



Kontakt: Junge LandFrauen Nattheim  
Nadine Gayer, Miriam Ritzel, Nadine Junginger  
[nattheim-junge-landfrauen@gmx.de](mailto:nattheim-junge-landfrauen@gmx.de)

Alle Infos und Anmeldungen erfolgen unter  
[nattheim-junge-landfrauen@gmx.de](mailto:nattheim-junge-landfrauen@gmx.de)  
[www.landfrauen-nattheim.de](http://www.landfrauen-nattheim.de)

### **LUST auf Yoga**

Hast Du Lust zu ENTSPANNEN und im Augenblick anzukommen, beweglicher zu werden und neue Kraft zu bekommen? Dann bist DU in diesem Kurs genau richtig: Du lernst die überwiegend ruhenden Körperstellungen im Yoga – ASANAS kennen, stärkst Deinen Körper und mit Entspannungs- Achtsamkeits- und Meditationsübungen kommst Du zur RUHE

Beginn: 09.01.2023, 19 – 20 Uhr

Du brauchst: Yogamatte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken

Kursdauer: 10x

Kosten: 35,-- € , Nichtmitglieder +15,--€

**28.02.2023**

**18.30 Uhr**

**Wie gelingt eine leckere Torte**

Beate Stähler, Konditorin zeigt uns die Basics.

Wir starten mit dem Anschlagen eines Tortenbodens,  
dem Aufschlagen von Buttercreme, einstreichen, Aufbau und Dekoration der Torte

Kosten: Materialkosten ca. 10 Euro

Bitte Schürze, Behälter für Torte, Palette und Schreibzeug mitbringen.

Ort: Schulküche, Wiesbühlsschule

Anmeldung bis 07.02.2023

**18.03.2023**

**10.00 Uhr**

**Osterdeko aus Holz mit Hagen Junginger**

Ort: Werkstatt Wagenbau Junginger, Daimlerstr. 38, Nattheim

Kosten: Materialkosten, Nichtmitglieder +5 Euro

Anmeldung bis 28.02.2023

**21.-23.04.2023**

**Wohlfühltag in Bad Waldsee auf'm Berg....**

**Dem Sommer entgegen**

Anmeldung bei Sonja Winkler, „jungelandfrauen-hdh@gmx.de“

**03.05.2023**

**Fang den Frühling ein – mit natürlichen Seifen**

**Referentin: Ines Hermann**

**19:00 Uhr**

Seifensieden ist ein kreatives, reines Vergnügen. Mit Ölen, Düften, Kräutern und Natronlauge erlernen Sie Schritt für Schritt die Kunst der Seifenherstellung.

Verwendet werden nur vegetarische Zutaten, rein pflanzliche Fette und Öle in Lebensmittelqualität. Angereichert mit Duftölen, ätherischen Ölen oder Kräutern entstehen individuelle Seifen, die hautfreundlich und ohne Konservierungsstoffe sind. In jedem Stück selbst gesiedeter Seife steckt ein Hauch Mystik und die Freude, einen alltäglichen Gegenstand kunstvoll zu gestalten.

Die Naturseifenherstellung darf nicht mit dem Seifengießen verwechselt werden, bei dem die fertige Seife eingeschmolzen und neu gegossen wird.

Bitte Schreibzeug sowie Haushaltshandschuhe, Schürze und Chips-Dosen, Silikonformen oder Tetrapaks für die fertige Seife mitbringen.

Zusätzliche Kosten für Material ca. 5 Euro

Ort: Alte Schule

**21.06.2023**  
**19.30 Uhr**

**Duftige Sommerkränze aus Kräutern und Blumen**

Referentin: Stefanie Mailänder

Materia: Strohkranz, Wickeldraht, ev.  
Deko

Kosten für Material, Nichtmitglieder + 5  
Euro

Anmeldung bis 01.06.2023

Ort: Alte Schule, Nattheim



**23.07.2023**

ab 9.00 Uhr

**Yoga und LandFrauen-Frühstück  
„rot-weiß“**

Den Sonntagmorgen mit Yoga begrüßen und anschließend unter freiem Himmel gemeinsam mit Freunden frühstücken. Was gibt es schöneres. Wir machen ein großes Büfett, jeder der Lust hat bringt etwas zum Frühstück mit. Kaffee machen die LandFrauen.

Ort: Ochsengarten

Bitte Kaffeegedeck und Müslischale mitbringen.



**20.09.2023**  
**19.30 Uhr**

**Wir filzen wunderschöne hängende Feen und  
Elfen aus Märchenwolle für die Herbstzeit**

Referentin: Miriam Ritzel  
Ort: Alte Schule, Nattheim  
Kosten: 5 Euro, Nichtmitglieder +5 Euro  
Anmeldung bis 01.09.2023



**24.09.2023**  
**14.00 Uhr**

**Kreatives Gestalten für Kinder ab 8 Jahren**

Aus Märchenwolle und Filz gestalten die Kinder wunderschöne Bilder für die Herbstzeit

Ort: Alte Schule Nattheim

Wer hat bitte eine Matte aus Schaumstoff ca. 20x30 cm mitbringen

Kosten: 5 Euro, Nichtmitglieder +5Euro

**11.10.2023**  
**19.30 Uhr**



**Schmuckgestaltung mit Pia Bulling**

Es entstehen individuelle Schmuckstücke aus schönen Steinen und Halbedelsteinen  
Kosten: zwischen 10-30 Euro je nach Schmuckstück, Nichtmitglieder +5 Euro  
Ort: Alte Schule, Nattheim

**07.10.2023**

**Ausflug nach Esslingen und Besichtigung der ältesten Sektellerei Deutschlands**

Wir starten auf der Burg Esslingen und wandern durch die Weinberge nach unten in die Altstadt, die Gästeführerin wird uns durch die wunderschöne Altstadt Esslingens führen. Am Nachmittag besichtigen wir die Sektellerei Kessler und erfahren Interessantes zur Sektherstellung. Die Heimfahrt geht durchs Remstal mit Abendeinkehr.

Abfahrt in Nattheim, ca. 9.00 Uhr

Bitte bis 30.09.2023 bei Petra Rößler anmelden.

**20.11.2023**

**Adventskranzbinden mit Steffi Mailänder**

aus Tannenzweigen und Naturmaterialien zeigt uns Steffi, wie ein schöner Kranz schnell und einfach gewickelt wird.

Material: ev. Strohkranz, Wickeldraht, Kerzen und Deko mitbringen

Kosten: Nichtmitglieder +5 Euro

Ort: Alte Schule, Nattheim

**13.12.2023**

**Abschlussessen der jungen Landfrauen  
Brauereigaststätte König, Oggenhausen**

Beginn: 20.00 Uhr

Näheres wird zeitnah bekannt gegeben

Anmeldung bis 20.11.2023