

PROGRAMM FRÜHJAHR 2025

ERWACHSENENSCHULE OBERTILLIACH



TIROLER
BILDUNGS
FORUM



Liebe Freunde und Freundinnen der Erwachsenenenschule Obertilliach!

Wir dürfen euch das neue Programm für das Frühjahr vorstellen. Auf unserer Homepage finden sich weitere Online-Veranstaltungen, die vom Tiroler Bildungsforum organisiert werden. Vielleicht ist ein passendes Angebot für dich dabei? Dann gleich auf unsere Homepage schauen!

Herzliche Grüße

Christiane Lugger & Judith Annewanter

www.erwachsenenschulen.at/obertilliach



EXKURSION KULTUR & NATUR

Die Heimat kennen - Ausflug zum Wildpark in Assling

Wir fahren diesmal nach Assling und bekommen bei einer Führung durch den Wildpark einen Einblick in die Welt der heimischen Wildtiere. Anschließend kehren wir zu Kaffee und Kuchen ein.

Termin:

Mittwoch, 21.05.2025, 13:15 Uhr

Treffpunkt:

Gemeindehaus Obertilliach

Kosten:

€ 15,00 Fahrt, Eintritt & Führung

Anmeldeschluss:

19.05.2025

»Gehe einmal im Jahr
irgendwohin, wo du
noch nie warst.«

Dalai Lama



E-Bike Fahrsicherheitstraining

Du möchtest dein E-Bike besser kontrollieren können, dadurch mehr Sicherheit erlangen und somit viel mehr Spass haben beim Radeln im Alltag und in der schönen Bergwelt? Dann ist dieser Kurs das Richtige für dich! Profis geben praktische Tipps zur besseren Bike-Kontrolle. Am Übungsplatz können Basistechniken erlernt und gefestigt werden.

- Bike Setup
- Sitzposition und Dämpfung
- Richtiges Auf- und Absteigen
- Bremstechniken - sicher und verschleißarm
- Schalttechnik für sauberen Gangwechsel

- Kurventechnik - große und kleine Radien
- Grundposition und Blickführung
- Anfahren am Berg
- Balance

Mitzubringen:

eigenes E-Bike, Fahrradhelm, evtl. Getränk

Treffpunkt:

Freitag, 09.05.2025,
16.00 Uhr Biathlonzentrum Obertilliach

ReferentInnen: Profis vom Bike Club Conny Alm und von Sport Auer

Kosten: € 15,00 (2 UE)

Anmeldeschluss:

06.05.2025



home of sport





KURSE

BEWEGUNG & FITNESS

Morgendliche Rückengymnastik mit Christine

Mit gezielten Übungen kräftigen, mobilisieren und stabilisieren wir unsere Rumpfmuskulatur. Übungen für den Alltag werden eingebaut. Das Training ist für jede/n geeignet.

Termin:

Donnerstag, 03.04.2025 - 22.05.2025
08.00 - 09.00 Uhr, (6 UE)

Referentin:

Physiotherapeutin Christine Geiler

Ort:

Volksschule Obertilliach, Turnsaal

Kosten: € 54,00

Mitzubringen:

Turnmatte, kl. Handtuch oder kl. Polster und evtl. Getränk

Anmeldeschluss: 02.04.2025

Zumba mit Andrea

Egal, wie alt oder fit du bist ... dieses Tanz-Workout ist für jede/n geeignet, der Spass und Freude an der Bewegung zu cooler Musik hat.

Termin:

Montag, 28.04.2025 - 02.06.2025
19.00 - 20.00 Uhr, (6 UE)

Referentin:

Fitness-Trainerin Andrea Szár

Ort: Volksschule Obertilliach, Turnsaal

Kosten: € 54,00

Mitzubringen:

Schuhe mit heller Sohle und evtl. Getränk

Anmeldeschluss: 27.04.2025



ONLINE - VORTRÄGE

FÜR AKTIVE IN VEREINEN

kostenlose Angebote

Ehrenamt aber sicher!?

Oft genug hilft man ehrenamtlich „einfach so“ beim Verein mit. Einige Dinge sollte man aber auch bei einer ehrenamtlichen Tätigkeit unbedingt vereinbaren. An diesem Abend dreht sich alles um rechtliche, steuerliche und sozialversicherungsrechtliche Fragen rund um die Arbeit mit ehrenamtlich tätigen Personen.

Termin:

Dienstag, 01.04.2025, 19.00 Uhr - online

Gelingende Kooperationen & wirksame Bündnisse

In diesem Online-Vortrag geht es um die Fragen: Warum braucht es Kooperationen? Wie starten und gestalten wir sie? Wie gehen wir mit Unterschieden und Konflikten produktiv um? Und wie beenden wir sie gut?

Termin:

Dienstag, 06.05.2025, 19.00 Uhr - online

Crowdfunding - Geld für Projekte von & für Vereine?

Crowdfunding ist eine Community-basierte Form der Projektfinanzierung. Wie funktioniert es? Wie können Vereine Crowdfunding nutzen? Um diese Fragen geht es an diesem Online-Abend.

Termin:

Dienstag, 10.06.2025, 19.00 Uhr - online

Weitere Veranstaltungen & Anmeldung:
tiroler-bildungsforum.at



VERANSTALTUNGEN

NATUR & UMWELT

Teiche im Naturgarten

27.03.2025, 19.30 Uhr - online

Schritt für Schritt zum Schmetterlingsparadies

10.04.2025, 19.30 Uhr - online

Mein Naturgarten am Balkon

24.04.2025, 19.30 Uhr - online

Keine Angst vor wilden Bienen

08.05.2025, 19.30 Uhr - online

Trockensteinmauern

22.05.2025, 19.30 Uhr - online

Ort: Online via Zoom

Kosten: € 8,00

Weitere Veranstaltungen & Anmeldung:
tiroler-bildungsforum.at

Repair Café

Beim Repair Café unterstützen ehrenamtliche ExpertInnen bei der Reparatur von defekten Gebrauchsgegenständen.

Termin:

Samstag, 12.04.2025, 13.30 - 16.30 Uhr

Ort:

Kultursaal Sillian

Veranstalter:

Freiwilligeninitiative „Miteinander in Sillian“

INFORMATION & ANMELDUNG

Die Erwachsenenschule Obertilliach ist eine Zweigstelle des Tiroler Bildungsforums und wird von Judith Annawanter & Christiane Lugger ehrenamtlich geführt.

Die AGB finden Sie auf der Homepage der Erwachsenenschule Obertilliach. Über diese Seite können Sie sich auch anmelden.

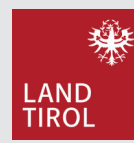
Anmeldungen sind für alle Veranstaltungen, wenn nicht anders angegeben, erforderlich. Begrenzte Teilnehmerzahlen bei manchen Kursen. Außerdem finden die Kurse nur bei einer Mindestteilnehmerzahl statt. Um rasche Anmeldung wird gebeten!

Die Kursgebühren sind zu Kursbeginn auf das Konto der Erwachsenenschule einzuzahlen: IBAN AT87 3636 8000 0402 6621. Zahlscheine werden bei Kursbeginn ausgeteilt. Nicht besuchte Einheiten können nicht vergütet werden.

KONTAKT

Erwachsenenschule Obertilliach
es-obertilliach@tsn.at
www.erwachsenenschulen.at/
obertilliach
Tel. Christiane 0660/5737086
Tel. Judith 0650/6540627

FÖRDERER



Raiffeisenbank Sillian - Lienzer Talboden



Bundesministerium Bildung, Wissenschaft und Forschung