

## SPRACHKURSE

Kurskosten für alle Sprachkurse (ab sechs Teilnehmenden) Fr. 370.– (exkl. Lehrmittel) für 15 Lektionen à 90 Min. Kleinere Gruppen mit Anpassung Preis/Zeit möglich. Kursort Schulhaus Mosen, Altwis oder Hitzkirch. Beginn ab 1. Woche Februar 2025, ein Einstieg ist jederzeit möglich. Weitere Infos unter: [www.vhs-hitzkirch.ch](http://www.vhs-hitzkirch.ch) Wir beraten Sie auch gerne persönlich.

<b>Englisch mit wenig Vorkenntn. (A1.2)</b>	EN-864
Donnerstag   17:45 – 19:15 Uhr Leitung: Iris Müller-Gimbel	
<b>Englisch Elementary (A2.1)</b>	EN-865
Mittwoch   18:00 – 19:30 Uhr Leitung: Iris Müller-Gimbel	
<b>English Pre-Intermediate (B1+)</b>	EN-866
Donnerstag   18:45 – 20:15 Uhr Leitung: Tina Bernet	
<b>English Conversation (B1+)</b>	EN-867
Dienstag   16:00 – 17:30 Uhr Leitung: Gabriela Vangen	
<b>Italienisch für Anfänger:innen (A1.1)</b>	IT-868
Dienstag   18:00 – 19:30 Uhr Leitung: Casilde Kreienbühl-Gallo	
<b>Italienisch mit Vorkenntnissen (A2.1)</b>	IT-869
Donnerstag   18:00 – 19:30 Uhr Leitung: Casilde Kreienbühl-Gallo	
<b>Italienisch mit Vorkenntnissen (A2.4)</b>	IT-870
Montag   18:00 – 19:30 Uhr Leitung: Casilde Kreienbühl-Gallo	
<b>Italienisch für Fortgeschrittene</b>	IT-871
conversazione   lettura   grammatica alle 2 Wochen donnerstags   16:20 – 17:50 Uhr Leitung: Casilde Kreienbühl-Gallo	
<b>Spanisch online (per Zoom)</b>	SP-872
für Anfänger:innen (A1.1) Dienstag   09:30 – 11:00 Uhr Leitung: Jacqueline Daniels-Moreno	
<b>Spanisch für Anfänger:innen (A1.1)</b>	SP-873
Montag   19:30 – 21:00 Uhr Leitung: Mary De Simone	
<b>Spanisch mit Vorkenntnissen (A1.4)</b>	SP-874
Mittwoch   19:30 – 21:00 Uhr Leitung: Mary De Simone	
<b>Spanisch mit Vorkenntnissen (A2.4)</b>	SP-875
Mittwoch   17:45 – 19:15 Uhr Leitung: Mary De Simone	
<b>Spanisch für Fortgeschrittene (B1.4)</b>	SP-876
Donnerstag   09:30 – 11:00 Uhr Leitung: Jacqueline Daniels-Moreno	
<b>Spanisch Conversacion (B1)</b>	SP-877
alle 2 Wochen mittwochs   09:30 – 11:00 Uhr Leitung: Jacqueline Daniels-Moreno	

## ANDERE KURSE

<b>Jodelworkshop</b>	AL-878
Haben Sie Lust am Singen und möchten sich schon lange mal einen geheimen Wunsch erfüllen? Wissen wie Jodeln funktioniert? Dann sind Sie hier genau richtig. Daten: Fr, 21. März 2025 Zeit: 19:00 – 20:30 Uhr Kosten: Fr. 25.– Kursort: Schulhaus Mosen Leitung: Pia Erni, Stimmbildnerin	
<b>Stegreifsingn</b>	AL-879
Im Kreis singen wir miteinander, erfinden neue Lieder, lernen zu improvisieren und entdecken Neues an unserer Stimme. Angeleitet werden Sie durch eine Stegreifcoachin, die Sie behutsam und achtsam führt und spielerisch begleitet. Das Ziel ist ein intensives, lebendiges Erleben im Moment. Daten: Sa, 22. März und 29. März 2025 Zeit: 14:00 – 16:00 Uhr Kosten: Fr. 60.– Kursort: Casa Babetta, Hitzkirch Leitung: S. Schneller-Jost, Stegreifcoachin	
<b>Reiki-Impulsvortrag</b>	AL-880
Verstehen was Reiki ist und wie es Ihnen helfen kann. Haben Sie Mühe abzuschalten, leiden Sie an schlaflosen Nächten, wird Ihnen der Stress manchmal zu gross? Oder sind Sie einfach neugierig auf Reiki? Daten: Fr, 11. April 2025 Zeit: 19:00 – 20:30 Uhr Kosten: Fr. 25.– Kursort: Schulhaus Mosen Leitung: Arno Greter, Reiki Coach	
<b>Schweisskurs – hartes Eisen weich wie Butter</b>	AL-881
Dieser exklusive Kurs bietet die Möglichkeit, Kerzenständer, Gartenobjekte, Feuerkörbe oder Ähnliches herzustellen. Daten: Sa, 29. März & 5. April 2025 Zeit: 09:00 – 16:00 Uhr Kosten: Fr. 340.– Kursort: Atelier im Loch, 5703 Seon Leitung: Peter Schneebeli, Schlosser	
<b>Ganzheitliche Logopädie</b>	AL-882
Wie Kinder sprechen lernen. Lassen Sie sich inspirieren von einer ganzheitlichen Sicht auf die Sprachentwicklung unserer Kinder. Erfahren Sie, was für die optimale Sprachentwicklung wichtig ist und was wir unseren Kindern zuliebe loslassen dürfen. Datum: Sa, 10. Mai 2025 Zeit: 09:00 – 11:30 Uhr Kosten: Fr. 45.– Kursort: Schulhaus Mosen Leitung: Sabrina Bretscher, Logopädin	
<b>Farbstilberatung</b>	AL-883
Mit Leichtigkeit seine Persönlichkeit zum Strahlen bringen. Die richtig gewählten Kleiderfarben unterstreichen unsere natürliche Schönheit und lassen uns sichtbar werden. Passende Schnitte, Stoffe und Muster runden eine harmonische Gesamterscheinung ab. Datum: Fr, 16. Mai 2025 Zeit: 18:30 – 20:30 Uhr Kosten: Fr. 35.– Kursort: Schulhaus Mosen Leitung: Ursula Brun, Farb- & Modestilberaterin	

**Pilates** GE-884  
Ganzheitliches Körpertraining nach J. Pilates, Tiefenmuskulatur kräftigen und Beweglichkeit fördern.  
Daten: 10 x donnerstags, ab 6. Februar 2025  
Zeit: 18:20 – 19:20 Uhr  
Kosten: Fr. 150.–  
Kursort: IPH Turnhalle, Hitzkirch  
Leitung: Gina Wehrli, Pilatesinstructorin

**NIA – getanzte Lebensfreude**  
Eine Kombination aus Tanz, Elementen aus Taekwondo und Aikido, Yoga und Tai Chi.  
Daten: 10 x montags, ab 3. Februar 2025 GE-885  
Zeit: 19:45 – 20:45 Uhr  
Leitung: Sybille Noser  
oder  
Daten: 10 x mittwochs, ab 5. Februar 2025 GE-886  
Zeit: 08:30 – 09:30 Uhr  
Leitung: Sybille Noser  
oder  
Daten: 10 x mittwochs, ab 5. Februar 2025 GE-887  
Zeit: 18:30 – 19:30 Uhr  
Leitung: Judith Arnold  
Kosten: Fr. 150.–  
Kursort: Haus Häfliger, Gelfingen

**Wirbelsäulengymnastik**  
Körperaufrichtung durch die Wirbelsäule. Zentrierung, Haltung, Rückenkräftigung, Beweglichkeit, Körperbewusstsein.  
Daten: 10 x mittwochs ab 5. Februar 2025 GE-888  
Zeit: 17:30 – 18:30 Uhr  
oder  
Zeit: 18:45 – 19:45 Uhr GE-889  
oder  
Daten: 10 x donnerstags ab 6. Februar 2025 GE-890  
Zeit: 17:30 – 18:30 Uhr  
oder  
Zeit: 18:45 – 19:45 Uhr GE-891  
Kosten: Fr. 150.–  
Leitung und Kursort mittwochs:  
Jana Schmid, Bewegungspädagogin  
IPH Trainingscenter Aabach, Richensee  
Leitung und Kursort donnerstags:  
Sandra Walthert, Rückentrainerin  
Turnhalle in Altwis

Alle Gesundheitskurse werden bei Bedarf laufend fortgesetzt.

## VERANSTALTUNGEN

Donnerstag, 8. Mai 2025 18:30 – 21:00 Uhr  
**Chäller Bröi - Führung & Degustation**  
Vom süffigen Hellen bis hin zum Stout und komplexen Spezialbieren.  
Anmeldung bis spätestens 30. April 2025

Donnerstag, 5. Juni 2025 18:30 Uhr  
**Betriebsbesichtigung der Ferrenmühle mit Apéro**  
Ramona Eberli, Müllerin und Pächterin der über 800 Jahre alten Ferrenmühle, bringt eine jahrhundertalte Müllertradition in die Gegenwart.  
Anmeldung bis spätestens 27. Mai 2025

