

# PRESSEMITTEILUNG

Mit der Bitte um Veröffentlichung!

Von: Stefanie Rausch	Datum: 04.04.2018
Telefon: 0711/1873-774	E-Mail: stefanie.rausch@vhs-stuttgart.de

## Neues aus der vhs stuttgart

### Raus ins Freie: Outdoor-Aktivitäten im Frühling

**Pünktlich zum Frühling erweitert der Fachbereich Gesundheit und Bewegung der volkshochschule stuttgart sein Outdoor-Programm: Im Mittelpunkt stehen Golf-Schnupperkurse und Fahrsicherheitstraining für E-Bike-Fahrer.**

Wer sich im Frühjahr bewegen oder eine neue Sportart ausprobieren möchte, kann das bei der vhs stuttgart an der frischen Luft tun: „Neben unseren zahlreichen Kursangeboten, die in den Entspannungs- oder Gymnastikräumen stattfinden, wollen wir den Stuttgarterinnen und den Stuttgartern auch attraktive Kurse für draußen anbieten. So haben wir erstmalig eine Kooperation mit der SportKultur Stuttgart e.V. und bieten gemeinsam Golfkurse für Anfänger an“, erklärt Jonas Reck, Programmbereichsmanager für Gesundheit und Bewegung an der vhs stuttgart. Ab 20. April können Interessierte in den Golfschnupperkursen ohne Dresscode oder sonstige Etiketten einen Einblick in den Golfsport bekommen. Begrifflichkeiten wie „Chippen“, „Putten“ und der „lange Drive“ werden dabei verständlich erklärt. Für Berufstätige gibt es einen mehrtägigen After-Work Schnupperkurs am Abend. Ideal um sich gemeinsam draußen auf dem Golfplatz zu bewegen und nach der Arbeit abzuschalten. Der Golf Schnupperkurs am Wochenende bietet ab 21. April an acht Samstagen die Möglichkeit den Trend-Sport in aller Ruhe auszuprobieren.

Immer mehr Bürger steigen um: Das E-Bike macht fit, hält gesund und ist eine umweltfreundliche Alternative zum Auto. In der neuen Kursreihe der vhs stuttgart „Fit-for-ebike“, die ab 11. April startet, können Ein- und Umsteiger den richtigen Umgang mit dem E-Bike bzw. Pedelec lernen und nützliche Tipps und Tricks rund ums Rad erfahren. Wie wichtig hierbei der Sicherheitsaspekt ist, weiß Jonas Reck: „Auf den Straßen sind immer mehr E-

# PRESSEMITTEILUNG

Mit der Bitte um Veröffentlichung!

Von: Stefanie Rausch	Datum: 04.04.2018
Telefon: 0711/1873-774	E-Mail: stefanie.rausch@vhs-stuttgart.de

Bikes unterwegs. Das birgt natürlich auch Gefahren für den Fahrer, aber auch für die Fußgänger. Das richtige Handling mit dem E-Bike und der Umgang im Straßenverkehr müssen gelernt werden“. Deshalb werden im Workshop spielerisch auf einem Übungsparcours spezielle Fahrsituationen erprobt und so ein sicheres Fahrgefühl für das Rad entwickelt. Mit diesem Sicherheitspakt sind die Teilnehmer für alle Gegebenheiten des Straßenverkehrs gewappnet. Insgesamt wird es fünf eintägige Kurse gegenüber der Hans-Martin-Schleyerhalle geben.

Das Programm der vhs stuttgart reicht von der kulturellen über die berufliche, gesundheitliche und sprachliche Weiterbildung bis hin zu bedarfsgerechten Stadtteilangeboten. Alle Kurse und Veranstaltungen, das vhs Programm in digitaler Ausführung und eine Übersicht über alle Auslagestellen finden Sie unter: [www.vhs-stuttgart.de](http://www.vhs-stuttgart.de). Anmeldungen sind sowohl online über die Homepage, als auch von Montag bis Freitag, 8.00 – 20.00 Uhr und Samstag, 8.00 – 13.00 Uhr telefonisch unter 0711/1873-800 oder persönlich im TREFFPUNKT Rotebühlplatz, Rotebühlplatz 28, 70173 Stuttgart möglich.

Bei Fragen zum Programm und für Bildmaterial kontaktieren Sie bitte:

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit vhs stuttgart

Elvira Schuster, Tel.: 0711/1873-746, [elvira.schuster@vhs-stuttgart.de](mailto:elvira.schuster@vhs-stuttgart.de)

Stefanie Rausch, Tel.: 0711/1873-774, [stefanie.rausch@vhs-stuttgart.de](mailto:stefanie.rausch@vhs-stuttgart.de)