



Kontakt: Junge LandFrauen Nattheim
Nadine Gayer, Miriam Ritzel, Nadine Junginger

Wir laden alle Frauen zu unseren Veranstaltungen ein

Alle Infos und Anmeldungen erfolgen unter
nattheim-junge-landfrauen@gmx.de



- 1 besucht uns auf unserer Homepage www.landfrauen-nattheim.de
Grün gekennzeichnete Veranstaltungen finden auf Kreisebene statt

Kurse Gesundheit und Bewegung

Yoga Kurs

Hast Du Lust in ENTSPANNEN und im Augenblick anzukommen, beweglicher zu werden und neue Kraft zu bekommen? Dann bis 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: **15.01.2024**, 19 – 20 Uhr

Kursdauern: 9x

Kosten: 40,50 EUR , Nichtmitglieder +15,--EUR

Du brauchst: Yogamatte und/oder Fitnessmatte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken

Folgekurse starten: **08.04.2024** und **09.09.2024**



Outdoortraining für junge Mamas mit Kind

Wieder fit werden nach der Schwangerschaft?

Lust auf Sport an der frischen Luft? Niemanden der auf das Kind aufpasst?

Jetzt neu in Nattheim Outdoortraining mit Kind

Bitte unbedingt Jogger oder Kinderwagen mitbringen.

Referentin: Ina Hampe (Hebamme)

Anmeldung bitte per Email: nattheim-junge-landfrauen@gmx.de

Kostenfreies Schnuppertraining; 16.05.2024 von 9.30 - 10 Uhr

Kursbeginn: **Donnerstag 06.06.2024** 6 x 60 Minuten

Kosten: 27 EUR ; Nichtmitglieder + 15 EUR

Treffpunkt: Parkplatz H2 Fitnessstudio, Porschestra. 1 Nattheim, mindestens 5 Minuten vor Kursbeginn

Maximale Teilnehmerzahl: 15

24.02.2024

„Sportconvention“ in Nattheim

25 Workshops, Anerkennung zur Lizenz- und Zertifikatsverlängerung (8 LE)

Skript, Gäste herzlich willkommen!

Ort: Ramensteinhalle/Gemeindehalle Nattheim

Info/Ausschreibung folgt

März

Tagesausflug

Tettngang

VAUDE – der nachhaltig innovative Outdoor-Ausrüster

Als nachhaltig innovativer Outdoor-Ausrüster leistet VAUDE einen Beitrag zur einer lebenswerten Welt, damit Menschen von morgen die Natur mit gutem Gewissen genießen können. Dabei setzt das Familienunternehmen weltweit auf ökologische und soziale Standards.

Anmeldung über Petra Rößler

Kosten der Führung: 17 EUR

Samstag
Anfang/Mitte
März

Backen für Ostern
Referentin: Sabrina Lanzinger
Ort: Schulküche, Wiesbühlschule
Beginn: 9.:30 Uhr
Kosten: 20 EUR Nichtmitglieder + 5 EUR
Anmeldung bis 28.02.2024

**13.04.2021/
20.04.2024**
9.30 Uhr

Selbst ist die Frau – wir bauen ein Kräuterbeet
Kosten: 50 – 60 EUR
Bitte bis 31.03.2024 anmelden

11.05.2024
16 Uhr

Bogenschießen – stärke Deine innere Ruhe und fühle Dich wie Robin Hood
Wir probieren es aus. Mit Einweisung, Pfeile und Bogen können geliehen werden.
Bogenparcours Nattheim
Bitte bis 30.04.2024 anmelden

02.06.2024

So.

ganztägig

„Stern-Radeln“ – mit dem Fahrrad aus allen Richtungen zum Minigolfplatz Itzelberg

Infos zu Treffpunkten und Zustiegsmöglichkeiten folgen.
Info und Anmeldung bis 19.05.2024 bei Petra Rößler

07.-09.06.2024

Fr - So

Wohlfühltage in Bad Waldsee auf'm Berg – Sommer, Sonne!

Wir starten unser Wochenende mit Ankommen bei Kaffee und Kuchen am Freitag um 15 Uhr, in der schwäbischen Bauernschule. Regina Steinhauser hat für uns ein spannendes Programm zusammengestellt.
Seminargebühr, Unterkunft, Verpflegung
Einzelzimmer – 255 EUR; Doppelzimmer – 235 EUR
Anmeldung bei Sonja Winkler, jungelandfrauen-hdh@gmx.de

20.09.2024

15 Uhr

Ringel Ringel Reihe – Workshop

Wissenswertes über die Ringelblume, Nutzung und Verarbeitung mit Kräuterpädagogin Anette Benz
Anmeldung bis 13.09.2024 unter jungelandfrauenhdh@gmx.de

25.09.2024
19 Uhr

Herbstkränze binden

Die Schätze des Sommers in einem Kranz festhalten und mit in den Herbst nehmen.

Referentin: Steffi Mailänder

Unkosten: 15 EUR

Bitte bis 10.09.2024 anmelden

27.11.2024
19 Uhr

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.

Ort: Alte Schule Nattheim

16.12.2024

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

Beginn: 20 Uhr

Näheres wird zeitnah bekannt gegeben

Anmeldung bis 22.11.2024

interessiert weiblich flexibel sportlich
organisationstalentiert gebildet modern
Land Frauen
bunt stark hörbar sichtbar bodenständig engagiert
aktiv weltoffen mutmachend aussergewöhnlich
kreativ kommunikationsfähig