FRIOLZHEIM AKTUELL
www.friolzheim.de
Ausgabe 3
65. Jahrgang
17. Januar 2019

Diese Ausgabe erscheint auch online
www.eblättle.de

GEMEINDE FRIOLZHEIM

CONNECTED

LAKI-PopChor Konzerttour
& Gospel-PopChor Weissach/Friolzheim



GEMEINDE FRIOLZHEIM
Kulturkreis Zehntscheune



Helmut Mutschler

„Mit dem Rad durchs Morgenland“

In 72 Tagen auf dem Fahrrad durch die Türkei, Syrien, Libanon, Jordanien, Israel und Ägypten.
Bildvortrag von Helmut Mutschler aus Renningen über seine Reise durch den Orient.

Freitag, 18.01.2019

19:30 Uhr

Bürgersaal Zehntscheune Friolzheim

Eintritt: 5,- € Vorverkauf im Bürgerbüro, 5,- € Abendkasse ab 19:00 Uhr

https://www.facebook.com/KulturkreisZehntscheune/

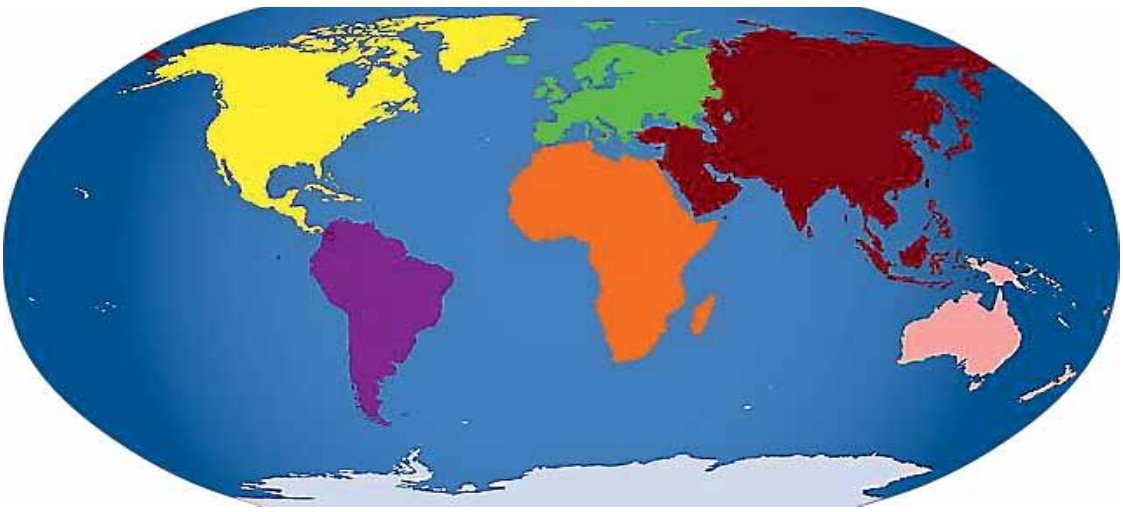
Wir wollen musikalisch eine Weltreise „From Coast to Coast“ unternehmen und suchen noch Mitreisende!







Bora- Irland - California - Capri - Nordsee- Jamaica- Australien- Finnland



Ob es die Sonne in **Californien**, die schroffe Küste **Irlands**, das Meer bei **Capri** oder das abenteuerliche **Australien** ist, es gibt so viele wundervolle Orte auf dieser Welt und Musik über diese Orte und von dort...

...und wir wollen davon singen!!!

Ab sofort ist Jeder herzlich eingeladen, diese Reise mit uns zu gestalten. Geplant sind internationale Lieder rund um das Meer, die Küste, die Freiheit und die Liebe, sowie alles was man damit verbindet. **Trauen Sie sich,** denn singen kann jeder, auch Sie!!! **Proben** finden **freitags ab 19 Uhr im Milchhäusle** statt. Der Auftritt wird dann am Sonntag, den 26.Mai 2019 um 11:00 Uhr sein.

Amtliches

Wir bitten um Beachtung

Wahlhelfer/innen für Europa- und Kommunalwahlen am 26.05./27.05.2019 gesucht

Das Wahlamt sucht für die Ende Mai anstehenden Europa- und Kommunalwahlen (Gemeinderat und Kreistag) noch Wahlhelfer/innen, die Zeit und Interesse haben, am Wahltag (Sonntag, 26.05.2019) im Wahllokal bzw. bei der Auszählung am Wahlabend und gerne auch am Montagmorgen (27.05.2019, Auszählung der Kreistagswahl) mitzuhelfen.

Sofern Sie Interesse an dieser ehrenamtlichen Tätigkeit haben, freut sich H. Enz vom Rathaus über ihre Rückmeldung (Tel. 9036-14 oder e.enz@friolzheim.de).

Selbstverständlich erfolgt vorher eine Einweisung in die Tätigkeit und es wird auch die übliche Entschädigung für die ehrenamtliche Tätigkeit ausgezahlt.
Gemeinde Friolzheim

Soziale Dienste

Schwester-Karoline-Haus Friolzheim

Schulstr. 17
71292 Friolzheim
skh@altenheimat.de

Bitte vereinbaren Sie einen Termin mit uns. Wir beraten Sie gerne in einem persönlichen Gespräch.
Tel.: 07044/91585-0
Fax: 07044/91585-41



Schwester-Karoline-Haus Foto: SKH

Neues aus dem Pflegeheim: Wir freuen uns mitteilen zu können, dass wir bis Ende April 2019 eine Kunsttherapeutin für unser Bewohner einstellen können. Vor allem Angebote für unsere zurückgezogenen Bewohner auf den Wohnbereichen und die Bewohner in den Zimmern können so erweitert werden.

Wir hoffen darüber hinaus, weitere Kollegen in diesem Bereich gewinnen zu können.
Das Team vom Schwester-Karoline-Haus

Müll / Sperrmüllbörse

Bitte hier ausschneiden und an das Bürgermeisteramt Friolzheim senden oder in den Rathausbriefkasten einwerfen.

Bitte hier ausschneiden

Friolzheimer Sperrmüllbörse

Name, Vorname: .....

Anschrift: .....
.....

Telefon: .....

Zutreffendes bitte ankreuzen:

Namens- und Anschriftenangabe im Mitteilungsblatt
☐ **Ja** ☐ **Nein**

Ihr Inserat kann nur mit der Einwilligung zur Verarbeitung der angegeben Daten gemäß der Datenschutzinformation der Gemeinde Friolzheim (https://www.friolzheim.de/de/verwaltung/datenschutz/) bearbeitet werden.
Einverständnis:
☐ **Ja** ☐ **Nein**

☐ **Suche:** ☐ **Verschenke:**

.....

.....

.....

- nur direkte Kontaktaufnahme möglich -

Bitte hier ausschneiden

Impressum Amtsblatt der Gemeinde Friolzheim
Herausgeber: Gemeinde Friolzheim, Telefon 07044 90360. Druck und Verlag: NUSSBAUM *MEDIEN* Weil der Stadt GmbH & Co. KG, 71263 Weil der Stadt, Merklinger Str. 20, Telefon 07033 525-0, Telefax 07033 2048. www.nussbaum-medien.de. Verantwortlich für den amtlichen Teil, alle sonstigen Verlautbarungen und Mitteilungen: Bürgermeister Michael Seiß, Rathausstraße 7, 71292 Friolzheim oder Vertreter im Amt - für „Was sonst noch interessiert" und den Anzeigenteil: Klaus Nussbaum, Merklinger Str. 20, 71263 Weil der Stadt.
Bezugspreis: 16,45 € halbjährlich einschließlich Zustellungsgebühr. Einzelversand nur gegen Bezahlung der vierteljährlich zu entrichtenden Abonnementgebühr.
Anzeigenannahme: gaggenau@nussbaum-medien.de
Vertrieb (Abonnement und Zustellung): G.S. Vertriebs GmbH, Josef-Beyerle-Straße 2, 71263 Weil der Stadt, Tel. 07033 6924-0, E-Mail: info@gsvertrieb.de, Internet: www.gsvertrieb.de

Notruf/Notdienste

Notrufnummern

Notrufnummer Telefon 112
(die Nummer gilt für den Notarzt, den Rettungsdienst und die Feuerwehr gleichermaßen. Sie funktioniert in allen Festnetzen und Handys in ganz Europa)
Polizei und Unfall Telefon 110
Feuerwehr Telefon 112

Notruf der Rettungsleitstelle

Rettungsleitstelle des DRK
Pforzheim - Enzkreis e.V., Tel.: 112
Krankentransport, Tel.: 19 222
Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst, Vertretung des Hausarztes abends, an Wochenenden und an Feiertagen,bundesweit gültig, kostenfrei, gilt nicht für zahnärztl. Notdienst, Tel.: 116 117

Ärztlicher Sonntagsdienst

Zentrale Notfallpraxis Mühlacker
beim Krankenhaus Mühlacker
Hermann-Hesse-Str. 43, 75417 Mühlacker, Tel. 07041 19292. Geöffnet: von Montag bis Freitag, jeweils 18 bis 7 Uhr. Durchgehend von Freitag, 18 bis Montag, 7 Uhr. An Feiertagen beginnt der Dienst am Vorabend des Feiertages um 19 Uhr und endet um 7 Uhr des Folgetages.

Notfallpraxis Leonberg

im Kreiskrankenhaus Leonberg
Rutesheimer Str. 50, 71229 Leonberg,
Telefon: 07152 2028000
Geöffnet: Samstag, Sonn- und Feiertage 8 - 22 Uhr in den Räumen der Notfallpraxis im 1. OG.

Zahnärztlicher Bereitschaftsdienst

zu erfragen unter Tel.-Nr. 0621 38000816

Apotheken-Notdienste

Samstag, den 19.01.2019
Apotheke im Kaufland
Pforzheim-Brötzingen
Am Mühlkanal 4, Tel. (07231) 454350, Fax 454353
Sonntag, den 20.01.2019
Post-Apotheke Friolzheim
Paulinenstr. 1, Tel. (07044) 44944
Fax 44945

Ämter

Rathaus

(Fachämter):
Mo. 08.00 - 12.00 Uhr
14.00 - 16.00 Uhr
Mi. 09.00 - 12.00 Uhr
16.00 - 18.00 Uhr
Fr. 08.00 - 12.00 Uhr
Di. + Do. geschlossen
Tel.: 07044 9036-0

Bürgerbüro

Mo.: 08:00 - 12:00 Uhr | 14:00 - 16.30 Uhr
Di.: geschlossen
Mi.: 08:00 - 12:00 Uhr | 15:00 - 18:00 Uhr
Do.: 08:00 - 12:00 Uhr | 06:30 - 08.00 Uhr (nach Vereinb.)
Fr.: 08:00 - 12:00 Uhr
Tel.: 07044 9036-25

Jugendhaus Friolzheim

Mo. 16:00 - 21:00 Uhr
Do. 16:00 - 22:00 Uhr
16:30 – 18:00 Uhr Teenclub
Fr. 16:00 – 22:00 Uhr
Wo? Eichenstr. 24/1, Friolzheim
Alle Jugendlichen sind herzlich eingeladen.

Landratsamt Enzkreis

Mo. 08:00 - 12:30 Uhr
Di. 08:00 - 12:30 Uhr
13:30 - 18:00 Uhr
Mi. geschlossen
Do. 08:00 - 14:00 Uhr
Fr. 08:00 - 12:00 Uhr
Tel.: 07231 308 0

Öffnungszeiten der Zulassungsstelle

Mo., Mi. 08:00 - 12:30 Uhr
Di.: 08:00 – 12:30 Uhr
13:30 – 18:00 Uhr
Do. 08:00 – 14:00 Uhr
Fr. 08:00 - 12:00 Uhr
Termine auch nach Vereinbarung.
Online-Terminauswahl und weitere Informationen auf www.enzkreis.de.

Notar

Notartermine finden ausschließlich beim Notariat Mühlacker statt. Telefonische Terminabsprachen werden erbeten unter 07041 8118950.

Einheitlicher Ansprechpartner

Einheitlicher Ansprechpartner für in- und ausländische Dienstleister vor allem in Sachen gewerberechtliche Erlaubnisse: Herr Gerhard Fauth, Landratsamt Enzkreis, Zähringer Allee 3, 75177 Pforzheim
Tel.: 07231 308 9307
einheitlicher.ansprechpartner@enzkreis.de

Soziale Dienste/Service

Diakonie und Sozialstation Heckengäu e.V.

Als Vertragspartner der Kranken- und Pflegekassen bieten wir an: Alten- und Krankenpflege, Hauswirtschaftliche Versorgung, Nachbarschaftshilfe, Betreuungsgruppe für demenzkranke Pflegebedürftige. Sie erreichen uns persönlich: Montag - Freitag, 9.00 - 12.00 Uhr, Rathausstr. 2, 71299 Wimsheim, Tel. 07044-8686, Fax 07044-8174. Unser Anrufbeantworter ist außerhalb der Bürozeiten geschaltet. Sie können über den Anrufbeantworter um Rückruf bitten. Wochenend- und Feiertagsdienst ist bei uns selbstverständlich und ist unter der oben genannten Nummer zu erreichen.

Mobiler Dienst - Soziale Dienste GmbH

- Familienentlastungsdienst
- Pflegehilfe- und Betreuungsdienst
- Behindertenhilfe

Ansprechpartner: Hans-Jörg Schellenberg, Tel. 07231 1442416
Für alte, kranke und behinderte Menschen hat die Soziale Dienste GmbH einen leistungsfähigen Mobilen Dienst aufgebaut. Hauptamtliche Mitarbeiter und Zivildienstleistende helfen Ihnen, den Alltag zu bewältigen. Wir planen die Einsätze nach Ihren persönlichen Wünschen. Dadurch können Sie lange selbstständig bleiben und Ihr Leben unabhängig in der gewohnten Umgebung führen.

Beratungsstelle für Hilfe im Alter

Im consilio, Bahnhofstraße 86
75417 Mühlacker, Tel: 07041/ 8 14 69 - 23

Essen auf Rädern

Ansprechpartner: Cornelia Grimmeisen, Tel. 07231 1442417
Sie erhalten von Montag bis Freitag ein frisch zubereitetes warmes Essen, das Sie selbst aus einem Speiseplan mit täglich fünf verschiedenen Gerichten auswählen. Für das Wochenende bekommen Sie auf Wunsch Tiefkühlkost.

Wohnberatung für ältere und behinderte Menschen

Kreisseniorenrat e.V., Ebersteinstr. 25, 75177 Pforzheim, Tel. 07231 357714

Caritas-Zentrum Mühlacker

Zeppelinstr. 7, 75417 Mühlacker,
Tel. 07041 5953, Sozial- und Lebensberatung, Vermittlung von Kuren und Erholungen. Sprechzeiten:
Dienstag ganztags, Mittwochnachmittag und Donnerstagvormittag

Haus der Diakonie

Diakonie Auskunft - Beratung - Hilfe
Beratungsstelle für Menschen in Notlagen wie z.B. Lebens- und Sinnkrisen, soziale Nöte, familiäre Konflikte, Schwangerschaft, Leben mit Behinderung, psychische Nöte, chronische Erkrankungen, Krebs, Sucht. Die Beratung ist kostenlos und für jeden Ratsuchenden offen. Die Mitarbeiter/-innen unterliegen der Schweigepflicht. Haus der Diakonie, Agnes-Miegel-Straße 5, 71229 Leonberg, Tel. 07152 3329400, Fax 07152-33294024, Telefonzeiten Mo. - Fr., 09.00 - 12.00 Uhr, Termine nach Vereinbarung.

Pro Familia

Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung e.V., Ortsverband Pforzheim e.V., Parkstr. 19-21, 75175 Pforzheim,

Terminvereinbarung, Geschäftsstelle Pforzheim: Tel. 07231 6075860
Mo. – Fr. 10:00 – 12:00 Uhr
Mo., Di., Do. 14:00 – 15:00 Uhr

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche Pforzheim

Für Fragen der Erziehung, Schule und Kindergarten, Partnerschaft usw.
Beratung - Therapie:
Anmeldungen werden unter Tel. 07231 308970 entgegengenommen

Beratung über Hilfen in der Schwangerschaft / Schwangerschaftskonfliktberatung nach § 219 StGB, Diakonie Pforzheim

Pestalozzistr. 2, 75172 Pforzheim
Termine nach Vereinbarung
Telefon: 07231 7788986

Beratungsstelle für Mädchen und Jungen zum Schutz vor sexueller Gewalt

Pforzheim-Enzkreis, Hohenzollernstraße 34, 75177 Pforzheim, Tel: 07231 35 34 34
info@lilith-beratungsstelle.de
www.lilith-beratungsstelle.de
Unsere Telefonzeiten: montags, donnerstags und freitags von 9.00 bis 12.00 Uhr, mittwochs von 14.00 bis 16.00 Uhr sowie donnerstags von 16.00 bis 18.00 Uhr

Deutscher Kinderschutzbund Pforzheim Enzkreis e.V.

Tunnelstr. 33, 75172 Pforzheim
Telefon: 07231 589760
info@dksb-pforzheim.de
www.dksb-pforzheim.de

KISTE Hilfen für Kinder und Jugendliche von psychisch- und suchtkranken Eltern mit Gewalterfahrung

Kontaktadresse: Hohenzollernstr. 34, 75177 Pforzheim, Tel. Nr. 07231-30870

Sterneninsel ambulanter Kinder- & Jugendhospizdienst

Für Pforzheim & Enzkreis, Benckiserstraße 274 c/o BBQ, 75172 Pforzheim
Telefon: 07231 8001008
mail@sterneninsel.com
www.sterneninsel.com

Tagesmütter Enztal e.V.

Bahnhofstr. 118, 75417 Mühlacker
Telefon: 07041/8184711
E-Mail: info@tagesmuetter-enztal.de
www.tagesmuetter-enztal.de

Jugend- u. Drogenberatungsstelle Drobs

Schießhausstr. 6, 75173 Pforzheim,
Tel. 07231 922770

Blaues Kreuz in Deutschland e.V. Befreit leben lernen Wege aus der Alkoholsucht

Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige
Wann: Wöchentlich mittwochs, 19:30 Uhr
Wo: Katharinenstraße 22,
71263 Weil der Stadt / Merklingen
Ansprechpartner:
Paul Farcas, Tel. 07033/6939243

Beratungsstelle für Wohnungslosigkeit und Existenzsicherung

Persönliche Beratung, Unterstützung und Information in Zusammenhang mit Sozialhilfe und Arbeitslosengeld II
Wichernhaus der Pforzheimer Stadtmission e.V., Westliche 120, 75172 Pforzheim, Tel. 07231-566 196 0,
E-Mail: fachberatungsstelle@wichernhaus-pforzheim.de

bwlv – Zentrum Pforzheim

im Haus der seelischen Gesundheit „Lore Perls", Fachstelle Sucht, Fachstelle für psychisch kranke Menschen, Tagesklinik Luisenstr. 54-56, 75172 Pforzheim
Telefon: 07231 1394080
fs-pforzheim@bw-lv.de, www.bw-lv.de

Beratung zu HIV und AIDS, andere sexuell übertragbare Krankheiten

HIV-Test - anonym und kostenlos -
Gesundheitsamt Enzkreis
Bahnhofstraße 28, Pforzheim,
Telefon: 07231 308-9850
E-Mail: Heike.Sabisch@enzkreis.de
Sprechzeiten:
Di. 13:30 - 18:00 Uhr
Do. 08:00 - 14:00 Uhr
Oder nach Vereinbarung.

AIDS-Hilfe Pforzheim e.V.

Goldschmiedeschulstr. 6, Pforzheim
Telefon 07231 441110
E-Mail info@ah-pforzheim.de
Sprechzeiten:
Mo., Di., Mi., Fr. 09:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag 13:00 - 18:00 Uhr

Beratungsstelle der Deutschen Rentenversicherung (LVA und BFA)

Auskunfts- und Beratungsstelle
Freiburger Str. 7 / Wilferdinger Höhe,
75179 Pforzheim
Unsere Öffnungszeiten:
Mo. - Mi. 08:00 - 12:00 Uhr
13:00 - 16:00 Uhr
Do. 08:00 - 12:00 Uhr
13:00 - 18:00 Uhr
Fr. 08:00 - 12:00 Uhr
Terminvereinbarung möglich unter:
Tel. 07231 9314-20, Fax 07231 9314-60

Sprechtag Flüchtlingsbetreuung

Montags von 15 – 17 Uhr findet der Sprechtag für Flüchtlinge/Flüchtlingsbetreuung vom Internationalen Bund (IB) im Foyer der Zehntscheune statt.

Müllabfuhrtermine

JANUAR

		Restmüll / Bioabfall	Grüne Tonne ❑ Flach ● Rund	Recyclinghof Friolzheim	Recyclinghof Wurmberg	Sonstiges
1	Di	Neujahr				
2	Mi	✘	14:00 - 17:30	9:00 - 12:30		
3	Do					
4	Fr		14:00 - 17:30	9:00 - 12:30		
5	Sa		13:00 - 16:00	8:30 - 11:30		
6	So	Heilige Drei Könige				2. KW
7	Mo					
8	Di					
9	Mi		9:00 - 12:30	14:00 - 17:30		
10	Do					
11	Fr		9:00 - 12:30	14:00 - 17:30		
12	Sa		8:30 - 11:30	13:00 - 16:00		
13	So					3. KW
14	Mo	✘				
15	Di		14:00 - 17:30			
16	Mi					E-Geräte*
17	Do		14:00 - 17:30	9:00 - 12:30		
18	Fr					
19	Sa		13:00 - 16:00	8:30 - 11:30		
20	So					4. KW
21	Mo					
22	Di			14:00 - 17:30		
23	Mi		❑			
24	Do		●	9:00 - 12:30	14:00 - 17:30	
25	Fr	✘				
26	Sa		8:30 - 11:30	13:00 - 16:00		
27	So					5. KW
28	Mo					
29	Di					
30	Mi		14:00 - 17:30	9:00 - 12:30		
31	Do					

Jubilare

Glückwünsche

Gottlieb Josef Schalberger, Feldbergstraße 7, 70 Jahre am 23.01.2019

Wir gratulieren den Jubilaren recht herzlich und wünschen Ihnen im neuen Lebensjahr alles Gute!

Standesamtliche Nachrichten

Sterbefall

06. Januar 2019 in Friolzheim
Erich Lothar Groschupf, geboren am 09.04.1922, wohnhaft in der Schulstr. 17, Friolzheim

Freiwillige Feuerwehr

HAUPTVERSAMMLUNG
Am Samstag, 19.01.2019 findet unsere Hauptversammlung statt. Wir beginnen um 19.00 Uhr im Gasthaus Löwen.

Kindergarten Friolzheim

Krippen- und Kindergartenanmeldung für das Jahr 2019/20
Wir bitten alle Eltern um Anmeldung der Kinder, die zwischen September 2019 und Juli 2020 in die Krippe oder den Kindergarten aufgenommen werden sollen.
In unserer Krippe werden Kinder von 1 - 3 Jahren betreut. Den Kindergarten können Kinder ab 3 Jahre besuchen.
Wir bieten verschiedene Betreuungszeiten an, die Sie entsprechend ihrem persönlichen Betreuungsbedarf wählen können. Unsere Betreuungszeiten liegen zwischen 7.00 Uhr und 16.30 Uhr.
Nähere Informationen bekommen Sie gerne telefonisch oder persönlich im Kindergarten.
Wenn Sie Interesse an einem Krippen- oder Kindergartenplatz haben, melden Sie Ihr Kind bitte schriftlich bis zum **01. März 2019** im Kindergarten Mönsheimer Str. 14 an. Bitte vereinbaren Sie mit Frau Neumann oder Frau Schrimm einen Anmeldetermin (Tel.07044/42666).
Für weitere Auskünfte stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.
Die Vergabe der Plätze erfolgt Ende April 2019.
Anne Neumann
Kindergartenleitung

Außenstelle Friolzheim

Schirmherr: Bürgermeister Michael Seiß
Örtliche Leitung: Ute Pfeiffer
Telefon: 07044/43796
E-Mail: friolzheim@vhs-pforzheim.de
Kursinformation bei der Außenstellenleitung
Anmeldung unter www.vhs-pforzheim.de
oder Telefon 07231/3800-0

Gesundheit
Yoga
Der Übungsweg des Yoga besteht im Wesentlichen aus Körper- und Atemübungen (Asana, Pranayama) sowie aus Übungen zur Konzentration und Meditation. Yoga kann dazu beitragen, die Gesundheit zu fördern, den Körper beweglich zu halten, leistungsfähig und belastbar zu bleiben. Yoga kann helfen Energie zu tanken, Abstand zu gewinnen und den täglichen Stress zu bewältigen. Dabei verlangt Yoga eigenes Tun und ein Ernstnehmen des eigenen Erfahrens. Bei den Übungen ist nicht die Körpergeschicklichkeit ausschlaggebend, sondern die wachsende Konzentrationsfähigkeit, die schließlich zu größerer innerer Ruhe führt. Bitte bringen Sie zu allen Kursen bequeme, warme Kleidung (evtl. auch warme Socken), Decke/(Iso-)Matte, evtl. Sitzkissen mit.

Yoga – Anfänger
Hannes Dangel
Beginn: Montag, 18.02.2019
12 Termine, Mo., 18:30 - 19:30 Uhr
Kindergarten Friolzheim, Mönsheimer Str. 14, Mehrzweckraum
Gebühr 54,00 €
Kursnummer 7901

Yoga – Aufbaukurs
Hannes Dangel
Beginn: Montag, 18.02.2019
12 Termine, Mo., 19:40 - 20:40 Uhr
Kindergarten Friolzheim, Mönsheimer Str. 14, Mehrzweckraum
Gebühr 54,00 €
Kursnummer 7902

Hatha Yoga
für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene aller Altersstufen
Carola Storbeck
Beginn: Dienstag, 19.02.2019
15 Termine, Di., 09:45 - 11:00 Uhr
Festhalle Friolzheim, Eichenstr. 26, Nebenraum
Gebühr 80,00 €
Kursnummer 7903

Pilates
für Anfänger/-innen mit und ohne Vorkenntnissen
Marion Neef
Beginn: Dienstag, 26.02.2019
14 Termine, Di., 20:15 - 21:15 Uhr
Festhalle Friolzheim, Eichenstr. 26, Nebenraum
Gebühr 69,00 €
Kursnummer 7904

Pilates ist eine sanfte und konzentrierte Traningsmethode, in der Sie unter Atemtechnik Ihre Körperhaltung, Koordination, Balance und Beweglichkeit verbessern. Pilates stärkt Sie von innen heraus, die Tiefenmuskulatur wird aufgebaut und u. a. Beckenboden und Rücken gekräftigt. Sie vertiefen Ihr Körperbewusstsein und können dabei ganz nebenbei Stress abbauen. Bitte mitbringen: Matte, Handtuch, warme Socken.

Pilates
für Anfänger/-innen mit und ohne Vorkenntnissen
Marion Neef
Beginn: Dienstag, 26.02.2019
14 Termine, Di., 19:15 - 20:15 Uhr
Festhalle Friolzheim, Eichenstr. 26, Nebenraum
Gebühr 69,00 €
Kursnummer 7905

Sprachen
Italienisch A1
für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Fabiola Giacuzzi
Beginn: Donnerstag, 21.02.2019
15 Termine, Do., 20:00 - 21:30 Uhr
Grundschule Friolzheim, vhs-Raum
Gebühr 94,00 €
Kursnummer 7608
Der Anfängerkurs ist für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse konzipiert.
Lehrbuch: Allegro nuovo A1, Klett-Verlag,
Kurs- und Übungsbuch mit Audio-CD, ab Lezione 1
(ISBN 978-3-12-525590-6)
Das verwendete Lehrwerk ist von den Teilnehmern selbst im Buchhandel zu besorgen.

junge vhs
Friolzheimer Kasperle
für Jung und Alt von 3 bis 99 Jahren
Marion Poth
Freitag, 25.01.2019, 15:00-15:45 Uhr
Grundschule Friolzheim, Eichenstr. 28, Musiksaal
Gebühr 3,00 €
Kursnummer 7907 e
Tritratrullala, Kasperle ist wieder da!
Ein neues Abenteuer mit dem Friolzheimer Kasperle.