ab 3. Februar 2022  
18:30 - 19:15 Uhr,  
Ort: Wörnitzhalle Harburg,  
Leitung: Diana Winter, smoveyCoach+  
Gebühr: 32,00 €

Bitte Matte, Handruch, feste Schuhe und Getränk mibringen.

(Max. Teilnehmerzahl: 15, mind. 10)

### 714 Pilates (alle Stufen)

Die Pilates-Methode ist ein ganzheitliches Körperprogramm zur Kräftigung und Stabilisierung der Körpermitte und der Körperhaltung (Beckenboden, Bauch- und Rückenmuskulatur) und hilft dabei, sich körperlich und geistig zu entspannen. Jede Übung wird unter Berücksichtigung der richtigen Atmung ausgeführt und für den jeweiligen Teilnehmer angepasst.

Termin: 8 x Donnerstag, ab 3. Februar 2022  
19:30 - 20:30 Uhr,  
Ort: Wörnitzhalle Harburg, Halle 1  
Leitung: Diana Winter, Pilates Instructor  
Gebühr: 36,00 €

Bitte Matte, kleines Handruch, rutschfeste Socken und Getränk mibringen.

(Max. Teilnehmerzahl: 10, mind. 8)

*Leider können wir im Frühjahr nur einen Aqua-Fitness-Kurs anbieten. Bitte beachten: Dieser Kurs ist ein Fortführungskurs und bereits ausgebucht!*

*Bitte umgehend melden, wenn jemand im Frühjahr nicht mitmachen möchte, damit wir die Plätze an den vorhergehenden Kurs vergeben können.*

### 710 Aqua-Fitness - Fortsetzungskurs: Training für den ganzen Körper

Aqua-Fitness, das gelenkschonende Fitnessstraining im Wasser mit guter Laune. Trainiert wird zu motivierender Musik. Dabei kommen verschiedene Hilfsmittel zum Einsatz, wie Schwimmbretter, Poolnudel und so weiter. Der gesundheitliche Wert von Fitnessstraining im Wasser ist auch deshalb so groß, weil durch den Auftrieb des Wassers eine Art Schwerelosigkeit erzeugt wird. Das entlastet Wirbelsäule, Gelenke, Bänder und Sehnen enorm.

Termin: 7 x Montag, ab 31. Januar 2022  
17:15 - 18:00 Uhr,  
Ort: Hallenbad Harburg,  
Leitung: Ursula Gandorfer-Schröppel, Aqua-Fitness-Trainerin  
Gebühr: 56,00 € incl. Eintritt

(Max. Teilnehmerzahl: 16, mind. 8)

*Beachten Sie bitte auch die Altersangabe bei Kindern.*

### 711 Crash-Schwimmkurs ab 5 Jahren 3 x in der Woche: Montag - Mittwoch - Freitag Gruppe 1

Der Schwimmkurs hat das Ziel, dass Ihr Kind mit Freude an Bewegung das Schwimmen erlernt und sicher im Umgang mit dem Wasser wird.

Voraussetzung: Ihr Kind sollte "wassergewöhnt" sein, das heißt, das Untertauchen mit dem Kopf unter die Wasseroberfläche sollte kein Problem darstellen.

Am 18.03.2022 beginnt der Kurs bereits mit einer organisatorischen Vorbesprechung 15 Minuten früher!

Termin: 4 x Freitag, ab 18. März 2022,  
15:15 - 16:00 Uhr,  
3 x Montag, ab 21. März 2022,  
15:15 - 16:00 Uhr,  
3 x Mittwoch, ab 23. März 2022,  
15:15 - 16:00 Uhr,  
Ort: Hallenbad Harburg,  
Leitung: Ursula Gandorfer-Schröppel, Trainerin  
Christine Lernhard, Trainerin  
Sabine Krauss, Trainerin  
Gebühr: 85,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 16, mind. 8)

### 712 Crash-Schwimmkurs ab 5 Jahren 3 x in der Woche: Montag - Mittwoch - Freitag Gruppe 2

Der Schwimmkurs hat das Ziel, dass Ihr Kind mit Freude an Bewegung das Schwimmen erlernt und sicher im Umgang mit dem Wasser wird.

Voraussetzung: Ihr Kind sollte "wassergewöhnt" sein, das heißt, das Untertauchen mit dem Kopf unter die Wasseroberfläche sollte kein Problem darstellen.

Am 18.03.2022 beginnt der Kurs bereits mit einer organisatorischen Vorbesprechung 15 Minuten früher!

Termin: 4 x Freitag, ab 18. März 2022,  
16:15 - 17:00 Uhr,  
3 x Montag, ab 21. März 2022,  
16:15 - 17:00 Uhr,  
3 x Mittwoch, ab 23. März 2022,  
16:15 - 17:00 Uhr,  
Ort: Hallenbad Harburg,  
Leitung: Ursula Gandorfer-Schröppel, Trainerin



Christine Lernhard, Trainerin  
Sabine Krauss, Trainerin

Gebühr: 85,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 16, mind. 8)

## Bildungswerk unterwegs

### 801 Besuch auf Deponie und Recyclinghof Binsberg

Was geschieht mit unserem Müll, insbesondere mit dem Inhalt des "Gelben Sackes"? In eineinhalb Stunden werden uns die wichtigsten Tatsachen über eine geordnete Müllentsorgung erläutert.

Termin: Freitag, 4. März 2022  
14:00 - 15:30 Uhr,

Treffpunkt: In der Deponie Binsberg, Autos können dort geparkt werden.

Leitung: Wolfgang Kilian, Altbürgermeister  
Gebühr: 3,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 25, mind. 10)

### 802 Alle reden vom Wald - wollen Sie selber aktiv werden? Pflanzaktion im Stadtwald

Wir pflanzen klimatoleranter Bäume in Mischbeständen, damit wir auch in Zukunft überlebensfähige Wälder haben. Davor eine kurze Einführung über den Zustand der Wälder heute und die erwarteten zukünftigen klimatischen Herausforderungen. Erklärung des Pflanzvorgangs und anschließend Pflanzung von 3 – 5 (20) Bäumchen je Teilnehmer.

Pflanzen, Baumschutzmaterial und Werkzeug stellt die Stadt Harburg.

Um entsprechende Kleidung wird gebeten.

Bitte Telefonnummer und Mailadresse angeben, da die Aktion wetterabhängig ist. Die Aktion ist auch für Familien mit größeren Kindern geeignet.

Termin: Freitag, 8. April 2022,  
14:30 - ca. 17:00 Uhr,

Treffpunkt: Schulhof Harburg (sollte ein anderer Treffpunkt ausgewählt werden, verständigen wir Sie rechtzeitig)

Leitung: Revierförster Werner Diemer, Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Nördlingen-Wertingen

Gebühr: keine, wir freuen uns über Ihr Interesse

(Max. Teilnehmerzahl: 20, mind. 5)

### 803 Bärlauch und andere Wildkräuter - Energieschub für das ganze Jahr!

In diesen Zeiten steht es an oberster Stelle unsere Abwehrkräfte zu stärken und unser Immunsystem zu unterstützen. Die Natur ist unsere große Schatzkammer! Bewegung an der frischen Luft ist immer möglich und so

treffen wir uns um Bärlauch und andere Wildkräuter kennenzulernen und zu sammeln (an Körbchen oder Papiertüte denken).

Zum Abschluss gibt es wie immer eine kleine Kostprobe.

Termin: Samstag, 23. April 2022,  
14:00 - ca.16:00 Uhr,

Treffpunkt: Parkplatz Eisbrunn

Leitung: Gertrud Fischer, Wildkräuterführerin

Gebühr: 5,00 €

Der Witterung entsprechende Kleidung und passendes Schuhwerk anziehen.

(Max. Teilnehmerzahl: 15, mind. 8)

### 804 GIN - in aller Munde

Erfahren Sie in etwa zwei Stunden Wissenswertes zur Geschichte des Gins, zur Gin-Herstellung, zu unserer 400-jährigen Geschichte, sowie zur Entstehung von KRATER SPIRITS / SCHEIBLE BRÄU in unserer Destille in Alerheim.

Verkostung: Pur-Verkostung verschiedener Produkte aus unserer Herstellung, Einzeldestillatverkostung, sowie ein Longdrink nach Wahl.

Ein 15%-Nachlass-Gutschein für den Einkauf unserer Produkte im Anschluss an die Veranstaltung ist mit inbegriffen.

Bitte denken Sie an eine passende Fahrgelegenheit, damit Sie nach der Verkostung sicher nach Hause kommen.

Mitfahrgelegenheit wird angeboten – bitte mit angeben.

Termin: Freitag, 29. April 2022  
18:30 - 20:30 Uhr,

Ort: Scheible Bräu u. Spirituosen,  
Hauptstraße 52, 86733 Alerheim

Leitung: Dr. Karl-Friedrich Scheible

Gebühr: 33,00 €

(Max. Teilnehmerzahl: 20, mind. 10)

### 805 Eselwanderung im Ries DON-KEY Tours Der Schlüssel zur heiteren Gelassenheit!

*Ein Leben ohne Esel ist möglich, aber sinnlos!*



Mitten im Ortskern wohnen wir gemeinsam mit unseren drei Jungs auf einem kleinen Bauernhof. Ralf, Anton und Olivier teilen sich den Garten mit der Familie... und freuen sich immer auf Besuch. Die Neugierde der Esel ist ansteckend!

Wichtig:

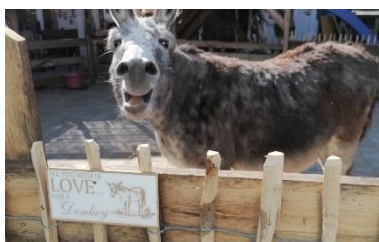
Touren können spontan wegen zu schlechtem Wetter oder bspw. wegen Krankheit der Tiere abgesagt werden. Immer feste und geschlossene Schuhe tragen. Dem Personal ist immer Folge zu leisten!

Termin: Sonntag, 27. März 2022  
10:00 - 12:00 Uhr,  
Ort: DON-KEY Tours, Im Ängerle 8,  
86720 Nördlingen - Grosselfingen  
Leitung: Miriam und Michael Schwarz  
Gebühr: 10,00 € Erwachsene  
6,00 € Kinder in Begleitung eines  
Erwachsenen

(Max. Teilnehmerzahl: 10, mind. 6)

**NEU ZUSATZTERMIN:**  
**806 Eselwanderung im Ries DON-KEY Tours**  
**Der Schlüssel zur heiteren Gelassenheit!**

*Ein Leben ohne Esel ist  
möglich, aber sinnlos!*



Mitten im Ortskern wohnen wir gemeinsam mit unseren drei Jungs auf einem kleinen Bauernhof. Ralf, Anton und Olivier teilen sich den Garten mit der Familie... und freuen sich immer auf Besuch. Die Neugierde der Esel ist ansteckend!

Wichtig:

Touren können spontan wegen zu schlechtem Wetter oder bspw. wegen Krankheit der Tiere abgesagt werden. Immer feste und geschlossene Schuhe tragen. Dem Personal ist immer Folge zu leisten!

Termin: Sonntag, 3. April 2022  
10:00 - 12:00 Uhr,

Ort: DON-KEY Tours, Im Ängerle 8,  
86720 Nördlingen - Grosselfingen  
Leitung: Miriam und Michael Schwarz  
Gebühr: 10,00 € Erwachsene  
6,00 € Kinder in Begleitung eines  
Erwachsenen

(Max. Teilnehmerzahl: 10, mind. 6)

**Impressum**

**Herausgeber: Bildungswerk Harburg**

Anschrift: Schlossstraße 1  
86655 Harburg  
Schirmherr: Christoph Schmidt, 1. Bürgermeister  
Geschäftsstelle: Gabi Prestle  
Tel.: 09080 9699-11  
prestle@stadt-harburg-schwaben.de  
Leitung: Doris Thürheimer  
Tel.: 09080 91212  
familiethuerheimer@t-online.de  
Bankverbindung: Sparkasse Harburg  
IBAN: DE49 7225 0160 0190 2900 49  
BIC: BYLADEM1DON

**Kuratorium:**

Heike Bschor, Holger Fickel, Stefanie Fuß, Elfriede Hlawon-Schmid, Altbürgermeister Wolfgang Kilian, Kilian Kratzer, Günter Reiss, Fiorella Salamena-Hanisch, Bärbel Scheuffelhut, Wolfgang Stolz, Elisabeth Trüdinger, Johann Wagner, Margareta Weng, Eva Wenninger