

# BILDUNGSANGEBOT DER VOLKSHOCHSCHULE GÜSSING

## Rund um die Wirbelsäule & Faszientraining

Dieser Kurs stellt unsere Wirbelsäule als zentrales Bewegungsorgan in den Mittelpunkt. Bitte bringen Sie eine Decke oder Matte mit!

Kursleitung: Gabriele Petersen  
Beginn: Mo. 26.09.2022, 18:00 - 19:00 Uhr (12 x) - **Limbach/ Volksschule**  
Beginn: Mo. 26.09.2022, 19:30 - 20:30 Uhr (12 x) – **Eisenhüttl/ Gemeindezentrum**  
Beitrag: € 90,00

## Tanzmeditation

Mit einfachen, fließenden, sich wiederholenden Bewegungen zu ruhiger Musik werden Energie und Entspannungsübungen durchgeführt, die zu innerer Balance führen. Bitte bringen Sie Socken oder bequeme Schuhe, eine Matte oder Decke mit.

Kursleitung: Gabriele Petersen  
Ort: **Eisenhüttl** – Gemeindezentrum  
Termin: Mo. 19.12.2022, 19:00 - 20:00 Uhr  
Beitrag: € 8,00

## Klang-Meditation

Die beruhigenden, harmonisierenden Klänge der Klangschalen, Zimbeln, Koshi, Gong und Kristallinstrumente erzeugen Wohlbefinden und lassen Sie durch eine geführte Meditation in tiefe Entspannung gleiten. Bitte bringen Sie Decke, Matte und Polster mit.

Kursleitung: Margit Hofmann  
Ort: **Neusiedl b. G.** - Elfenhof/ Eilgraben 1  
Termin: Mi. 12.10.2022, 19:00 – 20:30 Uhr  
Beitrag: € 18,00

## Lama-Wanderung

Spazieren Sie in Begleitung friedlicher Lamas durch die Landschaft und lernen Sie dabei einiges über das Leben und Verhalten dieser Tiere kennen. Die Wanderung schließt mit einem gemütlichen Lagerfeuer mit Stöckerlbrot und einem Getränk ab.

Kursleitung: Margit Hofmann  
Treffpunkt: **Neusiedl b. G.** - Elfenhof/ Eilgraben 1  
Termin: Fr. 30.09.2022, 15:00 - 18:00 Uhr  
Beitrag: € 28,00 (inkl. Picknick), Kinder von 5 - 14 Jahren: € 14,00

## Eine Bar ohne Gin macht keinen Sinn

### Führung & Verkostung

Bei dieser Führung durch die Destillerie Puchas in Kukmirn erfahren Sie Wissenswertes über die Geschichte der Gin-Herstellung, vor allem auch über die Produktion im Burgenland. Anschließend gibt es eine Verkostung, wo Sie die Sortenvielfalt dieser Spirituose erleben und kennen lernen können.

Leitung: Michael J. Wukovits  
Ort: **Kukmirn** – Destillerie Puchas  
Termin: Fr. 18.11.2022, 14:00 - 16:00 Uhr  
Beitrag: € 20,00

## Kuba

Bei diesem Vortrag machen Sie eine Reise in die Karibik. Sie sehen traumhaft schöne Bilder und erfahren Wissenswertes über die Geschichte und Kultur von Kuba.

Vortragender: Josef Naray  
Ort: **Kukmirn** – Evang. Pfarrzentrum  
Termin: Mi. 28.09.2022, 15:00 - 16:30 Uhr

**Weitere Angebote finden Sie im Kursprogramm bzw. auf unserer Homepage [www.vhs-burgenland.at](http://www.vhs-burgenland.at)  
Beachten Sie auch unser Online-Angebot!**

### Information und Anmeldung:

Volkshochschule Güssing  
Karin Jandrisevits  
7540 Güssing, Schulstraße 6  
Tel.: 0 33 22/ 43 129  
e-mail: [guessing@vhs-burgenland.at](mailto:guessing@vhs-burgenland.at)