

## 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](http://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. GE-569  
Mittwoch  
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 Wasserfitnessstraining.

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