

SPRACHKURSE

Kurskosten für alle Sprachkurse (ab 6 Teilnehmenden) Fr. 350.– für 15 Lektionen à 90 Min. Kleinere Gruppen mit Anpassung Preis/Zeit möglich. Kursort Schulhaus Mosen. Beginn ab 1. Woche Februar 2019, ein Einstieg ist jederzeit möglich. Weitere Infos unter: www.vhs-hitzkirch.ch Wir beraten Sie auch gerne persönlich bei der Wahl des passenden Niveaus.

- Englisch AnfängerInnen (A1.2) mit wenig Vorkenntnissen EN-547
Donnerstag | 17:45 – 19:15 Uhr
Leitung: Meg Elmiger-Mc Devitt
- Englisch AnfängerInnen (A1.4) mit Vorkenntnissen EN-548
Donnerstag | 19:15 – 20:45 Uhr
Leitung: Meg Elmiger-Mc Devitt
- English Elementary (A2.2) EN-549
Donnerstag | 17:30 – 19:00 Uhr
Leitung: Meg Elmiger-Mc Devitt
- English Elementary (A2.3) EN-550
Mittwoch | 18:15 – 19:45 Uhr
Leitung: Meg Elmiger-Mc Devitt
- English Pre-Intermediate (B1.1) EN-551
Dienstag | 20:00 – 21:30 Uhr
Leitung: Marie Bucher-Villefranche
- English Conversation (B1) EN-552
Freitag | 10:30 – 12:00 Uhr
Leitung: Gabriela Vangen
- English Upper-Intermediate (B2.1) focus on conversation EN-553
Dienstag | 18:15 – 19:45 Uhr
Leitung: Marie Bucher-Villefranche
- Italienisch AnfängerInnen (A1.2) mit wenig Vorkenntnissen IT-554
Donnerstag | 17:40 – 19:10 Uhr
Leitung: Casilde Kreienbühl-Gallo
- Italienisch Fortgeschrittene conversazione | lettura | grammatica IT-555
Donnerstag | 19:15 – 20:45 Uhr
Leitung: Casilde Kreienbühl-Gallo
- Spanisch für AnfängerInnen mit wenig Vorkenntnissen SP-556
Mittwoch | 17:45 – 19:15 Uhr
Leitung: Mary De Simone

Spanisch m. Vorkenntnissen (A2.2) SP-557
Mittwoch | 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung: Mary De Simone

Spanisch m. Vorkenntnissen (A2.3) SP-558
Donnerstag | 09:00 – 10:30 Uhr
Leitung: Jacqueline Daniels-Moreno

Spanisch Fortgeschrittene (B1.4) SP-559
Donnerstag | 13:30 – 15:00 Uhr
Leitung: Jacqueline Daniels-Moreno

Spanisch Conversacion (B2) SP-560
alle 2 Wochen mittwochs | 09:30 – 11:00 Uhr
Leitung: Jacqueline Daniels-Moreno

Französisch Spezialanfängerkurs mit Schulfranzösisch-Kenntnissen ...auch wenn die Schulzeit bereits Jahre zurückliegt. FR-561
Mittwoch | 19:40 – 21:10 Uhr
Leitung: Luzia Bachofer Fuchs

Französisch m. Vorkenntnissen (A2.5) FR-562
Mittwoch | 18:00 – 19:30 Uhr
Leitung: Luzia Bachofer Fuchs

ANDERE KURSE

Öffentlichkeitsarbeit leicht gemacht AL-563
Mit einem Text glänzen, ob online oder gedruckt.
Daten: Di, 19. und 26. März 2019
Zeit: 19:30 – 21:30 Uhr
Kosten: Fr. 70.–
Kursort: Schulhaus Mosen
Leitung: G. Jämsä, Kommunikationsberaterin

Präsentieren mit Wirkung AL-564
Verblüffende Erkenntnisse und Werkzeuge, die Ihre Präsentationstechnik revolutionieren. Wir feilen an einer Ihrer Präsentationen und üben sie inkl. Videoanalyse.
Daten: Do, 04. und 11. April 2019
Zeit: 19:30 – 21:30 Uhr
Kosten: Fr. 70.–
Kursort: Schulhaus Mosen
Leitung: F. Sandmeier, Master of Science in Business Administration FH

Pflege- und Schminkkurs AL-565
Wir zeigen Ihnen, wie Frau sich einfach und ohne grossen Aufwand einen frischen und gesunden Look ins Gesicht zaubert.
Daten: Do, 16. Mai 2019
Zeit: 19:30 – 21:30 Uhr
Kosten: Fr. 50.–
Kursort: Schulhaus Mosen
Leitung: F. Küttel, Kosmetikerin & Visagistin

NIA - getanzte Lebensfreude GE-566
Eine Kombination aus Tanz, Elementen aus Taekwondo und Aikido, Yoga und Tai Chi
Daten: 9 x mittwochs, ab 06. Februar 2019
Zeit: 18:30 – 19:30 Uhr
Kosten: Fr. 135.–
Kursort: Haus Häfliger, Gelfingen
Leitung: Judith Arnold

Pilates GE-567
Körpertraining nach J. Pilates. Tiefenmuskulatur kräftigen / Beweglichkeit fördern.
Daten: 9 x donnerstags, ab 07. Februar 19'
Zeit: 18:20 – 19:20 Uhr
Kosten: Fr. 135.–
Kursort: IPH Turnhalle, Hitzkirch
Leitung: Gina Wehrli, Pilatesinstructorin

Meditations-Einführungskurs GE-568
Kraft der inneren Ruhe erlangen mit verschiedenen Meditationstechniken.
Daten: Do, 14./21. und 28. März 2019
Zeit: 17:30 – 19:00 Uhr
Kosten: Fr. 70.–
Kursort: Aescherstrasse 5, 6289 Hämikon
Leitung: Nicole Eugster, Meditationsleiterin

Wirbelsäulengymnastik
Körperaufrichtung durch die Wirbelsäule. Zentrierung, Haltung, Rückenkräftigung, Beweglichkeit, Körperbewusstsein.
Mittwoch GE-569
Daten: 9x ab 06. Februar 2019
Zeit: 17:30 – 18:30 Uhr
oder
Mittwoch GE-570
Daten: 9x ab 06. Februar 2019
Zeit: 18:50 – 19:50 Uhr
oder
Donnerstag GE-571
Daten: 9x ab 07. Februar 2019
Zeit: 17:30 – 18:30 Uhr
oder
Donnerstag GE-572
Daten: 9x ab 07. Februar 2019
Zeit: 18:50 – 19:50 Uhr
Kosten: Fr. 135.–
Kursort: Schulhaus Trottenmatt, Hitzkirch
Leitung: Rita Koch, Bewegungspädagogin

Aquapower mit Rebecca GE-573
Aqua Potenzial, facettenreiches Wasser-fitnessstraining.
Daten: 10 x donnerstags, ab 10. Januar 19'
Zeit: 13:20 – 14:05 Uhr
Kosten: Fr. 250.– inkl. Eintritt
Kursort: IPH Hallenbad, Hitzkirch
Leitung: R. Strebel, dipl. Aquap.-Instructorin

VERANSTALTUNGEN

Samstag
06.04.2019

Ein Blick hinter die Kulissen – Erleben Sie die Magie des KKL Luzern
An dieser Führung erfahren Sie mehr über die architektonische Vision von Jean Nouvel. Sie erleben das Spiel von Wasser und Licht hautnah und lassen sich von den unzähligen Sälen faszinieren. Der Konzertsaal gilt als einer der besten der Welt. Erfahren Sie mehr über dessen perfekte Ausmasse, die Echokammern und den höhenverstellbaren Schallreflektor, die zu einer optimalen Akustik beitragen.
Anmeldung beim Sekretariat bis spätestens 01.03.2019

Montag
08.04.2019

Literaturabend – «Königskinder»
«Entscheidend ist nicht, ob die Geschichte wahr ist. Wichtig ist, dass sie stimmt.» So spricht Tina zu Max, als sie auf einem tief verschneiten Alpenpass feststecken und Max mit dem Erzählen einer Geschichte beginnt. Alex Capus verwebt die Abenteuer eines armen Kuhhirten und einer reichen Bauerntochter zu einem Spiel zwischen den Jahrhunderten. Wir diskutieren über das neue Buch des erfolgreichen Autors. In Zusammenarbeit mit der Gemeindebibliothek.
Leitung: Markus Diebold

Samstag
11.05.2019

Besichtigung der ARA Hitzkirchertal
Bei einer Führung durch die umfangreich sanierte Kläranlage erleben Sie, welcher Aufwand für die Reinigung des Abwassers nötig ist und vor welchen Herausforderungen die heutige Abwasserreinigung steht. Erfahren Sie bei einem Rundgang mehr über den komplexen Prozess. Anmeldung beim Sekretariat bis spätestens 06.05.2019

Samstag
25.05.2019

Rekorde im Landesmuseum
Bei dieser Museumsführung machen wir uns auf die Suche nach dem ältesten, kostbarsten oder schwersten Objekt. Eine kurzweilige Reise voller Highlights im Landesmuseum Zürich. Anmeldung beim Sekretariat bis spätestens 15.05.2019