

ERWACHSENENSCHULE



VIRGEN – PRÄGRATEN



Wintersemester 2024/25

**TIROLER
BILDUNGS
FORUM**



YOGA PRÄGRATEN 1

Einer unserer Klassiker!
Die kleine Gruppengröße sorgt für ein angenehmes und gewinnbringendes Miteinander.

Beginn: Dienstag, 15. Oktober 2024
19:30 Uhr

Kameradschaftsraum Prägraten

Dauer: 8 Kursabende zu je 70 Minuten
Kosten: € 68,- (max. 10 Teilnehmer)
Leitung: Beate Bstieler (Yoga Trainerin)

YOGA PRÄGRATEN 2

Beginn: Dienstag, 15. Oktober 2024
09:30 Uhr

Kameradschaftsraum Prägraten

Dauer: 8 Kursvormittage zu je 70 Minuten
Kosten: € 68,- (max. 10 Teilnehmer)
Leitung: Beate Bstieler (Yoga Trainerin)

YOGA VIRGEN

Beginn: Donnerstag, 17. Oktober 2024
19:30 Uhr, **Turnsaal VS Virgen**

Dauer: 8 Kursabende zu je 70 Minuten
Kosten: € 68,-
Leitung: Beate Bstieler (Yoga Trainerin)

STEP AEROBIC

Beginn: Montag, 23. September 2024
19:30 Uhr, **Turnsaal Prägraten**

Dauer: 10 Kursabende zu je 1 Einheit
Kosten: € 55,- (mind. 12 Teilnehmer)
Leitung: Elisabeth Leitner
(B-Lizenz Trainerin)

ZUMBA® GOLD VIRGEN

Beginn: Donnerstag, 26. September 2024
09:30 Uhr, **Pfarrsaal Virgen**
Dauer: 10 Kursvormittage zu je 1 Einheit
Kosten: € 55,- (mind. 10 Teilnehmer)
Leitung: Elisabeth Leitner (Zumba-Zin)
Zumba-Instructorin

SCHWANGERSCHAFTSYOGA

Yoga zur Stärkung, Entspannung und ganzheitlichen Geburtsvorbereitung. Ideal zur Förderung deines Wohlbefindens und für eine tiefe Mama-Baby Verbindung.

Beginn: Dienstag, 08. Oktober 2024
19:00 Uhr, **Turnsaal VS Virgen**
Dauer: 9 Kursabende á 75 Minuten
Kosten: € 80,-
Leitung: Marlies Macher (Yogalehrerin)
www.wilde-hollerin.at

Anmeldung ausschließlich unter:

hallo@marliesmacher.at

0664 5462216

IPAD TRAINING FÜR ELTERN DER 1. KLASSEN MITTELSCHULE

Die digitalen Herausforderungen, auch in der Schule, nehmen ständig zu. Eltern möchten und sollen wissen wie mit dem iPad in der Schule gearbeitet wird und wie die Kinder bestmöglich davon profitieren.

Beginn: Termin wird mitgeteilt
Dauer: ca. 100 Minuten
Kosten: **Teilnahme ist kostenlos!**

SELBST-SICHER-STARKE MÄDCHEN

Gemeinsam mit dem Frauenzentrum Osttirol wird ein Nachmittagsworkshop zum weiten Themenfeld „Gewalt-Gewaltprävention“ für **Mädchen der 3. und 4. Klassen der MS-Virgental** organisiert. Inhalte sind die unterschiedlichen Formen von Gewalt, Gewaltvermeidung, die eigene Stimme erheben, mein Körper gehört mir, die eigenen Stärken entdecken, Selbstbewusstsein stärken, ...

Termin: Bekanntgabe in der MS Virgental
Dauer: jeweils zwei Einheiten
Kosten: kostenlos
Leitung: Mag. Unterweger Sabine
(Frauen- u. Mädchenzentrum Lienz)

ADVENTLESUNGEN MIT MUSIKALISCHER BEGLEITUNG

In der Vorweihnachtszeit finden wieder Adventlesungen für Senioren und Interessierte statt. Schülerinnen und Schüler lesen gemeinsam mit Lehrpersonen weihnachtliche Geschichten, vor allem aus früheren Zeiten, vor. Die Lesungen werden in Virgen und Prägraten veranstaltet.

Der genaue Zeitpunkt/Ort wird Ende November 2024 auf den Homepages der Gemeinden Virgen und Prägraten bekannt gegeben.

MINT-PROJEKTE IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER BÜCHEREI VIRGEN UND MS VIRGENTAL

„Der Stoff aus dem die Raketen sind“
Kennenlernen von Materialien mittels Experimente um herauszufinden, welche für die Raumfahrt geeignet sind.

Beginn: Montag, 21.10.2024
15:00 Uhr -16:30 Uhr
MS Virgental
Zielgruppe: Schüler der Mittelschule

„Voll extrem unser Sonnensystem“
Im Turnsaal der MS Virgental wird ein Planetarium (mit Dr. Ruth Grützbaum) aufgebaut. Ein Erlebnis für alle!

Beginn: Mittwoch, 23.10.2024
15:00 Uhr (für Schüler)
16:30 Uhr (für alle Interessierten)

Beide Veranstaltungen sind kostenlos!

**Onlineangebote der Tiroler
Erwachsenenschulen:**

<https://tiroler-bildungsforum.at/erwachsenenschulen/>

Weitere Informationen finden Sie auf www.tiroler-bildungsforum.at

**Mit freundlicher Unterstützung der
Gemeinden**



Anmeldung:

**Erwachsenenschule
Virgen - Prägraten**

Gerhard Wörister

Angerweg 40

9972 Virgen

Tel. 0650/9812537

Email: ge.woerister@tsn.at

IBAN: AT91 3637 8000 0124 5315