



Foto: © August Lechner



Fit durch den Herbst

Musikgymnastik

Gerald Nossal

Gesunde Gymnastik und Bewegung mit verschiedenen Geräten, Spielen und Musik.
Auch für „ältere Semester“!

Termine: Mo., 9. Okt. | Mo., 16. Okt. | Mo., 23. Okt. | Mo., 30. Okt. | Mo., 6. Nov. | Mo., 13. Nov.
Mo., 20. Nov. | Mo., 27. Nov. | Mo., 4. Dez. | Mo., 11. Dez. | Mo., 18. Dez. - Ersatztermin
jeweils ab 19.00 Uhr

Ort: Turnsaal der Schulen Allentsteig

Kosten: €60,00 für 10 Einheiten

Anmeldung: G. Nossal - Tel.: 0680 / 216 56 35

Kochkurs für Männer

Karl Jony

Motto: „Schnelle Küche für flotte Männer“

Termine: Fr., 27. Okt. | Fr., 3. Nov. | Fr., 10. Nov. | Fr., 17. Nov. | Fr., 24. Nov.
jeweils von 18.00 - 20.00 Uhr

Ort: Schulküche Allentsteig

Info: inkl. Material - Höchstteiln.: 15 Pers.

Kosten: €85,00 für 5x2 Einheiten

Anmeldung: G. Nossal - Tel.: 0680 / 216 56 35

Herausgeber:

Volkshochschule der Stadt Allentsteig, Postfach 36, 3804 Allentsteig

Für den Inhalt verantwortlich:

OSR Dir. Gerald Nossal, 3804 Allentsteig, Schalkgasse 4c