



Volkshochschule Mühlacker

Außenstelle Knittlingen

Das Herbst-Programm

Für Kurse**Jetzt anmelden**

Information und Kursanmeldung über Geschäftsstelle in Mühlacker, Mo. – Do. von 10.00 Uhr – 16.00 Uhr und Fr. von 8.00 Uhr – 12.30 Uhr

Tel.: 07041/876-300 oder 876-302 ; FAX 876-319 oder per E-Mail an wwawra@stadt-muehlacker.de
Gesamtprogramm im Internet unter www.muehlacker.de/stadt/vhs

Information und Kursanmeldung über die Geschäftsstelle in Mühlacker, Tel.: 0 70 41 / 876-300 oder 876-302

Allgemeinbildung

„Steinbrüche vor und hinter der Steige“ - Steinabbau in Maulbronn und Knittlingen

Vortrag von Martin Ehlers und Eckart Schwab

Maulbronns Stadtarchivar Martin Ehlers verfolgt in seinem reich bebilderten Vortrag die Geschichte der Steinbrüche in der Klosterstadt. Diese spielten bei der Gründung der Zisterzienserabtei Maulbronn im Mittelalter eine bedeutende Rolle, da die Anlage aus gelbem und rotem Sandstein erbaut wurde. Rings um das Kloster gab es rund zehn Steinbrüche. Auf dem Areal eines ehemaligen klösterlichen Steinbruchs wurde der Schafhof als Wirtschaftshof errichtet.

Vor allem ab dem 19. Jahrhundert entwickelten sich mit dem Eisenbahnbau ab 1850 und der Gründerzeit nach 1870 die Maulbronner und Schmieer Steinbrüche zu äußerst wichtigen Wirtschaftsfaktoren. Mit dem Ersten Weltkrieg verloren die örtlichen Betriebe immer mehr an Bedeutung, so dass heute in Maulbronn nur noch ein Steinbruch an der Stuttgarter Straße betrieben wird. Der Beschreibung des Oberamts Maulbronn aus dem Jahr 1870 ist zu entnehmen: „An der alten Straße nach Maulbronn, etwa ½ Stunde südöstlich vom Ort, sind 4 großartige Steinbrüche angelegt, aus denen vorzügliche Keuperwerksteine gewonnen, und weithin, bis nach Karlsruhe abgesetzt werden.“

Solchen und weiterer Spuren zur örtlichen Steinhauertradition in Knittlingen geht der bekannte Heimatforscher Eckart Schwab im zweiten Teil des Vortragsabends nach. Dabei werden auch das soziale und familiäre Umfeld der Steinhauer-Familien beleuchtet,

wie auch die Besonderheit der Knittlinger Sand- und Kalksteinbrüche.

Dauer: 1 Abend
Termin: Donnerstag, 19. Okt. 2017, 19.00 Uhr
Ort: Postscheuer, Maulbronn
Gebühr: Kostenfrei - um Spenden für den Geschichts- und Heimatverein wird gebeten.
Kursnummer: D110.02
Anmeldeschluss: Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung bis zum 11. Oktober 2017

Kunst und Gestalten

Steinbildhauer-Werkstatt

Jochen Gerst, Steinbildhauer und Kunsttherapeut

Zwei kreative Samstage für Anfänger und Geübte, an deren Ende Sie Ihr eigenes Kunstwerk mit nach Hause nehmen können. Stein zu bearbeiten ist eine ganz besonders faszinierende kreative Tätigkeit! Der Kurs beginnt mit einer praktischen und einer theoretischen Einführung, bei der die grundlegenden Techniken der Steinbearbeitung erklärt werden. Im Anschluss daran werden Werkstücke nach eigenen Vorstellungen, von der Vogeltränke bis hin zur Skulptur, entstehen. In unserer Region ist Jochen Gerst übrigens schon bekannt als der Schöpfer der Skulpturen „Diefenbacchus“ und „Die Vier Jahreszeiten“ in Diefenbach.

Kursdauer: 2 Samstage, einmal wöchtl. je 8 Zeitstunden (inkl. Pausen)
Kursbeginn: Samstag, 21. Okt. 2017, 9 Uhr – 17 Uhr
Kursgebühr: 95,- EUR plus ca. 25,- EUR für Material nach Bedarf
Kursnummer: D126.00

Entspannung, Bewegung, Ernährung

Yoga

Waltraud Pluchatsch

Yoga zeigt den Teilnehmerinnen und Teilnehmern einen Weg zu sich selbst und zu ihren inneren Kraftquellen. Dank der Kombination aus Körperübungen, Atmung, Ernährung, positivem Denken und Meditation wird die natürliche Entspannung und damit verbunden Gesundheit und innere Ruhe erreicht. Inhalt des Kurses sind Atem- und Stretcheinheiten, Körperstellungen (Asanas) und Entspannungsübungen. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet und findet in schönen Räumlichkeiten in Kleinvillars statt. Einstieg auch in den laufenden Kurs möglich.

Kursdauer: 10 Abende, einmal wöchtl. 90 Min.
Kursbeginn: Dienstag, 19. Sept. 2017, 19.30 Uhr
Gebühr: 70,- EUR
Kursnummer: D1331.17

Kursdauer: 10 Abende, einmal wöchtl. 90 Min.
Kursbeginn: Dienstag, 12. Dez. 2017, 19.30 Uhr
Gebühr: 70,- EUR
Kursnummer: D1331.18

Pilates – Fortgeschrittene

Andrea Braun

„Nach 10 Stunden fühlen Sie sich besser, nach 20 Stunden sehen Sie besser aus, nach 30 Stunden haben Sie einen neuen Körper.“ (Joseph Pilates) Pilates ist eine ruhige, intensive Trainingsmethode für Kraft, Flexibilität, Haltung und Energie. Das Ganzkörper-Training kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching in harmonischen und fließenden Bewegungen. Im Einklang mit der Atmung wird insbesondere die tief liegende Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur trainiert sowie Geist und Körper harmonisiert. Die Kurse finden in schönen Räumlichkeiten in Kleinvillars statt.

Kursdauer: 12 Termine, einmal wöchtl. 60 Min.
Kursbeginn: Mittwoch, 13. Sept. 2017, 17.00 Uhr
Gebühr: 60,- EUR
Kursnummer: D132.29

Kursdauer: 12 Termine, einmal wöchtl. 60 Min.
Kursbeginn: Mittwoch, 13. Sept. 2017, 18.00 Uhr
Gebühr: 60,- EUR
Kursnummer: D132.30

Kursdauer: 12 Termine, einmal wöchtl. 60 Min.
Kursbeginn: Mittwoch, 13. Dezember 2017, 17.00 Uhr
Gebühr: 60,- EUR
Kursnummer: D132.40

Kursdauer: 12 Termine, einmal wöchtl. 60 Min.
Kursbeginn: Mittwoch, 13. Dez. 2017, 18.00 Uhr
Gebühr: 60,- EUR
Kursnummer: D132.41

Ernährung

Pilze selbst sammeln

Ulrich Iwanowski, Mitarbeiter des Fortsamtes und Pilzkenner

Herbstzeit ist Pilzzeit. In unserer nächsten Umgebung wachsen im Herbst die schmackhaften Schwämme. Sie sind reich an Nährstoffen und zudem kalorienarm. Doch wie unterscheidet man sicher die genießbaren von den ungenießbaren?

Der Kurs vermittelt grundsätzliches Wissen über die verschiedenen Arten und Formen der Pilze und informiert über die richtige Zubereitung und die möglichen Gefahren einer Pilzvergiftung.

Die Teilnehmer treffen sich in Hohenklingen zur Pilzwanderung.

Unter Anleitung werden die Pilze gesammelt, bestimmt und direkt im Anschluss gemeinsam zubereitet und verkostet.

Die Pilzwanderung erfordert zweckmäßige Kleidung, denn gesammelt wird bei jedem Wetter.

Kursdauer: 1 Sonntag, ca. 2,5 Zeitstunden
Kurstermin 1: Sonntag, 24. Sept. 2017, 10.00 Uhr
Kursgebühr: 8,- EUR
Kursnummer: D137.02

Kursdauer: 1 Sonntag, ca. 2,5 Zeitstunden
Kurstermin 2: Sonntag, 8. Oktober 2017, 10.00 Uhr
Kursgebühr: 8,- EUR
Kursnummer: D137.03

Das Geheimnis des Wurstmachens

Jens Schaich, Metzgermeister

Gute Wurst herzustellen, ist echte Handwerkskunst, für die Deutschland auf der ganzen Welt berühmt ist. Aber was steckt eigentlich in einer guten Wurst? In diesem Kurs werden in einer echten Wurstküche unter Anleitung von Metzgermeister Jens Schaich verschiedene typische Wurstsorten hergestellt, die gleich probiert und anschließend auch mit nach Hause genommen werden können. Teilnehmende erhalten eine Einführung in das Grundwissen der Wurstherstellung und stellen für den eigenen Bedarf je 3 bis 4 kg Wurst her, wie z.B. Leberwürste, Schwartenmagen, Grillwürste (Kräuterbratwurst) und Rohwürste nach Art der Bauernbratwurst. Gewürzt wird dabei ganz nach dem persönlichen Geschmack. Ausgehändigte Grundrezepte befähigen die Teilnehmenden, die Würste auch zuhause zuzubereiten.

Kursdauer: 1 Samstag, 5 Zeitstunden
Termin: Samstag, 25. Nov. 2017, 8.30 Uhr
Gebühr: 95,- EUR (inkl. Kosten für Lebensmittel)

Nur noch Warteliste !

Kursnummer: D137.09

Junge Vhs – Kinderprogramm

Inline-Skates-Schule – Sicherheitstraining für Kinder

Andrea Braun

Sicherheitsaspekte und Spaß stehen im Vordergrund des Angebotes: Richtiges Fallen, Bremsen und Ausweichen werden genauso erlernt wie kleine Sprünge. Viele Spiele und Übungen dienen dazu, sich die neuen Techniken anzueignen und sorgen außerdem für gute Stimmung. Bei Bedarf wird der Kurs in Kleingruppen geteilt. Das Angebot ist für Kinder im Alter von 7 bis 12 Jahren geeignet. Grundkenntnisse im Inline Skaten sollten allerdings schon vorhanden sein, für Totalanfänger ist dieser Kurs nicht angebracht. Die Ausrüstung (Inline-Skates, Schutzausrüstung und Helm) muss mitgebracht werden!

Kursdauer: 1 Samstagnachmittag, 1,5 Zeitstunden
Termin: Samstag, 7. Oktober 2017, 13.30 Uhr
Gebühr: 9,- EUR
Kursnummer: D132.28