

# STADTTEIL-PROGRAMM

FEBRUAR 2019–SEPTEMBER 2019

volkshochschule stuttgart  
[www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)

DEGERLOCH  
MÖHRINGEN  
PLIENINGEN/BIRKACH

# Inhaltsverzeichnis

## **Degerloch/Sillenbuch – ab Seite 2**

Schätze des Stadtteils; Englisch; Italienisch

## **Möhringen – ab Seite 6**

Schätze des Stadtteils; Kultur – Kunst – Geschichte;  
Genuss und Kreativität; Bewegung – Tanz – Entspannung

## **Plieningen/Birkach – ab Seite 11**

Schätze des Stadtteils; Kultur – Kunst – Geschichte;  
Genuss und Kreativität; Bewegung – Tanz – Entspannung;  
Englisch; Spanisch

## **Liebe Leserin, lieber Leser,**



ein neues Jahr hat begonnen und vor Ihnen liegt ein neues umfangreiches Programm für die Stadtbezirke. Mit großem Engagement, Begeisterung und vielfältigen Ideen haben die Stadtteilbeauftragten ein Angebot zusammengestellt, das zum einen Bedürfnisse aus dem Bezirk aufgreift und zum anderen die Besonderheiten des Bezirks darstellt. Damit leisten die Stadtteilbeauftragten einen wesentlichen Beitrag für ein erfolgreiches Bildungsangebot.


2019 ist ein großes Jahr für die Volksbildung in Stuttgart. 1919 wurde die Volkshochschule stuttgart durch Robert Bosch und Theodor Bäuerle gegründet, um durch Persönlichkeits- und Gemeinschaftsbildung die Demokratie zu stärken. Diese Grundprinzipien von Volksbildung finden sich auch in der heutigen Bildungsarbeit von vhs. Eine lebendige Demokratie braucht Menschen, die sich beteiligen und ihren Wohnort mitgestalten wollen. Um die Menschen dabei zu unterstützen, braucht es Räume für die persönliche Weiterbildung, für die Begegnung mit anderen Kulturen und für die Erweiterung des eigenen Horizonts. Diese Räume schafft die vhs in den Bezirken unter anderem durch vielfältige Kooperationen mit Vereinen, Bürgerhäusern und Familienzentren. Dadurch können Prozesse der Gemeinschaftsbildung initiiert und unterstützt werden, denn wir lernen am besten gemeinsam.

Einzelne Besonderheiten aus dem aktuellen Heft möchte ich hier kurz erwähnen. Eine Neuheit in Stammheim und Weilimdorf ist jeweils ein kompaktes Studium Generale (Kurs 191-39005 und Kurs 191-39045). Darüber hinaus können Sie sich in Weilimdorf über Landschildkröten und die Auffangstation von Christin Kern informieren und damit eine Reise in ein „Land vor unserer Zeit“ machen (191-39040). Ein Stück Geschichte können Sie mit dem Verein Schutzbauten Stuttgart e.V. beim Aufstieg im Hochbunker am Pragsattel (191-08260) und in Plieningen beim Wandern auf Franziska von Hohenheims Fildern erleben (191-09040).

Mein Dank gilt vor allem dem Engagement der Stadtteilbeauftragten.

Ihnen wünsche ich spannende Lernerlebnisse und Lernerfahrungen in den Kursen der vhs.

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink that reads "Werner Wölfe". The signature is written in a cursive, flowing style.

Werner Wölfe  
Bürgermeister

# Degerloch/Sillenbuch

---

## Schätze des Stadtteils

---

### **Stuttgarter Landschaft – Botanisch-ornithologische Spaziergänge**

Naturschutzgebiet Eichenhain

Stuttgart hat ein kleinteilig wechselndes Biotopmosaik. Auf Exkursionen mit verschiedenen Zielen werden Wälder, Waldränder, Feldgehölze, Streuobstwiesen, Bäche, Magerrasen und Weinberge mit Trockenmauern aufgesucht und deren typische Vogelwelt und Flora gezeigt.

#### **191-58760**

Barbara Drescher

Dieter Deininger

Franz Stern

Mi 19.06.19 18.00–19.30

EUR 5.00, Anmeldung erforderlich

Treffpunkt: S-Sillenbuch, Eichenparkstraße/Ecke Ilse-Beate-Jäckel-Weg

### **Eine Stuttgarter Kaffee-Reise**

Zu Besuch bei Hochland Kaffee

Der Genuss, den Kaffee bereiten kann, hängt von vier Faktoren ab: Güte der Bohnen, Mischung der Sorten, Methode der Röstung und Form der Verpackung. Der Name kommt nicht von ungefähr, denn Hochland verarbeitet nahezu nur Hochland-Kaffee. Hochland-Kaffee wird oberhalb von 1600 m angebaut. Sack für Sack wird von ausgewählten Kaffeefarmern gekauft. Täglich werden die Kaffeebohnen in der Rösterei in Degerloch frisch geröstet. Wie die insgesamt 13 Hochlandkaffee-Spezialitäten komponiert werden, Tipps und Tricks und die Geheimnisse um eine gelungene Kaffee-Zubereitung – dies und noch vieles mehr erfahren Sie während unserer Führung durch Stuttgarts Kaffee-Rösterei. Zum Abschied gibt es für alle Besucherinnen und Besucher eine kleine Überraschung!

Die Führung wird von Mitarbeitern der Firma Hochland durchgeführt. Trittsicherheit (Treppen) ist erforderlich. Bitte achten Sie auf geeignetes Schuhwerk.

#### **191-08330**

Herdana Stöhr

Mi 20.03.19 10.00–12.30

EUR 23.00 Hochland-Kaffee spendet von der Gebühr 15 Euro pro Person an eine gemeinnützige Organisation

Treffpunkt: 9.50 Uhr vor dem Firmengebäude von Hochland Kaffee, Chemnitzstraße 13, 70597 Stuttgart  
Anmeldung erforderlich

### **Steegmüller Skulpturen – Die Geburtsstätte von Paddington-Bär, Star Wars, Filmkulissen...**

Ein Werkstattbesuch mit Führung für alle Film- und Fantasy-Fans zwischen 9 und 99 Jahren

Wussten Sie, dass der Paddington Bär hier in der Nähe geboren wurde? Auch Boris Becker, Verena Poth, Robbie Williams, Herr Müller-Lüdenscheid, das Sandmännchen und die Figuren aus Star Wars sind vor den Toren Stuttgarts zu Gast.

Nein, die Echten natürlich nicht! Vielmehr ihre Abbilder. In der Werkstatt Steegmüller Skulpturen sind sie geboren worden. Hier haben die animatorischen, mechanischen, pneumatisch und elektronisch gesteuerten Figuren und Dekorationen ihre Geburtsstätte. Sie stehen auf Bühnen, in Freizeitparks, in Museen oder spielen die Hauptrollen in Filmen. Wir bekommen einen einmaligen Einblick mit dem „Geburtshelfer“ Jörg Steegmüller in seinen Betrieb. Wer gerade zu Gast in der Werkstatt ist und zu Leben erwachen wird, das ist eine Überraschung.

Hinweis: Kinder bitte nur in Begleitung von Erwachsenen!

#### **191-08349**

Carola Franke-Höltzermann

Mi 08.05.19 16.00–17.30

EUR 17.00/EUR 15.30 ermäßigte Gebühr für Kinder

Treffpunkt: Steegmüller Skulpturen, Senefelder Str. 19, 73760 Ostfildern

Anmeldung erforderlich

## Bewegung – Tanz – Entspannung

---

### **Fit in den Morgen für Frauen**

Ein abwechslungsreicher Mix aus Gymnastik, Beweglichkeitsübungen, Stärkung der Rücken- und Bauchmuskulatur, Koordinations-, Entspannungsübungen und Stretching zur Erhaltung und Verbesserung der allgemeinen Kondition. Geeignet für alle Altersstufen.

#### **191-48070**

Kristina Weiss-Bunck

Mi 20.02.–10.07.19 jew. 09.30–10.30, 15-mal

Sportfreunde Stuttgart 1874 e.V. Degerloch, Kesslerweg 5, 70597 Stuttgart

EUR 80.00

#### **191-48080**

Kristina Weiss-Bunck

Mi 20.02.–10.07.19 jew. 10.35–11.35, 15-mal

Sportfreunde Stuttgart 1874 e.V. Degerloch, Kesslerweg 5, 70597 Stuttgart

EUR 80.00

---

### **Ausgleichsgymnastik am Morgen für Frauen**

Mit Gymnastik zum Wohlbefinden! Ein vielfältiges Übungsprogramm bringt Ihren Körper in Schwung. Fördern Sie Ihre Ausdauer und Beweglichkeit mit anschließender Entspannung. Am Ende helfen Dehn- und Atemübungen, um mit Leichtigkeit zurück in den Alltag zu gehen.

#### **191-48090**

Katharina Kulmus

Mi 20.02.–10.07.19 jew. 10.00–10.45, 15-mal

Treffpunkt Degerloch, Mittlere Str. 17, 70597 Stuttgart

EUR 63.00

#### **191-48100**

Katharina Kulmus

Mi 20.02.–10.07.19 jew. 11.00–11.45, 15-mal

Treffpunkt Degerloch, Mittlere Str. 17, 70597 Stuttgart

EUR 63.00

## Englisch

---

### **Englisch, Wiedereinstieg II (B1)**

#### **191-64656**

Doris Liebherr-Kümmel

Di 19.02.–30.04.19 jew. 16.30–18.00, 9-mal

Sa 23.03.19 jew. 09.15–12.15, 1-mal

Treffpunkt Degerloch, Mittlere Str. 17, 70597 Stuttgart

EUR 102.00 reduzierte Teilnehmerzahl

ab Lektion 4, Lehrbuch: Easy English B1.1, Cornelsen Verlag,

ISBN 978-3-06-520819-2

---

### **Englisch – Monday Evening Conversation (B1/B2)**

We will discuss a variety of topics of your choice or by suggestion from the teacher. In doing so, we will develop our English speaking skills, expand our horizon to new areas of interest, and last but not least have fun. Additionally, we can hold brief presentation spots and improve our ability to speak freely.

#### **191-64678**

Reinhard Brosche

Mo 29.04.–01.07.19 jew. 20.15–21.45, 8-mal

Treffpunkt Degerloch, Mittlere Str. 17, 70597 Stuttgart

EUR 103.00 inkl. Kursunterlagen

Kleingruppe

---

### **English Poetry Made Easy – A Conversation Class (B1/B2)**

Short modern English and American poems with visual imagery provide the material for a lively discussion in class about whatever they evoke in you. In a second step, we return to the poem to find out what the poem actually says and which of your suggestions can be verified and confirmed by the text. In doing so, we discover the magic of the poem and unlock its secrets. Depending on your interest, the class can also offer some basic interpretation techniques and the opportunity to write short texts about the poems.

#### **191-64724**

Reinhard Brosche

Mo 29.04.–01.07.19 jew. 16.15–17.45, 8-mal

Treffpunkt Degerloch, Mittlere Str. 17, 70597 Stuttgart

EUR 103.00 inkl. Kursunterlagen

Kleingruppe

---

### **Englisch, How to improve your English writing (B2)**

This class will improve the focus, structure, and quality of documents that you write. It helps you determine what you want to say and to find the best way to say it.

Note: This class is not mainly about grammar; it concentrates on focus, structure, and style. It is also not a poetry writing class.

#### **191-64787**

Reinhard Brosche

Mo 29.04.–01.07.19 jew. 18.15–19.45, 8-mal

Treffpunkt Degerloch, Mittlere Str. 17, 70597 Stuttgart

EUR 103.00 inkl. Kursunterlagen

Kleingruppe

ESF-Fachkursförderung möglich

## Italienisch

---

### **Italienisch, Grundstufe II (A1)**

#### **191-71750**

Evita Santopietro

Mi 20.02.–10.07.19 jew. 19.30–21.00, 15-mal

Treffpunkt Degerloch, Mittlere Str. 17, 70597 Stuttgart

EUR 105.00

ab Lektion 3, Con piacere nuovo A1, Klett Verlag ▶

---

### **Italienisch, Conversazione (C1)**

Obiettivo del programma è rafforzare le abilità linguistiche, consolidare e potenziare le competenze comunicative e ampliare le conoscenze grammaticali e lessicali. Il corso intende fornire anche una comprensione d'insieme della storia e della società.

#### **191-72620**

Serena Masotti

Anna Maria Fulgosi Buchheister

Mi 20.02.–05.06.19 jew. 18.00–19.30, 12-mal

Treffpunkt Degerloch, Mittlere Str. 17, 70597 Stuttgart

EUR 116.00 inkl. Kursunterlagen

reduzierte Teilnehmerzahl

---

## **Möhringen**

---

### **Schätze des Stadtteils**

---

#### **Stuttgarter Nachrichten – hautnah erleben!**

Führung durch das Pressehaus Stuttgart

Im Pressehaus Stuttgart entstehen mit Hilfe modernster Zeitungs- und Drucktechnik die Stuttgarter Nachrichten und die Stuttgarter Zeitung sowie eine Reihe anderer Druckerzeugnisse. Die Besucherinnen und Besucher erhalten Einblicke in den journalistischen Alltag und erleben die Herstellung der aktuellen Tageszeitung von morgen hautnah mit. Die Führung wird vom Chef vom Dienst Joachim Volk geleitet.

#### **191-08120**

Joachim Volk

Di 16.07.19 18.30–21.00

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

Veranstaltungsort: Pressehaus Stuttgart, Plieninger Str. 150, 70567 Stuttgart

Treffpunkt: Foyer Pressehaus

Anmeldung erforderlich!

---

#### **Stuttgarter Landschaft – Botanisch-ornithologische Spaziergänge**

Baumblüte im Streuobstgebiet am Rohrer Weg (Landschaftsschutzgebiet)

In Zusammenarbeit mit Schutzgemeinschaft

Rohrer Weg e.V.

Stuttgart hat ein kleinteilig wechselndes Biotopmosaik. Auf Exkursionen mit verschiedenen Zielen werden Wälder, Waldränder, Feldgehölze, Streuobstwiesen, Bäche, Magerrasen und Weinberge mit Trockenmauern aufgesucht und deren typische Vogelwelt und Flora gezeigt.

#### **191-58730**

Barbara Drescher

Beate Draxler

Mi 10.04.19 18.00–19.30

EUR 5.00

Treffpunkt: Udamstraße auf der Brücke über den Sindelbach, S-Möhringen, Stadtbahn U3, U5, Vaihinger Straße

Anmeldung erforderlich!

---

#### **Drehscheibe zur Welt – Der Stuttgarter Flughafen**

Führung für Menschen zwischen 7 und 99 Jahren

Entdecken Sie mit uns den Stuttgarter Flughafen und erleben Sie alleine oder mit Ihrer Familie einen interessanten Nachmittag während der zweistündigen Flughafenführung.

Zur Einführung sehen Sie einen Film. Anschließend besuchen Sie die Terminals, die Personen- und Zollkontrolle und machen eine Rundfahrt über das Vorfeld, bei der Sie die wartenden Flugzeuge und die Einsatz-Fahrzeuge der Feuerwehr aus nächster Nähe besichtigen können. Danach geht es weiter in das Untergeschoss des Flughafens, zur beeindruckenden Gepäckbeförderungs- und -verteilungsanlage.

Im Anschluss können Sie eigenständig das Flughafen-Museum besuchen, Flugzeuge bei Start und Landung beobachten oder eine Kleinigkeit essen gehen.

Die Führung wird vom Fachpersonal des Stuttgarter Flughafens durchgeführt.

Bitte bringen Sie keine Taschenmesser, Scheren, Nagelfeilen, Werkzeuge oder ähnliches zur Führung mit.

#### **191-08140**

Sa 01.06.19 14.30–16.30

EUR 12.00/EUR 6.00 Kinder

Treffpunkt: Flughafen Stuttgart, Haupteingang des Airport Office, Flughafenstr. 36, 70626 Stuttgart

Anmeldung erforderlich!

## Kultur – Kunst – Geschichte

### Acrylmalen

Ob mit oder ohne solide Vorkenntnisse sind Sie hier richtig. Wir tauchen in die Welt der Farben ein. Acrylfarben, Materialien, Arbeitsgeräte, Kittel etc. – alles ist vorhanden. Wir gestalten mit Pinsel, Spachtel, Schwamm, Rolle, Materialien, Kreppklebebandern. Seien Sie offen für neue Prozesse. Sie werden staunen!

#### 191-36770

Ute Goedecke

Mo 18.02.–13.05.19 jew. 18.00–20.00, 9-mal

Kein Kurs am 06.05.19

EUR 148.00 inkl. EUR 18.00 Kosten für Miete. Zusätzlich werden insgesamt ca. EUR 36.00 für Farben und Materialien im Kurs erhoben.

Atelier Goedecke, Elfenstr. 83, 70567 Stuttgart

#### 191-36776

Ute Goedecke

Sa 16.03.19 11.00–16.00

So 17.03.19 11.00–13.00

EUR 57.00 inkl. EUR 7.00 Kosten für Miete. EUR 10.00 für Farben und Materialien werden im Kurs erhoben.

Atelier Goedecke, Elfenstr. 83, 70567 Stuttgart

#### 191-36777

Ute Goedecke

Sa 06.07.19 11.00–16.00

So 07.07.19 11.00–13.00

EUR 57.00 inkl. EUR 7.00 Kosten für Miete. EUR 10.00 für Farben und Materialien werden im Kurs erhoben.

Atelier Goedecke, Elfenstr. 83, 70567 Stuttgart

### Acylmalen – Night Painting

Sie müssen nicht malen können. Lassen Sie sich auf ein Erlebnis besonderer Art ein! Ein Abend mit Getränken und Häppchen. Bringen Sie einfach gute Laune mit und seien Sie offen für neue Prozesse. Sie werden staunen! Papiere bzw. Leinwände und Farben können nach Wunsch erworben werden.

#### 191-36780

Ute Goedecke

Fr 29.03.19 19.00–23.59

EUR 52.00 inkl. EUR 7.00 Kosten für Miete. Zusätzlich EUR 10.00 für Getränke und Häppchen, sowie EUR 5.00 für Farben und Materialien werden im Kurs erhoben.

Atelier Goedecke, Elfenstr. 83, 70567 Stuttgart

## Genuss und Kreativität

### Windlicht, Vase oder Glasteller aus Mosaiksteinen

Nachdem Sie sich für eine Farbkomposition entschieden haben, schneiden Sie die bunten Glasstreifen auf Mosaiksteingröße zu. Das Mosaik wird mit transparentem Kleber auf die Glasvase oder den Glasteller geklebt und am folgenden Tag verfugt. Das Ergebnis ist eine wunderschöne Dekoration, die sich auch als hochwertiges Geschenk eignet! Das Material, eine Glasvase (Höhe ca. 13 cm, Durchmesser am oberen Rand ca. 12 cm), ein Glasteller, rund oder quadratisch (Durchmesser ca. 20 x 20 cm) und Tiffany-Glas, sowie ganz nach Geschmack, Millefiori-Stücke, Glasnuggets, Ceraton-Steine, halte ich für Sie bereit, ebenso das notwendige Werkzeug.

#### 191-34610H

Karin Heide-Schäfer

Sa 30.03.19 10.00–17.00

So 31.03.19 15.00–19.00

Mosaik Atelier, Osterbronnstraße 60, 70565 Stuttgart

EUR 96.00 inkl. EUR 25.00 Material

Kleingruppe: max. 6 Personen

Bitte melden Sie sich bei Katrin Wahner an

Tel. 0711 1873-717, [katrin.wahner@vhs-stuttgart.de](mailto:katrin.wahner@vhs-stuttgart.de)

### Kleines Windlicht für schöne Sommerabende

Nachdem Sie sich für eine Farbkomposition entschieden haben, schneiden Sie die bunten Glasstreifen zu. Das Mosaik wird mit transparentem Kleber auf das Windlicht geklebt und am folgenden Tag verfugt. Das Ergebnis ist eine wunderschöne Dekoration, die jeden Sommerabend zu einem Genuss für die Sinne macht oder ein persönliches Geschenk sein kann. Das Material (Windlicht in der Höhe ca. 6 cm, Durchmesser 7,5 cm und Tiffany-Glas, Millefiori-Stücke oder Glasnuggets) und das notwendige Werkzeug stehen zur Verfügung.

#### 191-34630

Karin Heide-Schäfer

Sa 29.06.19 15.00–19.00

So 30.06.19 15.00–18.30

Mosaik Atelier, Osterbronnstraße 60, 70565 Stuttgart

EUR 68.00 inkl. EUR 15.00 Material

Kleingruppe: max. 6 Personen

## Bewegung – Tanz – Entspannung

---

### **Zumba**

Zumba® ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout – ein dynamisches und effektives Fitness-Training mit lateinamerikanischer und internationaler Musik. Zumba stärkt das Selbstbewusstsein, verbrennt viele Kalorien, strafft den Körper und verbessert die allgemeine Fitness.

### **191-51410**

Ariane Robeller

Mi 27.02.–17.07.19 jew. 17.15–18.00, 15-mal

EUR 75.00

Gymnastikraum der Salzäckerschule

Rulfinger Str. 35, 70567 Stuttgart

### **191-51420**

Ariane Robeller

Mi 27.02.–17.07.19 jew. 18.00–18.45, 15-mal

EUR 75.00

Gymnastikraum der Salzäckerschule

Rulfinger Str. 35, 70567 Stuttgart

### **Nordic- Walking sanft – für Einsteiger**

Sie wollen etwas für ihre Gesundheit tun? Natur, Gesellschaft und Bewegung, das bietet dieser Kurs Ihnen! Bei dieser inklusiven Walkinggruppe für Menschen mit und ohne Handicap lernen sie Walking in einem gemächlichen Tempo kennen.

Das Laufen an der frischen Luft tut gut und nebenbei verbessern Sie noch Ihre Fitness und Kondition. Der Kurs wird von einer staatlich anerkannten Sport- und Gymnastiklehrerin begleitet.

Der Kurs eignet sich für alle, die wieder langsam und sanft in Bewegung kommen wollen. Das Walken ist sowohl mit als auch ohne Stöcke möglich.

### **191-55903H**

Ramona Katsoulis

Fr 22.02.–17.05.19 jew. 15.00–16.00, 10-mal

EUR 50.00

Treffpunkt: Fasanenhof, Heigelinstr. 13, auf dem Parkplatz vom bhz

Anmeldung bei Katrin Wahner: Telefon 0711/1873-717, E-Mail:

katrin.wahner@vhs-stuttgart.de

## Plieningen/Birkach

---

### Schätze des Stadtteils

---

### **Stuttgarter Nachrichten – hautnah erleben!**

Führung durch das Pressehaus Stuttgart

Im Pressehaus Stuttgart entstehen mit Hilfe modernster Zeitungs- und Drucktechnik die Stuttgarter Nachrichten und die Stuttgarter Zeitung sowie eine Reihe anderer Druckerzeugnisse. Die Besucherinnen und Besucher erhalten Einblicke in den journalistischen Alltag und erleben die Herstellung der aktuellen Tageszeitung von morgen hautnah mit. Die Führung wird vom Chef vom Dienst Joachim Volk geleitet.

### **191-08120**

Joachim Volk

Di 16.07.19 18.30–21.00

EUR 5.00 Verwaltungsgebühr

Veranstaltungsort: Pressehaus Stuttgart, Plieningen Str. 150,

70567 Stuttgart. Treffpunkt: Foyer Pressehaus

Anmeldung erforderlich!

### **Die Martinskirche in Stuttgart Plieningen**

Eine Kirchenführung

Die älteste Kirche Stuttgarts hat ihren Ursprung als romanischer Steinbau in der St.-Martinus-Kirche, welche im 12. Jahrhundert erbaut wurde. Hierauf weisen die Rundbogenfenster, ein Bogenfries mit Widder- und Menschenköpfen und Reliefplatten unterm Dachgesims hin. Die heutige Kirche wurde 1517 im Stil der Spätgotik vollendet. Im Innern sind ein Kruzifix von 1520, die Stuckdecke von 1751, die doppelte Empore von 1901 und Glasfenster von Wolf-Dieter Kohler aus dem Jahr 1966 zu bewundern.

Bitte achten Sie auf geeignetes Schuhwerk, Trittsicherheit für Turmbesteigung erforderlich.

Die Führung findet auf schwäbisch statt.

### **191-39063**

Thilo Schad

Sa 06.04.19 14.00–15.30

EUR 9.00

Treffpunkt: Vor der Martinskirche, Mönchhof 3, 70599 Stuttgart



### **Schon gewusst...**

Bitte auch zu Wanderungen, Spaziergängen und Führungen regulär anmelden.

---

## **Stuttgarter Landschaft – Botanisch-ornithologische Spaziergänge**

Stuttgart hat ein kleinteilig wechselndes Biotopmosaik. Auf Exkursionen mit verschiedenen Zielen werden Wälder, Waldränder, Feldgehölze, Streuobstwiesen, Bäche, Magerrasen und Weinberge mit Trockenmauern aufgesucht und deren typische Vogelwelt und Flora gezeigt.

Erste Frühlingsboten im Naturschutzgebiet (NSG)  
Häslachwald bei S-Plieningen

**191-58710**

Barbara Drescher

Folke Damminger

Sa 09.03.19 16.00–18.00

EUR 5.00

Treffpunkt: Bus-Haltestelle, Seemühlenweg, Bus 70,73

Wiesen und Wald im Körschtal  
(Naturschutzgebiet Weidach-Zettachwald)

**191-58740**

Barbara Drescher

Folke Damminger

Sa 11.05.19 16.00–18.00

EUR 5.00

Treffpunkt: Endhaltestelle „Plieningen/Garbe“, Stadtbahn U3

---

## **Kräuterwanderung ins Körschtal**

Bei dieser kleinen Wanderung lernen Sie die wichtigsten heimischen Heilpflanzen und Heilkräuter an ihren typischen Standorten kennen. Es geht vor allem um ihre Wirkung, und darum, wie man die Pflanzen in der Hausapotheke bzw. Küche verwenden kann. Außerdem erfahren Sie Wissenswertes über die Geschichte und Mythologie der Pflanzen sowie über ihre Inhaltsstoffe und wann und wie man sie erntet.

Bitte dem Wetter entsprechende Kleidung und festes Schuhwerk tragen.

**191-58200**

Anja Hewig

Sa 15.06.19 10.00–13.00

EUR 17.00

Treffpunkt: U-Bahnhaltestelle Plieningen, Kreuzung: Wollgrasweg u. Im Wolfer (S-Plieningen), 70599 Stuttgart

---

## **Wandern und wundern: Franziskas Fildern**

Historisches und Histörchen, Sagenhaftes und Wissenswertes – wir lassen Sie die Stationen der Wanderung erleben durch szenische Lesungen, Auftritte von Puppen und Marionetten oder auch durch wenig bis kaum bekannte Informationen. Oder wussten Sie, was ein

Vulkanausbruch vor 200 Jahren in Stuttgart angerichtet hat und wo man auf Stuttgarter Gemarkung mit Gondeln gefahren ist?

Wir erfahren, wie Franziska von Hohenheim die Geschichte unseres Landes beeinflusst hat, ohne selbst Politikerin zu sein, wie aus Herzog Karl Eugen „Karl Herzich“ wurde und warum es in Hohenheim die weltweit größte Modellsammlung für Ackergeräte gibt.

Wandern und wundern: von der Franziskakirche in Birkach hinunter ins Ramsbachtal, entlang der Körsch durch das Naturschutzgebiet Häslachwald nach Plieningen, vorbei am „donnernden Jupiter“ und dem „Wirtshaus zur Stadt Rom“ durch den Hohenheimer Schlosspark.

Erleben Sie auf der rund 3-stündigen Wanderung die historische Dimension der Landschaft. Die Wegstrecke beträgt ca. 8 km.

**191-09040**

Ulrich Gohl

Martin Ehmann

So 16.06.19 13.00–16.00

EUR 22.00

Treffpunkt um 14.00 Uhr Birkach, Alte Dorfstraße 1B, erreichbar mit ÖPNV Buslinien 65, 70, 74, 76 Haltestelle Birkheckenstraße, von dort ca. 150 Meter in Fahrtrichtung weitergehen Rückfahrt von der Haltestelle Plieningen (Stadtbahnlinie U3), oder von der Haltestelle Garbe Buslinien 65, 70, 73, 74 und 76

## **Kultur – Kunst – Geschichte**

---

### **Nepal – Im Bann des Annapurna und Dhaulagiri**

Live-Multimedia-Vortrag von Eberhard Köhler

Das ehemals verbotene Königreich Upper Mustang ist noch immer eines der geheimvollsten und exklusivsten Trekking-Ziele im Himalaya. Tagelange Wanderungen führen über hohe Pässe, tiefe Täler, wüstenhafte und bunte Erosionslandschaften über tibetisch geprägte Dörfer bis fast an die tibetische Grenze nach Lo Mantang. Upper Mustang ist noch immer eines der abgelegensten Gebiete der Welt. Das Gebiet ist von den Schluchten des Kali Gandaki bzw. Mustang Khola geprägt und war einst eine Handelsroute zwischen Tibet und Indien.

**191-39061**

Dipl.-Ing. Eberhard Köhler

Do 14.02.19 19.30–20.30

Stadtteilbibliothek Plieningen, Neuhauser Str. 1, 70599 Stuttgart

EUR 5.00

Anmeldung nur über Stadtteilbibliothek Plieningen

Tel. 0711 21680541



---

### Literaturkreis

Wenn Sie gerne zeitgenössische Autor/innen lesen oder neue Seiten an den altbewährten Klassikern entdecken und darüber diskutieren möchten, dann sind Sie hier richtig. Gemeinsam lesen und besprechen wir, was uns interessiert.

#### 191-24430

M.A. Elena Konson

Fr 15.03., 29.03., 12.04., 03.05., 17.05., 31.05., 28.06.,

12.07.19 jew. 19.00–21.00, 8-mal

Stadtteilbibliothek Plieningen, Neuhauser Str. 1, 70599 Stuttgart

EUR 76.00 keine Ermäßigung möglich

---

### Kreative Schreibwerkstatt: Der Sprung ins Schreiben

Schreiben Sie gern, aber zu selten? Zu viel Angst vor dem leeren Blatt Papier?

Vergessen Sie es und schreiben Sie in einer

Gruppe. Lassen Sie sich von den Sprachspielen, Schreibaufgaben und Bildanregungen inspirieren, die Autorin und Schreibpädagogin Ines Witka für Sie auswählt. Dazu kommen noch Stift und Papier, mehr braucht es nicht, um sich auf die Reise in das eigene Schreibuniversum zu begeben. Schreiben Sie lyrische, poetische, lustige, sinnige, unsinnige, zauberhafte, tröstende, erkenntnisreiche, kostbare, humorvolle, magische, literarische und andere Texte.

#### 191-24525

Ines Witka

Mi 08.05.–22.05.19 jew. 18.00–20.30, 3-mal

EUR 69.00 Kleingruppe, keine Ermäßigung möglich

Zehntscheuer Plieningen, Vereinszimmer, Mönchhof 7,

70599 Stuttgart

---

### KinderKUNSTwerkstatt für Kinder von 5 bis 10 Jahren

Malen, zeichnen, sägen, konstruieren, erproben, betrachten und besprechen. Die Kinder lernen in der kreativen Atmosphäre einer altersgemischten Gruppe den Umgang mit Werkzeugen und verschiedenste kreative Techniken und Materialien kennen. Wir arbeiten frei und experimentell mit Holz, Draht, Gips, Stein und natürlich Farbe. Angeregt durch erste Impulse entwickelt jedes Kind eigene Ideen und wird dabei individuell unterstützt und gefördert.

Die Dozentin ist Dipl. Künstlerin.

#### 191-13400

Martina Geiger-Gerlach

Fr 15.02.–03.05.19 jew. 16.00–17.30, 9-mal

Körschtalschule Plieningen, Paracelsusstr. 44, 70599 Stuttgart

EUR 73.00/EUR 58.40 mit Kinder-Bonuscard

---

### Aquarellmalen für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Farben anrühren, mischen, fließen lassen, schichten, genießen ..., Formen und Ideen wachsen. Die Kinder werden in die Grundtechniken des Aquarellmalens eingeführt, um sich dann im freien Arbeiten von der Kraft der Farben leiten zu lassen. In der altersgemischten Gruppe wird jedes Kind in seinen Ideen individuell unterstützt und gefördert.

Die Dozentin ist Dipl. Künstlerin.

#### 191-13401

Martina Geiger-Gerlach

Fr 17.05.–05.07.19 jew. 16.00–17.30, 5-mal

Körschtalschule Plieningen, Paracelsusstr. 44, 70599 Stuttgart

EUR 40.75/EUR 32.60 mit Kinder-Bonuscard

---

## Genuss und Kreativität

---

### „Aufgewachsen“ am Meer – Whisky Tasting mit Geschichte und Geschichten

„Down by the sea“ – so viele Whiskys werden direkt am Meer destilliert und reifen über viele Jahre in Lagerhäuser an deren Wänden bei Sturm die Brandung unaufhaltsam donnert. Welche Einflüsse haben die Elemente auf dem Reifeprozess des Whiskys. Eine unglaubliche Auswahl von Geschmacksrichtungen prägen diese Whiskys, aber die meisten können eine maritime Beeinflussung des Geschmacks nicht leugnen.

Erleben Sie Stories von und mit 6 ausgesuchten Single Malt Whiskys mit Bildern und Musik aus Schottland. Erleben Sie die herbe Schönheit Schottlands und lernen nebenbei wie „uisge-beatha“ (Gaelisch für Wasser des Lebens) hergestellt (und ausgesprochen) wird, welche Faktoren die Geschmacksrichtungen prägen und wie man den Whisky „richtig“ trinkt.

Neben vielen Fakten über den Whisky gibt es (vielleicht) auch live gesungene Lieder und leckeres Finger-Food.

#### 191-39062

Mike Coils

Jörg Seher

Fr 15.03.19 18.00–22.00

EUR 38.00

Altes Rathaus Plieningen, Goetzstraße 1,

70599 Stuttgart-Plieningen

---

### **Nähtreff im Stadtteil**

Sie haben eine Nähmaschine und möchten richtig nähen lernen oder Sie wollen nach vielen Jahren wieder einsteigen? Vielleicht haben Sie ein einfaches Kleidungsstück versucht und Sie waren nicht zufrieden? Oft fehlt zu Hause die Motivation selbst zu nähen, mit fachlicher Unterstützung in einer kleinen Gruppe macht es viel mehr Spaß. Informationen zu den Themen Nähmaschine, Stoffvorbereitung und Schnitterstellung gehören dazu.

Bitte mitbringen: Notizblock, Stift, Stoff, Schnitt, kleine Stoffschere, Stecknadeln, Maßband. Pfaff-Nähmaschinen sind vorhanden. Sie können die eigene Nähmaschine mitbringen.

#### **191-32505**

Christine Illgen

Mo 11.03.–08.04.19 jew. 18.00–21.00, 5-mal

Körschalschule Plieningen, Paracelsusstr. 44, 70599 Stuttgart

EUR 100.00

#### **191-32515**

Christine Illgen

Mo 06.05.–03.06.19 jew. 18.00–21.00, 5-mal

Körschalschule Plieningen, Paracelsusstr. 44, 70599 Stuttgart

EUR 100.00

#### **191-32525**

Christine Illgen

Mo 24.06.–22.07.19 jew. 18.00–21.00, 5-mal

Körschalschule Plieningen, Paracelsusstr. 44, 70599 Stuttgart

EUR 100.00

---

### **Filzwerkstatt – Freude am Filzen**

Feinste Rohwolle in vielen Farben ist der Rohstoff für das künstlerische Gestalten. Sie erlernen die Grundtechnik des traditionellen Handwerks. Dabei entdecken Sie ein Gespür für die Wolle, lernen Farben und Materialien zu kombinieren und diese Materialien mit Wasser und Seife in gleichsam meditativen Prozess zu Objekten zu verbinden. Nach diesem ersten Kennenlernen des Filzhandwerks kommt der zweite Schritt: die Idee zur Gestaltung. Ich unterstütze Ihre Ideen und entwickle mit Ihnen die konkrete Umsetzung. So können Sie sich z.B. für eine individuelle Tasche entscheiden oder für etwas sehr leicht und zart Gearbeitetes wie einen Schal.

#### **191-39064**

Tatjana Yvonne Seehoff

Sa 06.04.19 10.00–16.30

So 07.04.19 10.00–16.30

EUR 68.00 Materialkosten nach Verbrauch, wird direkt vor Ort abgerechnet

Werkraum im Alten Rathaus Plieningen, Goestr. 1, 70599 Stuttgart

## **Bewegung – Tanz – Entspannung**

---

### **Line Dance**

Line Dance ist ein Tanzstil, der aus den USA kommt. Man tanzt nebeneinander in der Reihe zu Country-Musik sowie Pop- und Rock-Rhythmen. Die Choreografien sind schnell erlernt und fordern auf zum Mittanzen. Ein Tanzpartner wird nicht benötigt. Für den Fortgeschrittenen-Kurs sollten mindestens drei Kurse bei der Kursleiterin belegt worden sein oder der/die Teilnehmer/in über entsprechende Vorkenntnisse, wie z. B. folgende Schritte verfügen: Step-Turn, Coaster-Step, Sailor-Step, Monterey Turn. Interessent/innen für die Mittelstufe sollten an mehreren Kursen teilgenommen haben, entsprechende Schritte müssen aber nicht beherrscht werden.

Für Anfänger/innen in Plieningen

#### **191-30506**

Viviane Trick

Fr 22.02.–03.05.19 jew. 17.30–18.30, 8-mal

kein Kurs am 15.03.19

EUR 48.00

Gemeindehaus Plieningen, Mönchhof 5, 70599 Stuttgart

Mittelstufe in Plieningen

#### **191-30507**

Viviane Trick

Fr 22.02.–03.05.19 jew. 18.45–19.45, 8-mal

kein Kurs am 15.03.19

EUR 48.00

Gemeindehaus Plieningen, Mönchhof 5, 70599 Stuttgart

---

### **Qigong**

In den Zeiten von „Schneller – Höher – Weiter“ will ich Sie mit den seit Jahrtausenden bewährten Qi Gong Übungen zu Ruhe, Gelassenheit und Entspannung führen. Die Übungen fördern Beweglichkeit, mobilisieren Gelenke, stärken die Vitalität, entspannen und pflegen die körperlichen, seelischen und geistigen Lebenskräfte.

Der Schwerpunkt liegt in der Verbindung von Bewegung, Atmung, Vorstellungskraft und innerer Aufmerksamkeit. Die sanften, fließenden Bewegungen fördern Konzentration und Ruhe, sie helfen den Körper und Geist zu harmonisieren und zu entspannen. Geübt wird primär im Stehen. Die Übungen sind für jedes Alter geeignet.

für Fortgeschrittene

#### **191-44450**

Ruth Jentner

Mo 18.02.–03.06.19 jew. 17.00–18.00, 13-mal

Altes Rathaus Plieningen, Goetzstraße 1, 70599 Stuttgart

EUR 64.00



für Fortgeschrittene

**191-44451**

Ruth Jentner

Mo 24.06.–22.07.19 jew. 17.00–18.00, 5-mal

Altes Rathaus Plieningen, Goetzstraße 1, 70599 Stuttgart

EUR 25.00

für Anfänger/innen

**191-44452**

Ruth Jentner

Mo 18.02.–03.06.19 jew. 20.15–21.15, 13-mal

Altes Rathaus Plieningen, Goetzstraße 1, 70599 Stuttgart

EUR 64.00

für Anfänger/innen

**191-44453**

Ruth Jentner

Mo 24.06.–22.07.19 jew. 20.15–21.15, 5-mal

Altes Rathaus Plieningen, Goetzstraße 1, 70599 Stuttgart

EUR 25.00

## Yoga

Yoga ist ein Weg, durch regelmäßig praktizierte Körper-Übungen ruhiger, entspannter und gelassener zu werden. Der Kurs beinhaltet Asanas, die dynamisch als auch statisch ausgeführt werden, ergänzt mit Übungen zur Atem-Bewusstheit und kurze Entspannungseinheiten. Dabei hat Jede und Jeder die Freiheit, die Übungen ohne Leistungsdruck, nach eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten auszuführen. Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen und Geübte gleichermaßen.

**191-47360**

Sabine Bayer-Oberhansl

Mo 25.02.–08.07.19 jew. 18.30–20.00, 15-mal

Altes Rathaus Plieningen, Goetzstraße 1, 70599 Stuttgart

EUR 111.00

## Körperaktivierung am Morgen

Ein abwechslungsreicher Mix aus Gymnastik, Beweglichkeitsübungen, Stärkung der Rücken- und Bauchmuskulatur, Koordinations-, Entspannungsübungen und Stretching zur Erhaltung und Verbesserung der allgemeinen Kondition. Geeignet für alle Altersstufen.

**191-48050**

Gabriela Richartz

Mi 13.03.–05.06.19 jew. 09.00–10.00, 10-mal

Altes Rathaus Plieningen, Goetzstraße 1, 70599 Stuttgart

EUR 53.00

## Ausgleichsgymnastik für Frauen

Dieser Kurs bietet Ausgleich zu den meist einseitigen Bewegungsabläufen im Alltag und den damit verbundenen muskulären Belastungen. Haltung, Beweglichkeit sowie Körperwahrnehmung werden verbessert, die Muskulatur gekräftigt und das Herz-Kreislauf-System gestärkt. Elemente des Stretchings und der Entspannung runden die Stunde ab. So können Sie dem Alltag gestärkt begegnen.

**191-48110**

Elke Spegg

Mo 25.02.–20.05.19 jew. 18.00–19.00, 10-mal

Zehntscheuer Plieningen, Mönchhof 7, 70599 Stuttgart

EUR 54.00

## Bodyfit am Morgen

Ein abwechslungsreiches Übungsangebot mit Dehnungs- und Kräftigungsübungen für Rücken, Bauch, Beine und Po bringt Ihren Körper wieder in Schwung. Nach einem Entspannungsteil sind Sie wieder fit für den Tag.

**191-48210**

Kristina Weiss-Bunck

Do 21.02.–11.07.19 jew. 09.30–10.30, 15-mal

Altes Rathaus Plieningen, Goetzstraße 1, 70599 Stuttgart

EUR 90.00

## Beckenbodentraining für Frauen

Ein kräftiger und gesunder Beckenboden trägt entscheidend zu einem positiven Körpergefühl bei. Die Muskulatur rund um das Schambein ist der Schlüssel zu all unseren Bewegungen, zu guter Körperhaltung und stabilem Gleichgewicht. Grund genug, der Beckenbodenmuskulatur mehr Aufmerksamkeit zu schenken und lernen, wie diese wahrgenommen und trainiert werden kann.

**191-48420**

Elke Spegg

Mo 25.02.–20.05.19 jew. 19.00–20.00, 10-mal

Zehntscheuer Plieningen, Mönchhof 7, 70599 Stuttgart

EUR 72.00

## Wirbelsäule trainieren – Rücken stärken

Konditionelle Wirbelsäulengymnastik

Der Alltag führt leicht zu einseitigen muskulären Belastungen und damit einhergehend zu Muskelverspannungen und -abschwächungen. Durch gezielte Kräftigungs-, Dehnungs- und Mobilisationsübungen wird insbesondere die Rücken- und Bauchmuskulatur angesprochen und trainiert und dadurch die Wirbelsäule aufgerichtet und stabilisiert. Das hilft Rückenbeschwerden vorzubeugen. ▶

### **191-48520**

Gabriela Richartz

Di 19.02.–09.07.19 jew. 18.00–19.00, 15-mal

kein Kurs am 30.04.19

Zehntscheuer Plieningen, Mönchhof 7, 70599 Stuttgart

EUR 80.00

### **Bewegungskurse für Menschen 60+**

Diese Seniorenkurse sind keine Sport- oder Gymnastikkurse!

Der Schwerpunkt der Kurse liegt im Spaß und in der Freude am spielerischen Umgang mit der „bewussten“ Bewegung, nicht auf der sportlichen Herausforderung oder einer Leistungssteigerung.

---

### **LUST auf Bewegung –**

#### **Bewegung bringt mehr Lust am Leben! (1)**

für Menschen 60+

Fitness für Senior/innen.

Eine kunterbunte Mischung aus Übungen im Gehen, Stehen, Sitzen und Liegen ergeben ein abgerundetes Programm für den ganzen Körper.

Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

### **191-50780**

Ruth Jentner

Di 19.02.–02.07.19 jew. 09.00–10.30, 15-mal

Altes Rathaus Plieningen, Goetzstraße 1, 70599 Stuttgart

EUR 111.00

---

### **LUST auf Bewegung –**

#### **Bewegung bringt mehr Lust am Leben! (2)**

für Menschen 60+

Spaß und Freude an der Bewegung hält fit.

Eine bunte Mischung aus Achtsamkeitsübungen im Gehen, Stehen und Sitzen ergeben ein abgerundetes Programm für den ganzen Körper. Die zwanglose Atmosphäre beim Üben steht im Vordergrund. Wir üben nicht im Liegen!

Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

### **191-50790**

Ruth Jentner

Di 19.02.–02.07.19 jew. 10.45–11.45, 15-mal

Altes Rathaus Plieningen, Goetzstraße 1, 70599 Stuttgart

EUR 74.00

## Englisch

---

### **Englisch, Thursday Afternoon Conversation (B2)**

#### **191-64780**

Terezia Sutyinszki

Do 21.02.–06.06.19 jew. 15.00–16.30, 12-mal

Gemeindezentrum, Steinwaldstr. 4, 70599 Stuttgart

EUR 115.00 inkl. Zusatzmaterial

reduzierte Teilnehmerzahl

ab Lektion 4, Lehrbuch: First Choice B2, Cornelsen Verlag,

ISBN: 978-3-464-20514-3

## Spanisch

---

### **Spanisch, Grundstufe VI (A2)**

#### **191-76370**

Antonieta San Martín de Freundorfer

Mo 18.02.–27.05.19 jew. 18.00–19.30, 12-mal

Paracelsus-Gymnasium Plieningen, Paracelsusstr. 36,  
70599 Stuttgart

EUR 149.00 Kleingruppe

ab Lektion 9, Con Gusto A2, Klett Verlag

---

### **Spanisch, Mittelstufe II (B1)**

#### **191-77108**

Antonieta San Martín de Freundorfer

Mo 18.02.–27.05.19 jew. 19.30–21.00, 12-mal

Paracelsus-Gymnasium Plieningen, Paracelsusstr. 36,  
70599 Stuttgart

EUR 149.00 Kleingruppe

ab Lektion 7, Con Gusto B1, Klett Verlag

### **Ansprechpartnerin**

#### **Sozialraumorientiertes Bildungsmanagement**

Raphaela Huber  
Fritz-Elsas-Straße 46/48  
70174 Stuttgart  
Telefon 0711 1873-725  
[raphaela.huber@vhs-stuttgart.de](mailto:raphaela.huber@vhs-stuttgart.de)

Ann-Kathrin Bienert  
Telefon 0711 1873-712  
[ann-kathrin.bienert@vhs-stuttgart.de](mailto:ann-kathrin.bienert@vhs-stuttgart.de)

#### **Anmeldung für Kurse**

volkshochschule stuttgart  
Telefon 0711 1873-800  
[www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de)

#### **Stadtteilbeauftragte für Degerloch**

Dr. Ulrike Zubal-Findeisen  
[degerloch@info.vhs-community.de](mailto:degerloch@info.vhs-community.de)  
Telefon 0711 674 777 9



volkshochschule stuttgart  
Fritz-Elsas-Straße 46/48  
70174 Stuttgart  
Telefon 0711 1873-800  
Fax 0711 1873-709  
[info@vhs-stuttgart.de](mailto:info@vhs-stuttgart.de)