

mein monat

Österreichische Post AG • RM 94A641006 K
6410 Telfs • Nr. 1 • 16. Jänner 2020

zeitschrift für den wirtschaftsraum telfs

Der beste Service

FALCH

ELEKTRO GMBH

Obermieming 179, Tel. 0 52 64 - 52 16
falch@elektrofalch.at, www.elektrofalch.at

- **Elektrohandel**
- **Elektroinstallationen**
- **Hausgeräteservice**

■ In die Fasnächt gian!
Alle Infos in unserer Beilage

■ Extra: »Hochzeit«,
»Aus- & Weiterbildung«
und extra-monat Kühtai

FRÜHJAHRSPROGRAMM der
Volkshochschule
TELFS
zum Herausnehmen!

Taxi-Krankentransporte

- Dialyse-Fahrten
- Bestrahlungs-Fahrten
- Chemotherapie-Fahrten
- Reha- u. Kurfahrten

☎ 0800/17 18 19 **FÖRG** Telfs
☎ 0800/17 18 19 FREECALL

WILDERMIEING
gh
www.gerhardhof.at

Coming Soon



Mehr als 40 attraktive Massivhaus-Typen
mit unzähligen Variationen stehen zur Auswahl

www.bks-massivhaus.at

5
JAHRE
GARANTIE



Jetzt bestellen

Der neue Ford Puma.

ECOOBOOST HYBRID

FORD PUMA TITANIUM

- Dynamisches Design kombiniert mit durchdachter Funktionalität auf kompaktem Raum
- Innovativer und flexibler Gepäckraum inkl. Ford MegaBox für konkurrenzlose Alltagstauglichkeit
- Clevere Technologien und Assistenzsysteme wie z.B.: Ford CoPilot 360 oder FordPass Connect
- Jetzt auch mit modernster und sparsamer EcoBoost-Hybrid Technologie verfügbar

Jetzt ab

€ **19.690,-**¹⁾ bei Leasing.



(Prüfverfahren: WLTP**) NEFZ: Ford Puma: Kraftstoffverbrauch innerorts 5,0 – 5,5 l/außerorts 4,0 – 4,1 l/kombiniert 4,3 – 4,6 l/CO₂-Emission 99 – 106 g/km
WLTP: Ford Puma: Kraftstoffverbrauch kombiniert 5,6 – 6,0 l / CO₂-Emission 127 – 136 g / km

Autopark

INNSBRUCK | Tel. 0 512 - 3336-0

VOMP | Tel. 0 52 42 - 642 00-0

WÖRGL | Tel. 0 53 32 - 737 11-0

KIRCHDORF | Tel. 0 53 52 - 645 50

TELS-PFAFFENHOFEN | Tel. 0 52 62 - 654 00

WWW.AUTOPARK.AT

(**Werte nach dem Prüfverfahren WLTP ermittelt, bei NEFZ rückgerechnet. Weitere Informationen zum offiziellen Kraftstoffverbrauch und den offiziellen spezifischen CO₂-Emissionen neuer Personenkraftwagen können dem Leitfaden über den Kraftstoffverbrauch, die CO₂-Emissionen und den Stromverbrauch neuer Personenkraftwagen entnommen werden, der bei allen Ford Vertragspartnern unentgeltlich erhältlich ist und unter <http://www.autoverbrauch.at/> heruntergeladen werden kann.)

Symbolfoto 1) Unverbindlich empfohlener, nicht kartellierter Aktionspreis (beinhaltet Händlerbeteiligung, Modellbonus, Innovationsprämie und Ford Bank Bonus) inkl. USt und NoVA und 5 Jahre Garantie (beginnend mit Auslieferungsdatum, beschränkt auf 100.000 km), gültig bis 31.12.2019 bei Ford Bank Leasing. Leasingrate € 79 zzgl. € 200 Bearbeitungsgebühr und 1,17% gesetzlicher Vertragsgebühr, Laufzeit 36 Monate, 30% Anzahlung, 30.000 km Gesamtfahrleistung, Fixzinssatz 4,9%, Gesamtbelastung € 21.947,10 gültig bis auf Widerruf, freibleibendes Angebot, vorbehaltlich Bonitätsprüfung der Ford Bank Austria. Nähere Informationen auf www.ford.at.

fasnacht kimm und bleib decht do!



In Telfs kommt man derzeit an der Fasnacht nicht vorbei. Im Geheimen wird an Wagen gearbeitet und an Sprüchen gedichtet und bei den offiziellen Anlässen wird von den Fasnachtlern (diesmal sind es 503 (!) Aktive) Gemeinschaft und Feierlaune demonstriert.



Bei der Stefanisierung am 26. Dezember wurde vom Fasnachtskomitee unter Fasnachtsobmann Bgm. Christian Härting noch Organisatorisches besprochen und Anfragen beantwortet, beim Nazausgraben am Dreikönigstag waren dann die ersten starken Sprüche hörbar. Dass dabei ein Video

auftauchte, in dem die Machenschaften des »Telfer HC« (Anm. Härting Christian) aufgedeckt wurden, erheiterte die zahlreichen ZuschauerInnen ebenso wie die markanten Begrüßungssprüche der Gruppen an den Naz.

1 Feierlich stimmten die Herolde mit Fanfaren auf die Fasnacht ein **2** Das Komitee zeigte sich zufrieden mit den Vorbereitungsarbeiten der Gruppen **3** Erstmals wurde die Abfolge der Wagen beim Abfahren ausgestellt **4** Die Bären kamen mit Esel in den Rathaussaal **5** Die Soafnsieder mit Mu-

sikbox **6** Und zwischendurch ein Schnapsl ... **7** Im Anschluss an die Sitzung gingen manche Gruppen (hier die Musibanda) ihre »Gotln laden« **8** Die Laninger haben ihren Naz wieder! **9** Eigenartige Gestalten (hier bei den Soafnsiedern) kamen bei der Naz-Begrüßung zu Wort **10** Die Schleicher, bei der Fasnacht hinter Drahtmasken, gaben sich auch hier inkognito **11** Die (teilweise neuen) Gotln der Gruppen beim

ersten offiziellen Auftritt **Mehr über das Fasnachtstreiben und die einzelnen Gruppen finden Sie in unserer mein monat Sonderbeilage in dieser Ausgabe!**



1. 2. 2020
STÖTTLALM WINTERFEST
mit Einblicken in die neue Küche und Thomas Daubek live
Tickets im Alpenresort Schwarz
Tipp: Täglich Almfrühstück!

stöttlalm
Täglich 9.30 - 17 Uhr
Abendreservierung ab 10 Personen
www.stoettlalm.at

Fleisch & Wurstspezialitäten seit 1958 P direkt vorm Haus

LECHNER RAUTH

Karl-Schönherr-Str. 7 · Telfs Tel. 05262-62339

Montag geschlossen DI – FR 7.30–12 Uhr + 15–18 Uhr · SA 7.30–12 Uhr

62 Jahre ... immer aktuell und preiswert

TOP-Qualität

Bei uns bekommen Sie garantiert Tiroler bzw. österreichische Qualität. Wir erzeugen unsere Fleisch- und Wurstwaren zu 85% selbst, pikant gewürzt und mit wenig Fett – also einfach Lechner-Rauth-Qualität.

Selchschofp
mild gesalzen und schonend geräuchert

Aktionspreis 1 kg **6,97**

Schulterbraten
vom Gustinoschwein

Aktionspreis 1 kg **6,65**

würzige Burenwurst

Aktionspreis 10 dag **0,59**

aromatischer Haus-Fleischkäse
beste Fleischerqualität in Scheiben zum Abbraten

Aktionspreis 10 dag **0,78**

Solange der Vorrat reicht

Unsere Qualitätsversprechen

- Keine versteckten Kosten
- Große Modellauswahl aller Hersteller
- Service- und Unfallhistorie dokumentiert
- Kilometerstand garantiert
- Europaweite Mobilitätsgarantie
- Regelmäßig gewartete Fahrzeuge

Alle Fahrzeuge inkl. 3 Jahre Garantie

KFZ-Fachwerkstätte – Karosserie & Lackierarbeiten · Telfs · Saglstr. 69c · T 05262-62262 · www.autozentrum-west.at

auftritt der marktgemeinde telfs ins neue jahr



Bürgermeister Christian Härting lud zum Neujahrsempfang in den Telfer Rathausaal ein. Bei einem ausführlichen Rückblick (da im letzten Jahr aufgrund des Tiroler Balls in Wien kein Neujahrsempfang stattfand) und einem Ausblick auf das Jahr 2020 – ein Faschachtsjahr – zog er dabei Bilanz über die Entwicklungen der Marktgemeinde im letzten Jahr und stellte starke Impulse für die Förderung von Wirtschaftsbetrieben sowie die Belebung des Orts-

zentrums in Aussicht. Zahlreiche Festgäste begrüßten mit ihm das neue Jahr, darunter auch einige Telfer EhrenbürgerInnen und EhrenzeichenträgerInnen. Zu letzteren gesellte sich beim Neujahrsempfang als neues Mitglied Hansjörg Hofer.

1 Vize-Bgm. LA Cornelia Hagele stieß mit Dekan Peter Scheiring auf das neue Jahr an 2 Raiffeisen Telfs Mie- ming-Dir. Andreas Wolf (l.), Bgm. Klaus Stocker (Wildermieming) 3 Christian Santer (Referatsleiter Sportzentrum, Michael Löffler (r.) 4 RA Karl Janovsky (Präs. Tiroler

Skiverband), Alois Föger (r.) 5 Dir. Landesmusikschule Telfs und Umge- bung Oliver Felipe Armas mit seiner Frau Maria 6 Die Big Band der Landesmusikschule spielte auf 7 V.l. NR Rebecca Kirchbaumer, Komm.Rat Arthur Thöni und seine Tochter Margit 8 v.l. GR Georg



Jetzt anmelden! Schülerhilfe! Das Original. Seit 1974.

5 weg oder Geld zurück!

Individuelle Nachhilfe • Größte Flexibilität
Qualifizierte Nachhilfelehrer
Bessere Noten

Schon ab **9,50 €** pro Unterrichtsstunde (45 Min.)

Lassen Sie sich beraten: **05262 - 63376**

1 Sondertarif: Infos unter www.schuelerhilfe.at/5weg
2 Ausführliche Informationen erhalten Sie vor Ort.

Zentralmatura-Training!

Telfs • Obermarktstr. 2
Innsbruck • Hall • Schwaz • Wörgl
www.schuelerhilfe.at



Trendig und BARRIEREFREI

INSTALLATIONEN MAIR

PERSÖNLICH - BEHAGLICH - EMPFEHLENSWERT

6422 Stams | Tel: 05263-51720

www.installationen-mair.com

Pfanzelt, GR Klaus Schuchter, Stefani Härting 9 v.l. Noam Schwarz, Claudia Mark (Abteilung Kunst und Kultur) und Reinhard Weiß (r., Referatsleiter Umwelt/Forst 10) Erfreulich klingelte es in der Spendenkassa für die Neugestaltung des Fasnachtsmuseums: v.l. Kassenleiterin Doris Schiller, Barbara und GF Helmut Thöni, Otto Petuzzi 11 v.l. Helmut Hörmann (Chronistenkollege und Laudator für Hansjörg Hofer) mit seiner

Margit, Ferdinand Koch und Landeschronist Oswald Wörle 12 v.l. Mathilde und Horst Lukanz, Karin und Franz Haselwanter 13 v.l. Sabine Spari-Schleifer, Alexandra Welzenberger, Michaela Burger-Simmerl und Larissa Pöschl (Sozial- und Gesundheitssprengel) 14 v.l. Helmut Hörmann, Vize-Bgm. Christoph Walch, Vize-Bgm. Cornelia Hagele, Gabi Hofer, Hansjörg Hofer, Bgm. Christian Härting

14



Fotos: Offer

SPORT MODE TRACHT **MAURER**
MIEMING

**Top Marken zu
Schnäppchenpreisen!**

WINTER SALE

VON -30% BIS -50% ... und mehr

Direkt an der Bundesstraße Mieming · Tel. 05264 5381 · www.sportmaurer.at

DAUERHAFTE HAARENTFERNUNG mit höchster Präzision!



Bei der **Laser-Haarentfernung mit dem Hochleistungs-Diodenlaser** der Firma Asclepion wird die Energie des Lichts genutzt, um das Nachwachsen der Haare zu verhindern. Dabei dringt das Licht mehrere Millimeter in die Haut ein, um das Haarfollikel zu erreichen und in der Tiefe zu verbrennen.

An jeder Stelle deines Körpers schaffen wir durch das Lasern, dich haarfrei zu machen!

Wir haben die Lösung für Frauen und Männer, wir nehmen uns Zeit für eine individuelle Beratung und klären euch auf. **Vereinbare jetzt einen Termin.**



KATHARINE RANDOLF

KARA Beauty-Sports-Health

Am Setzberg 3 · 6423 Mötz

Telefon 0676 9535813

mail@kara-info.com



kunst kaufen und gutes tun



Foto o.l.: Bgm. a.D. Helmut Kopp wurde von den Cheerleadern der Telfs Patriots nach oben geleitet, Foto o.M. Kulturreferent GV Josef Federspiel, Bgm. Christian Härting, Raiba-Prokurist Christoph Allegranzi, Bella Kopp, Doris Schiller, Helmut Kopp, Foto r.: Christl und KR Arthur Thöni

Eine Benefizaktion, aber auch ein gesellschaftliches Ereignis war die Kunstauktion zugunsten von »Telfer helfen Telfern« im Dezember in der Raiffeisen-Galerie Telfs. Und nicht zuletzt war der Abend auch eine Hommage an Bürgermeister a. D. und Telfer-helfen Telfern-Obmann Helmut Kopp, der heuer 80 wurde.

Der Hilfsverein »Telfer helfen Telfern« wurde 1999 zu Helmut

Kopps 60. Geburtstag ins Leben gerufen. Heuer feierte Kopp seinen 80er und »ThT« wurde 20. Grund genug für die Benefizveranstaltung, die viel Prominenz anlockte. Zum Verkauf standen 20 Gemälde, die eine ungenannt bleiben wollende Spenderin zur Verfügung gestellt hat, dazu weitere Bilder von Jakob Auer, Fred Zorzi, Hermann Pirkner und Hans Seifert. Allerdings gab es keinen Auktionator, der den Hammer

schwang, denn das Ganze war eine stille Auktion. Die Gemälde werden in der Galerie in einer Ausstellung präsentiert und jeder Interessierte konnte noch ein paar Tage seine Gebote per E-Mail abgeben. Es gibt auch einen Katalog, in dem die Werke abgebildet sind. Nähere Infos: telferhelfentelfern.at (hier kann man auch die zahlreichen Scheckübergaben Revue passieren lassen...) Der Beifall und das Interesse der vielen Besucher galt aber nicht nur den Gemälden, sondern auch Helmut Kopp, Seele und Kopf von »Telfer helfen Telfern«. Seit zwei Jahrzehnten ist er unermüdlich tätig, um Spenden zu sammeln. Hunderten in Not geratenen Telferinnen und Telfern wurde seither rasch und vor allem unbürokratisch geholfen. In den letzten Jahren wird der Obmann dabei vor allem von ThT-Kas-

sierin Doris Schiller tatkräftig unterstützt, die zusammen mit zahlreichen HelferInnen auch die Kunstauktion organisiert hat. Dank und Anerkennung für Helmut Kopp, der mit Gattin Bella zur Auktion gekommen war, kam an diesem Abend nicht nur von prominenten Besuchern der Auktion wie Bgm. Christian Härting und Arthur Thöni. Auch mehrere Vereine und vor allem einige Faschachtsgruppen waren angetreten, um den Alt-Obmann hochleben zu lassen. Die Cheerleader der Telfs Patriots begrüßten die Gäste. Eine Abordnung des SV Telfs mit Marcel Schreter an der Spitze überreichte eine Spende von 600,- Euro, die durch Strafgelder der Fußballer zusammengekommen ist. Die Fasnacht-Herolde brachten Kopp ein Ständchen. Die sonstige musikalische Gestaltung des Abends übernahm ein hochkarätiges Duo: Frajo Köhle und Mark Hess sorgten mit ihren schwungvollen Stücken für Stimmung, darunter auch eine Eigenkomposition, die sie nach der Auktion auch am 24. Dezember bei »Licht ins Dunkel« im ORF spielten.



So haben die Strafgelder auch was Gutes: der SV Telfs spendete € 600, für ThT

Mittendrin im Arbeitsleben

Das vom Land Tirol geförderte Projekt »Mittendrin« ermöglicht es Menschen mit Behinderungen und hohem Unterstützungsbedarf, einer Beschäftigung am Ersten Arbeitsmarkt mit Entlohnung und sozialversicherungsrechtlicher Absicherung nachzugehen.

Dabei werden Menschen mit Lernschwierigkeiten oder Behinderungen beim Übergang in den

ersten Arbeitsmarkt begleitet, um für sie eine Alternative zur Tagesstruktur in Werkstätten und geschützten Einrichtungen zu finden. Soziallandesrätin Gabriele Fischer (am Foto l.) besuchte in diesem Zusammenhang den Projektteilnehmer Enes Sertkaya (r.) an seinem Arbeitsplatz im Sozial- und Gesundheitssprengel Telfs und Umgebung. »Enes Sertkaya absolviert seit Juni im Sozial- und Ge-

sundheitssprengel Telfs und Umgebung ein Praktikum, das nun in ein reguläres Arbeitsverhältnis umgewandelt wird«, berichtet Larissa Pöschl, Leiterin des Sozial- und Gesundheitssprengels Telfs und Umgebung. Ob Telefondienst, Scannen oder bei der Organisation der Nikolausfeier – der 23-Jährige ist bei vielen Aufgaben der Bereichsleitung Pflege des Sozial- und Gesundheitssprengels im Einsatz. »Ganz wichtig ist es, dass auch die Räumlichkeiten meines Arbeitsplatzes barrierefrei sind«, betont Enes Sertkaya. Bei der Suche nach einem Praktikum, aber auch während des Praktikums war die Begleitung und Unterstützung durch die MitarbeiterInnen des Projekts »Mittendrin« besonders hilfreich. Von 2012 bis Ende 2018 ist es gelungen, 60 Menschen mit Behinderungen auf den Ersten Arbeitsmarkt zu vermitteln. Im Jahr 2018 wurden seitens des Landes 1,4 Millionen Euro für dieses Projekt aufgewendet.



Foto: Land Tirol/Reichkenderl

m kurz notiert

Kunstexport ins Oberland

Ab Donnerstag, 16. Jänner (heute) sind Werke der Untermieminger Künstlerin Eva Maria Huter im Atelier im Karnnerwald bei Gerald Kurdoğlu Nitsche in Landeck zu sehen.

Unter dem Titel »Achtung?« stellt Eva Maria Huter Bilder und Skulpturen aus, die Ausstellung kann bis 8. Februar besichtigt werden, und die Besonderheit dieser Galerie: zugänglich zu »jeder Tages- und Nachtzeit«: 0 676 / 613 00 98 steht auf der Einladung. Über ihre Werke sagt Eva Maria Huter: »In meinen Arbeiten beschäftige ich mich mit den Problemen des Seins, der Zeit und nutze dreidimensionale und eindimensionale Werke als Spiegelbild der Zustände der Zeit. Ich experimentiere mit verschiedensten Materialien und setze mich mit dem Materialismus dem »material turn« in der Bildenden Kunst auseinander,



Bei den **PREMIERE WOCHEN** bis zu € 6.000,- sparen!¹⁾

Der neue Renault CAPTUR



Der neue
CAPTUR

ab € 15.340,- inkl. Finanzierungs- und Versicherungsbonus²⁾

Alle Preise und Aktionen verstehen sich inkl. USt, NoVA, Händlerbeteiligung und Boni (Modell-, Öko-, Finanzierungs- und Versicherungsbonus) und der Eintauschprämie, für Verbraucher, bei Kaufvertragsabschluss eines neuen Renault PKW von 02.01. bis 31.01.2020. Nur gültig bei Finanzierung über Renault Finance (RCI Banque SA Niederlassung Österreich). Beschriebene Ausstattungsmerkmale sind teilweise nur optional verfügbar. 1) Maximale Ersparnis errechnet sich aus Öko-Bonus inkl. Eintauschprämie und bezieht sich auf das Modell Renault Espace Blue dCi 160. 2) Finanzierungsbonus iHv bis zu € 1.000,-, abhängig vom finanzierten Modell (Mindestlaufzeit 24 Monate, Mindest-Finanzierungsbetrag 50 % vom Kaufpreis) und Versicherungsbonus iHv € 500,- (gültig bei Finanzierung über Renault Finance und bei Abschluss von Vollkasko- und Haftpflichtversicherung bei carplus / Wr. Städtische mit Mindestlaufzeit 36 Monaten. Es gelten die Annahmerichtlinien der Versicherung.) sind freibleibende Angebote von Renault Finance, gültig für Verbraucher. Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten. Symbolfotos.

Kombinierter Verbrauch von 4,7–6,4 l/100 km, CO₂-Emission von 124–145 g/km, homologiert gemäß WLTP.

renault.at

Renault Premieren-Wochen im Jänner!

**Wir feiern den neuen
RENAULT CAPTUR
und alle Renault-Modelle
feiern mit!**

Feiern Sie mit und profitieren Sie bei vielen Modellen von:

- Öko-Eintauschprämie mit bis zu € 6.000,- Ersparnis
- Finanzierungs- und Versicherungsbonus
- Vorteilhafte Leasing-Angebote



Autohaus Rudolf Neurauter

Staudach 23 · 6422 Stams · Tel. 05263/6410
www.neurauter.info



2-Roll Service und Verkauf

Kommen Sie vorbei und machen Sie eine Probefahrt mit dem neuen Renault Captur!

Dreistimmig mit Klangfieber »angesteckt«

Die Musikgruppe »Klangfieber« feierte das 10-jährige Jubiläum mit ihrer ersten eigenen CD »Dorfkindmomente«

Gemeinsam haben die drei MusikerInnen Alexandra Schorat, Manuela Kranebitter und Martin Bonfanti ihren Heimatort Rietz und ihre Leidenschaft für harmonische Klänge. „Seit rund zehn Jahren spielen wir bei verschiedensten Anlässen wie Hochzeiten, Taufen u.Ä. auf, seit vier Jahren präsentieren wir dabei auch immer mehr eigene Kompositionen in deutscher Sprache“, erklärt Martin Bonfanti, aus dessen Feder die meisten der Lieder stammen. Kennengelernt haben sich die drei bei der Landesmusikschule Mittleres Oberinntal, alle hatten Jazz- und Populargesang im Einzelunterricht belegt, bis die Gesangslehrerin sie für einen Vortragsabend „zusammenspannte“. „Die Chemie hat von Anfang an gestimmt“, meint Manuela Kranebitter und so wurde die

musikalische Zusammenarbeit intensiviert. „Ich würde sagen, dass unserer Musikgruppe »Klangfieber« eindeutig unser Haupthobby ist“, lacht Alexandra Schorat. Etwa zwei Mal im Monat wird zusammen für kommende Auftritte geprobt oder an neuen Liedern gefeilt. Vor kurzem haben sie nun gemeinsam mit Band im Studio von Manfred Unterwaditzer in



Foto: Licht-Klick/Photografie

Ötztal-Bahnhof die erste CD eingespielt – „da sind die Proben dann deutlich mehr geworden...“ Musikalisch unterstützt wurden sie dabei von Flo Spieß aus Wattens am Schlagzeug, Thomas Fischer aus Mieming am E-Bass und Thomas Oleschko aus Mötz an der E-Gitarre. Aber

auch selbst greift die Gruppe Klangfieber in die Tasten oder an die Saiten – Martin Bonfanti spielt Keyboard und Zichor- gell, Manuela Kranebitter Gitarre und Percussion. Auf dem Album »Dorfkindmomente« sind zwölf

selbst komponierte und getextete Lieder in deutscher Sprache und Tiroler Dialekt. „Bei der Präsentation im vollen Rietzer Gemein- deaal haben wir viele tolle Rückmel- dungen bekommen, die zeigen, dass diese Art der Musik an- kommt“, freuen sich die Musike- rInnen, die den Musikstil als tirolerische Form von Austropop, ge- paart mit rockigen Elementen be- zeichnen würden. Schnelle und langsamere Nummern wechseln sich ab, die Titel »Geh ma ausm Liacht«, »Frei wie ein Düsenstrahl« oder »Wann, wenn nicht jetzt« und »Du bist« versprechen zudem inhaltlichen Tiefgang. **Die CD kann gerne bestellt werden: E-Mail: info@klang-fieber.at, wei-**

tere Infos zu den MusikerInnen auf www.klang-fieber.at

*Text »Dorfkindmomente«:
Wenn du weißt, dass Kühe
nicht lila sind,
dass man gelben Schnee nicht
für Zitroneneis nimmt.
man ne 40 km entfernte Stadt
benennt,
weil keiner das Dorf wo du
herkommst kennt.
Wenn du vor Schlaglöchern keinen
Vergnügungspark brauchst,
schöne Aussicht gegen Handyemp-
fang tauschst.
Wenn du Wege nimmst, die
Googlemaps nicht kennt,
ja dann ist das ein
Dorfkindmoment.*



Foto: Andreas Kraxner



„Disziplin bei den Proben gehört dazu, aber der Spaß ebenso!“ Auf der Bühne zeigen die drei, dass sie musikalisch und stimmlich einiges zu bieten haben...

mit viel bewegung ins neue jahr gestartet



Das alljährliche Neujahrsevent am Grünberg in Obsteig sorgt gleich zu Beginn des neuen Jahres garantiert für gute Stimmung – das war auch am 1.1.2020 nicht anders.

Die »Organisationszwillinge« Egon und Florian Schennach hatten wieder in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Obsteig und mit dem TVB Innsbruck und seine Regionen ein mitreißendes Programm zusammengestellt und so wurde einem beim Mitschunkeln, Mittanzen und Mitklatschen garantiert warm. Zuerst heizte DJ Alex Weber dem Publikum mit der ORF Tirol Hitbox ein, dann sorgte »Gina aus Kuba« für karibische Rhythmen und »Die Bärigen Tiroler« lockten noch die letzten Tanzmuffel auf den Platz vor der Bühne.

1 Bei YMCA von den Village People tanzten alle mit **2** DJ Alex Weber von der ORF Hitbox konnte unter anderem auch ein junges »Luftgitarrentalent« aus Deutschland auf der Bühne begrüßen **3** v.l. Organisator Florian Schennach, »Gina aus Kuba«, Bürgermeister Hermann Föger und seine Partnerin Noris **4** Susanne Scherer (l.) und Sandra Falkner vom Skiklub Obsteig sorgten hinter der Bar für das leibliche Wohl der BesucherInnen **5** v.l. Claudia Larcher, Christa Klieber (Gärtnerei Klieber), Katrin Heirich **6** Kuscheilig verpackt: v.l. Helga Wille (Telfs), Christine Schöpf (Mieming), Margit Kluibenschädl (Innsbruck) **7** GV Michael Ebenbichler aus Telfs (hockend r.) feierte mit Familie und Freunden in das neue Jahr hinein

Fotos: Offer

FLOHMARKT!

Jetzt –50%

Hosen und Pullover	€ 39.90
Schuhe und Taschen	€ 29.90
Winterjacken ab	€ 50.00
Blazer	€ 29.90

moden
zorzi
TELFs UNTERMARKT

www.moden-zorzi.at

Ihr Profi vor Ort



HGT
Infrarotkabine?
Silz · 05263 - 20 280
.....> www.hgt.tirol



Rauchzeichen trifft
STEINREICH
Räucherwerk · Klangschalen
Ätherische Öle · Biokosmetik
Essenzen · Kraftsteine
Raumdüfte · Parfums
Saglststraße 16 · Telfs im
Feuerhaus Rohowsky
Tel. 05262 62581
Onlineshop auf
www.rauchzeichen.at



AUTOZENTRUM WEST
JETZT NEU
§ 57a Pickerl-Überprüfung für PKW & Nutzfahrzeuge bis 3,5 t inklusive einem Hightech 3D-Achsmesstand! Für Achsvermessungen aller Fahrzeugtypen.
Tel. **05262 62262** www.autozentrum-west.at



BODENLEGER
Oliver's
Boden Express
Oliver Dallagiovanna
Bundesstr. 10 · 6421 Rietz · Tel. 0664 350 80 21
www.oliversbodenexpress.com



EAC
Fliesen Naturstein Granit Parkett Laminat
Planung Beratung Verkauf Zustellung Verlegung
SCHAURAUM TELFS Saglststraße 35 · T 05262 63330
Mobil 0676 9756577 · www.ea-ceramic.at



Holz Häuser
Dachstuhl Aufstockungen
Dachsanierung
Individual-Holzbau
DACH+FACH
HOLZBAU GMBH
POLLINGSTRASSE 1
GEWERBEGASSE 1
A-6404
TEL. 0664 3026 0113
FAX 0664 3026 0114
info@dachundfach.at
www.dachundfach.at



INSTALLATIONEN KRATZER
Walter Kratzer · Wegscheide 7
RIETZ · office@installationen-kratzer.at
Tel. **0660 - 7306949**
www.installationen-kratzer.at



Glatzbau
Der Spezialist für Einfamilienhäuser!
• Rohbauten • Umbauten • Sanierungen • Innenputz • Vollwärmeschutz
Glatzbau - Glatz Daniel
Höhenweg 19a | A-6421 Rietz
Tel: **+43(0)664 / 43 55 533**
www.glatzbau.at

Haus: Glatzbau

Wer jetzt im Frühjahr plant, sein Haus zu sanieren oder umzubauen bzw. einen Neubau in Angriff zu nehmen, findet im Bauunternehmen Glatzbau in Rietz den richtigen Ansprechpartner.

Da kann man sich entspannt auf die eigenen vier Wände freuen: Wenn GU Daniel Glatz in Zusammenarbeit mit heimischen Handwerkerfirmen aus der Umgebung Hand anlegt, werden Wohnräume zuverlässig und termingerecht wahr.

Rohbau: Die Errichtung des Rohbaus von Einfamilienhäusern und Kleinwohnanlagen inklusive Trockenausbau und aller Dämm- und Verputzarbeiten.

Schlüsselfertige Häuser: Die schlüsselfertige Herstellung von Einfamilienhäusern. Die Erstellung des Rohbaus erfolgt durch die Firma Glatzbau, die Ausbauarbeiten in Koordination mit von der Firma Glatzbau organisierten Firmen.

Vollwärmeschutz: Anbringung von Vollwärmeschutz an Alt- und Neubauten mit freier Materialwahl durch den Auftraggeber.

Weitere Leistungen: Erstellung von Fundamenten, Stützmauern etc., Außen- und Innenputzarbeiten, Dämmungen. Besonders bei Umbauten kann das Unternehmen durch die langjährige Erfahrung und das Know-how den Geld- und Zeitaufwand optimieren. Generalunternehmer Daniel Glatz berät Sie gerne persönlich in einem unverbindlichen Beratungsgespräch.

Baufirma Glatzbau, Höhenweg 19 a, 6421 Rietz, weitere Informationen und Terminabsprache unter www.glatzbau.at, email: glatzbau@ft.at, Tel. 0664/4355533.



miet-lagerboxen
für Haushalte & Gewerbe
von 5 - 100 m²
Kurzzeitmieten
ab 3 Monate!
Gewerbepark RISA | Sagl 2a, 6410 Telfs | Tel. 05262 63365-0
Infos und Preise unter
www.risa-lagerbox.at | info@risa.at



ZOLLER PRANTL SYSTEM
FENSTER • TÜREN • WINTERGARTEN • SONNENSCHUTZ • RENOVIERUNG
HAIMING · T 05266 88564
zp-system.at



INFRAROTHEIZUNG
modernes, effizientes Heizen made in Austria
Innovative Heiztechnologie schafft Wohlfühlklima durch angenehme Strahlungswärme wie bei einem Kachelofen. Ökologisches, gesundes Heizen! Vereinbaren Sie einen Termin, wir beraten Sie gerne.
Termin & Kataloganforderung:
Rotaflux GmbH · 6423 Mötz · Tel. 05263/5555
office@rotaflux.at · www.rotaflux-wellness.at



FREUDENTHALER
exzellent behandelt
Freudenthaler GmbH & Co KG
6401 Inzing · Schießstand 8 · Tel. 05238-53045
office@freudenthaler.at · www.freudenthaler.at



Beauty Vibes
POWER PLATE.
Der 10 Minuten Erfolg
Telfspark
Michael Seeberstr. 3 Telfs
www.beauty-vibes.info Tel. 0676 3427704



BAUWERKS-ABDICHTUNGEN
BITUMENDÄCHER
FLÜSSIGABDICHTUNGEN
FOLIENREPARATUREN
DÄCHER WEDI
GMBH
www.daecher-wedi.com
+43 650 63 50 632



Bergmaschin
Verkauf & Service
rund ums Rad
Tiroler Straße 68 · Silz
T 0660-2426297
www.bergmaschin.at



BILGERI
RAUMTEXTIL
Griesgasse 5-7 · 6410 Telfs
+43 (0)5262 62 570 · www.bilgeri-raumtextil.at

Zusammenarbeit mit sozialen Zielen

Der Autopark und das Rote Kreuz freuen sich bei der Übergabe eines speziell umgebauten Ford Transit Custom in der 5. Autopark-Filiale in Telfs-Pfaffenhofen über eine erneute Kooperation.

Im Rahmen der Initiative »Griß enk« wird das Fahrzeug schwerpunktmäßig für Zubringerdienste von KlientInnen des Sozial- und Gesundheitssprengels Telfs und Umgebung vom ehrenamtlichen Team »Betreuter Fahrdienst« des Roten Kreuzes Telfs verwendet. »Wir sind als Autopark enorm stolz darauf, dem unermüdlichen Einsatz der ehrenamtlichen Menschen unseres Landes und damit auch den betreuten Personen mit diesem Fahrzeug eine wertvolle Unterstützung bieten zu können« erklärt Autopark Inhaber und Geschäftsführer Mag. Michael Mayr. Am Foto v.l.: Billy Keller (Autopark: Filialleiter Telfs-Pfaffenhofen), Wal-

ter Bernabe (Autopark), Hansjörg Kathrein (Österreichisches Rotes Kreuz, Bezirksstelle Telfs: Teamleiter »Betreuter Fahrdienst«), Peter Raffelsberger (Österreichisches Rotes Kreuz, Bezirksstelle Telfs: Referent für Gesundheits- und Soziale Dienste), Mag. Daniel Struggl (Bezirksgeschäftsführer Rotes Kreuz Telfs), Autopark-GF Mag. Michael Mayr



Foto: Autopark Telfs/Pfaffenhofen

IHR ELEKTRIKER IN TELFS

elektrotechnik

studio 1

elektro installation planung

m 0676 847080500

6410 telfs untermarkt 23

sg@studio-1.at / www.studio-1.at

Geht nicht?

Von schnell bis speziell!

Gibt's nicht!

• beratung • neuinstallation • sanierungen • verkauf

• edv-tv + sat-anlagen • reparaturen • kundendienst

• service • angebotsprüfungen

GEMEINSAM ZUM ERFOLG

Ausbildungsplätze in
TELFs & LANDECK

thöni DEIN WEG ZUM PROFI

Lehrberufe mit Top-Perspektive

MECHATRIKER (M/W)

MASCHINENBAUTECHNIKER (M/W)

ELEKTROTECHNIKER (M/W)

KONSTRUKTIONSTECHNIKER (M/W)

SCHNUPPERN JEDERZEIT MÖGLICH!



www.thoeni.com

leistungsabzeichen für inzinger jungschützen

Foto: Schützenkompanie Inzing



15 Jungmarketerinnen und Jungschützen der Kompanie Inzing legten kürzlich die Prüfung für das Jungschützen-Leistungsabzeichen ab. Fünf Mädchen und zehn Burschen stellten sich den Fragen der Prüfungskommission. Sieben von ihnen traten zum Erwerb des Abzeichens in Gold an (Altersklasse bis 18 Jahre), fünf strengten das Abzeichen in Silber an (bis 14 Jahre) und drei jenes in Bronze (bis 12 Jahre). Die Prüfungsthemen umfassten die Geschichte Tirols eben-

so wie die Geographie des Landes, das Tiroler Schützenwesen oder die Religion. Gold: Lena Gaßler, Simon Gastl, Florian Gollner, Hannah Hurmann, Martin Löffler, Noah Löffler, Theresa Reinisch Silber: Andreas Kugler, Maximilian Schnaitter, Magnus Ranhartstetter, Pius Rauch, Florian Reinisch Bronze: Florian Kugler, Hannah Popatnig, Pia Ziegler, Am Foto oben mit Betreuer Albert Maurer (l.) und Bataillonskommandant Mjr. Stephan Zangerl (r.)

mieming begrüßt das neue jahr

Gemeinsam im Dreivierteltakt ins neue Jahr – das hat in Mieming mittlerweile schon Tradition. Das Festival Sinfonietta Linz spielte heuer bereits zum 8. Mal zum Neujahrskonzert im Gemeindesaal auf. Vorher gab es für den Gemeinderat, Wirtschaftstreibende, Vereinsobleute, neue Mieminger GemeindebürgerInnen und Gäste aus den umliegenden Gemeinden einen Rückblick und Ausblick von Bürgermeister Franz Dengg. **1 v.l. GR Gebhard Walter; GR Maria und Edi Thurnwalder 2 Bgm. Michael Kluibenschädl (Möztz), Vize-Bgm. Gerhard Wallner (Stams)**

3 Michaela Gürtler (VS-Dir. Barwies), Dr. Christiane Oberleit 4 Lui Chan (M.) von der Festival Sinfonietta Linz ist Stehgeiger, Dirigent und komödiantisches Talent 5 V.l. Notar Klaus Reisenberger, Ferdinand (KM2) und Dagmar Melmer (Brautmoden Tirol), Vize-Bgm. Martin Kapeller und GR Benedikt van Staa 6 v.l. Josef und Alexander Sagmeister (FF-Kdt.), Waltraud Olivotto, Stefan Weber 7 Abordnung aus Silz: v.l. GR Christoph Scheiring, Vize-Bgm. Daniela Holaus, Bgm. a.D. Hermann Föger 8 Waltraud und Franz Hanus, Monika und Vize-Bgm. Alexander Egger (Obsteig)



STEINMETZ BINDER

WERKSTÄTTE **Inzing**

Ihr nahe gelegener
STEINMETZ
seit über 50 Jahren!

GRABSTEINE

Bestellungen fürs Frühjahr:
WINTERRABATT!



BRUNNEN AUS STEIN



**Alles für Grabmal,
Garten & Bauen!**

Restaurierungen von
denkmalgeschützten
Objekten aus Stein

6401 Inzing · Schießstand 18 / Industriezone · Einfahrt bei Firma Freudenthaler
Tel. 05238-53938 · Fax 53042 · www.steinmetz-binder.at



9 Rita Dengg und Pfarrer Paulinus Okachi **10** v.l. Alexander Neuner (Raiffeisen-Bankstellenleiter), Raiffeisen-Dir. Günter Steffan, »Haus-herr« Bgm. Franz Dengg **11** Franz-

Josef u. Katharina Pirkil, Leo Scharmer, Oskar Burgschwaiger **12** GR Elmar Draxl, Christine, Thomas (Posten-Kdt. Silz) und Kathrin Kropf



Fotos: Offer

Der Golf Sportsvan

Verbrauch: 5,2 – 6,8 l/100 km. CO₂-Emission: 130 – 164 g/km. Stand 01/2020. Symbolfoto.



Saglstraße 78
6410 Telfs
Telefon +43 5262 63263
www.auto-neurauter.at



Aus- & Weiterbildung

Berufsbildende Schulen: die Qual der Wahl

Jungen Menschen steht in Tirol eine Vielzahl an Bildungswegen offen

Wohin mit 14? Weiter in die Schule gehen oder eine Lehre machen? Vor dieser Frage stehen Jugendliche nach dem Abschluss der Neuen Mittelschule oder der AHS-Unterstufe. Mit der Entscheidung wird eine wichtige Weichenstellung für das zukünftige Leben vorgenommen. Am Beginn des Entscheidungsprozesses stehen die Begabungen des Jugendlichen: Hobbys und Lieblingsfächer sind erste Anhaltspunkte für seine Interessen, oft zeigt sich auch das berufliche Umfeld der Eltern ausschlaggebend für die Wahl der Schulform.

Berufsorientierung

Wichtige Ansprechpersonen, um die Fähigkeiten von SchülerInnen

einzuschätzen, sind jedenfalls die LehrerInnen. In fast allen Schulen gibt es außerdem Tage zur Berufsorientierung. Auch der Schulpsychologe kann helfen, der mit Testverfahren Begabungsschwerpunkte ermitteln kann.

Tage der offenen Tür

Wer nach der Pflichtschule eine weiterführende Schule besuchen möchte, hat die Qual der Wahl. Dabei hat jede Schule auch eigene Fachrichtungen und Spezialisierungen zu bieten. Bei einem Tag der offenen Tür kann man sich selbst ein Bild von der Schule, deren Ausstattung und den Lehrkräften machen. Berufsbildende Mittlere Schulen vermitteln Allgemeinbildung und berufliches

Fachwissen. Die 1- und 2-jährigen Schulen dienen der beruflichen Vorbildung. Die 3- und 4-jährigen BMS (Fachschulen) vermitteln eine berufliche Qualifikation und schließen mit einer Abschlussprüfung ab. Vielfach besteht die Möglichkeit, dass beim Eintritt in Lehrberufe Ausbildungszeiten angerechnet werden. In berufsbildenden höheren Schulen erhält man neben umfassender Allgemeinbildung eine fundierte Berufsausbildung und durch die Matura die Berechtigung zum Studium an einer Universität oder Fachhochschule. Allgemeinbildende höhere Schulen bieten eine umfassende Allgemeinbildung. Und eröffnen den Zugang zu Universität oder Fachhochschule. Der direkte

Einstieg in den Beruf ist jedoch eher schwierig, da man an AHS (Gymnasium, Realgymnasium, Oberstufenrealgymnasium oder Wirtschaftskundliches Realgymnasium) keine Berufsausbildung erwirbt.

Ausbildungskompass

Hilfestellung bei der Auswahl kann der Ausbildungskompass des Arbeitsmarktservice geben, der Informationen über die Bildungsmöglichkeiten und Ausbildungseinrichtungen in Österreich gibt. Darüber hinaus findet man auch Ausbildungen zu einem bestimmten Beruf, wie z. B.: Wie und wo werde ich BiotechnikerIn?

Weitere Informationen:

www.ausbildungskompass.at



www.hak-imst.ac.at

Mit Informatik zum Ingenieur

OPEN HOUSE

22. Jänner 2020 | 13-17h



HAK.digBiz

IMST

Anmeldung noch bis Ende Jänner

Meinhardinum

Gymnasium und Aufbaurealgymnasium des Stiftes Stams

Am Meinhardinum Stams läuft die **Anmeldung für das nächste Schuljahr noch bis Ende Jänner 2020.** Beide Schulformen, das Gymnasium (5. bis 12. Schulstufe) und das Aufbaurealgymnasium (9. bis 12. Schulstufe) führen nach 8 bzw. 4 Jahren zur AHS-Reifeprüfung. Voraussetzungen für Schülerinnen und Schüler aus der Volksschule: „Sehr gut“ oder „Gut“ in Deutsch, Mathematik und Sachunterricht. Schülerinnen und Schüler aus der NMS müssen in allen Fächern nach „vertiefender Allgemeinbildung“ positiv beurteilt sein. **Schulbesichtigung nach Vereinbarung möglich.**



Kontakt: Telefon 05263-6479 · direktion@meinhardinum.at
www.meinhardinum.at



TOURISMUSAUSBILDUNG IN INNSBRUCK

Die VILLA BLANKA bietet eine praxisnahe Ausbildung an einer unternehmerischen Schule

Die Höhere Lehranstalt für Tourismus vermittelt SchülerInnen in fünf Jahren eine höhere fachliche Bildung. Die drei Ausbildungszweige schließen mit insgesamt vier Lehrabschlüssen inklusive Matura ab. Heuer wird das Unterrichtsangebot noch internationaler mit der zusätzlichen Fremdsprache Spanisch. Alternativ steht den Schüle-

rInnen die Kulinarische Meisterklasse zur Auswahl, eine dreijährige Hotelfachschule mit hoher Praxisorientierung in Kooperation mit Haubenköchen. Die VILLA BLANKA passt ihr Unterrichtsangebot stetig an und hat deshalb einen praxisnahen Frontoffice-Unterricht mit neuer Rezeption entwickelt.

Wohncampus und Freizeitangebote

Die Schulausbildung an der VILLA BLANKA ist international, leistungsorientiert und modern – der Schulstandort bietet einen neuen Wohncampus. Direkt an der Schule stehen moderne Zimmer mitsamt PädagogInnen-Team und umfassenden Freizeitmöglichkeiten zur Verfügung.

Eine kostenlose Lernunterstützung verbessert den Lernerfolg, während die neue Villa Vital mit Fitnessclub und Schülerlounge jede Menge Freizeitspaß mit KlassenkameradInnen bietet. Ein gesundes dreigängiges Mittagessen ist für jeden inklusive und eine optimale Verkehrsanbindung und kurze Heimfahrt ab Freitag mittags sind garantiert.



JAN

30.

TAG DER
OFFENEN TÜR

Tourismusschulen VILLA BLANKA in Innsbruck mit neuem Wohncampus

Höhere Lehranstalt für Tourismus mit 3 Spezialisierungszweigen



In 5 Jahren Reife- und Diplomprüfung
sowie 4 Lehrabschlüsse.

Moderne Spezialisierungszweige:

VILLA BLANKA **international** (3 Fremdsprachen)

VILLA BLANKA **office digital** (Rezeption und E-Tourismus)

VILLA BLANKA **touristal** (Hotel- und Tourismusmanagement)

Praxisfachschule Kulinarische Meisterklasse



In 3 Jahren Ausbildung zum/r Hotelkaufmann/-frau
sowie 3 Lehrabschlüsse zum/r

Koch/Köchin

Restaurantfachkraft

Hotel- und Gastgewerbeassistent/in

Weierburggasse 31, 6020 Innsbruck | www.villablanka.com

Wohnlich am Gießenweg

Kurz vor Weihnachten bekamen die neuen MieterInnen von Vertretern der GHS und dem Telfer Bgm. Christian Härting die Schlüssel zu ihren Wohnungen am Gießenweg 36 und 36a überreicht.

In einer Bauzeit von 14 Monaten errichtete die Gemeinnützige Hauptgenossenschaft des Siedlerbundes (GHS) in unmittelbarer Zentrumsnähe eine dreistöckige (E+2) Mietwohnanlage mit Kaufoption, bestehend aus zwei Häu-

sern mit 9 bzw. 18 Wohneinheiten. Die Baukosten für die Wohnanlage betragen knapp 5,4 Millionen Euro, geplant hat sie Baumeister Dietmar Neurauter (DKN, Silz), gebaut die Bmst. Ing. Josef Fritz GmbH & Co KG aus Oberhofen. *Am Foto (v.l.) Josef Altenweisl (GHS), Peter Heiss (GHS), Pepi Fritz (Fa. Fritz, Oberhofen), Beate Walser (Wohnungsamt Marktgemeinde Telfs), Bgm. Christian Härting, Dietmar Neurauter (DKN, Silz)*



Foto: MG Telfs / Pichler

Neue Herausforderungen

Mit der wirtschaftlichen Entwicklung zeigt sich das Inzinger Traditionsunternehmen Freudenthaler 2019 zufrieden, wobei ein Schwerpunkt auf der Finalisierung des Brandschutzsystems bestand, das in Zusammenhang mit den Gefahren, die von Hochleistungsakkus ausgehen, notwendig ist.

„Für uns Entsorger können schon Akkus in Handys oder Werkzeugen gefährlich werden. Unsere Hallen sind seit Jahresbeginn 2019 mit einem neuen Brandschutzsystem inklusive vollautomatischen,

gezielten Löschvorrichtungen ausgerüstet“, erklärt Geschäftsführerin Ingeborg Freudenthaler. Die Herausforderungen für 2020 bestehen ihrer Meinung nach darin, dass Kostensteigerungen vor allem für thermische Stoffverwertung (in Verbrennungsanlagen) wegen zu geringer Kapazitäten kommen werden und dass das Bewusstsein für Rohstoffgewinnung aus Abfall gefördert werden sollte. „Wir bilden aktuell bereits den zweiten Lehrling zum Entsorgungs- und Recycling- Fachmann aus, ein zukunftssträchtiger Beruf.“



Foto: Freudenthaler GmbH & Co KG

Das Freudenthaler-Team blickt auf ein erfolgreiches Jahr zurück

**mein
monat**
WIRT DES
MONATS



Natur und Tradition

Hier genießt man in gemütlichen Stuben Tiroler Gastlichkeit und Köstliches aus regionalen Zutaten – im Gasthof Hirschen in Reith bei Seefeld darf der Alltag eine Pause machen.

Schon seit Jahrhunderten fühlen sich Gäste im Gasthof Hirschen wohl – das Wirtshaus war vor 250 Jahren eine Fuhrmannsstätte, die seit 1756 als Gastbetrieb registriert ist. In der Folge entwickelte sich der Gasthof zu einer beliebten Einkehr für Einheimische und Reisende.

Wirt und Koch aus Leidenschaft

Peter Scholl ist gelernter Koch und führt das Haus gemeinsam mit seiner Frau Martina seit 2008, auch die beiden Töchter Victoria und Sophia sind im Betrieb. Er ist im Gasthof Hirschen aufgewachsen und betreibt neben der Arbeit im Gasthof gemeinsam mit seinem

Vater auch einen Bauernhof. „Durch unsere hauseigene Landwirtschaft greifen wir für unsere Küche auf Milch, Milchprodukte, Kräuter aus dem Garten und Fleisch von Rind und Kalb zurück. Egal, ob Leithener Zwiebelrostbraten, Wiener Schnitzel oder hausgemachter Kaiserschmarrn – hier erwarten Sie kulinarische Genüsse mit sorgfältig ausgewählten Zutaten und einer liebevollen und kreativen Küche, die den Jahreszeiten angepasst ist“, erklärt Wirt und Koch Peter Scholl.

Das Beste aus der Region und der Saison

So findet man auf der Speisekarte



**UNTERBERGER
& COMP KG**

6020 Innsbruck
Egger-Lienz Str. 3
Tel. 0512/59713
Fax: 0512/572951

RASP
VERSICHERT.AT

Gasthof Hirschen
Leithener Dorfstraße 9
6103 Reith bei Seefeld
Tel. 05212-31550
info@gasthof-hirschen.com
www.gasthof-hirschen.com



Ihre Gastgeber Martina und Peter



beste traditionelle Tiroler Kost, gepaart mit zeitlosen Klassikern und saisonal zusätzlich Pilzgerichte, Wildgerichte von Reh, Hirsch und Gams, Schmankerl wie Lamm und Kitz oder Martinigansl und Spargel. „Auf Vorbestellung gibt es auch unsere Spezialitäten wie Kalbshax'n oder Fondue, jeden Mittwoch gibt es Blattl'n mit Kraut (Topfenteig dünn gerollt und in heißem Fett gebacken, serviert mit Sauerkraut), jeden Donnerstag kann man ofenfrische »Rippalen« (gebratene Schweinsripperl mit Senfragout, Knoblauchbaguette und Krautsalat) genießen. „Als Mitglied des Culinarium Alpen-

traum und der Genussregion Österreich (Anm. 2017 wurde der Gasthof Hirschen hier Bezirks-sieger!) fühlen wir uns naturgemäß bester Qualität verpflichtet und wollen zusätzlich mit herzlichem Service dazu beitragen, dass unsere Gäste hier entspannende und genussvolle Stunden erleben oder einen erholsamen und gleichsam abenteuerlichen Urlaub in unseren neu gestalteten Gästezimmern verbringen können“, ergänzt Wirtin Martina Scholl.

Traditionell feiern

Gesellschaften bis zu 50 Personen, von kleineren Hochzeiten bis zu Jubiläen, Firmenfeiern oder fami-

liären Festen von Taufe über Erstkommunion bis zur Firmung und runden Geburtstagen sind im Gasthof Hirschen in Reith bei Seefeld willkommen. Für jeden Anlass kann ein individuell abgestimmtes Menü zusammengestellt werden.

Öffnungszeiten:

Montag und Dienstag ist Ruhetag
 Mittwoch bis Sonntag ist der Gasthof Hirschen von 8.00 bis 24.00 Uhr geöffnet.

Tischreservierungen (auch für Abendessen am Wochenende) erbeten unter: Tel. 05212/31550 oder E-Mail: info@gasthof-hirschen.com



Tipp:

Immer wieder finden im Gasthof Hirschen »köstliche Veranstaltungen« wie z.B. die »Culinarische Sommernacht« statt – weitere Informationen auf facebook.

REITHER BROT
 natürlich & echt

www.reither-brot.at

Raiffeisen 

Das Besondere genießen!

ISCHIA
www.ischia.at

Vollsortiment für die Gastronomie
Tollinger 
 Ströbe 12, 8020 Innsbruck T: +43(0)51233 55 90 / F: +43(0)51233 55 9 - 33 / info@tollinger.at

WEINKELLEREI **MERANER** INNSBRUCK
www.meraner.at


Zipfer
 1858

ENGIE

Neues Jahr – neue Regierung – und die Steuern?



Mag.
Andrea Kofler,
Steuerberaterin

Das neue Jahr bringt eine neue Regierung und mit dem Regierungsprogramm 2020–2024 auch zahlreiche geplante Änderungen im Steuerrecht. Einige der Maßnahmen decken sich mit den Plänen der alten türkis-blauen Regierung. Einige Punkte kamen neu dazu, wie z.B. die geplante Ökologisierung des Steuersystems.

Folgende Steuerentlastungsmaßnahmen werden nun auch von der neuen Regierung umgesetzt:

- Reduzierung der ersten drei Stufen des Einkommensteuertarifs von 25% auf 20%, von 35% auf 30% und von 42% auf 40%.

- Reduzierung der Körperschaftsteuer von bisher 25% auf 21%.

- Änderung beim 13%igen Gewinnfreibetrag: Das Investitionserfordernis soll bis zu einem Gewinn von EUR 100.000 wegfallen, d.h. in Zukunft können bis zu EUR 13.000 steuerfrei bleiben, ohne dass dafür Investitionen getätigt werden müssen.

Folgendes ist neu:

- Im Kapitel „Ökosoziale Steuerreform“ werden mehrere Punkte genannt, die jedoch noch nicht konkret ausgearbeitet wurden: Die Flugticketabgabe soll das Fliegen für Kurz- und Mittelstrecken unattraktiver machen, Nova und LKW-Maut sollen ökologisiert werden, eine CO₂-Steuer soll eingeführt werden.

- Es ist geplant, Kursgewinne bei Wertpapierverkäufen nach einer längeren Behalterfrist von der Kapitalertragsteuer zu befreien. Dies entspricht der alten Regelung vor 2012.

- Der Familienbonus wird von bisher € 1.500 auf € 1.750 pro Kind und Jahr erhöht.

Somit wird es im Bereich der Ökologisierung zwar zu neuen bzw. teils höheren Steuern kommen. Aufgrund der geplanten Reduzierungen der Einkommen- und Körperschaftsteuer sollten die Steuerentlastungen aber für alle Steuerzahler deutlich spürbar werden.

Leidenschaft für Nervenkitzel

Er ist »ein junger Wilder auf der Maschin'«, der 12-jährige Peter Scheyrer aus Telfs. Für den MSC Rietz fährt er seit einigen Jahren Motocross über Stock und Stein – und das höchst erfolgreich.

Gleich zwei Gesamtsiege konnte der junge Motocrosser 2019 für sich verbuchen: den Gesamtsieg des Kini Alpcup 65ccm 2019 und den Gesamtsieg des My Sport My Story Tiroler Juniorcup 2019. Ge-coacht wird Peter von seinem Vater Bruno Scheyrer, der Ehrgeiz und Wille zum Siegen kommt aber aus dem tiefsten Innersten. „Mein Motto ist: Wenn du alles gibst, kannst du dir nichts vorwerfen!“ lacht Peter.

Begonnen hat die Leidenschaft für das Motocrossfahren 2014 und von da an wurde nicht mehr auf die Bremse, sondern nur mehr aufs Gas gedrückt ... „Die Strecken mit hohen und weiten Sprüngen finde ich am besten!“ In der Saison 2015 ging er erstmals beim KTM Kini Alpcup an den Start und konnte seither zahlreiche Siege und Stockerplätze einfahren:

2015: 3. Platz KTM Kini Alpcup 50ccm, 2017: 2. Platz KTM Kini Alpcup 65 ccm, 2018: 3. Platz Kini Alpcup 65 ccm. Seine bisher größten sportlichen Erfolge

sind (wie bereits oben erwähnt) der Gewinn in der 65ccm Klasse beim KTM Kini Alpcup und der Gewinn bei My Sport My Story Tiroler Junior Cup 2019, außerdem konnte er auch in der Kategorie Kini Alpcup 85 ccm den tollen 7. Platz erreichen.

„Vielen Dank an die Sponsoren, ohne diese wäre vieles nicht möglich“, meinen Peter und seine ganze Familie, im besonderen gilt der Dank dem MSC Rietz, My Sport

My Story, Liqui Moly, Beschriftung Walch, Tiroler Zeltverleih, Dr. Stephan Opperer und Martin Bechter.

Peter Scheyrer fährt die Startnummer #23, weitere Informationen gibt es auf seiner Facebook Seite: Peter Scheyrer PS23, außerdem ist er auch auf My Sport My Story <https://www.mysportmystory.com> zu sehen

Wir wünschen für die kommende Saison Hals- und Beinbruch!



Keine Angst vor Dreck sollte man bei dieser Sportart haben ... (siehe Foto links) – und so sieht Peter Scheyrer »sauber« aus (Foto oben)



Fotos: Ossi Trenkwalder

Wirtschaftstreuhänder Gruber
Steuerberatungs GmbH
Hauptstraße 14 a, 6401 Inzing
Tel. 05238/87374, Fax-DW: 20
e-mail: info@stb-gruber.at
www.stb-gruber.at

Wohlig warm mit Pfausler Installationen

Unter dem Motto »Wir lassen Sie nicht frieren!« bietet Pfausler Installationen in Obsteig mit maßgeschneiderter Beratung passende Installations- und Heizsysteme für Ihr Heim an.

Der Ein-Mann-Betrieb von Dominik Pfausler stellt sich mit langjährigem KnowHow den Herausforderungen an moderne Heizungen. Nach einer Lehre und Berufserfahrung als Geselle absolvierte Dominik Pfausler 2013 die Meisterprüfung für Gas- und Sanitärtechnik, 2014 folgte die Meisterprüfung für Heizungstechnik. Seit September 2016 ist Dominik Pfausler selbständig. „Durch laufende Fortbildungen und Spezialisierungen bleibe ich am neuesten Stand“, erklärt Dominik Pfausler, der außerdem bei den KundInnen mit termingerechter und exakter Ausführung der Arbeiten punktet. „Sie erhalten individuelle, durchdachte Komplettlösungen aus einer Hand. Verantwortung für Energie und Umwelt wird bei uns groß geschrieben.“



Dominik Pfausler bietet maßgeschneiderte Installations- und Heizsysteme.

Leistungen:

- Gasheizungen: Platzsparend mit optimalem Preis-Leistungsverhältnis, emissionsarm, sparsam im Verbrauch und schnell zu installieren. Pfausler Installationen realisiert Gasheizungen bei Einfamilien-



Obsteig · Finsterfiecht 43

T 0660 7365140 · info@pfausler-installationen.at
www.pfausler-installationen.at

- häusern und auch Großbauten
- Ressource Wasser: „Wir empfehlen eine Aufbereitung des Wassers mittels Enthärtungsanlagen und Filtersystemen. So erreicht man einen Rundumschutz gegen Kalk, Korrosion und Wasserteilschäden.“

- Luft-/Wasser-Wärmepumpe: Wärmepumpen nutzen die kostenlose Umgebungsluft zur Warmwasseraufbereitung. Hohe Effizienz und ein attraktives Preis-/Leistungsverhältnis zeichnen dieses System aus.

- Solaranlagen: Pfausler Installationen arbeitet hier mit namhaften Herstellern zusammen mit dem Ziel, die saubere Sonnenenergie so effizient wie möglich zu nutzen und so Energie- und Heizkosten einzusparen.

„Das Rundum-Service für die KundInnen beinhaltet dabei Beratung, Planung und Installation – jeweils individuell abgestimmt – aber auch Wartung, Service und Instandsetzungen sowie Notdienste.“

Weitere Informationen unter:
www.pfausler-installationen.at





Gschwent 279 · 6416 Obsteig
Tel. **05264 - 5391** oder **0664 - 130 55 09**
thomas.kail@gmx.at · www.erdbau-kail.at



EFM IMST
Hans-Peter Krißmer & Karin Mark-Flür
Versicherungsmakler
Johannesplatz 10 | 6460 Imst
T.: (05412) 66338 | F.: DW 11
imst@efm.at | www.efm.at/imst

EFM - MIT ÜBER 50 STANDORTEN DIE NR. 1 IN ÖSTERREICH

www.tiroler-holzhaus.com



Tiroler Holzhaus GmbH
Tel. +43 (0) 52 63 5130
office@tiroler-holzhaus.com

WWW.BUEROSTARK.COM



BUEROSTARK
WERBEAGENTUR.

Danke für die tolle Zusammenarbeit!



Familie Hörtnagl | Oberperfuss | Dickicht 6a | Tel. 0523281981 | Mobil 06643809363 | www.studlerhof.at



„Im großzügigen Wohnraum mit ausziehbarer Couch und der geradlinigen Küche mit Essbereich können Familien gemütliche Stunden verbringen“, meinen Christina Giner und Johannes Hörtnagl (r.), die die Chalets in warmen Farben und mit vielen Holzelementen gestaltet haben.

Urlaub »deluxe« am Studlerhof in Oberperfuss

Drei neu erbaute Chalets laden auf entspannende Tage am Studlerhof in Oberperfuss ein. Sie wurden zeitgerecht in den Weihnachtsferien vor Silvester erstmals von Feriengästen bezogen.

„Durch die gute Zusammenarbeit mit den beteiligten Firmen konnten wir das Projekt erfolgreich abschließen, die Gartengestaltung rund um die Häuser wird im Frühjahr in Angriff genommen“, meinen Christina Giner und Johannes Hörtnagl zufrieden. Für sie beginnt mit den drei neuen Ferienwohnungen bzw. -häusern im modernen Tiroler Stil (Anm. in zwei ist Platz für 5- 7 Personen, in der dritten Platz für 6-8 Personen)

eine neue Ära. „Meine Eltern haben 1993 mit der Vermietung einer Ferienwohnung im ursprünglichen Bauernhof begonnen, 2007 sind nach einem Umbau noch zwei Ferienwohnungen dazugekommen. Alle drei werden nach wie vor von meinen Eltern verwaltet, während wir nun für die neuen verantwortlich sind.“ Die großzügig angelegten Ferienhäuser in Ziegel-Massivbau bieten viel Platz zum Bewegen und Komfort auf allen Ebenen: Außer mit dem großen Wohn- und Essbereich im Erdgeschoss punkten die Häuser auch mit heimeligem Sichtdachstuhl aus gehacktem Holz in den Schlafzimmern im Obergeschoss



und einer Infrarotkabine im Bad. Ein eigener Schi- und Schuhraum bzw. »Radkeller« schützt vor Schmutz im Wohnbereich. Geheizt werden die Einheiten von einer zentralen Gastherme aus. Das junge Paar betreibt die Vermietung neben seinem Hauptberuf, zudem gibt es auch am Bauernhof im Ne-

benerwerb für Vater und Sohn einiges zu tun. „6 Melkkühe mit 10 Stück Vieh Nachzucht, 2 Ponys und 3 Ziegen gehören zur »Bauernhof-Familie« und sind besonders für die Kinder der Familien interessant, die uns besuchen. Weitere Infos auf www.studlerhof.at oder auf facebook.

noch besser
 noch günstiger
Ida's
FLIESENSTUDIO
 6471 Arzl im Pitztal · Gewerbestraße 2
 Sie erreichen uns ab Kematen in ca. 30 Minuten
 Tel. 05412/62747 · Fax 05412/62746 · Mobil 0650/6274700
DAS GANZE JAHR
 Laufend tolle Aktionen
www.fliesenstudio.at


weber bau
 GmbH & Co. KG
 bauen & gestalten.
 Weber Bau GmbH & Co. KG
 Emanuel Weber
 Gries 94 | 6182 Gries im Sellrain
 Tel. +43 664 88361923
emanuel.weber@gmx.at

OFENBAU KIECHL
 ... für mehr Wärme im Leben!
www.ofenbau-kiechl.at | Hauptstraße 9c, 6074 Rinn


Montagetischler
 Hubert Kraft
 Windhag 7
 6173 Oberperfuss
 Tel.: 0650 / 57 14 716
[e-Mail: hk.montagetischler@gmail.com](mailto:hk.montagetischler@gmail.com)
 Handel und Einbau von Fenster und Türen - kompletter Innenausbau

16 jänner do
TELS: 18 Uhr, Voglerlokal bei der Klosterkirche: Voglerfest mit Weißwurstparty.

STAMS: 19 Uhr, Seminarraum FF Stams: Gemeinschaftsgarten Infoveranstaltung des Obst- und Gartenbauvereins.

17 jänner fr
TELS: ab 8 Uhr, Rot-Kreuz-Heim: Erste Hilfe Auffrischkurs (8 h) und Start Erste Hilfe Grundkurs (16 h).

FLAURLING: 20 Uhr, Schützenheim: Preisverteilung Jahreswertung.

INZING: 20.30 Uhr: Die SU Inzing Volleyball Damen 2. Bundesliga spielt im Sportzentrum Zirl und freut sich über ZuschauerInnen, weitere Termine am 18. Jänner und 1. Februar.

POLLING: Dorfschießen, veranstaltet von den Schützen.

STAMS: 19 Uhr, Seminarraum FF Stams: Gemeinschaftsgarten Info-Veranstaltung.

18 jänner sa
TELS: ab 13 Uhr, Fam. Gapp, Untermarktstraße: Nagl-Einschloß der Schleicher; 20 Uhr, Rathaussaal: Beases Buam Festl.

FLAURLING: Fasnacht-Wagen geöffnet.

19 jänner so
TELS: 10-18 Uhr, Telfspark: Flohmarkt »Kunst und Krempel« (jeden Sonntag).

21 jänner di
FLAURLING: 20 Uhr, Kultursaal: Vortrag »Schimpfen«, veranstaltet vom Katholischen Familienverband.

WILDERMIEMING: 19 Uhr, Gemeindesaal: Außenstellenkonzert »Musik zur Jahreszeit« der Landesmusikschule Telfs und Umgebung.

23 jänner do
INZING: 19 Uhr, 10er Saal: Öffentliche Gemeindeversammlung.

24 jänner fr
TELS: 15-18 Uhr, Haus der Telfer Kinder: Tag der offenen Tür, die Kinderkrippe, der Kindergarten und der integrative Volksschulhort laden zum Besuch ein.

TELS: 19 Uhr, Foyer Rathaussaal: Gamswurstessen der Herolde.

INZING: 19 Uhr, Widum: Sprachcafé.

OBERHOFEN: 20 Uhr, Mehrzwecksaal: Öffentliche Gemeindeversammlung.

POLLING: Dorfschießen mit Preisverteilung, veranstaltet von den Schützen.

SILZ: Jugendheim: Buchpräsentation und Lesung Heinrich Gritsch (»Der Goldling«).

25 jänner sa
TELS: ab 8 Uhr, Rot-Kreuz-Heim: Erste Hilfe Führerscheinkurs (6 h).

TELS: 14 Uhr, ehemaliges Ganner-Areal neben Schwimmbad: Viechertag der Bären & Exoten.

INZING: ASV Kinderschitag des ASV Inzing – Sektion Schi am Sonnenberglift Gries im Sellrain.

MIEMING: 20 Uhr, Gemeindesaal: Feuerwehrball der FF Mieming.

RIETZ: ab 9 Uhr, Turnsaal: Tiroler Nachwuchshallenmeisterschaft RSK.

26 jänner so
TELS: 14 Uhr, vor dem Inntalcenter: Generalprobe Schleicher.

STAMS: ab 9.30 Uhr, Don Bosco Haus: Don Bosco Fest mit Bischof Hermann Glettler.

RIETZ: ab 9 Uhr, Turnsaal: Tiroler Nachwuchshallenmeisterschaft

27 jänner mo
SILZ: 17-20 Uhr, Mehrzwecksaal: Blutspendeaktion.

28 jänner di
MÖTZ: 19 Uhr: Vortrag »Hilfe, mein Kind ist online!« für Eltern von Kindern von 6-10 Jahren, veranstaltet vom Katholischen Bildungswerk Mötz-Stams.

29 jänner mi
TELS: ab 8 Uhr, Öffentliche Bücherei: Windelzwerge und Windelzwerge XL.

TELS: 15-17 Uhr, Veranstaltungssaal Sozial- und Gesundheitssprengel: 54. Dialog zum Thema: »Umgang mit den eigenen Grenzen«.

30 jänner do
MIEMING: 19 Uhr, Gemeindesaal: Vortrag von Lienhard Valentin »Die Kunst gelassen zu erziehen«, veranstaltet vom Verein der

Freien Montessori Pädagogik, Eintritt: € 8,-.

MÖTZ: 20 Uhr, Öffentliche Bücherei Mötz: Vortrag von Mag. Manfred Schauer »Die Macht des Wortes«, Eintritt freiwillige Spenden.

Fortsetzung auf S. 22

Kursangebot VHS TELS

In der aktuellen Ausgabe von mein monat finden Sie wieder das neue Programm mit vielen Kursen, lassen Sie sich inspirieren und probieren Sie etwas Neues aus!

Anmeldung im Internet auf www.vhs-tirol.at/telfs, oder telefonisch unter 0699/15888214, Mittwoch und Freitag von 9.00 bis 10.00 Uhr und Di von 20.00 bis 21.00 Uhr.

TELS

24. JÄNNER 2020

TAG DER OFFENEN TÜR

im Haus der Telfer Kinder

- Kinderkrippe
- Kindergarten
- Integrativer Volksschulhort

und in unserer Zweigstelle in Heilig-Geist

- Altererweiterter Kindergarten
- Hort Klex für Volksschüler, NMS und Gymnasium

am **24. Jänner 2020** von 15 – 18 Uhr

Das Haus der Telfer Kinder ist eine private Kindertageseinrichtung für Kinder von 1,5 – 14 Jahren. Die Pädagoginnen und Pädagogen informieren über den Betreuungsalltag in den verschiedenen Einrichtungen. Interessierte Eltern erhalten Informationen über das Bildungs- und Betreuungsangebot, das Leitbild und die Öffnungszeiten. Unsere Einrichtungen sind ganztägig und jahresdurchgängig geöffnet. Wir zeigen Ihnen gerne unser Haus und die Räumlichkeiten, in denen die Kinder betreut werden. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Haus der Telfer Kinder, Bahnhofstraße 13, 6410 Telfs

Zweigstelle Heilig-Geist, Heilig-Geist-Wohnpark 1, 6410 Telfs

www.haus-der-kinder.at



31 jänner fr

TELS: Noafthaus: Sonderpostamt der Telfer Fasnacht, 9-17.30 Uhr: Verkauf der Sonderbriefmarke, 13-17 Uhr: Sonderpostamt mit Sonderstempel und Eröffnung des neuen Fasnachtmuseums.

FLAURLING: Fasnacht-Wagen geöffnet.

MIEMING: 19 Uhr, Kunst-WerkRaum Mesnerhaus: Vernissage zur Ausstellung von Brigitte und Raphaela Chronst, Ausstellung ist bis 16. Februar geöffnet.

1 februar sa

TELS: ab 8 Uhr, Rot-Kreuz-Heim: Erste Hilfe Auffrischkurs (8 h).

TELS: 13-18 Uhr: Auffahren der Wag'n Untermarkt - Obermarkt (Ausschank auf den Wag'n).

OBERHOFEN: 20.30 Uhr, Mehrzwecksaal: Maskenball der Schützenkompanie.

STAMS: 20 Uhr, Gasthof Hirschen: Maskenball, veranstaltet von der Musikkapelle Stams.

2 februar so

TELS: 7-17 Uhr Telfer Schleicherlaufen im ganzen Ort.

FLAURLING: ab 9 Uhr, Pfarrkirche bzw. Kultursaal: Familienmesse und Pfarrcafé.

MIEMING: 20 Uhr, Gemeindegemeinschaft: Konzert mit dem Trio Harp-Art, Kartenvorverkauf in der Gemeinde oder im TVB Mieming bzw. an der Abendkasse.

3 februar mo

TELS: 13-21 Uhr: Abfahren der Wag'n und Fasnachtstreiben im ganzen Ort.

FLAURLING: 9 Uhr, Kultursaal: MUKI-Treff.

OBSTEIG: 19-20.30 Uhr, Gemeindeamt: Das Chronikteam öffnet seine Türen.

PFAFFENHOFEN: 9-10.30 Uhr, Bücherei: »Komm ins Bilderbuchkino!«

6 februar do

PETTNAU: 14-17 Uhr, Gemeindehaus: Seniorennachmittag.

7 februar fr

FLAURLING: Fasnacht-Wagen geöffnet.

INZING: 19 Uhr, Widum: Sprachcafé.

MIEMING: 19 Uhr, Gemeindegemeinschaft: Linedance Faschingsparty, veranstaltet von Free and Wild Linedanceverein Mieming.

STAMS: ab 18 Uhr, Alte Schmiede: Watterturnier, veranstaltet von der Kameradschaft Stams.

STAMS: 19 Uhr, Vereinslokal der Schützengilde Stams: Schießabend.

8 februar sa

INZING: 10.30-17 Uhr, Stockplatz: Ortsmeisterschaft Eis- und Stocksport.

OBERHOFEN: 14 Uhr, Mehrzwecksaal: Kinderfasching, veranstaltet von Bäuerinnen und Landjugend.

POLLING: Schafausstellung.

STAMS: 11 Uhr, NMS Stams-Rietz: Bewerb »Musik in kleinen Gruppen« der Landesmusikschule Mittleres Oberinntal.

9 februar so

MIEMING: ab 9 Uhr, Wiese vor der VS Untermieming: Jubiläumsausstellung des Schafzuchtvereins Untermieming, 11.30 Uhr Tiersegnung, 13 Uhr Finale, 16 Uhr Preisverteilung im Gasthof Stiegl.

OBERHOFEN: 5. Oberhofer Rodelrennen, veranstaltet von den Spitzbuam.



Raiffeisenbank Telfs-Mieming

Die Konsumkredite von Raiffeisen:

Für Wünsche, die einem nicht mehr aus dem Kopf gehen.

Manche Wünsche erfüllt man sich am besten sofort. Für kleine und große Träume, die Ihnen nicht mehr aus dem Kopf gehen, gibt's die schnellen und einfachen Konsumkredite von Raiffeisen. Damit das neue Wohnzimmer, der leistungsstärkere Computer oder der lang ersehnte Whirlpool nicht länger Wünsche bleiben.

Nähere Infos unter: www.rb-telfs.at oder 05262/6981-46111

Kultureller Jahresausblick

Silz hat kulturell einiges vor im Jahr 2020 – das Programm wurde vor kurzem vom Informations- und Kulturausschuss unter der Leitung von Obmann Reinhard Holaus präsentiert:

Schon im Jänner wird mit einer Buchpräsentation gestartet: Heinrich Gritsch liest am 24. Jänner im Jugendheim aus »Der Goldling«. Mit einem Streichquartett am 28. Februar dreht sich der Kulturreigen im Jugendheim weiter, bis man am 13. März auf eine rhythmische Lesung mit Toni Innauer

im Gemeindesaal gespannt sein darf. Der April wird lustig: Markus Koschuh ist mit seinem Kabarett am 17. April im Gemeindesaal zu Gast. Ernster wird es am 16. Mai, wenn im Gemeindesaal die Filmvorführung von »Otto Neururer - Hoffnungsvolle Finsternis« stattfindet. Am 6. Juni darf man sich bei einer Zaubershow mit Jürgen Peters im Jugendheim verzaubern lassen und am 3. Juli wird Johann Kapferer mit einer Lesung für Kinder in Silz vorbeischaun (der Ort wird noch bekannt gegeben).

Eine 3D-Multimediashow - Leo Gutmann verspricht am 25. September im Jugendheim herbstlichen Kulturgenuss, am 24. Oktober werden im Gemeindesaal beim Kabarett mit Markus Linder die Lachmuskeln strapaziert und dann wird es besinnlich bzw. musikalisch. 27. November: Adventslesung mit Pepi Sonnweber im Jugendheim und 19. Dezember, Pfarrkirche: Weihnachtskonzert mit RAT BAT BLUE. Die jeweiligen Beginnzeiten werden noch rechtzeitig bekannt gegeben.

m kurz notiert

Macht des Wortes

Am Samstag, den **30. Jänner 2020** um **20 Uhr** findet in der **Öffentlichen Bücherei in Mötz** der Vortrag »**Die Macht des Wortes**« mit Buchautor Mag. Manfred Schauer statt. Wörter können motivieren, überzeugen, bewegen, beruhigen und vieles andere mehr: Welche Wörter sollen wir vermeiden - welche fördern? Verwenden Frauen andere Wörter wie Männer? Wie steuert man mit bestimmten Wörtern die Kommunikation? Wie kann man mit den richtigen Wörtern Konflikte lösen? Warum sollen wir mit uns selbst reden? Diesen und anderen Fragen geht der erfolgreiche Wort-Trainer auf den Grund. Manfred Schauer studierte Wirtschaftspädagogik und Betriebswirtschaft, ist Dipl. Kommunikationsberater, war als Werbe- und Verkaufsleiter in internationalen Großunternehmen tätig und leitet zurzeit eine Agentur für Marketing und Kommunikation. Eintritt: Freiwillige Spenden

Foto: Kulturausschuss Silz



Der Silzer Kulturausschuss und die HelferInnen haben sich ins Zeug gelegt: v.l. Lea Draxl-Weiskopf, Anja Moschen, Adriano Perwög, Christoph Scheiring, Gitti Grosek, Obmann Reinhard Holaus, Barbara Kluibenschädl, Daniela Holaus, Rita Steinlechner – nicht im Bild: Marina Floriani

Der Caravelle 6.1

Ikone, neuester Stand

Jetzt bestellbar

Wofür auch immer ein Shuttle gebraucht wird – ob für die Fahrt zum Flughafen, zum Sportverein oder zum nächsten Businesstermin: Ausgestattet mit vielen neuen Features ist der Caravelle 6.1 jetzt noch komfortabler, digitaler und flexibler.

Verbrauch: 6,2 – 8,8 l/100 km. CO₂-Emission: 197 – 262 g/km (nach WLTP). Symbolfoto.



Nutzfahrzeuge



Saglstraße 78
6410 Telfs
Telefon +43 5262 63263
www.auto-neurauter.at

steindruck für fasnacht in imst

Eine Woche nach dem Telfer Schleicherlaufen geht am 9. Februar 2020 Imst in die Fasnacht. Das Plakat dafür wurde von einer Künstlerin aus der Region gestaltet und in einer limitierten Auflage auch als Lithografie aufgelegt.

Gemeinsam mit dem Lithografen und »Urgestein« der Tiroler Dru-

ckereibranche Günther Stecher aus Wildermieming stellte sich Künstlerin Daniela Pfeifer dieser Aufgabe. „Mir geht es darum, das Bild in den Mittelpunkt zu rücken“, erklärte der Obmann der Imster Fasnacht Ulrich Gstrein im Vorfeld, „ganz ohne Schriftzüge.“ „Den Bogen vom tief verwurzelten Imster Brauchtum über dessen abstrakte Interpretation bis zum traditionellen Handwerk des Steindrucks zu spannen, war ein interessanter Vorgang“, meinte Künstlerin Daniela Pfeifer dazu, die für den Steindruck das Bild in Farben zerlegt und seitenverkehrt darstellen muss. Günther Stecher, der mit seiner Familie seit mehr als 35 Jahren im Wildermieminger Ortsteil Affenhäusen eine der letzten Steindruckereien Österreichs betreibt, war jedenfalls kompetenter Partner für das Projekt.



Foto: Clemens Stecher

fahrzeug für betreuten fahrdienst gesegnet



Foto: Rotes Kreuz Telfs

V.l. Pater Severin Mayrhofer, Oswald Trentinaglia, Patin Doris Haidlen-Birnbaumer, Hansjörg Kathrein, Bezirksstellenleiter Thomas Praxmarer und RK-Kurat Johannes Laichner

Im Dezember wurde ein neues Mehrzweck-Vereinsfahrzeug von Rot-Kreuz-Kurat MMag. DD. **Johannes Laichner** und Guardian Pater **Severin Mayrhofer** gesegnet und seiner Bestimmung übergeben. Die ehrenvolle Aufgabe der Fahrzeugpatin übernahm Frau Dr. **Doris Haidlen-Birnbaumer**, die Ehefrau von Bezirksstellenleiter-Stv. Dr. **Christoph Haidlen**. Das Fahrzeug wird ab sofort schwer-

punktmäßig für laufende Zubringerdienste von Klientinnen und Klienten des Sozialsprengels Telfs und Umgebung zur Tagesbetreuung „Griß enk“ im Hanffeldweg verwendet, welche vier Mal pro Woche geöffnet hat. Das ehrenamtliche FahrerInnen-Team des „Betreuten Fahrdienstes“ des Roten Kreuzes Telfs sowie die damit transportierten KlientInnen freuen sich über das neue Fahrzeug.

Erweiterung Asfinag Parkplatz Telfs Süd



Foto: Otter

Seit Juli 2019 konnte man im Vorbeifahren Richtung Innsbruck auf der Inntalautobahn bei Telfs Süd bei km 103,00 den Umbau bzw. die Erweiterung des Parkplatzes verfolgen, seit Ende Dezember ist er – nun hinter einer Lärmschutzwand versteckt – in Betrieb.

Der zusätzliche Bedarf an LKW Stellplätzen wurde im Vorfeld in einer Stellplatzstudie der

Asfinag ermittelt. Da auf den bestehenden Rastanlagen im Streckennetz in Tirol und Vorarlberg in den Nachtstunden die Parkplätze oft überbelegt waren, war es für die Gewährleistung der Verkehrssicherheit erforderlich, das Stellplatzangebot zu erweitern, beim Parkplatz Telfs Süd war die Möglichkeit gegeben. Hier wurde durch neue Fahr- und Abstellflächen das



Angebot von 16 Mischparkplätzen auf 34 LKW-, 5+1 PKW- und 2 Caravan Stellplätzen erweitert. Die in den 1970er Jahren errichtete WC Anlage wurde durch eine moderne Infrastrukturzeile »WC-Midi« ersetzt. Außerdem wurde die Entwässerung dem Stand der Technik mit einer Gewässerschutzanlage angepasst, Parkplatzbeleuchtung, Videoüberwachung mit neuen Kabeltrassen und Kabelschächte erneuert und der bisherige Lärmschuttdamm im nördlichen Bereich durch eine 1.000 m² große Lärmschutzwand ersetzt. Insgesamt wurden beim 3,1 Mio Euro Projekt der Asfinag 5.000 m³ Beton und 550 Tonnen Stahl verarbeitet sowie 22.000 m³ beim Erdbau bewegt.



Fliesen Naturstein Granit Parkett Laminat
Planung Beratung Verkauf Zustellung Verlegung

SCHAURAUM TELFS Saglstraße 35 • T 05262 63330
Mobil 0676 9756577 • www.ea-ceramicat

STRABAG
TEAMS WORK.



ALLES RUND UM DEN WICHTIGSTEN TAG IN IHREM LEBEN

Auf den folgenden Seiten finden Sie Tipps von Profis aus der Region für Location, Brautmode, Styling und Schmuck für Ihre Hochzeit. Wir wünschen: Alles Gute für Ihren gemeinsamen Lebensweg!

„Ich nehme dich an ...“

Das gegenseitige Eheversprechen während der Trauungszeremonie ist ein zentraler Moment bei der Hochzeit. Dabei sagen sich immer mehr Brautpaare ganz persönliche Worte statt des klassischen Trauungsspruches. Wichtig dabei: Im-

mer auswendig vortragen und nicht ablesen! Wer es sich überhaupt nicht merken kann, kann vielleicht ein Taschentuch damit bedrucken lassen, das ist eine nette Erinnerung danach und vielleicht auch während der Hochzeit ganz nützlich ...

Beispiel für einen persönlichen Trauspruch:

»Ich werde dich lieben und ehren, dich respektieren, ermutigen und dir Wertschätzung entgegenbringen, in Gesundheit und Krankheit, in Trauer und Erfolg. Solange ich lebe, will ich meine Welt mit dir teilen.«

MEISTER
Symbol
wahrer Liebe ...
2020 WIRD GEHEIRATET - MIT DEN NEUEN MEISTER RINGEN!

Gamsjäger SCHMUCK

JUWELIER • UNTERMARKTSTRASSE 2 • 6410 TELFS • TELEFON 05262 - 62 114
WILLKOMMEN@GAMSJAEGER-SCHMUCK.AT • WWW.GAMSJAEGER-SCHMUCK.AT



Hochzeit feiern mit aussichtsreichem Wildseeblick

Das Restaurant Strandperle in Seefeld ist schon lange eine beliebte Hochzeitslocation für junge Paare – einerseits durch die exzellente Küche und andererseits durch den (auch beheizbaren) Wintergarten, der seit einem Jahr zum Feiern im stilvollen Ambiente einlädt.

„Nach dem Aperitif im Freien oder der Hochzeitszeremonie direkt am Steg – auch

im Winter möglich – findet das Brautpaar mit bis zu 115 Personen in unserem Wintergarten Platz, um den besonderen Tag mit vollem Herzen genießen zu können“, meint Gastronom Oliver Neth, der gemeinsam mit seiner Partnerin Stefanie Güntner und Hausbankkoch Manfred Jabinger dafür sorgt, dass die individuell abgestimmte Feier unvergesslich wird. „Das Team der Strandper-

le steckt viel Liebe und Engagement in die Gestaltung der Dekoration – genauso wie in die Zubereitung Ihres perfekten Hochzeitsmenüs. Die moderne und internationale Küche auf hohem Niveau in Kombination mit dem umfangreichen Service wird Sie begeistern!“ **Anfragen und Reservierungen per E-Mail oder telefonisch: 05212-90997. Öffnungszeiten: täglich 10.00 – 22.00 Uhr**



Innsbrucker Straße 500
6100 Seefeld
Telefon 05212-90997
info@strandperle.at
www.strandperle.at



Hochzeit 2020

ALLES RUND UM DEN
WICHTIGSTEN TAG IN IHREM LEBEN

Vorbereitung auf das Eheleben

Wenn sich Brautpaare »trauen«, bedeutet das auch die Bereitschaft für das Wagnis, eine dauerhafte Partnerschaft einzugehen, was Geschenk und Aufgabe zugleich ist. Die Kurse der Diözese Innsbruck sollen denjenigen, für die der kirchliche Segen vor Gott für ihre Ehe dazugehört, Impulse für das Gelingen des Zusammenlebens als Paar und Familie geben.

Die ausgebildeten KursleiterInnen werden durch motivierende Einstiege, in Kurzvorträgen, Paar- und Gruppengesprächen mit Ihnen u.a. folgende Themen bearbeiten:

- „Damit es ein Fest wird“

Die (Mit-)Gestaltung der kirchlichen Trauung

- „Was hat Gott mit unserer Ehe zu tun?“ Partnerschaft und Ehesakrament
- „Ich wünsche mir von dir ...“ Partnerschaftliche Gestaltung der Beziehung
- „Und wenn's kracht?“ Miteinander reden, Umgang mit Konflikten
- „Wir tun einander gut“ Unsere Zärtlichkeit und Sexualität

Kursformen – Seminare

Die Diözese bietet unterschiedliche Kursformen in Dauer und Intensität an. Gönnen Sie sich gerade in der Vorbereitung auf die Hochzeit diese Auszeit für Ihre Beziehung!

Intensive Formen:

- Kommunikationstraining »Erlebnis-Partnerschaft-Liebe«
 - Diözesane Brautleutetage im Haus St. Michael, Matrei
- Tages- bzw. Abendseminare:**
- Ehevorbereitung an Samstagen oder an Abenden in Innsbruck bzw. in den Regionen / Dekanaten
- Anmeldung: Bitte melden Sie sich spätestens vier Wochen vor dem Eheseminar telefonisch oder per E-Mail an. Ihre Anmeldung ist unbedingt erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Anmeldung bis spätestens drei Wochen vor dem Seminar – Informationen und Anmeldung für die Eheseminare in Innsbruck: Familienreferat der Diözese Tel: 0512/2230-4301 familienreferat@dibk.at

Termine im Oberland:

- Dekanat Telfs: Pastorales Zentrum Heilig Geist, Heilig-Geist-Wohnpark 1, Telfs, **Samstag, 20. Juni 2020 von 9 – 17 Uhr.** Anmeldung: Familienreferat der Diözese, in Innsbruck, Riedgasse 9.
 - Dekanat Silz: Pfarrhaus Oetz **jeweils Samstag von 9 – 17 Uhr.** Anmeldung und Informationen: schriftlich im Pfarramt Oetz, pfarre.oetz@gmail.com, Tel. 05252/6288 oder 0664/9136124. (max. 12 Paare), **Termine: 14. März, 4. April 2020**
 - Dekanat Imst: Karres, Bildungshaus St. Stephanus, **jeweils Freitag von 16 – 22 und Samstag von 9 – 13 Uhr.** Anmeldung: Pfarramt Imst, pfarre.imst@cni.at (max. 12 Paare) oder Tel. 05412 / 66227
- Termine: • 27. bis 28. März**



Heiraten hat in der **Hirschentenne** Tradition

Sie wollen Ihre Hochzeit stilvoll feiern und Ihren schönsten Tag mit der Familie und vielen Freunden gesellig verbringen? Die »Hirschentenne« im Gasthof Hirschen in Stams ist seit Generationen ein beliebter Treffpunkt für Feierlichkeiten aller Art.

Die Gastgeberfamilie Ötzbrugger punktet dabei mit viel Erfahrung in der Planung und Durchführung des schönsten Tags im Leben von vielen Brautpaaren. „Sie können den Tag genießen – wir sorgen für das festliche Ambiente und die kulinarischen Highlights: Angefangen vom Sektempfang – z.B. in unserem romantischen Kastaniengarten – über den festlich dekorierten Festsaal (verschiedene Sitz- und Gestaltungsmöglichkeiten stehen zur Verfügung) bis zum Hochzeitsmenü, für das wir Ihnen gerne Vorschläge unterbreiten.“ Im Festsaal können bis zu 130 Ball- und Hochzeitsgäste tafeln oder sich an der stylischen Bar unterhalten, auch für die Hochzeitsmusik und die Tanzfläche gibt es genügend Platz. Für eine Übernachtung stehen 30 Zimmer im Gasthof zur Verfügung. „Wir freuen uns auf Ihren Besuch!“



Feiern Sie in unserem Festsaal Ihren schönsten Tag!



Hotel Gasthof Hirschen
Familie Ötzbrugger
Tel. 05262-62026 oder
Mobil 0650-6202613
info@hirschen-tirol.at
www.hirschen-tirol.at

Die besondere Idee für einen besonderen Tag

Kommen Sie
mit Ihren Wünschen,
wir werden sie
verwirklichen!



Telefon: 05264 5228 · Mobil: 0664 92 30 100
Hallo@cafe-maurer.at · www.Cafe-maurer.at

Rundum glücklich und schön mit Brautmode in Plus Size

Bei Brautmoden Tirol in Mieming finden heiratswillige Damen von traumhaften Brautkleidern bis zu Accessoires wie Schuhe, Schmuck etc. oder Kleider für die Brautjungfern sowie Ball- und Festmode für Hochzeitsgäste alles für den schönsten Tag. Die neuen Kollektionen für 2020 punkten dabei auch mit einer umfangreichen Auswahl an Hochzeitskleidern für kurvige Bräute.

„An ihrem Hochzeitstag soll sich jede Frau in einem perfekt sitzenden Kleid wohlfühlen. Bei uns finden Sie wunderschöne Brautkleider für Curvy Brides, die mit raffinierten Schnittführungen und fließenden Stoffen begeistern!“, erklärt Dagmar Melmer von Brautmoden Tirol. Wollen Sie einmal Prinzessin sein oder lieber in zartem Vintagestil vor den Altar treten? „Für die neue Saison haben wir das Angebot an Kleidern in größten Größen stark erweitert. Sie unterstreichen die individuellen

Vorzüge und schmeicheln der weiblichen Figur. So kann sich jede Braut auf ihren großen Auftritt freuen.“

Und da ja besonders bei Hochzeiten die Vorfreude die schönste Freude ist, bietet Brautmoden Tirol in Mieming VIP Termine »Bride&Friends« an: Jeden Donnerstag und Freitag Abend kann ein exklusiver Beratungstermin gebucht werden, wo der Showroom allein der Braut und ihren BegleiterInnen zur Verfügung steht. Dazu gibt es kleine Köstlichkeiten und Getränke (natürlich auch Prickelndes), für die romantische Stimmung bei der Suche nach dem perfekten Brautkleid sorgen Dekoration und Hintergrundmusik, außerdem erhält die Braut ein Geschenk. „Dieser VIP Termin ist das ideale Geschenk für jede Braut und auch als Gutschein bei uns erhältlich!“, ergänzt Dagmar Melmer. Anmelden kann man sich telefonisch oder auf www.brautmoden-tirol.at.

ANZEIGE

BRAUTMODEN TIROL
D. Melmer

Einzigartig schön.

Neue Modelle, neue Designs -
auch für Curvy Brides.
Ihr Traumkleid erwartet Sie!

Wir bitten um Terminvereinbarung
Obermieming 179a · A-6414 Mieming
T +43 5264 43491 · www.brautmoden-tirol.at
#tirolerbraut · facebook.com/brautmodentirol



Hochzeit 2020

ALLES RUND UM DEN
WICHTIGSTEN TAG IN IHREM LEBEN

Rückblick auf viele Hochzeiten & Ja-Worte

Astrid Seiser aus Pfaffenhofen war eine der ersten Weddingplanerinnen in Tirol und begleitete in 17 Jahren etwa 85 Brautpaare bei den Vorbereitungen für ihre Hochzeit. Mit mein monat blickt sie auf spannende und rührende Momente zurück.

Der Grundstein für das eigene Unternehmen wurde 1993 bei den Vorbereitungen zur eigenen Hochzeit gelegt: „Damals hatten wir eine kleine Tochter und ich dachte mir, wie schafft das eine Braut, die vielleicht mehrere Kinder hat und noch einen Beruf, wie soll man



„Gleich geht's zum Altar!“ Von Weddingplanerin Astrid Seiser (r.) gab es letzte beruhigende Worte

eine Hochzeit so nebenher organisieren? Dass man alle Vorbereitungen in andere Hände gibt und sich entspannt auf die Hochzeit freuen kann, schien mir sehr verlockend und eine wahre Marktlücke“, schmunzelt sie. Nach einer Ausbildung in einem Unternehmen für Eventmanagement gründete sie 1997 »creativhochzeit« und galt damals in Tirol als Exotin. „Der Reiz dabei war für mich immer, die Hochzeiten ganz persönlich auf das Brautpaar abzustimmen und die Herausforderung, alle auftretenden Probleme so zu lösen, dass es Braut und Bräutigam nicht mitbekommen.“ So heißt es flexibel und vor allem rasch reagieren, wenn eine halbe Stunde vor der Trauung der bestellte Fotograf aus-

fällt oder die Schankanlage den Geist aufgibt. Auch Sonderwünsche können die Weddingplanerin in Bedrängnis bringen: „Eine Braut aus dem Ausland wünschte sich an ihrem Hochzeitstag Ende Mai in Tirol schneebedeckte Berge“, lacht Astrid Seiser. „Und zu meinem Glück – bei uns ist man ja nie vor Wetterkapriolen sicher – schneite es eine Woche vorher und die Berge waren angezuckert!“ Bis zu eineinhalb Jahre vorher plante sie teilweise die Hochzeiten voraus (die meisten fanden in Tirol und Südtirol statt) und sammelte Unterlagen zu Hochzeitslocations, Vorschläge für Brautsträuße oder Hochzeitstortenvariationen. „Es kam vor, dass bis zu 50 E-Mails hin und her gegangen sind, bis die Anzahl, die Farbnuancen und die Art der Blumen des Brautstraußes perfekt abgestimmt waren...“ Und welche war die ungewöhnlichste Hochzeit? „Ganz sicher die, bei der der Bräutigam auf mich zugekommen ist und meinte, er wolle seine Zukünftige mit der Hochzeit überraschen. Ich habe versucht, ihn davon abzubringen, weil er damit ja der Braut die ganze Vorfriede und die Zeit der Einstimmung auf die Hochzeit

nimmt. Aber auch Argumente wie notwendige Formulare oder fehlendes Hochzeitskleid konnten ihn nicht davon abbringen. Die Hochzeit fand in Kitzbühel statt – nach dem Hochzeitsantrag um 11 Uhr am Vormittag war am Nachmittag um 15 Uhr die standesamtliche Trauung – mit einem Hochzeitskleid, das der Bräutigam ausgesucht hatte. Aber man hatte das Gefühl, dass die Braut nicht recht wusste, wie ihr geschah und meines Wissens hielt die Ehe auch nicht lang.“ Sonst sei die Zeit als Weddingplanerin aber immer eine sehr erfüllende gewesen: „Man hat ja (fast) nur mit glücklichen Menschen zu tun, die sich für den gemeinsamen Lebensweg entscheiden und das feiern wollen. Da nimmt man jedesmal viel positive Energie mit!“ Dass sie nach 17 Jahren 2014 ihr Unternehmen doch in andere Hände gab, erklärt



Astrid Seiser plante 85 Hochzeiten + die eigene!#

Astrid Seiser mit den grundsätzlichen Entwicklungen bei den Hochzeiten. „Es muss heute alles einen »Event-Charakter« haben und nach außen perfekt erscheinen. Dabei wäre es wünschenswert, wenn sich das Brautpaar mehr auf sich besinnen würde und nicht nur darauf, dass man gleich danach die schönsten Fotos im Internet posten muss.“

Melodiös in die Ehe begleiten

Das Brautlied wird traditionell am Vorabend der Hochzeit bei den Eltern der Braut gesungen. Dabei kann neben den Brauteltern und der Braut auch der Bräutigam anwesend sein. Gesungen wird das Brautlied regional unterschiedlich entweder nur von den weiblichen Verwandten bzw. Freundinnen der Braut oder auch ihren Freunden, manchmal wird es auch von einer Bläsergruppe gespielt. Nach dem Singen des Brautliedes erhalten die SängerInnen bzw. MusikerInnen von den Eltern der Braut eine Jause.

Wichtig ist dabei, dass der Bräutigam die Gesellschaft spätestens

um Mitternacht verlassen muss. Anbei der Text für die Sängerinnen.

1. Die Sonne neiget sich, geht nun zur Ruh,
sie wirft den letzten Blick dir freundlich zu.
Es ist das letzte Mal, dass dich der Sonnenstrahl
in deinem Kämmerlein als Braut erschaut.
2. Vertrau auf den lieben Gott, und habe Mut,
er hilft in Angst und Not, ist ja so gut.
Wünscht dir Himmelsbraut ein wahres Glück, ja Glück,
weil tief ins Herz dir schaut, ihr milder Blick.
3. Die Sternlein ohne Zahl, in ihrer Pracht,
wünschen viel tausend Mal, dir gute Nacht.
Hast du geprüft dein Herz, treibst du damit nicht Scherz,
es ist die letzte Nacht, junge Braut gib acht.



Eduard-Wallnöferplatz 3 · Telfs
Tel. 05262-63925

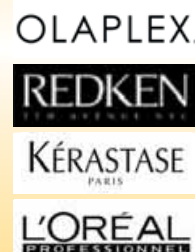
Öffnungszeiten

Di – Fr 8³⁰ – 18³⁰ Uhr · Sa 8³⁰ – 16³⁰ Uhr



**Wir frisieren auch
für Hochzeiten
und besondere Anlässe!**

Dauerhafte
Keratin-Haarglättung
auf Naturbasis.



Hochzeitstrends unter einem (Messe-)Dach

Angehende Ehepaare und ihre Angehörigen konnten sich Mitte Jänner auf der größten Hochzeitsplattform Tirols, der Messe »Hochzeiten & Feste« in Innsbruck mit zahlreichen Produkten und Dienstleistungen auf den schönsten Tag im Leben vorbereiten.

Westösterreichs größte Hochzeitsmesse hat zum 29. Mal vor den Altar gebeten – oder besser gesagt auf das Innsbrucker Messegelände. Standen Brautpaare Anfang der 1990er noch in ihren Mittzwanzigern vor dem Traualter, waren Braut und Bräutigam im Jahr 2018 in Österreich bereits 30,6 und 32,8 Jahre alt, wie die Durchschnittswerte der Statistik Austria zeigen.

Anzahl der Eheschließungen in Tirol steigt

Den Bund fürs Leben zu schließen

war in Tirol seit 30 Jahren nicht mehr so begehrt wie jetzt – mit österreichweit 46.468 Eheschließungen im Jahr 2018 knüpft der aktuelle Heiratstrend an die Werte des Heiratsbooms in den 1980er und 1990er Jahren an. In Tirol gaben sich laut Statistik Austria 2018 bereits 4.138 Paare das Ja-Wort – so viele wie seit dem staatlich geförderten Rekordjahr 1987 (5.935) nicht mehr.

Trends übersichtlich vereint

Mit dem Anstieg der Hochzeiten steigt auch der Variantenreichtum an Feierlichkeiten rund um den schönsten Tag im Leben. Die Tipps zahlreicher Hochzeitsplaner kommen daher nicht von ungefähr, sich vor dem großen Tag ausführlich zu informieren und einen Überblick über die vielen Angebote zu verschaffen. In den traditionsreichen Hallen B.1 und B.0 der Messe Innsbruck präsentierten

insgesamt über 100 renommierte Aussteller im Jänner ihre Produkte, Anregungen, Ideen und Tipps. „Das festliche Angebot reicht von den neuesten Braut- und Bräutigammoden, Schmuck und Stylings, Informationen zu Locations, Hochzeitstorten, Floristik und Dekoration bis zu Musik, Fotografie, Kutschen, Oldtimer und

Hochzeitsreisen“, meint Projektleiterin Karin Strobl. „Ein buntes Rahmenprogramm mit mehrmals täglich stattfindenden Modenschauen oder Tortenverkostungen rundete die ‚Hochzeiten & Feste‘ ab und macht die Hochzeitsvorbereitungen zu einem einzigartigen Erlebnis.“ Weitere Informationen: www.hochzeiten-feste.at.



**BRAUTMODE
in RINN**

**Unsere Stärke ist die
perfekte Passform
der Brautkleider!**

Wir reduzieren unser Lager!

**40 Modelle werden bis Ende Jänner
tiefst-reduziert verkauft**

Größen 34–48

**Schuhe - Restpaare um € 20,-
(statt € 120,-)**

**Terminvereinbarung unter:
Tel. +43 (0) 664 / 459 4443
Dorfstraße 5, 6074 Rinn**

goer in telfs gefeiert

Bereits Mitte Dezember feierte Theresia Furtner ihren 90. Geburtstag, unternahm aber mit ihrer Familie eine Kurzreise nach Wien. So konnte Bgm. Christian Härting erst im Jänner der Jubilarin gratulieren.

Die dreifache Mutter und vierfache Großmutter erzählte dem Bürgermeister bei bester Gesundheit von einem langen, bewegten Leben. Sie wurde in einer ehemaligen

deutschen Kolonie am Schwarzen Meer nahe Odessa geboren, musste mit ihrer Mutter und den Geschwistern nach Deutschland flüchten und lernte später in der Steiermark ihren zukünftigen Mann kennen. Arbeit fand das Paar schließlich in Telfs – sie in der Schneiderei Petuzzi, er als Architekt im Büro Hubert Fragner. Ihr Rezept für körperliche und geistige Frische im hohen Alter: „Man

muss diszipliniert mit sich selbst sein. Ich gehe spazieren, fahre sogar noch selbst mit dem Auto einkaufen und erledige ein bisschen Gartenarbeit und freue mich, dass ich mich selbst versorgen kann.“



Foto: MG Telfs / Pichler

Neuer Hochbehälter Kirchplatzl Leutasch



Mehrere Monate wurde an der Erneuerung der Leutascher Wasserversorgung gebaut, nun konnten die umfangreichen Bauarbeiten am Hochbehälter Kirchplatzl abgeschlossen werden, sodass die Wasserversorgung bereits über die neue Anlage sichergestellt werden kann.

Im April 2019 wurde der Hochbehälter Kirchplatzl-Alt aus dem Jahre 1928 abgebrochen und der Aushub für den neuen Hochbehälter hergestellt. Im neuen Hochbehälter stellen nun zwei voneinander unabhängige Kammern mit jeweils 450 m³ Speichervolumen die Wasserversorgung mit insgesamt 900 m³ Trinkwasser sicher. Gleichzeitig wurde die Ableitung vom neuen Hochbehälter bis zum Sportplatz Leutasch erneuert, den Anforderungen entspre-

chend größer dimensioniert und alle Hausanschlüsse auf dieser Strecke neu hergestellt. Noch vor Weihnachten 2019 ging der Hochbehälter ans Netz, damit ist das Herzstück der zwei Millionen Euro schweren Investition der Gemeinde Leutasch in Betrieb. Bereits im November wurde die UV-Station Klamm in Betrieb genommen. Die komplette Verrohrung wurde neu hergestellt, Elektronik und Steuerung auf den aktuellen Stand der Technik gebracht. Zusätzlich wurde die UV-Entkeimungsanlage erneuert und zwei leistungsstarke Pumpen verbaut. „Im Frühjahr 2020 werden noch letzte Arbeiten am neuen Hochbehälter durchgeführt, wie zum Beispiel das Abzäunen des Quellschutzgebiets sowie weitere Geländeanpassungen“, erklärt Bürgermeister Jorgo Chrysochoidis.



Fotos: Gemeinde Leutasch

RSE

Fernwirken.

Datenloggen.

Störmelden.

www.rse.at

RSE Informationstechnologie GmbH | 9400 Wolfsberg

Hochbau | Tiefbau | Spezialtiefbau

B+B
 Berger + Brunner

WIR VERSETZEN BERGE

bb-bau.at





rundum fit & gesund ins neue Jahr mit **mein monat**

Neujahrsvorsätze mit garantierten Erfolgsaussichten?

Es hat schon so mancher am eigenen Leib erfahren müssen: Der Geist ist willig, doch das Fleisch ist schwach. Und so nehmen wir uns Jahr für Jahr zu Silvester vor, dass nächstes Jahr alles besser wird. Wie man aber vielleicht doch erfolgreich durchstartet?

Hier ein paar Tipps:

Gesund und fit zu werden ist ein Vorsatz, den sich viele Menschen vornehmen – hier führt 1. Mehr Bewegung und 2. Bessere Ernährung zum Ziel. Aber zu sagen: „Dieses Jahr laufe ich einen Marathon!“, obwohl man sich erst einmal ein paar Laufschuhe kaufen muss, wird schon bald zu Frustrationserlebnissen und wahrscheinlich zur Kapitulation in Gesellschaft der übriggebliebenen Weih-

achtskekse auf der Couch vor dem Fernseher führen. Das heißt – und das ist genaugenommen auch nix Neues – realistische Ziele sind das Geheimnis. Nicht: „Ich laufe einen Marathon!“ sondern „Ich will mich heuer mehr bewegen als bisher!“ Wer also bisher 1- bis 2-Mal pro Woche sportlich war, kann auf 3-Mal oder 4-Mal aufstocken und diejenigen, die von Null starten, probieren es mit 1-Mal flott Spaziergehen oder nehmen in Zukunft die Treppe zum Büro im 3. Stock – und auch beim Putzen verbrennt man Kalorien! Ähnlich verhält es sich auch bei der Ernährung: Statt »Ab jetzt esse ich keine Kohlenhydrate mehr und ernähre mich nur mehr von Obst und Salat!« einfach einmal abchecken, was man bisher so jeden Tag »verdrückt« hat, um das

Bewusstsein zu schaffen, die Zwischenmahlzeiten bzw. den Riegel, den Kuchen und das Eis nebenher einfach wegzulassen. Und dann auch hier stufenweise vorgehen: gibt es Lieblingsgerichte, die man mit wenig Aufwand »gesünder« bzw. mit weniger Fett zubereiten kann? Lasse ich einmal in der Woche das Abendessen ausfallen – vielleicht verbessert sich das Schlafverhalten?

Und der wichtigste Tipp zum Schluss:

Verzichten Sie auf Vorsätze, die Sie nur stressen! Lieber einige Stunden mit Freunden und Familie verbringen, zurückblicken auf persönliche Erfolge und Glücksmomente und dann zuversichtlich durchstarten!

Wir wünschen viel Glück dabei!

Kann man Fettzellen „wegschmelzen“?



Dr. med. univ.
Thomas
Scheiring

Zuerst die gute Nachricht: **Ja, man kann!** Allerdings nicht wegschmelzen, sondern „erfrieren“ und dadurch absterben lassen.

Die schlechte Nachricht: Die Methode der Kryolipolyse (Kryo = Kälte, Lipolyse = Fett auflösen) funktioniert nur an lokal begrenzten Stellen und nicht am ganzen Körper.

Folgende Körperregionen funktionieren am besten:

- Oberschenkel (Reiterhosen)
- Bauch
- Oberarme
- Kinn (Doppelkinn)
- Hüften

Die Behandlung ist nahezu schmerzfrei und dauert zwischen 60 und 90 Minuten. Dabei werden die Fettzellen auf -5 bis -9 Grad Celsius abgekühlt und sterben dadurch ab.



Das Ergebnis ist umso besser, je mehr man sich in den nächsten 8–12 Wochen bewegt und gesund ernährt. Bis alle abgestorbenen Zellen abtransportiert sind, dauert es 2–3 Monate! Also für das Frühjahr und den Sommerbeginn nicht zu lange abwarten!

www.sportmed-telfs.at
SPORT & ALLGEMEIN MEDIZIN

Dr. med. univ. Thomas Scheiring,
Sport- und Allgemeinmedizin
Marktplatz 7, Ärztehaus III, 6410 Telfs
Telefon 05262/66 710
Mo+Do: 15:30-18:30
Di+Mi+Fr: 08:00-11:00
office@sportmed-telfs.at

Ganzheitliche Naturpraxis Barbara Larcher

Spagyrik ◉ Craniosacral-Arbeit ◉ Bach-Blüten



Umgang mit Stress verbessern, Körpergefühl und Abwehr stärken, Blockaden lösen,
Selbstheilungskräfte anregen oder einfach "nur" entspannen
helfen unsere Gesundheit zu fördern und zu erhalten.
Vereinbaren Sie einen Termin für ein kostenloses Vorgespräch.

Pflanzenkunde ◉ Kräuterwanderungen ◉ Jahresgruppen

ab März 2020:

Heilkräfte der Natur im Jahreskreis (1x monatlich samstags ab 10 Uhr, 12 Termine)
in gemeinsamen Stunden im Stamser Eichenwald Kräuter erleben

Intuitive Kräuterkunde - Heilpflanzen mit allen Sinnen (1x monatlich mittwochs ab 19 Uhr, 12 Termine)
durch Wahrnehmung und schamanisches Reisen Heilpflanzen erfahren

Die 12 großen Heiler des Dr. Edward Bach (1x monatlich montags ab 19 Uhr, 12 Termine)
Bach-Blüten und ihre Anwendung intensiv kennenlernen

Oberfeld 11 ◉ 6423 Mötz ◉ 0676/6500 466
barbara.larcher@gmx.at

Aktuelle Termine & mehr Information:
www.naturpraxis-larcher.at

Hut ab...

...vor **Hermann Schweigl**, Chef der gleichnamigen Tischlerei in Stams. Er wünschte sich anstelle von Geburtstagsgeschenken einen Beitrag für einen guten Zweck. Das Geldgeschenk wurde geteilt und kürzlich an die Wohngemeinschaften des Don Bosco-Hauses und an die Neue Mittelschule in Stams übergeben. Damit werden Schüler/innen und Jugendliche in besonderen Notlagen unterstützt. Es danken – auch im Namen der Betroffenen,

Sr. Regina Maier, Aaron Latta und NMS-Dir. Anton Mayr.

Wollen Sie auch jemanden loben? Sie erreichen uns telefonisch unter Tel. 05262/67491, per E-Mail an mo@meinmonat.at und persönlich in der Bahnhofstraße 24 in Telfs.

ein prost! auf die neue proseccheria

Einen Willkommensbesuch statteten Bgm. **Christian Härting** und Wirtschaftsausschussobmann GV **Alexander Schatz** der »La Prosecceria Mile Grazie« in der Josef-Schöpf-Straße 2 ab. **Mile Djuric** lädt dort seit Dezember im stilvoll historischen Ambiente zu feinen Tropfen und Snacks mit dem ge-

wissen Etwas. „He's back in town“, könnte man über **Mile Djuric** sagen. Nach Ausflügen ins Unter- und ins Oberland sowie in die Mode ist Mile zu seinen gastronomischen Wurzeln zurückgekehrt. Am Foto rechts verkosten GV **Alexander Schatz** (l.) und **Mile Djuric** einige dieser feinen Tropfen...



Foto: MG Telfs / Pichler

das runde landete im eckigen ...



Foto: NMS Telfs / Franz Gsellmann

Die Sparkassen Errea Fußball Schülerliga veranstaltete im Dezember die Bezirkshallenmeisterschaft 2019, wo die Neuen Mittelschulen Telfs wieder ihre Klasse unter Beweis stellten. Beide Teams zeigten großartigen Hallenfußball.

Die NMS Weißenbach Telfs gewann alle sechs Spiele und steht somit als Vertreter der Landesmeisterschaft in der Halle in Schwaz am 19. Februar fest. Auch die NMS Anton Auer Telfs spielte gut mit und erreichte den dritten

Platz bei der Bezirksmeisterschaft 2019. „Den jungen Fußballern aus der NMS Weißenbach wünschen wir im weiteren Verlauf der Hallenmeisterschaft alles Gute!“ meint **Franz Gsellmann**, Bezirksreferent der Fußball Schülerliga.

Living Inn Zirl steht bald zum Wohnen bereit

Die Errichtung einer kleinen, feinen Wohnanlage in Zirl befindet sich in der Endphase. »Living Inn Zirl« wurde von OFA Architektur ZT GmbH mit der Bonne Apart Group umgesetzt und punktet mit hellen Räumlichkeiten und der Lage im Ortszentrum von Zirl.

Auf dem etwa 700 m² großen Grundstück am Freiweg wurde zunächst ein Bestandsgebäude abgerissen, um im Anschluss dem Neubau des Wohngebäudes in Massivbauweise mit fünf Wohnungen und einer Tiefgarage Platz zu machen.



Visualisierung OFA Architektur ZT GmbH

Vier Wohnungen verfügen dabei über ca. 75 m² Wohnfläche, die Dachwohnung über ca. 100 m². Zu den Erdgeschosswohnungen gehören jeweils eine vorgelagerte Terrasse und ein Gartenabteil, die zukünftigen BewohnerInnen der Wohnungen im ersten und zweiten Obergeschoss genießen von Balkonen aus den Ausblick. Warmwasser und Heizung werden über

eine Luft-Wasser-Wärmepumpe mit Energie versorgt. In den nächsten Wochen werden noch die Außenanlagen fertiggestellt, dann können die neuen Besitzer (alle fünf Wohnungen sind bereits vergeben) einziehen. Ein weiteres Projekt der Bonne Apart Group ist eine Reihenhäuseranlage mit drei getrennt voneinander situierten Häusern in Axams.





Wohnliches Familiennest mit »Licht und Luft«



In Oberhofen im Zentrum baute sich die junge Familie Simone und Martin Meil mit dem 2-jährigen Sohn Samuel ihr Wunschhaus mit »familiärer Umgebung«.

Auf einem Grundstück, wo früher ein alter Bauernhof mit Stadl der Familie Meil das Ortsbild prägte, haben sich zwei Brüder niedergelassen. Gut zwei Jahre bauten Martin und Simone (Foto links) an ihrem 177m² großen Wohnraum, bis sie im März 2019 einziehen konnten, Bruder Wolfgang wohnt mit seiner Familie nebenan. Mit einer Glitzerfassade (kleine

Glassplitter bringen die Hauswände im Sonnenlicht zum Funkeln) sorgen die beiden Häuser nun für frische Akzente in Oberhofen. „Wir haben beim Hausbau viele unserer Wünsche umgesetzt. So war uns etwa ein großer Esstisch wichtig, damit wir unsere vielen BesucherInnen bewirten können, der Pool im Garten für die sommerliche Abkühlung und der Ofen für heimelige Wärme an kalten Tagen“, erklärt Simone Meil. Dabei ist der Ofen mit Sichtfenster und beheizter Ofenbank der zentrale Angelpunkt im Haus – das Feuer ist sichtbar von Küche und Essbereich aus, warm wird's aber auch im angrenzen- ➤



fliesen öfen parkett

6460 Imst Tel. 05412-62150
 Industriezone 31 Fax 05412-62151
www.abc-fliesen-imst.at

Ihr professioneller und kompetenter Fachberater!





Führend in Ofenbau + Design
 Spezialist für Fliesen, Granit und Marmor

Praxmarer

OFENBAU + DESIGN

HAFNERMEISTER
 Praxmarer Bernhard
 Mobil: 0 676 / 958 27 55



Gesellige Stunden sind auf der überdachten Terrasse, am Esstisch oder im gemütlichen Wohnzimmer garantiert, der eigene Pool bringt Erfrischung, während der Ofen für heimelige Wärme sorgt. Vom Stiegenaufgang übers Bad bis zum Schrankraum – alles ist perfekt beleuchtet



den Wohnzimmer. „Er ist gleichzeitig Raumteiler und Gestaltungselement und jetzt im Winter brennt fast jeden Tag ein Feuer bei uns.“ Für die energieeffiziente Fußbodenheizung und das Warmwasser steht aber eine Grundwasserwärmepumpe in Kombination mit einer Photovoltaikanlage am Dach zur Verfügung.

Die Küche versteckt viel Stauraum hinter den Fronten in Weiß Hochglanz, die bis zur Decke gezogen wurden, den farblichen Gegensatz dazu bildet die Steinarbeitsfläche in Anthrazit, in die sich das Kochfeld mit integriertem Abzug bündig einfügt. Arbeitserleichterung beim Kochen bringen das erhöhte Kombigerät mit Dampfgarer und

Backofen und der – ebenfalls erhöhte – Geschirrspüler. Auch die angrenzende praktische Wirtschaftsküche bzw. »erweiterte Speis« möchte die Familie nicht mehr missen, ebenso wie den großen Gefrierschrank mit Eiswürfelbereiter, die zentrale Staubsaugeranlage und die Kehrleiste, wo auf Knopfdruck Brösel und anderer Schmutz verschwindet.

Viel Leidenschaft für's Detail beweist die Familie Meil auch bei den Licht- und Elektroinstallationen: „Bei der Beleuchtung wollten wir keine Kompromisse machen und haben uns für hochwertiges und zeitloses Design bei den Lampen wie auch bei den Lichtschaltern mit Glasrahmen – ein italienisches Fabrikat – entschieden. Das ganze Haus ist zudem mit dem BUS-System ausgerüstet, sodass wir überall über das Soundsystem Musik hören oder beim Türklingeln übers Handy informiert wer-

den, wer daheim vor der Tür steht.“ Für die Beschattung stehen außerdem an allen Fenstern elektronisch steuerbare Raffstore zu Verfügung.

Im Erdgeschoss befinden sich der große Wohn- und Essbereich mit Wohnküche, ein Gäste-WC, ein Büro und eine Kuschecke im Eingangsbereich, im Obergeschoss sind zwei Kinderzimmer mit gemeinsamem Bad und das Elternschlafzimmer mit übersichtlichem Schrankraum und integriertem Badezimmer untergebracht. Die südlich vorgelagerte Terrasse bzw. der Balkon erhalten im kommenden Jahr noch ein Geländer aus dunklem Glas. Der Keller beherbergt verschiedene Lager- und Technikräume, eine Waschküche (hier endet der integrierte Wäscheabwurf des Hauses) sowie einen

HAUSBERGER
ELEKTROTECHNIK

Anton-Eder-Straße 21 | 6020 Innsbruck

www.hausberger-elektro.at

Wir bedanken uns
für die erfolgreiche
Zusammenarbeit.

Dahoam statt zuhause. **föger.**

**SCHLOSSEREI
HÄRTING
HÄRTING GÜNTER**
6410 TELFS
SANDBÜHEL 14
FON 05262-64726
FAX 64726-4
MOBIL: 0664/312 62 50
haerting.guenter@telfs.com



Hobbyraum, der für Fußballabende des Hausherrn adaptiert wird und einen Wellnessraum, der bald mit Dusche und Sauna zum Entspannen und Erholen einlädt. Die südlich vorgelagerte und teilweise überdachte Terrasse im Erdgeschoss wird im Sommer zum erweiterten Wohnzimmer und hier findet sich auch das nächste Highlight: „Wir wollten unbedingt einen eigenen Swimmingpool haben, der durch die kuppelartige Überdachung auch bei Schlechtwetter und bis in den Herbst hinein benutzbar ist. Da beginnt der

Urlaub schon im eigenen Garten.“ Die Baumaterialien im klar strukturierten neuen Heim der Familie Meil zeigen sich ebenso geradlinig: während im Eingangs-, Küchen-, Ess- und Stiegenbereich mit pflegeleichtem Feinsteinzeug in Anthrazit gefliest wurde, wurde das Wohnzimmer mit einem ebenfalls strapazierfähigen Haro Designboden versehen (ein Spezialboden mit einer Dämmunterlage aus Kork und einer Oberfläche in authentischer Holzoptik). Im Keller wurden Epoxiharzböden gegossen und im Obergeschoss in den

Schlafräumen sind Holzböden in Bergeiche zu finden. Die Bäder sind mit Fliesen in Hell- und Dunkelgrau gestaltet, wobei besonders das Elternbad mit einer besonderen Aufteilung punktet – hier sind WC und Dusche rechts und links hinter einem Raumteiler versteckt, sodass sich auch mehrere Personen gleichzeitig im Bad aufhalten können. „Und die zusätzliche Badewanne ist extra groß, genauso wie unser Bett, damit mein großgewachsener Mann sich auch ordentlich ausstrecken kann“, schmunzelt Simone Meil.



• Installationen • Heizung • Sanitär für Neubauten und Sanierung



Wir sind auch der ideale Partner für Sanitärinstallationen!

HEIZUNG • SANITÄR • INSTALLATIONEN

EGGERSTEFAN

HEIZSYSTEMTECHNIK

SERVICE FÜR ÖL- UND GASBRENNER
SOWIE REGELUNGEN UND HEIZSYSTEME

KLIMATECHNIK • HEIZTECHNIK

A-6421 Rietz · Mitterweg 30 · Tel. 0664-4209685

e-mail: egger.st@tirol.com · www.eggerst.at

Eislaufen am See



Foto: Mösern gemeinsam

Das schon in den letzten Jahren sehr gut angenommene Eislaufen am Möserer See wird auch heuer wieder vom Verein »Mösern gemeinsam« organisiert.

Zur großen Publikumseisfläche gibt es wieder ein Hockeyfeld für Spiel und Spaß und diejenigen, die einfach die Sonne und Natur genießen wollen, können über einen Panoramaweg gleiten (siehe Foto oben). Die Eisoberfläche wird in vielen Arbeitsstunden von einigen ehrenamtlichen Helfern so hergerichtet, dass auch nicht so geübte

Eisläufer sich wohl fühlen. Für Klein und Groß steht dem kostenlosen Eisvergnügen auf dem beliebten Natursee ab sofort bis Ende Februar nichts mehr im Wege. Die Öffnungszeiten sind an den Wochenenden Samstag und Sonntag von 14.00 Uhr bis 16.30 Uhr, sofern der Eismeister die Freigabe dafür gibt. Die Freigabe wird immer am Freitag vorher ab 18.00 Uhr auf der Homepage www.moesern.info bekannt gegeben. Außerhalb der Öffnungszeiten ist das Betreten der Eisfläche verboten.

triathlet des jahres aus pfaffenhofen

Luis Knabl wurde mit dem Triathlon Austria Award 2019 ausgezeichnet.

Im Zuge der Triathlon Gala 2019 in Klagenfurt wurden erstmals die „Triathlon Austria Awards“ vergeben. In der Kategorie „Triathlet des Jahres“ kommt der Sieger mit Luis Knabl aus Tirol (am Foto un-

ten links). Luis war leider bei der Gala verhindert, deshalb wurde ihm der Award vom Tiroler Verbandspräsident Julius Skamen (r.) jetzt in der Heimat überreicht. „Ich bedanke mich bei allen, die mich gewählt haben, dies ist eine zusätzliche Motivation auf meinem Weg in Richtung Olympia Tokio nächstes Jahr,“ so ein sichtlich stolzer Luis Knabl. Er ist ja bereits fix für Olympia Tokio 2020 qualifiziert und bereitet sich gezielt auf das sportliche Großereignis vor, jetzt auf Fuerteventura und dann auch auf einem gezielten Höhentrainingslager in St. Moritz. „So ist er nach Kate Allen und Eva Dollinger als erster männlicher Tiroler Triathlet bei Olympia dabei, das ist für die Tiroler Triathlon Familie einfach gewaltig!“, freut sich Präsident Julius Skamen.



Foto: Triathlonverband Tirol (TRVT)

»Geländetauglich« mit

Das Kühtai ist seit jeher ein beliebtes Ziel für SchifahrerInnen und SchitourengeherInnen – wobei in den letzten Jahren letztere Gruppe stark zugenommen hat. Vor nunmehr 20 Jahren hat »risk'n'fun«, das Ausbildungs-

programm der Österreichischen Alpenvereinsjugend damit begonnen, Trainingscamps für junge FreeriderInnen ab 16 Jahren anzubieten, die sich im freien Gelände mit kontrolliertem Risiko bewegen wollen.



Schon im Dezember fanden eintägige Drop-In Termine zum Hineinschnuppern oder Auffrischen der Kenntnisse in Tirol, Salzburg, Vorarlberg und in der Steiermark statt. Drop in be-

Tiwag leert Kraftwerks-

Die Vorbereitungen für die Revisionsarbeiten an der Kraftwerksanlage Sellrain-Silz laufen auf Hoch-

touren. Derzeit wird der Stauspiegel im Speicher Finstertal bis Ende Jänner 2020 um insgesamt 100

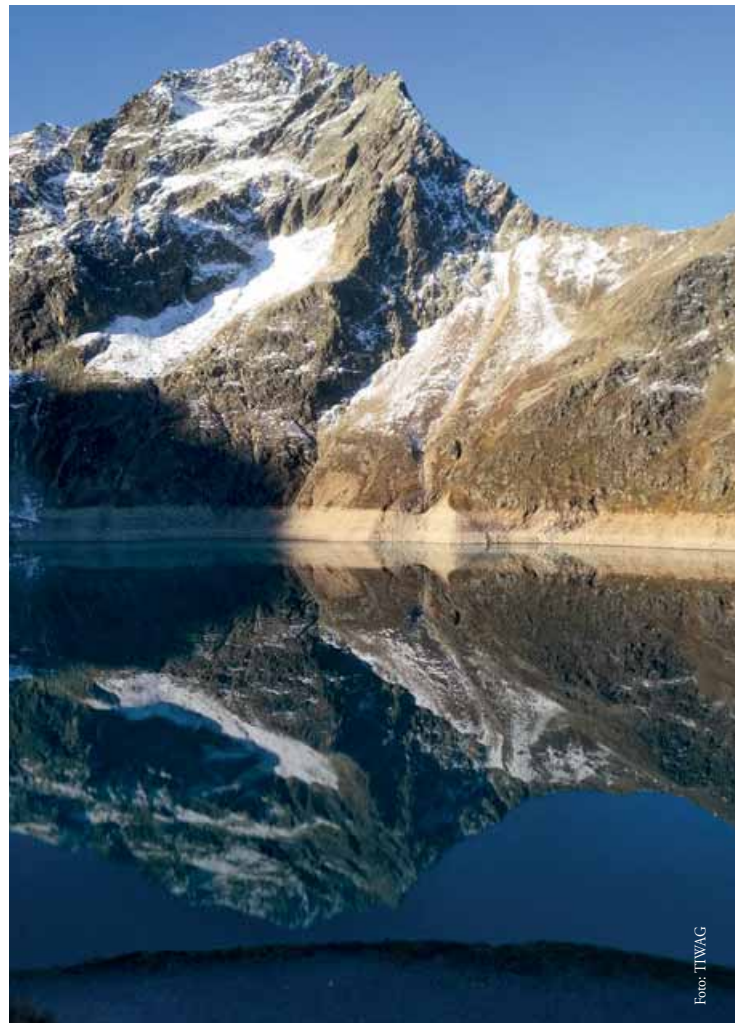


Foto: TIWAG

risk'n'fun

deutet auch »mobil und spontan« – abhängig von der Schneesituation wird erst kurzfristig entschieden, wo es genau hingehen wird. Danach eröffnen fünftägige Level 01 Sessions im Kaunertal und in Serfaus-Fiss-Ladis die neue Dekade von risk'n'fun.

Softskills, Hardskills, Peer Education: risk'n'fun brachte zur Jahrtausendwende sprachlich wie inhaltlich Neues in den Alpenverein; siehe der korrekte volle Name risk'n'fun Alpine Professionals FREERIDE und die Basiselemente (Basics) Hardskills, Softskills, Peer Education. Inzwischen gehören die englischen Fachbezeich-

nungen zum Standard wie risk'n'fun selbst. Ein Team von 32 Fachleuten und Guides (staatlich geprüfte Berg-, Ski- und SnowboardführerInnen) betreut und begleitet 40 Veranstaltungen an über 100 Tagen im Winter 2019/2020 und erfüllt den Bildungsauftrag der Alpenverein-Akademie. Freude, Neugier, Abenteuer gepaart mit Risikobewusstsein, draußen in der Natur, in bekann-



Fotos: Heli Dueringer

Speicher im Kühtai

Meter abgesenkt. Der Längental-Speicher muss für behördlich vorgeschriebene Inspektionen und notwendige Instandhaltungsarbeiten vollständig entleert werden. „Das heißt konkret, dass unsere Kraftwerksgruppe ab Ende Jänner bis Juli 2020 nicht zur Verfügung steht“, so TIWAG-Vorstandsleiter Thomas Gasser.

Die Kraftwerksgruppe mit einer Jahreserzeugung von rd. 720 GWh ist seit 38 Jahren in Betrieb und muss jetzt einer Großrevision unterzogen werden. Die Anlage besteht aus dem Schachtkraftwerk Kühtai (Oberstufe), dem freistehenden Kraftwerk Silz (Unterstufe) sowie dem Zwischenspeicher Längental und dem Jahresspeicher Finstertal mit einem Volumen von 60 Mio. m³, welche durch einen Stollen miteinander verbunden sind.

Der Speicher Finstertal wird für Instandhaltungsarbeiten im Triebwasserstollen abgesenkt. Spezialtaucher sorgen dabei für die Abdeckung des Triebwassereinlaufes, damit Triebwasser- und Grundablassstollen entleert werden können. Anschließend werden die Absperrorgane demontiert und mit neuem Korrosionsschutz versehen. Für Mitte Juli ist die Wiederinbe-

triebnahme des Schachtkraftwerkes geplant. Ab diesem Zeitpunkt wird das Wasser aus dem wieder eingestauten Längental gespeichtert, um diesen wieder aufzufüllen.

Im Zuge der Arbeiten im Speicher Finstertal werden auch vorbereitende Maßnahmen für die geplante Kraftwerkserweiterung getroffen.

Bei den Arbeiten im Speicher Längental werden u. a. die Oberflächenabdichtung des Staudamms erneuert sowie die zugeflossenen Sedimente entfernt. Gasser: „Wir nutzen diese Außerbetriebnahme der Anlage zugleich, um neue Ansätze für eine nachhaltige Sedimentbewirtschaftung umzusetzen. Eine Räumung sollte dadurch künftig seltener notwendig sein.“

Für einen Großteil der Arbeiten wurden Tiroler Unternehmen beauftragt. Die TIWAG investiert dabei in Summe rund 67 Mio. Euro in die Modernisierung des Kraftwerks Kühtai. „Im guten Einvernehmen mit der Liftgesellschaft sowie der örtlichen Tourismuswirtschaft ist sichergestellt, dass der Skibetrieb trotz Hochsaison von den Arbeiten nicht beeinträchtigt wird“, so Gasser abschließend.

tem und unbekanntem Terrain. Voraussetzungen für die Teilnahme an den Terminen ist sicheres Abfahren im freien Gelände, geschult wird dabei z.B. der Umgang mit der Notfallausrüstung, die Interpretation und Anwendung des Lawinenlageberichtes und alles, was bei der Abfahrt beachtet wer-

den muss nach dem Motto »Wahrnehmen – Beurteilen – Entscheiden«. Auch im Kühtai haben viele Veranstaltungen von risk'n'fun in den letzten 20 Jahren stattgefunden, das Trainingscamp »Basis & Training« von 16. bis 20. Februar 2020 ist leider schon ausgebucht. Weitere Infos: www.risk-fun.com

LIFTING!
im Kühtai
ab 2020m

Ein Hoch auf die Familie

- Vom Auto direkt auf die Pisten
- **Gratis-Parkplätze**
- **KPark** für Snowboarder und Freeskier
- **Für Kinder:** KidsPark, Wundertepplch, Kinderland, BabyLift, StartBahn u.v.m.

www.lifte.at

spende für kirchenkrippe

Der 2018 gegründete Verein »Krippenfreunde Hatting« kümmert sich um die Kirchen- und Dorf- krippe. Dazu gehört nicht nur der alljährliche Auf- und Abbau zur Weihnachtszeit, sondern auch die Erweiterung und Pflege der beiden schönen Krippen.

Heuer feiert man gleich zwei kleine Jubiläen: Die Dorf- krippe (gebaut von Familie Johann Neuner) wurde vor 15 Jahren zum ersten Mal am Prof. Walter-Nagl Platz aufgestellt und vor genau 30 Jahren wurde die Kirchen- krippe restauriert und seither wieder regelmäßig präsentiert. Durch die große Spendenbereitschaft der Dorf- bevölkerung konnte die Kirchen- krippe in den letzten drei Jahrzehnten mit ganz besonders wertvollen und schönen Figuren vom bekannten Axamer Schnitzer Josef



Foto: Gemeinde Hatting

Zeisler bestückt werden. Für die Vollendung und für den Erhalt der beiden Krippen wurde der Erlös des diesjährigen Weihnachtsbazzars den Hattinger Krippenfreunden gespendet. **Lydia Pittl**, Obfrau des Vereins Lebenswertes Hatting, Ortsbäuerin **Theresia Venier** (am Foto l.) und Bgm. **Dietmar Schöpf** (r.) freuten sich, dem Obmann der »Krippenfreunde Hatting«, **Franz Zanon** (M.), ein Weihnachtspäckchen mit € 2.603,- bei der Jahreshauptversammlung übergeben zu können.

kuschelige spende

Der Sozial- und Gesundheits- sprengel freute sich kurz vor Weihnachten über eine unerwartete Spende.

Mit 400 Bademänteln hat das Inter- alpen-Hotel Tyrol mit Dir. Karl Brüggemann und GF Martin Rot-

ter den Sprengel beschenkt. Die MitarbeiterInnen des SGS Telfs und Umgebung freuten sich sehr, dass sie den zu betreuenden Senio- rInnen und kranken Menschen ein kuscheliges Wohlgefühlsgeschenk überbringen durften.



Foto: SGS

Freude über die Bademäntel bei Sozialsprengel-GF Larissa Pöschl(l.), GV Silvia Schaller (2.v.l.) und Sozialsprengel-Obmann Johann Ortner (2.v.r.)

pfarrer frischmann feierlich verabschiedet

Kurz vor dem Jahres- wechsel wurde in Telfs der langjährige Pfarrer der Auferstehungskir- che in Telfs-St. Georgen und Ehren- bürger Cons. Erich Frischmann zu Grabe getragen. Hunderte Trauergäste nahmen beim Sterbegottes- dienst in der Pfarrkir- che Peter und Paul Ab- schied und begleiteten den be- liebten und verdienten Priester auf seinem letzten Weg. Im Anschluss an den feierlichen Gottesdienst in der bis zum letzten Platz besetzten Pfarrkirche wür-



Foto: MGTelfs / Dietrich

digten Bgm. a. D. Helmut Kopp, Bürgermeister Christian Härtig und Alt-Landeshauptmann Herwig van Staa den Verstorbenen mit ebenso herzlichen wie persönli- chen Worten.

K RADSPORTKRUG *Mit Bike und Seele*

WIR SUCHEN
**ZWEIRAD-
MECHANIKER/IN**
AB SOFORT IN VOLLZEIT

Dein Profil:

- Am Radsport und Sport im allgemeinen interessiert
- Handwerklich geschickt und Spaß am Schrauben
- Zuverlässig, teamfähig und belastbar

Wir bieten:

- Ein junges Team mit Freude an der Arbeit
- Einen modernen Arbeitsplatz mit neuesten Werkzeugen
- Weiterbildungsmöglichkeiten und Schulungen
- Bezahlung nach Kollektivvertrag
- Je nach Qualifikation und Einsatz auch Überzahlung möglich

Deine Aufgaben:

- Servicearbeiten an Mountainbikes, E-Bikes, Rennräder, Kinderräder, etc.
- Unterstützung im Verkauf während der Hochsaison
- Aufbau neuer Bikes für den Verkauf

Alles Weitere erzählen wir Dir bei einem persönlichen Gespräch.
Wir freuen uns auf deine Bewerbung per E-Mail: info@radsportkrug.com
Oder telefonisch unter: 0660 900 11 00

Radsport Krug A-6414 Mieming | +43 5264 5858 | info@radsportkrug.com

Wir suchen ab sofort für unseren
Standort in Telfs

Elektroinstallationstechniker m/w
Helfer m/w
für eine unbefristete Vollzeiteinstellung

Wir bieten:

- Abwechslungsreiche Tätigkeiten
- Umfassende Einschulung
- Bezahlung Elektroinstallationstechniker € 1.900,- netto
- Helfer, Lehrling: Lt. KV mit Überzahlung je nach Erfahrung und Qualifikation

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

ETS
ELEKTROTECHNIK
SCHÖPF e.U.

Elektroinstallationen
Funk-Knx Bus
Lichtgestaltung
Satanlagen
Netzwerktechnik
Photovoltaik

6410 Telfs
Niedere-Mundestraße 15d
Mobil: 0676 / 53 08 652
Tel 05262 / 21 430
Fax 05262 / 21 431
office@ets-elektrik.at
Filiale Pfaffenhofen
6405 Pfaffenhofen, Kuchelacker 187

EAT-N

»krippenhuangart«

Kürzlich wurden die Krippenbuchautoren des 2. Bandes von »Krippen in Telfs« **Ferdinand Reitmaier** (am Foto l.) und **Franz Seewald** vom Abt des Stiftes Stams Prälat Hofrat Mag. **German Erd** (M.) zu einem privaten Krippenhuangart in den ehrwürdigen Räumlichkeiten des Stiftes empfangen. Das Stift ist seit einiger Zeit auch der Sitz des Verbandes der Krippenfreunde Österreichs unter Präsident **Herwig van Staa**. Abt German Erd gratulierte zum gelungenen Werk über die Telfer Krippen und besonders zur CD der Telfer Klarinettenmusik.



HEAD Skitourenset, Ski 165 cm lang, wenig gebraucht inklusive **Head Aufstiegsfelle** und **Skitourenschuh** Garmont Gr. 27 oder Gr. 29 günstig abzugeben! VP € 350,- im Set, Abgabe auch getrennt möglich (Skitourenschuhe Gr. 27 und Gr. 29 dann jeweils € 90,-) Tel. 0699/19047474.



Gut erhaltene **ATOMIC Rennski / Carvingski** Redster GS 183 inkl. ATOMIC Bindung günstig zu verkaufen. (Waren noch beim großen Schiservice!) NP € 800,- VKP € 190,- Tel. 0676/84657319 oder Tel. 0664/4724312.

Wegen Fahrzeugverkauf geben wir unsere neuen **Schneeketten** günstig ab, passend für **4er Golf oder 5er Golf**, € 49,- Tel: 0676/84657319.

Gebe zwei neue **FISCHER Radio Boxen** günstig ab. Preis für beide nur € 30,- Tel. 0676/84657319.



Movement Tourenski mit neuem Belag, 168 cm mit Dynafit Lotec-Bindung, Aufstiegsfell und Garmont Tourenschuh Gr. 26,5 um € 450,-. Schuh alleine € 110,-. Tel. 0699/19947474.

Was zu verkaufen, zu vermieten oder Sie suchen Personal?
Eine Kleinanzeige in Ihrer Region bringt Erfolg und kostet nur € 9,50 netto (5 Zeilen).

Medieninhaber, Verleger:
Oberländer Verlags-GmbH.;
6410 Telfs, Bahnhofstraße 24,
Telefon: 05262/67491, Fax: -13
www.meinmonat.at

Die Informationen zur Offenlegung gemäß § 25 MedienG können unter <http://unternehmen.oberlandverlag.at/ovg/unternehmen/impressum.html> abgerufen werden.

Herausgeber:
Günther Lechner, Wolfgang Weninger

Redaktion:
Mag. Margit Offer, mo@meinmonat.at
Mobil 0676/84657318

Anzeigen:
Günther Lechner
Michaela Freisinger, mf@meinmonat.at
Mobil 0676/84657316

Druck:
Walstead NP Druck GmbH, St. Pölten

Erscheinungsweise:
16 x/Jahr; im Wirtschaftsraum Telfs zwischen Inzing und Silz

Die nächste Ausgabe von

mein monat

erscheint am 6. Februar
Redaktions- und
Anzeigenschluss ist
am 27. Jänner 2020!

m wer sucht, findet...



Im rechten Bild sind fünf Fehler eingebaut. Viel Spaß und Geduld beim Suchen!

DANKÜCHEN TELFs **LEITNER**

DANKÜCHEN

ANGEBOTE GÜLTIG BIS 25. JÄNNER 2020!

WINTERSCHLUSS!

BIS **-55%**



1) Bis -55% - Gegenüber den Einzelpreisen lt. DAN-Preisliste. Aktion gültig beim Kauf einer kompletten DAN-Küche.

+++ MIT DEN NEUESTEN MODELLEN 2020 +++



Folgen Sie uns auch auf FACEBOOK <https://www.facebook.com/dankuechenat/> und INSTAGRAM <https://www.instagram.com/dan.kuechen>

DANKÜCHEN Leitner • Weißenbachgasse 1 • 6410 Telfs

Handy: (0664) 35 61 363 • Tel.: (05262) 63 633 • Fax: (05262) 63 633-3

E-Mail: leitner@dankuechen-leitner.at • www.dankuechen-leitner.at



Eine Sonderbeilage von

**mein
monat**

Weitere Informationen: www.schleicherlaufen.at

Programm

Freitag, 31. Jänner:

9.00 - 17.30 Uhr, Noafhaus:
Verkauf der Sonderbriefmarke,
13.00 - 17.00 Uhr Sonderpostamt
mit Sonderstempel

■ Samstag, 1. Februar:

AUFFAHREN DER WAG'N

Ab 13.00 Uhr fahren die Wag'n
vom Unter- in den Obermarkt.

■ Sonntag, 2. Februar:

SCHLEICHERLAUFEN 2020

7:00 Uhr: Die »Sunna« wird
durch den Ort getragen –
»Sonnenanbetung« bei den
Aufführungsplätzen

8.45 Uhr: »Figatter« der Wilden
vom Obermarkt in das Unterdorf

9.00 Uhr: Auffahren der
Schleicher in Kutschen zum
Meisl-Anger

10.00 Uhr: Bären-Einfangen im
Meaderloch

10.30 Uhr: Marsch der Wilden
und der Musibanda vom
Unterkmarkt zum Obermarkt

11.00 Uhr: Beginn des
Schleicherlaufens am 1. Spielplatz

ca. 15.00 Uhr: Ausstellung der
Schleicherhüte im Rathausaal

■ Montag, 3. Februar:

ABFAHRT DER WAG'N

Ab 13 Uhr steht die Abfahrt der
Wag'n auf dem Programm mit
Fasnachtstreiben im ganzen Ort

■ Samstag, 22. Februar:

18.00 Uhr: Totengedenken am
Pfarrkirchenaufgang

Ab 20.00 Uhr Fasnachtsball
im Rathausaal

■ Dienstag, 25. Februar:

19.00 Uhr: Naz-Eingraben beim
Wasserbühel-Parkplatz

■ Sonntag, 1. März:

19.00 Uhr: Gedenkgottesdienst
in der Pfarrkirche für die
verstorbenen Fasnachtler

Folgende Gemeinden der REGION 09 wünschen dem
TELFER SCHLEICHERLAUFEN 2020
ein gutes Gelingen

GEMEINDE TELFS



Bgm. Christian Härting
mit Gemeinderat

GEMEINDE PFAFFENHOFEN



Bgm. Andreas Schmid
mit Gemeinderat

GEMEINDE OBERHOFEN



Für den Gemeinderat
Bgm. Peter Daum

GEMEINDE HATTING



Für den Gemeinderat
Bgm. Dietmar Schöpf



GEMEINDE POLLING



Bgm. Gottlieb Jäger
mit Gemeinderat

GEMEINDE PETTNAU



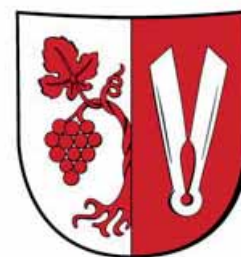
Für den Gemeinderat
Bgm. Martin Schwaninger

GEMEINDE INZING



Für den Gemeinderat
Bgm. Mag. Josef Walch

GEMEINDE ZIRL



Für die Marktgemeinde Zirl
Bgm. Mag. Thomas Öfner



Bgm. Christian Härting (M.) textsicher beim Laninger-Lied



Vorwort

Das Telfer Schleicherlaufen ist nicht nur anerkanntes nationales Kulturerbe der UNESCO, sondern ist auch ein einzigartiges Gesamtkunstwerk, in dem sich alle Künste – bildende und darstellende, Musik ebenso wie Theater und Tanz – treffen.

Ich bin stolz darauf, Fasnachtsobmann zu sein. Für einen Telfer gibt es kaum ein ehrenvolleres Amt. Wie tausende andere Zuschauer staune ich jedesmal von neuem über dieses großartige Fest der Masken mit seinen fantasievollen, kraftvollen Figuren und Ritualen. Das Schleicherlaufen ist ein Feuerwerk der Kreativität und Lebensfreude.

Immer wieder erneut beeindruckt mich auch die kollektive Leistung, die hinter dem großen Ereignis steht. Rund 500 Teilnehmer nehmen aktiv teil, hunderte nicht weniger begeisterte Helferinnen und Helfer arbeiten im Hintergrund am Gelingen der Fasnacht.

Ihnen allen gilt mein besonderer Dank! Ich wünsche allen Beteiligten, aber natürlich auch den Zuschauern ein unvergessliches Schleicherlaufen 2020!

Fosnacht bleib do!!

Fasnachtsobmann
Bürgermeister Christian Härting

Es empfiehlt sich, die Anreise gut zu planen, es stehen in ganz Telfs genügend Parkplätze zur Verfügung. Straßensperre am 2.2.2020: 6.00 – 18.00 Uhr: B189 Mieminger Straße (ab Kreuzung Wassertal) – KV Obermarkt – Obermarktstraße – Untermarktstraße (bis Kreuzung Rosengasse) – Kirchstraße (bis Kirche) Eintrittspreis € 10,-, Kinder bis 14 Jahre sind frei, die Tribünenplätze (heuer um 190 Plätze aufgestockt auf 1.533!) waren schon nach kurzer Zeit ausverkauft.



Fotos: Offer



- 1 **Haundl-Bichl**
11:00 Uhr
- 2 **Wasserbühel-Platz**
ca. 11:20 Uhr
- 3 **Bader-Jaggl-Platz**
ca. 11:40 Uhr
- 4 **Weißbach-Platz**
ca. 12:30 Uhr
- 5 **Naz-Brunnen**
ca. 12:50 Uhr
- 6 **Josef-Schöpf-Platz**
ca. 13:10 Uhr
- 7 **Pfarrkirchenaufgang**
ca. 14:40 Uhr
Letzter Kroas der Schleicher
(nur Schleicher)

Zugfolge: Sonne (in der Früh) - Ab 11 Uhr: Herolde - Musibanda - Jahreszeiten - Wilde - Schleicher - Bären und Exoten - Laninger - Vogler - 's Galtmahl - Bease Buam - Bachoufn - Kurpfuscher - Soafnsiader

Feiern rund ums Schleicherlaufen – nicht nur am 2.2. ist

Fasnachtskomitee

Gruppenführer & Fasnachtsobmann:

Bgm. Christian Härting

Ehrenobmann: Bgm. a.D. Helmut Kopp

GotIn: Angelika Agerer,

Waltraud Schatz (Ehregottl)

1. Obm.-Stv. und Hauptkassier:

Dr. Gerhard Schartner

Schriftführer: Arnold Wackerle

Schriftführer-Stv.: Hansjörg Hofer

Rechtsangelegenheiten:

Mag. Bernhard Scharmer

Chronist & Pressereferent: Dr. Stefan Dietrich

Organisation: Manfred Auer, Peter Larcher

und Franz Wieland

Zeugwart / Archiv: Martin Trigler

Volkskunde: Dr. Hans Gapp

Philatelie: Dr. Hans Moser

Foto-Dokumentation: Kamera-Klub Telfs

Kassarevisoren: Christoph Allegranzi und

Hannes Hosp

21 Gruppenmitglieder (inklusive der Vertreter von Feuerwehr, Bergwacht, Polizei, Rotes Kreuz und Bauamt)

Alle fünf Jahre lockt das Telfer Schleicherlaufen viele Tausende BesucherInnen an – und zwar nicht nur am 2. Februar, wenn sich der bunte Zug mit den traditionellen Gruppen der Schleicher, Wilden oder Laninger und den Themenwägen der Soafnsieder, Vogler oder Beasn Buam wieder vom Obermarkt Richtung Untermarkt in Bewegung setzt, sondern auch vorher und nachher.

In Telfs führt derzeit der Naz, das Kindl der Laninger, die Regierungsgeschäfte und das bedeutet – das ganze Dorf ist seit seiner »Wiedergeburt« beim Nazausgraben am Dreikönigstag im Ausnahmezustand. Damit aber alle Feiern vor, während und nach dem Schleicherlaufen geordnet und reibungslos ablaufen können, beginnen schon ein Jahr vorher die organisatorischen Vorbereitungen im Hintergrund. Das Fasnachtskomitee (wird bei der Josefisitzung gewählt, siehe Liste links), dessen Obmann immer der amtierende Bürgermeister von Telfs ist (das ist einzigartig unter den Tiroler Fasnachten), sorgt für die Organisation »hinter der Bühne«. Manfred Auer gehört mit Peter Larcher und Franz Wieland zum technischen Beirat, der sich um Bürokratisches und um

sicherheitstechnische Dinge kümmert. „Die Auflagen für die Lokale der einzelnen Gruppen sind wie bei anderen Veranstaltungen auch – wenn kein WC im Lokal vorhanden ist, müssen Dixie-Klos oder WC-Container zur Verfügung gestellt werden. Auch die vorgeschriebenen Fluchtwege müssen gekennzeichnet und ausreichend Feuerlöscher je nach Größe des Lokals bereit stehen. Aber man muss allen Fasnachtsgruppen ein Kompliment machen, sie waren durchwegs gut vorbereitet und haben alle Auflagen berücksichtigt“, lobt Manfred Auer. Auch wurden die einzelnen Lokale – die oft in leerstehenden Geschäftslokalen eingerichtet werden – teilweise besonders aufwändig gestaltet, die Laninger präsentieren z.B. an der Fassade ihre Geschichte mit Fotos und Texten, die Beasn Buam sorgen mit roter Glitzerfassade für Aufsehen und die



Manfred Auer vom Fasnachts-Organisationsteam

Fotos: Offer



Die
**Marktgemeinde
TELFS**

wünscht allen
Fasnachtlern
und Zuschauern ein
unterhaltsames
Schleicherlaufen!

Marktgemeinde
TELFS



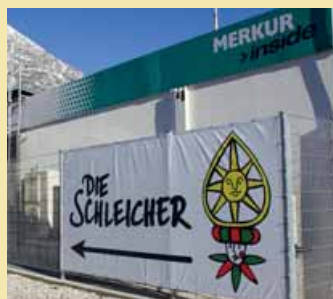
in Telfs der Bär (und der Ziegenbock und der Esel) los...



Die Laninger sind in der Bahnhofstraße zu finden, die Wildenhütte wurde am Zentrumsplatz aufgestellt und die Bease Buam sind neben dem Widum Anger



S'Galtmahd ist im ehemaligen Fugger-Café, die Bären&Exoten nutzen das ehemalige Ganner-Areal und die Kurpfuscher sind nahe des Untermarkt-Kreisverkehrs



Die Schleicher haben ihre »Latera-Bar« beim Gappn-Bauer positioniert, die Musibanda (und dann auch die 4 Jahreszeiten) platzieren ihre Fest-Wagen im Gappn Anger, der »Bachofn« steht am Schwimmbadparkplatz und die Soafnsieder sind am Estmeister-Parkplatz (Untermarkt). Die Vogler feiern im Probelokal des MGV (beim Kloster) und die Herolde im Foyer des Rathaussaales am 24. Jänner

Kurpfuscher lassen gleich an ihrem Standort weithin sichtbar ein ganzes Schiff ankern (das bei den Aufführungen zum Einsatz kommt). Alle Wagen und Lokale sind noch an zwei Wochenenden jeweils Donnerstag, Freitag und Samstag (am 16., 17., 18., 23., 24. und 25. Jänner) von 20.00 Uhr bis 4.00 Uhr geöffnet, an diesen Tagen gilt auch jeweils ein Fahrverbot (ausgenommen Anrainer) von 21.00 Uhr bis 6.00 Uhr zwischen

Telfer Stubn, Einfahrt M-Preis und Rosengasse. „Da ist dann auch gleich die Abteilung IVa Infrastruktur und Müllanlagen im Einsatz, um hinter den Feiernden herzuräumen.“ Und auch abseits davon konnte oder kann man an zahlreichen Veranstaltungen der Gruppen teilnehmen: die »Sunna« hatte ihr Festl bereits am 10. 1., das Eseleinführen (mit Goaßbock zusätzlich) der Bären fand am 11. 1. statt, heute am 16. ist das

Weißwurstessen der Vogler (im Probelokal), am 18. 1. das Nägleinschlagen und am 26. 1. die Generalprobe der Schleicher (beim Inntalcenter) und das Bease Buam Fest im Rathaussaal, am 24. das Gamswurstessen der Herolde, am 25. die Viechertafel der Bären & Exoten und am 31. 1. fahren die Gotln mit den Herolden nach Innsbruck ins Landhaus, um den Landeshauptmann einzuladen.

Wir wünschen der FASNACHT TELFS
gutes Gelingen!

telephoneshop

fachhandel für telekommunikation

Falch TelephoneHandels KG
6410 Telfs
Weissenbachgasse 4
Tel: 0676 / 6506410
www.telephoneshop.at

Magenta

tele.ring

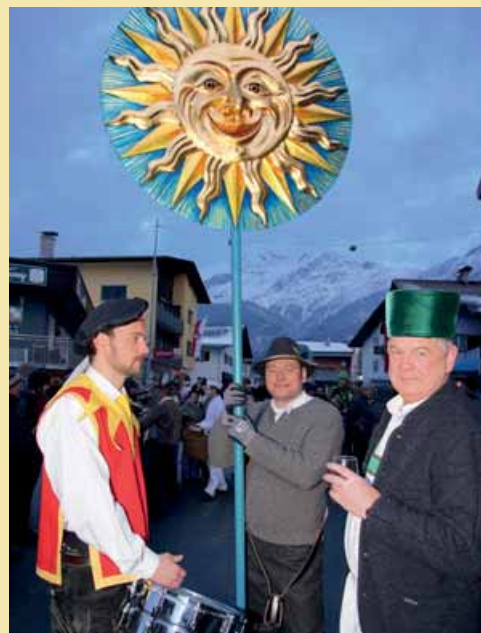




Fasnacht-Frühaufsteher: die »Sunna«

Das Anflehen der Sonne um gutes Wetter am Morgen des Schleicherlaufens ist 1890 entstanden. Damals drohte angeblich schlechtes Wetter. Spaßvögel aus Oberhofen und Pfaffenhofen erlaubten sich, den Telfern den Rat zu geben, "morgen die Sunna" vorzutragen, "nochher hobt's ös 's schianste Wetter". Beim ersten Böllerkrachen um sieben Uhr beginnt die Gruppe ihren Zug durch den Ort. Voraus geht der Trommler, hinter ihm der Bauer als Sonnenträger, neben

ihm der Sonnenbeschwörer in Frack und Zylinder, danach der Wirt und die Handwerker (Bäcker, Schlosser, Kaminkehrer mit einem lebenden Ferkel). Auf jedem Auführungsplatz bleibt die Gruppe nach einem Trommelwirbel stehen, der Sonnenanbeter kniet nieder und ruft mit erhobenen Händen beschwörend: „Liebe Sonne, send über Telfs heut deine



Fotos: Offer

Strahlen...“ Danach erhebt sich der Sprecher von den Knien, bekommt vom Wirt ein Glas Wein, und die Gruppe zieht zum nächsten Auführungsplatz weiter.

Gruppenführer (und Wirt): Alois Föger
Gotl: Diana Lott
10 Gruppenmitglieder



Wir wünschen allen Gruppen ein gutes Gelingen!



BP Tankstellen-Partner

Diana & Günther Lott
6410 Telfs
Untermarkt 61
Tel. 05262-62162
Fax 05262-65721

Öffnungszeiten: Mo - Fr 6 - 22 Uhr
Sa, So + Feiertag 7 - 22 Uhr



Raiffeisenbank Telfs-Mieming



Raiffeisen - Tradition leben und fördern.

Die Raiffeisenbank Telfs-Mieming ist stolzer Partner zahlreicher Vereine und trägt so zur Kunst- und Kulturförderung und zum sozialen Engagement in der Region bei. Kunst und Kultur zu fördern, das ist für uns eine Selbstverständlichkeit. Das Telfer Schleicherlaufen hat eine lange Tradition und verbindet Menschen aus der Region auf eine ganz besondere Art und Weise.

Darauf können wir stolz sein.

Wir wünschen allen Fasnachtlern und Mitwirkenden viel Erfolg und eine tolle Fasnacht 2020.

Juchei! Wir leben das Leben! Die Fasnacht ist frei!



Zwei wichtige Aufgaben hat die Gruppe der Herolde zu erfüllen: Laden und Ausrufen. 1980 riefen die Herolde erstmals die Fasnacht in Innsbruck in der Altstadt vor dem Goldenen Dachl aus und luden den Landeshauptmann und den Innsbrucker Bürgermeister ein. Seit-



dem gehört das Laden der hohen politischen Vertreter zu ihren Aufgaben (und sie dürfen als einzige Gruppe außerhalb von Telfs im Namen der Fasnacht auftreten). Am Freitag, den 31. Jänner werden also die sieben Reiter gemeinsam »ausrücken«, um in Innsbruck mit Fanfaren

auf das Telfer Schleicherlaufen aufmerksam zu machen. Am 2. Februar dann setzen sich nach dem letzten Böllerschuss um 11 Uhr als erste die Herolde in Bewegung und rufen auf jedem Aufführungsplatz die Fasnacht aus. Ein Herold verliest in der Folge den Prolog, zwei andere Herolde kündigen die verschiedenen Fasnachtsgruppen in launigen Sprüchen an. Die Herolde wurden, wie die meisten anderen Traditionsgruppen auch, erstmals 1890 urkundlich erwähnt. Eine weitere Besonderheit der Herolde ist das Gamswurstessen, das der bereits verstorbene Ehren-Herold Toni Wörle 1975 eingeführt hat und das von allen Fasnachtlern gerne besucht wird.

Gruppenführer: Ralph Pircher
Gotl: Barbara Thöni
Ehren-Herold: Anton Wörle
Ehren-Gotl: Erika Staudacher
7 Gruppenmitglieder

Die »Musibanda« sorgt für den klangvollen Auftakt

Schon am Vormittag begleitet die »Musibanda« (bisher meist gekleidet in ein gelb-schwarzes Landsknechtkostüm, beim Schleicherlaufen 2015 allerdings in Schottenröcken und auch mit Dudelsack) die Wilden bei ihrem Zug durch Telfs. Angeführt vom Tambourmajor marschiert die 60-köpfige



Truppe gleich hinter den Herolden beim Schleicherlaufen und stimmt das Publikum musikalisch auf die Fasnacht ein.

Die »Musibanda« wird von der Marktmusikkapelle

gestellt, allerdings ohne ihre »echten« Marketen derinnen - diese werden bei der Fasnacht natürlich von Männern verkörpert. Die Musibanda wirkt bei zahlreichen Veranstaltungen mit Fas-



nachtsbezug mit, wie dem Naz-Ausgraben, dem Eseleinführen, dem Auffahren der Wagen usw.

Gruppenführer: Walter Fartek
Gotl: Margit Thöni, 60 Gruppenmitglieder

DANKÜCHEN LEITNER

...wünscht allen Beteiligten des Telfer Schleicherlaufens 2020 einen guten Verlauf!

...wenn's um Ihre Küche geht!

Hoch zu Ross – im Jahreszeitenzyklus im Kreis

Die Vier Jahreszeiten sind die dritte Gruppe beim Schleicherlaufen. 1955 zogen sie als Reiterzug mit, der die österreichischen Bundesländer und die Besatzungsmächte darstellte. 1960 schlug

Gruppenführer Josef Waldhart vor, die Reitergruppe solle die Jahreszeiten darstellen. Die stumme Vorstellung der Gruppe war so eindrucksvoll, dass man daran festhielt. Die »Vier

Jahreszeiten« bestehen aus 12 Mann. Je 3 Mann stellen eine Jahreszeit dar, die man an den Hutaufbauten erkennt. Sie sind außer den Herolden die einzige berittene Gruppe der Telfer Fasnacht.

Im Jahre 2000 war erstmals auch eine Kindergruppe dabei. Der Tanz mit den Pferden in Kreisform wird die "kleine Quadrille" genannt, was bei der großen Menschenmenge von Pferd und Reiter einiges abverlangt.

Gruppenführer:
Anton Rattacher
Gottl: Rosmarie Waldhart
13 Gruppenmitglieder



Die Wilden machen Platz für den »Schleicherkroas«

Die Wilden Männer der Telfer Fasnacht sind die Ordnungshüter und »Platzmacher« für die Schleicher (was heutzutage genaugenommen Absperungen und Security Personal übernehmen) und nach den Schleichern die zweitgrößte Gruppe der Fasnacht. Die furchterregenden Waldmänner sind ganz in Baumbart gehüllt, das Gesicht ist von einer holzgeschnitzten "Larve" bedeckt. Der Baumbart, den der Wilde für sein "G'wand" braucht, ist eine Bartflechte. Diese müssen hoch oben an der Waldgrenze - im Bereich von Kühtai bzw. Wattenberg - gesammelt werden. Mehrere Male fahren die Gruppenmitglieder nach Ochsendgarten im Kühtai. Dort finden sie die begehrten, besonders langen Exemplare der Flechte. Besonders stolz ist der Wilde Mann auf die kunstvoll geschnitzte Holzmaske. Teilweise stammen die Larven aus der Zeit um die Jahrhundertwende. Der Sage nach verkörpern die Wilden die Ureinwohner von Telfs, die ältesten erhaltenen bildlichen Darstellungen stammen aus dem 14. und 15. Jahrhun-

dert. Die Wilden führen auch den "Pänznäff" mit. Er ist ein als Affe verkleideter Mann mit einem roten Fes als Kopfbedeckung, die Tschinellen schlägt, dem Publikum Grimassen schneidet und die Zunge zeigt (= "zonnt"). Heuer gibt es übrigens einen neuen "Pänznäff", der ehemalige Trommler Walter Stubenböck hat die Rolle von Hugo Sailer (Foto unten) übernommen und – wie es der Tradition entspricht – dafür auch ein paar Zähne ziehen lassen, um die Zunge weiter herausstrecken zu können. Er steht in einem leeren Holzfass, das auf einem Gefährt von



einem Esel gezogen wird und stibitzt allzu Neugierigen auch schon mal die Kopfbedeckung.

Gruppenführer: Hubertus Viehweider
Gottl: Christine Haslwanter, Silvia Platter
80 Gruppenmitglieder

**Wir wünschen dem Schleicherlaufen
GUTES GELINGEN!**

FORST & GARTENTECHNIK TELFS
Ihr Profi-Partner für Motorgeräte

Fachwerkstätte - Forst + Gartengeräte
- Rasenroboter - Schneefräsen

Hans-Liebherr-Straße 13 · 6410 Telfs
Telefon +43 5262 63354
www.forstundgartentechnik-telfs.at



Fasnachtspanorama aus Papier im Volkskunstmuseum



V.l. vereint um das Porträt von Prof. Heinrich Tilly: Fasnachtsobmann Bürgermeister Christian Härting, Luis Neuner (gestaltete den Hintergrund des Fasnachtspanoramas nach den Angaben von Prof. Tilly und das Porträt von ihm), Franz Seewald, Museumschef Karl Berger und Schleicherobmann Hans Sterzinger

Mit einem beeindruckenden Aufgebot präsentierten sich Telfs und die Telfer Fasnacht vor kurzem im Tiroler Volkskunstmuseum in Innsbruck. Die Ausstellung der »Papierfasnacht« von Prof. Heinrich Tilly wurde eröffnet. Der faszinierende Figurenzyklus über das Telfer Schleicherlaufen kann jetzt bis zum 25. Februar 2020 in der Landeshauptstadt bewundert werden.

Zahlreiche Fasnachtler mit Obmann Bgm. Christian Härting an der Spitze waren gekommen, die Fanfare der Herolde erklang ebenso wie das

Landingerlied und der Schleicherwirt ließ die Gäste hochleben. Aus gesundheitlichen Gründen leider nicht dabei sein konnte der Schöpfer des Zyklus Prof. Heinrich Tilly. Er war jedoch durch ein gelungenes, von Luis Neuner geschaffenes Porträtbild vertreten und wurde von Obmann Härting in einer kleinen Ansprache besonders gewürdigt. Lob für die Initiative und die Umsetzung der Ausstellung erging auch an Franz Seewald, Hans Sterzinger, Luis Neuner, Claudia Mark und Kulturreferent Josef Federpiel. Vom bunten Figurenpanorama, das die

Telfer Fasnacht in voller Pracht verewigt, waren alle Besucher restlos begeistert. Die Lebendigkeit und Dynamik der rund 150-teiligen »Krippe« ist faszinierend. Der Zyklus kann als krönendes Spätwerk des Künstlers und Fasnachtsmythologen betrachtet werden. Im Volkskunstmuseum in Innsbruck (Universitätsstraße 2) kann man die nach Tillys Vorstellungen kolorierte und gruppierte Variante bis zum 25. Februar bewundern, danach wird sie Teil des Fasnachtsmuseums im Noafhlhaus, das derzeit neu gestaltet wird.

Fotos: MG Telfs/Dietrich

Wir starten in die neue Reisesaison Vorschau Reisefrühling 2020

Zitronenfest Menton – Côte d'Azur

Inklusive 4-Sterne-Strandhotel, HP, Tribünenplätze, Riviera-Ausflug, Eintritt Zitrusgärten & Bus

4 Tage 21. – 24. Feb. € 415,-



Frühlingswellness Novigrad – Kroatien

Inklusive 4-Sterne-Hotel Aminess Maestral Spa, Hallenbad, Whirlpool, HP, Tischgetränke & Bus

5 Tage 15. – 19. März € 369,-



Städtefrühling & Dolce Vita ROM

Inklusive zentrumsnahes 4-Sterne-Hotel, 1x Abendessen, große Stadtbesichtigung & Bus

4 Tage 19. – 22. März € 349,-



Frühlingszauber PARIS

Inklusive 4-Sterne-Hotel, ÜF, Stadtbesichtigung, Seine-Schiffahrt & Bus

4 Tage 4. – 7. April € 399,-



PREISHIT Prag & Krumau

Inklusive 4-Sterne-Hotel, VP, Stadtbesichtigung, Besuch Pilsen und Krumau & Bus

3 Tage 8. – 10. April € 245,-



Deutsches Städteroulette Berlin-Hamburg-Leipzig

Inklusive gute Hotels, HP, Stadtrundfahrten, Hafenrundfahrt Hamburg & Bus

5 Tage 23. – 27. April € 599,-



DIETRICH TOURISTIK

TELFs
05262 **62226**

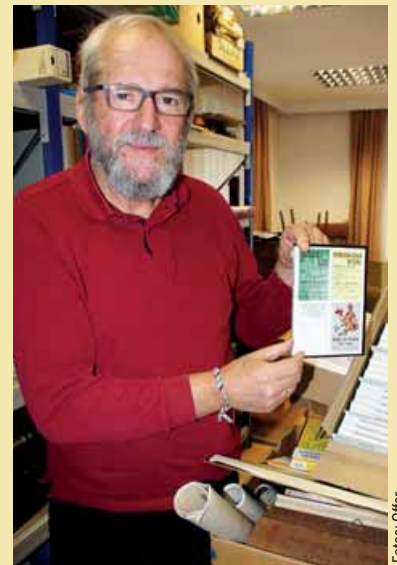
www.dietrich-touristik.at

Die Geschichte des Schleicherlaufens lebt weiter in

Die Fasnacht soll schon seit mehreren Jahrhunderten in Telfs stattfinden – die älteste bekannte Erwähnung stammt aus dem Jahr 1571. Noch nicht gar so lange, aber auch immerhin die beachtliche Zeitspanne von neun Jahrzehnten wird das Telfer Schleicherlaufen filmisch dokumentiert. Hansjörg Hofer, Gemeindechronist und Obmann des Telfer Kultur- und Bildungsforums, präsentierte im Dezember Ausschnitte aus historischen Filmen über das Telfer Schleicherlaufen, die er und sein Team gesammelt und digitalisiert haben.

„Das war unser Projekt für 2019“, erklärt Hansjörg Hofer, der sich mit dem Telfer Kultur- und Bildungsforum jedes Jahr einen bestimmten Schwerpunkt setzt, z.B. die Erkundung des Hausbergs der Telfer und das daraus resultierende Buch »2662 Hohe Munde« oder das Kulturprojekt »SammelLeidenschaft«. Gemeinsam mit Hubert Agerer und Markus Rosentreter wurden unzählige Stunden an Filmmaterial des Telfer Schleicherlaufens gesichtet, die Digitalisierung in Auftrag gegeben und schließ-

lich ein Set von 13 DVDs zusammengestellt. „Filmrollen mit 8 mm oder Super 8 mm Filmen, VHS und die digitalen Daten der letzten Fasnachten mussten da unter einen Hut gebracht werden – war gar nicht so einfach“, gibt Hansjörg Hofer zu. Wobei die ersten drei existierenden Filme aus den Jahren 1930, 1935 und 1955 auf einer DVD vereint sind, ab 1960 gibt es dann für jede Fasnacht eine eigene DVD. „Natürlich sind die ganz alten Filme schon besondere Highlights. Der 44 Sekunden lange Bericht von 1930 über den Schleicherkroas ist im Vorprogramm von amerikanischen Kinos gelaufen, Stefan Dietrich hat ihn im Inter-



Fotos: Offer

Vom Rohmaterial zur bedienungsfreundlichen DVD: Hansjörg Höfer sichtet unzählige Stunden Filmmaterial über das Telfer Schleicherlaufen



Foto: Markus Kuntner

Auch Hansjörg Hofer (l.) ist als Bären-Trommler ein eingefleischter Fasnachtler

net entdeckt. 1935 hat dann der Fabrikant Schindler einen Film in Auftrag gegeben. Beide sind, wie auch der von 1955 in Schwarz-Weiß, erst danach wurden die bewegten Bilder farbig. Und wenn man da sieht, wie die Telfer damals mit einfachsten Mitteln und – besonders nach dem Krieg – ohne Geld so eine Veranstaltung auf die Beine stellten, Hut ab! Die Wagen wurden

von Ochsen gezogen, die Zuschauer waren direkt beim Geschehen – heutzutage unvorstellbar bei den ganzen Sicherheitsauflagen.“ Auch so manches Telfer Original ist auf den Filmen zu sehen: „Zum Beispiel der »Tschiepl Hans«, Pepi Hohenegger oder Pepi Santeler. Da hat man auch bei der Präsentation der Filme im Rathausaal immer wieder Ausrufe der Erinnerung gehört.“ Speziell die Filmer der Fasnachten, die ja selbst nicht oft darauf zu sehen sind, sind in diesem Rahmen gewürdigt worden: Der 89-jährige Meinrad Krismer, der in Telfs so etwas wie der »Mr. Fasnachtsfilm« ist, wurde mit "standing ovations" gefeiert und war von dieser stürmischen Anerkennung und Zuneigung zu Tränen gerührt. Meinrad Krismer hat fünf Fasnachten – von 1985 bis 2005 – mit seinen Helfern gefilmt – immer ehrenamtlich – und war außerdem langjähriger „Gotlgöt“. Das komplette Set mit den Fasnachtsfilmen ist bereits ausverkauft, einzelne DVDs sind noch erhältlich und über die Marktgemeinde Telfs beziehbar.

Wir wünschen der Fasnacht gutes Gelingen!

WALSER werbeagentur

WALSER DRUCK

Anton-Auer-Straße 1 | A-6410 Telfs | T. 05262 / 69 00
e-Mail: werbeagentur@walser.cc | druck@walser.cc | www.walser.cc

Zipfer 1858

MARKE

farbenprächtigen bewegten und unbewegten Bildern

Alles, was einem vor die Linse kommt ...

Auch beim heurigen Schleicherlaufen unterstützt der Kamera Klub Telfs die Fotodokumentation für die Fasnachts-Chronik und stellt die gesamte Fotodokumentation sämtlichen Gruppen zur Verfügung.

Was nicht alle wissen: der Kamera Klub Telfs wurde im Herbst 1964 kurz vor dem Schleicherlaufen mit dem Zweck gegründet, das Schleicherlaufen fotografisch festzuhalten. Die enge Beziehung zwischen dem Kamera Klub Telfs und dem Schleicherlaufen zeigt sich auch darin, dass die Telfer Fasnacht zu den wichtigsten Veranstaltungen im Vereinsleben zählt.

Im Laufe der Jahrzehnte entstanden durch die Bilder zahlreiche Zeitdokumente, deren Wert stetig an Wichtigkeit gewinnt. Damals wie heute finden die Fotos als Bilddokumente in Büchern, als Vorlagen für Briefmarken und mittlerweile auch für die Homepage des Schleicherlaufens Verwendung.

Folgende Mitglieder sind für die Chronik vor, während und nach dem Schleicherlaufen 2020 im Einsatz: **Hansjörg Hofer** ist bereits 33 Jahre



Foto: Kameraklub Telfs

Das »zielsichere« Schleicherlaufenteam v.l.: Christoph Kovacs, Viktor Kuen, Markus Maaß, Daniel Jäger, Inge Kolin, Richard Mak, Peter Schöpf, Gerhard Zangerl, Miriam Kuntner, Kameraklub-Obmann Markus Kuntner, Renate Auckenthaler, Roland Noichl, Andreas Willinger, Hansjörg Hofer

Mitglied und fotografiert »nebenbei«, weil er der Bärengruppe angehört, das 9. Schleicherlaufen. **Peter Schöpf, Gerhard Füreder und Andreas Willinger** sind 29 Jahre beim Klub und fotografieren die 6. Fasnacht. Auch **Renate Auckenthaler** (2. Schleicherlaufen), **Viktor Kuen** (3.), **Markus Kuntner** (3.) und **Gerhard Zangerl** (1.) sind mehr als 10 Jahre Vereinsmitglieder. **Richard Mak** (1.), **Markus Maaß** (2.) und **Christoph Kovacs** (2.)

sind jeweils rund 7 Jahre beim Klub. Erst wenige Jahre im Verein sind **Daniel Jäger** (1.), **Miriam Kuntner** (2.) und **Inge Kolin** (1.). Zukünftig möchte der Kamera Klub die Jugendarbeit verstärken und bietet kostenlose Workshops für Jugendliche an. Den Blick zu schärfen für das Wesentliche und die Möglichkeiten für Bildverbesserungen zu erlernen, ist das Ziel dieser Workshops. Anmeldung über kamera-klub@gmail.com oder über Instagram bei [kameraklubtelfs](https://www.instagram.com/kameraklubtelfs).



Repro: telfer kultur- und bildungsforum

Foto oben: Aus der filmischen Dokumentation der Fasnacht im Jahr 1930

Foto unten: eine Schautafel vom Schleicherlaufen 1965 von Kameraklub-Gründungsmitglied Anton Horeczky



Fotos: Anton Horeczky



Wenn das »Tschalung« der Schleicher erklingt ...

Die Schleicher sind die Hauptgruppe der Telfer Fasnacht und für das Schleicherlaufen namensgebend. Ihre traditionellen Kostüme in Samt und Seide und die feinen Gesichtsdrahtmasken lassen sie als Jünglinge erscheinen. Der ganze Stolz eines Schleichers ist sein Hut: waren es im 19. Jahrhundert zunächst nur spitz zulaufende Hüte, mit einem »türkischen Bund« an der Krempe, fand der Schleicherhut durch den Einfluss eines einheimischen Künstlers schließlich eine künstlerische Ausgestaltung. Sie werden von den Schleichern selbst kunstvoll gestaltet. Am Rücken tragen die Schleicher große Schellen, die jedoch nur beim



Hupfen im Kroas erklingen dürfen (deshalb müssen sie vorher und nachher »schleichen«), in der rechten Hand trägt man eine Stange mit aufgereihten Brezen und ein Fähnchen und in der linken Hand ein mit Spitzen verziertes Taschentüchlein, anscheinend konnten oder können daran die Frauen und Mädchen ihren Liebsten erkennen... Die Schleicher vollführen einen mythisch anmutenden Kreistanz in altüberlieferter Schrittfolge. Im Inneren des Kreises bewegt sich eine Gruppe weiterer Figuren:

Goaßer, Tuxer, Tuxerin, Senn und Sennerin, Wirt, Kellnerin und Glaslbua. Der Wirt lässt die Ehrengäste hochleben. Allen voran macht der Laternenträger den Weg frei, indem er seine Laterne schwingt. Bei den Schleichern ist bei dieser Fasnacht auch der jüngste Teilnehmer zu finden: Leander Grillhösl (Enkel vom Meisl-Bauern) ist 7 Jahre alt (Foto l. u. mit Hans Sterzinger).

Gruppenführer: Hans Sterzinger
Gotl: Angelika Ölhafen, Doris Szeli-Haas
95 Gruppenmitglieder



Fotos: Offer



Elektroinstallationen
Funk-Knx Bus
Lichtgestaltung
Satanlagen
Netzwerktechnik
Photovoltaik

6410 Telfs
Niedere-Mundestraße 15d

Mobil: 0676/53 08 652
Tel 05262 / 21 430
Fax 05262 / 21 431
ets-elektrik@telfs.com

Filiale Pfaffenhofen
6405 Pfaffenhofen, Kuchelacker 187



EAT·N

Drei Bären und viel andere »Viechereien«



Die Bären- oder Exotengruppe wurde 1830 erstmals urkundlich erwähnt, 1975 wurde sie von Hubert Auer neu gegründet und besteht derzeit aus 60 Gruppenmitgliedern. Für die Namensgebung der Gruppe sind ein weißer, ein brauner und ein schwarzer Bär verantwortlich. Daneben gehören aber auch ein Riesenelefant, ein Kamel, Affen, Ziegenbock und eine »Krouta« (Anm. Schildkröte, uraltes Fruchtbarkeitssymbol) zum »Zoo« der Exoten, ein Völkergemisch aus mehreren Erdteilen ist ebenfalls mit dabei. »Guat Tätz« lautet der Gruß der Bären und Exoten. Die bunte Truppe sorgt schon im Vorfeld des Schleicherlaufens mit dem »Bärenball«, dem



Eseleinführen und der Viechertaufe für einen »Mordswirbel«. Am Sonntag des Schleicherlaufens werden beim Meaderloch eine Stunde vor Beginn der Fasnacht die drei Bären (Eis-, Braun und Schwarzbär) von den Bärenreibern eingefangen. Danach müssen die Bären zu Musik und Geschrei der Gruppe das Tanzen lernen. Dieser Bärenanzug ist einer der Höhepunkte während der Aufführung im Fasnachtszug, ebenso wie der Tanz des Goaßers mit dem Ziegenbock, der 1980 aus einer Laune heraus entstanden ist. Dazu gibt es noch ein farbiges Spektakel mit Einlagen von Jongleuren, Feuerspuckern und Feuerreifenspringern. Die »Krouta« (Foto rechts)



darf bei jedem Aufführungsplatz von ihrem Wagen krabbeln und eine Runde ins Publikum blinzeln.

Gruppenführer: Christopher Larcher
Gotl: Annemarie Hauser
60 Gruppenmitglieder



Fotos: Offer



ALLES GUTE FÜRS OBERLAND

Die Betriebe im Inntalcenter wünschen den Fasnachtlern ALLES GUTE!

www.inntalcenter-telfs.at



Ohne den Naz wär' das alles nix... meinen die Laninger

Der "Naz" - das "liebste Kind" der Laninger – ist eine mehr als 100 Jahre alte Puppe und eine Symbolfigur der gesamten Telfer Fasnacht, der mit Vorliebe raucht (ab heuer natürlich im Freien...) und in hohem Bogen speibt (Foto unten Mitte). Mit seiner Befreiung aus einem Schotterhaufen am 6. Jänner beginnt die »heiße Phase« des Schleicherlaufens und die Laninger dürfen beim Nazausgraben als erste Gruppe ihre Sprüche zum Dorfgeschehen in den letzten fünf Jahren loswerden. Unter den Laningern (oder Lanigern) versteht man jenes »fahrende Volk«, dessen Mitglieder sich früher als Pfannenflicker, Scherenschleifer oder Kescht'nbrater und Sägefeiler verdingten. Diese ehemaligen Volkstypen kommen in der Fasnacht mit ihrem in »jenischem Blau« bemalten, mit einer Plane

überspannten Dörcherkarren daher (Anm. seit der Fasnacht 2015 trägt auch der Naz ein blaues G'wandl). Viele »Hegl«, das sind die Männer, und die »Moschn«, die Frauen, bilden ein buntes Bild, wenn sie den Karren ziehen, auf dem sich der »Zonner« (Foto rechts), die »Muater«, die »Kindsdirn« und der Naz befinden, wobei der Zonner die ZuschauerInnen verspottet, indem er ihnen die Zunge zeigt. Bei allfälligen Raufhändeln schreiten dann die »Schandi« ein. Fast bei allen Festivitäten erklingt auch das berühmte »Laningerlied« mit sieben Strophen, dessen Ursprung unbekannt ist, das aber jeder Fasnachtler singen kann.

Gruppenführer: Franz Lamprecht

Gotl: Daniela Köll

34 Gruppenmitglieder



'S Gåltmånd lässt die Tradition hochleben



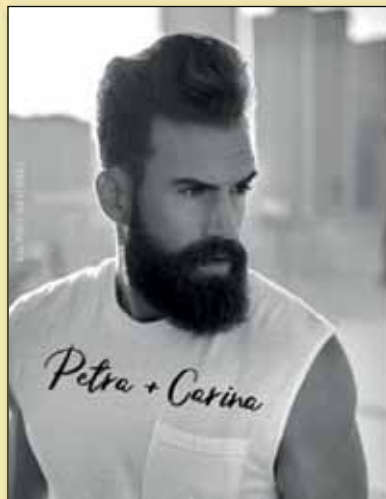
1975 nahm die Gruppe »Kusenroller« gesellschaftliche Themen aus bäuerlicher Sicht aufs Korn. Die Nachfolge trat 1980 »'s Gåltmånd« an, dessen Name sich von den Bergwiesen herleitet, die nur einmal im Jahr gemäht werden können. Nach dem Mähen wird auf diese Wiesen das Galtvieh (Jungrinder und -kühe, die keine Milch geben) aufgetrieben. Daher bildet bei der Fasnachtsgruppe auch der Bauernstand einen Schwerpunkt bei der Ausstattung des Wagens.

auf ihre Kritik in witzige Sprüche und scharfzüngige Spottverse verpackt gespannt sein. Heuer geht s' Gåltmånd mit bereits bewährter Gotl – und »gestylt« von Hair Design Petra – in die Fasnacht.

Gruppenführer: Stefan Wirtenberger

Gotl: Veronika Schartner

23 Gruppenmitglieder



hd

HAIR DESIGN by PETRA

„wünscht dem Gåltmånd und allen Fasnachtlern ein gutes Gelingen sowie unseren Kunden und den Zuschauern eine schöne Zeit!“

Lumma 4, 6410 Telfs
☎ +43 5262 61 891

Probleme unserer Wohlstandsgesellschaft, das Dorfgeschehen sowie politische Entscheidungen werden streng unter die Lupe genommen, schon beim Nazausgraben hat die Gruppe mit einer »Killerkuh«, einem gefährlichen Schaf und einem kopflosen Wolf das Publikum bestens unterhalten – man darf beim Schleicherlaufen



»Kunst-Reich« die Faszination der Fasnacht einfangen

Wenn es auf die Fasnacht zugeht, werden in Polling die Bleistifte angespitzt: Der Künstler Johann F. Reich taucht mit seinem Zeichenblock in das Schleicherlaufen ein und skizziert mit flinker Hand das Fasnachtstreiben.

„Es wird die 5. oder 6. Fasnacht sein, bei der ich dabei bin“, meint Johann Franz Reich, der sich im Vorfeld der Veranstaltung mit Schwungübungen gezielt »einzeichnet«. Wie kann man denn als Pollinger so nachhaltig an Telfer Fasnachtsfieber erkranken? „Durch einen guten Freund, Hubert Auer, der meine Bilder damals schon kannte und mir den Vorschlag machte, das Schleicherlaufen doch »live« in Bildern festzuhalten. Und wenn man einmal in den Sog gerät, kommt man nicht mehr davon los“, meint er augenzwinkernd. So gehört Johann F. Reich mittlerweile bei vielen Veranstaltungen zum »Inventory«: Er begleitet die Wilden beim Baumbartschneiden, schaut den Laningern beim Nazausgraben zu und ist bei der Viechertafel der Bären und Exoten oder auch beim Totengedenken »im Zeichenmodus« dabei. „Manchmal helfe ich auch mit, wenn z.B. der Elefant oder das Kamel restauriert werden müssen. Aber das Wichtigste für mich ist schon der Tag des Schleicherlaufens selbst. Da gilt es, da musst du gut drauf sein. Denn es heißt blitzschnell auf Situationen zu reagieren, der Schleicher steht ja nur ein paar Sekunden vor dir und ist dann wieder weg.“ Dabei sei die kreative Stimmung fast greifbar: „Die Rösser mit den Herolden und den Jahreszeiten, die Wilden, die Schleicher, alles ist in Bewegung.“ Johann F. Reich ist den ganzen Tag im Ort unterwegs, besucht die Traditionsgruppen beim Schminken, fährt mit der Kutsche hinauf zum Meisl-Anger, wo die Schleicherhüte präsentiert werden und geht mit den Gruppen bei den Aufführungen »oa« durchs Dorf. „Da muss man teilweise erfinderisch sein, dass man rechtzeitig dort ist, wo man hinwill. Ich bin schon das ein oder andere Mal über einen Gartenzaun geklettert...“ Mit Bleistift, Kohle oder



Der Pollinger Künstler Johann F. Reich beim »Einzeichnen« für das Telfer Schleicherlaufen



Rötel werden die Szenen des Schleicherlaufens festgehalten – pointiert und kraftvoll skizziert. „Da lasse ich alle Eindrücke einfließen, z.B. auch die Kälte. Bei einer Fasnacht hat es nämlich Minus 17 Grad gehabt und ich habe mir ein zweites Paar Socken über die Hände gezogen, damit ich zeichnen konnte“, erinnert er sich lachend. Wieviele Bilder dann schlussendlich herauskommen, könne man nie sagen. „Bei denjenigen, die im Nachhinein noch eingefärbt werden, muss ich jedenfalls genau dazuschreiben, welche Farben wo sind, denn z.B. die Schleicher haben bei ihren Kostümen und Hüten die

verschiedensten Farben, und das muss dann stimmen.“ Die Ergebnisse seines »künstlichen Fasnachtsfiebers« waren bereits in den letzten Jahren bei mehreren Ausstellungen im Rathausssaal oder in der Raiffeisenbank in Telfs kurz nach dem Schleicherlaufen zu sehen.



Schon seit einigen Jahrzehnten ist Johann F. Reich mit seiner Mappe am Weg



Die Vogler besingen die Fasnacht hoch und tief

Das erste Mal lässt sich die Gruppe beim Schleicherlaufen 1890 nachweisen. Seit 1965 bilden die Mitglieder des Männergesangsvereins Liederkränz Telfs die Vogler-Gruppe. Bis 2010 waren ausschließlich die Mander des

Männergesangsvereins als Vogler in der Fasnacht unterwegs. Für die Fasnacht 2015 wurden erstmals einige Nicht-MGV-Mitglieder aufgenommen. Die Vogler tragen ihre spöttischen Verse immer gesungen vor. Die Gruppe, die

heuer bereits zum zweiten Mal von Hermann Körber als Gruppenführer in die Fasnacht geführt und von der Gotl Monika Brunner betreut wird, erfreut sich in der Telfer Bevölkerung großer Beliebtheit, weil es bei den Voglern immer hoch hergeht. Sei es im Probelokal des MGV, in das die Vogler gastfreundlich und mit Gitarre und Gesang in der Vorfasnacht einladen (z.B. heute am 16. Jänner ab 18.00 Uhr zur Weißwurstparty), sei es bei der Auffahrt des Voglerwagens oder am Aufführungstag, an dem der Spott und manch ohrgefällige Melodie und zündende Idee das Publikum zu erheitern und erfreuen weiß. Der eiserne Zusammenhalt der Gruppe lässt sich durch das gemeinsam erlebte Hobby des Chorsingens erklären, das außerhalb der Fasnacht die Vogler in bester Harmonie - wie es sich für Sänger und Vogler gehört - vereint!

Gruppenführer: Hermann Körber
Gotl: Monika Brunner
24 Gruppenmitglieder



*Hallo Buabn,
machts enk au,
es isch wieder Zeit!*

*In die Fasnacht
derf ma giahn,
mei wia
ins des freit!*

*(Text: Reinhard
Wieser)*

Fotos: Offer

Bease Buam kommen überall hin – auch zur Fasnacht

In den 20er Jahren gab es wirklich einen »Bösen Bubenclub aus Telfs«, die gerne Unfug trieben und die ein oder andere Schlägerei anzettelten. Als Fasnachtsgruppe gibt es die Beasn Buam seit 1975. Sie gehen mit ihrem Schlachtruf »Beas, beas, beas!« in die Fasnacht und sind der Meinung, schon allein durch ihren Namen noch ein bissl frecher sein zu dürfen als die anderen. Mit Florian Ciresa führt heuer ein neuer Gruppenführer die Gruppe in die Fasnacht, auch die Gotl Doris Schiller ist neu. 2015 wurde von den Beasn

Buam »Spott« (oder doch »Sport«?) in der Eis Spott Arena betrieben und sie waren Gassi mit dem Hund, man darf gespannt sein, was ihnen heuer alles einfällt.

Gruppenführer: Florian Ciresa
Gotl: Doris Schiller
Ehrgotl: Melitta Kopp
30 Gruppenmitglieder



STAHL
in seiner
schönsten
Form

■ Schlosserei
■ Metallbau

SCHARMER

A-6410 Telfs | Mobil.: +43(0)664/141 22 50
Krehbachgasse 2a | Fax: +43(0)52 62/62 5 28
office@schlosserei-scharmer.at



„15 Mal bin i »oa gangen«!": stolze Bilanz eines Voglers



Foto: Herbert Linster



Fotos: Offer

Alois Rimml (l.) mit den Voglern beim Telfer Schleicherlaufen 1975 (oben) und 2015 mit Obmann Hermann Körber (M.) und GR Klaus Schuchter (r.)

Wenn sich Alois Rimml am 2. Februar auf den Wagen der Vogler setzt, kann er auf sieben Jahrzehnte Fasnachtserfahrung zurückblicken und ist damit heuer der älteste aktive Faschnachtler. Die meiste Zeit davon war er sangesfreudig als Vogler unterwegs, aber auch bei anderen Gruppen genoss er das Telfer Schleicherlaufen.

„1950 war ich als 16-Jähriger das erste Mal dabei, da wurde ich gefragt, ob ich bei der »Bauernhochzeit« mitmache“, erzählt der mittlerweile 86-jährige Alois Rimml. „Das war ja die erste Fasnacht nach dem Krieg, da war alles in den Kinderschuhen sozusagen und sie haben ein paar Junge gesucht, die die Fasnacht beleben.“ Auch bei ihm hatte sich das Faschnachtsfieber vererbt: Sein Vater Franz war schon in den 30er Jahren als Wilder beim Schleicherlaufen. „Fünf Jahre später hat es dann geheißt, sie würden Schleicher brauchen. Also bin ich 1955 und 1960 als Schleicher im Kroas g'hupft – mit Schleicherhüten, die Heinrich Tilly (damals noch ohne Professorentitel) gestaltet hat – einmal mit Dorfbrunnen und einmal mit Drachen.“ 1963 tritt Alois Rimml als Bass-Sänger dem Männergesangsverein Liederkranz Telfs bei und war

selbst einer der Initiatoren, als 1965 erstmals der Männergesangsverein die Gruppe der Vogler bei der Telfer Fasnacht federführend übernimmt. Zunächst waren dann ausschließlich Vereinsmitglieder bei der Fasnacht dabei, mittlerweile sind aber auch andere ins Geschehen involviert. „Wir haben auf unserem ersten Wagen einen Baum aufgestellt und vom Nest dort oben aus wurden Gstanzln gesungen und Reden geschwungen. Beeindruckt hat mich immer unser Chorleiter, der ehemalige Schuldirektor Siegfried Rettmeyer, der sich oft aus einem »Texthänger« ganz elegant und ohne, dass es einer mitbekommen hat, gerettet hat. Da meinte er z.B. einfach: „Da unten steht der Reiter (Anm. Robert Reiter war gemeint) und mia fahren jetzt weiter!““

Die erste Gotl war Midl Föger, die Frau von Kaufmann Max Föger, und der Wagen 1970 wurde im Keller des Rohbaus des ersten Inntalcenters gebaut. „Die nächsten Gotln waren »Klotz'n Lotte« von der Reinigung Klotz, ab 1980 Waltraud Härting (Munde-Wirtin) und nach 2000 Monika Brunner.“ Für jede Fasnacht werden von den Gruppenmitgliedern gängige Melodien mit neuen, teils gepfefferten Texten versehen, die



Jacke, Hemd und Hut für die Faschnacht liegen bereit

dann solistisch (Strophen) oder chorisch (Refrain) vorgetragen werden. Alois Rimml, der selbst einige Zeit Obmann des Männergesangsvereins war und nun Ehrenmitglied ist, kann diesmal die Fasnacht ganz entspannt angehen: „I sing beim Refrain mit!“ Wir freuen uns drauf!

IHR FLIESENLEGER IN TELFS

Fliesen service tirol
Fliesen • Platten • Feinstein

6410 telfs
untermarkt 23

www.studio-1.at
www.tirol-service.at

IHR ELEKTRIKER IN TELFS

elektrotechnik studio 1
Elektro • Installation • Planung

office@studio-1.at
office@tirol-service.at

m 0676 847080517
m 0664 887 471 01

Hoffentlich verbrennt sich keiner die Finger...

Der Bachoufn war bis 1965 ein fixer Bestandteil der Telfer Fasnacht, 1985 wurde die Idee neu aufgenommen. Traditionelle Aufgabe ist es, die »selbstgebackenen« Brotlaibe zu »verschutzen« und dabei gesellschaftliche und politische Themen auf die Schaufel zu nehmen. Da viele Mit-

glieder aus der Volksbühne Telfs stammen, wird daraus meistens ein richtiges Theaterstück mit gepfefferten Texten, die aber nicht unter die Gürtellinie gehen sollen.

Anfangs wurden die Texte von Klaus Hechenberger verfasst, danach zeichnete u.a. Bernhard

Moritz dafür verantwortlich. Heuer führt mit Gert Windisch ein neuer Gruppenführer den »Bachoufn« an.

Gruppenführer: Gert Windisch

Gotl: Margreth Kugler

14 Gruppenmitglieder



Fotos: Öfer

Ärztliche Grundversorgung mit deftigen Sprüchen

Die Kurpfuscher (früher »Schwarzwaldklinik«) entstanden 1990 als Fasnachtsgruppe von Mitgliedern des Telfer Roten Kreuzes, sind inzwischen aber eine für jedermann offene Gruppe. Sie geben vom »ärztlichen Standpunkt« ihre kritisch-satirische Sichtweise des Zeitgeschehens zum Besten. In den vergangenen Fasnachten sorgten sie mit der »Schwarzwaldklinik«, dem »Bergdoktorhaus« oder dem »Beauty-Dom« für Lacher, 2015 präsentierten sie eine Facelift-Automatik. Wie bei allen Wägen ist auch bei den Kurpfuschern bis zur Aufführung nicht bekannt, was ihre Vorstellung beinhaltet. Heuer werden sie von dem neuen Gruppenführer Manfred Mair in die Fasnacht geführt, auch Gotl Sybille Fischer ist neu. Erkennungsmerkmal der Kurpfuscher, wenn sie gemeinsam unterwegs sind:

bunte gestrickte Kappln in Neonfarben, die wie wollene Kondome aussehen und die anscheinend 2005 zum ersten Mal getragen wurden.

Gruppenführer: Manfred Mair

Gotl: Sybille Fischer

19 Gruppenmitglieder



Wir wünschen dem SCHLEICHERLAUFEN TELFS ein gutes Gelingen!

**FUNKTAXI
GEBHART**
KRANKENTRANSPORTE

Inzing: 05238 / 88741
Telfs: 05262 / 65300



GEOSYSTEM
VERMESSUNGSBÜRO

0043 (0) 5262 / 63 4 65
Risa-Areal, Sagl 2a
A-6410 Telfs



Wir wünschen a schiane Fasnacht!



„Soaf ein, weil sauber miaß ma sein“

Der passionierte Theaterspieler Klaus Hechenberger war immer schon von der Fasnacht, dem »Volksschauspiel auf Rädern« fasziniert. Für die Fasnacht 2000 sammelte er ein paar Mander um sich und benannte die Gruppe »Soaf'nsieder« nach einem Seifen-Herstellungsbetrieb, den es bis Anfang des 20. Jahrhunderts in Telfs gegeben hat. Auch sie fahren mit einem Wagen auf und kommentieren satirisch das Dorf- und Weltgeschehen. Es gibt auch ein eigenes Soafnsiederlied, das vom Tiroler Volksmusikexperten

Prof. Peter Reitmeir komponiert wurde: Der Refrain lautet: »Soaf ein, soaf ein, weil sauber miaß ma sein...« Gruppenführer Andreas Nöbl führt die Soaf'nsieder heuer zum dritten Mal in die Fasnacht (und war vorher der »Schreier«, der lautstark die Sprüche verkündet), mit Sabine Lamprecht ist diesmal eine neue Gotl dabei.

Gruppenführer: Andreas Nöbl

Gotl: Sabine Lamprecht

Ehregotl: Rosemarie Riener

20 Gruppenmitglieder

Und danach?



Nachdem es auch die Soaf'nsieder (wie auch alle anderen Gruppen und das Publikum) nicht ganz schaffen werden, »sauber zu bleiben«, wird das Schleicherlaufen wohl mit den ein oder anderen »Hinterlassenschaften« enden. Ein Dank an dieser Stelle an alle, die »hinterher-räumen« müssen!



Fotos: Offer

UMWELTSCHUTZ **HÖPPERGER**

WIR WÜNSCHEN DER TELFER FASNACHT GUTES GELINGEN!



thöni®

Thöni Industriebetriebe GmbH
Obermarkstraße 48 | 6410 Telfs
Tel.: +43 5262 6903-0
www.thoeni.com



Allen aktiven Fasnachtlern
und Zuschauern des Telfer
Schleicherlaufens 2020
wünschen wir eine gute Zeit.

Volkshochschule
TELFS

WISSEN FÜR ALLE
www.vhs-tirol.at/telfs

VHS Reise Kurse Workshops

Sommersemester 2020



Anmeldung ab sofort

Bitte nutzen Sie die Anmeldung im INTERNET:

www.vhs-tirol.at/telfs

oder per Telefon **0 699 / 15 888 214**

Di von 20.00 – 21.00 Uhr

Mi und Fr von 09.00 – 10.00 Uhr



Jänner 2020

Fr, 24.01.20 Italienisch - Leichtfortgeschrittene 1 / A 1.1-2
 Fr, 24.01.20 Neugriechisch - Leichtfortgeschrittene / A 1.2
 Sa, 25.01.20 Heilgymnastik (nur Restplätze)
 Mo, 27.01.20 Hatha-Yoga - Leichtfortgeschrittene 1 / Vormittag
 Mo, 27.01.20 Aquasoft - sanfte Wassergymnastik
 Mo, 27.01.20 Aquafit - Wassergymnastik medium
 Mo, 27.01.20 Aquapower - intensive Wassergymnastik
 Mo, 27.01.20 Englisch - Fortgeschrittene 3 / B 1.1
 Mo, 27.01.20 SuryaSoul® - hier wird Yoga zum Tanz
 Mo, 27.01.20 Italienisch - Anfänger / A 1.1
 Mo, 27.01.20 Bauch, Beine, Po
 Di, 28.01.20 JUNGE VHS von 2-4 Jahren: Eltern-Kind-Turnen Gruppe 1
 Di, 28.01.20 Qigong
 Di, 28.01.20 Gesundheitsmix
 Di, 28.01.20 Hatha Yoga - Leichtfortgeschrittene 2
 Di, 28.01.20 Spanisch - Fortgeschrittene / B 1
 Di, 28.01.20 Hatha-Yoga - Anfänger
 Di, 28.01.20 Scusi, lei parla italiano? – Conversazione facile / B 1-B 2
 Mi, 29.01.20 JUNGE VHS von 1-3 Jahren: Mama-Kind-Tanzen
 Mi, 29.01.20 Kangatraining - Du wirst fit, Dein Baby macht mit!
 Mi, 29.01.20 Italienisch - Fortgeschrittene 1 / A 2.1
 Mi, 29.01.20 Linedance - Leichtfortgeschrittene
 Mi, 29.01.20 Spanisch - Leichtfortgeschrittene / A 1
 Do, 30.01.20 Englisch - Fortgeschrittene 2 / A 2.2
 Fr, 31.01.20 Bodystyling - am Vormittag
 Fr, 31.01.20 Pilates mit Faszientraining - Fortgeschrittene - Vormittag

Feber 2020

Mi, 05.02.20 Köstlichkeiten aus dem Orient
 Mi, 05.02.20 Yoga mit Daisy - Zeit für mich
 Mi, 05.02.20 Digital unterwegs: Freizeit, Reise u. Veranstaltungen
 Mo, 17.02.20 Gestärkt in die Woche - Vormittag
 Mo, 17.02.20 Grundstufe Deutsch / A 1.2 - 3 (Teil 2 der Stufe A 1)
 Mo, 17.02.20 Grundstufe Deutsch / A 2.2 - 3 (Teil 2 der Stufe A 2)
 Mo, 17.02.20 Pilates - Anfänger und Leichtfortgeschrittene
 Mo, 17.02.20 Yoga in St. Georgen: Yin-Yoga / Gruppe 1
 Mo, 17.02.20 Yoga in St. Georgen: Yin-Yoga / Gruppe 2
 Mo, 17.02.20 Mittelstufe Deutsch / B 1.2
 Di, 18.02.20 Fatburner / Vormittag
 Di, 18.02.20 Zumba Gold am Vormittag / Gruppe 1
 Di, 18.02.20 Rückenfit / Vormittag
 Di, 18.02.20 Liedbegleitung auf der Gitarre / Anfänger
 Di, 18.02.20 Deep Work
 Di, 18.02.20 Liedbegleitung auf der Gitarre / Leichtfortgeschrittene 2
 Mi, 19.02.20 JUNGE VHS von 6-9 Jahren: Let's speak english
 Mi, 19.02.20 JUNGE VHS von 6-9 Jahren: Ciao, ciao - siamo tutti amici!
 Mi, 19.02.20 Zumba Gold / Gruppe 2
 Mi, 19.02.20 Italienisch - Leichtfortgeschrittene 2 / A 1.1
 Mi, 19.02.20 BOX - Pilates mit Faszientraining
 Mi, 19.02.20 e-Government: Amtswege im Internet
 Do, 20.02.20 Fit ohne Geräte / Eigengewichtstraining - Männergruppe
 Fr, 21.02.20 JUNGE VHS von 2-4 Jahren: Eltern-Kind-Turnen Gruppe 2
 Fr, 21.02.20 JUNGE VHS von 2-4 Jahren: Eltern-Kind-Turnen Gruppe 3
 Fr, 21.02.20 Intensiv-Tanzkurs für Hochzeit und Feste / Termin 1
 Fr, 21.02.20 Tanzkurs - Anfänger / Stufe 1
 Fr, 21.02.20 Discofox - Anfänger und Leichtfortgeschrittene / Termin 1
 Fr, 21.02.20 Naturkosmetik
 Do, 27.02.20 Französisch - Leichtfortgeschrittene / A 2.1 - 2
 Do, 27.02.20 Gesundheitsturnen mit Schwerpunkt Wirbelsäule / Vormittag
 Do, 27.02.20 Wirbelsäulengymnastik - Ausgleichsgym. für Frauen und Männer
 Sa, 29.02.20 Handlettering Basics

März 2020

Mo, 02.03.20 Sprache verändert - zielorientiert
 Di, 03.03.20 Ethno-Dance
 Di, 03.03.20 Yoga in St. Georgen: Silvananda Yoga - Anfänger und Leichtfortgeschrittene
 Di, 03.03.20 Yoga in St. Georgen: Hatha Yoga Anfänger und Leichtfortgeschrittene
 Di, 03.03.20 Orientalischer Tanz - Fortgeschrittene
 Mi, 04.03.20 VEDUTEN - Architektur zeichnen und kolorieren
 Mi, 04.03.20 Active Food - ein individuelles Ernährungskonzept
 Do, 05.03.20 Erzählfiguren herstellen
 Fr, 06.03.20 Tiefenentspannung - Im Fluss sein
 Mo, 09.03.20 Englisch - Fortgeschrittene 1 / A 2
 Di, 10.03.20 Shushi
 Di, 10.03.20 Selbstverteidigung für Frauen - Aufbaukurs
 Mi, 11.03.20 Kostenlos online lernen
 Fr, 13.03.20 Stilvoll wohnen und leben mit Farbe und Interior Design
 Sa, 14.03.20 Handlettering Brushpen - Anfänger und Leichtfortgeschrittene
 Mo, 16.03.20 Die gesunde 10-Minuten-Küche
 Mi, 18.03.20 Naturseife selber machen
 Fr, 20.03.20 Discofox - Fortgeschrittene / Stufe 2
 Fr, 20.03.20 Daheim pflegen – gesund bleiben für pflegende Angehörige / Modul 1 (Die Lebenssituation alter und pflegebedürftiger Menschen)
 Sa, 21.03.20 Süßes Frühstücksgedächtnis
 Mo, 23.03.20 Fit durch die Wechseljahre - TCM Kochworkshop
 Sa, 28.03.20 Tarte oder Quiche?
 Sa, 28.03.20 Wachtücher selber herstellen
 Di, 31.03.20 Digitale Kommunikation im Alltag: WhatsApp&Co sicher nutzen

April 2020

Fr, 03.04.20 Daheim pflegen – gesund bleiben für pflegende Angehörige / Modul 2 (Hygienische Grundmaßnahmen / gute Keime – schlechte Keime auch in Bezug auf Inkontinenzen)
 Mi, 15.04.20 Daheim pflegen – gesund bleiben für pflegende Angehörige / Modul 3 (Mobilisation – sicher unterwegs – Sturz im Alter)
 Mi, 15.04.20 Online-Banking und Bezahlung im Internet
 Do, 16.04.20 Tiroler Schmankerl
 Sa, 18.04.20 Malen nach Bob Ross
 Sa, 18.04.20 Kräuterwanderung vor der Haustür
 Mo, 20.04.20 Aquasoft - sanfte Wassergymnastik
 Mo, 20.04.20 Aquafit - Wassergymnastik medium
 Mo, 20.04.20 Aquapower - intensive Wassergymnastik
 Mo, 20.04.20 MakeUp-Basics
 Di, 28.04.20 Indische Küche
 Mi, 29.04.20 Daheim pflegen – gesund bleiben für pflegende Angehörige / Modul 4 (Unterstützung für pflegende Angehörige)

Mai 2020

Fr, 15.05.20 Daheim pflegen – gesund bleiben für pflegende Angehörige / Modul 5 (Demenz - Der Mensch, der ich einst war)
 Sa, 16.05.20 Was macht einen Mann zum Mann?
 Do, 21.05.20 4-Tages-Reise: Friaul: Kultur, Natur
 Mi, 27.05.20 Daheim pflegen – gesund bleiben für pflegende Angehörige / Modul 6 (Gesund und richtig ernähren im Alter mit Schwerpunkt Altersdiabetes)

Juni 2020

Fr, 05.06.20 Intensiv-Tanzkurs für Hochzeit und Feste / Termin 2
 Fr, 05.06.20 Discofox - Anfänger und Leichtfortgeschrittene / Termin 2
 Sa, 20.06.20 Sommerbeginn im Kräutergarten
 Sa, 27.06.20 Kreativ mit Beton - Betongießen

Wichtige Hinweise für unsere Teilnehmer

Anmeldung:

Im Internet: vhs-tirol.at/telfs

Per Telefon: 0699 - 15 88 82 14 – Anmeldezeiten siehe Titel!

Bezahlung:

Bitte immer Referenznummer angeben!

IBAN: AT44 2050 3015 0025 0046

Bitte beachten Sie, dass der Kursbeitrag im Vorhinein zu bezahlen ist. Die Anmeldung ist nur mit Bezahlung gültig. Kostenlose Stornierung ist bis 7 Tage vor Kursbeginn möglich.

Die **allgemeinen Geschäftsbedingungen** können Sie auf der Internetseite nachlesen: vhs-tirol.at/agb

Unterrichtsfreie Tage im Sommersemester 2020:

09.–16.02.2020 (Semesterferien)

04.–14.04.2020 (Osterferien)

21.05.2020 (Christi Himmelfahrt),

31.05.–02.06.2020 (Pfingsten), 11.06.2020 (Fronleichnam)

Die VHS-Telfs kann keine Haftung gegenüber ihren Teilnehmern für Diebstahl, Verlust, Beschädigung, Unfall etc. übernehmen.

Leitung: Frau Gaby Janovsky

Büro: Weissenbachgasse 30 (Neue Mittelschule Telfs)
6410 Telfs

Telefon: 0 52 62 / 67 7 77

E-Mail: telfs@vhs-tirol.at

VHS Telfs: Kursorte im Ortszentrum



Sehr geehrte Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer!
Liebe Bildungsinteressierte!

So schnell vergeht ein Semester und schon starten wir mit vollem Elan in das Sommersemester 2020 und heißen Sie herzlich willkommen in der VHS Telfs.

Henry Ford hat einmal gesagt: „Jeder der aufhört zu lernen, ist alt, mag er zwanzig oder achtzig Jahre zählen. Jeder, der weiterlernt, ist jung, mag er zwanzig oder achtzig Jahre alt sein.“

Dass Sie in unserem Programmheft schmökern, zeigt uns Ihr Interesse am Lernen, an Weiterbildung und insgesamt dabei neugierig zu sein. Das alles kann Ihnen helfen, Ihre Persönlichkeit weiter zu entwickeln und Neues als Bereicherung zu sehen. Wir wollen Sie dabei unterstützen und haben ein vielfältiges Kursangebot zusammengestellt.

Neu in diesem Semester ist unsere kostenlose Intensiv-Workshop-Reihe in Zusammenarbeit mit der Arbeitskammer zum Thema: „Digital – Sicher – Kompetent“. Die AK und die Volkshochschule Tirol fördern mit diesem neuen Programm digitale Alltagskompetenzen. Mit direkter Beratung bietet dieses Kursangebot Hilfe bei Überforderung durch die immer stärker digitalisierte Welt und schafft Sicherheit im Umgang mit relevanten

Anwendungen (Genauerer können Sie auf Seite 7 und 8 lesen)

Außerdem bieten wir in Zusammenarbeit mit dem Sozial- und Gesundheitssprengel Telfs & Umgebung mehrere Module zur „**Pflege zuhause**“: Eine wertvolle Unterstützung für pflegende Angehörige! Lesen Sie mehr auf Seite 5.

Viele erstmalige Angebote finden Sie auch bei den Kreativkursen!

Haben Sie schon unsere neue Homepage besucht – www.vhs-tirol.at/telfs? Hier finden Sie jederzeit eine Übersicht über unser aktuelles Kursangebot sowie eine schnelle und unkomplizierte Möglichkeit zur Anmeldung bei allen Kursen. Egal ob Sie genau wissen, welchen Kurs Sie brauchen, oder ob Sie sich erst beim Surfen für ein Angebot entscheiden wollen – dank der Such- und Filterfunktionen in unserem Online-Kurskatalog werden Sie bestimmt fündig. Natürlich können Sie auch die gedruckte Ausgabe als PDF herunterladen.

Hoffentlich finden Sie auch in diesem Programm wieder ansprechende Angebote: Wir freuen uns über unsere vielen treuen Stammkunden und alle, die neu die VHS Telfs entdecken!

Gaby Jauorsky

Vor den Vorhang

Besonders freut es uns, dass wir zwei verdienstvolle Kursleiterinnen ehren konnten!

Bei der Künstlerin Frau **Lisa Krabichler** MA lernen Zeichen- und Malbegeisterte seit 10 Jahren bei abwechslungsreichen Kreativkursen, „wie es geht“! „Zeichnen kann jeder lernen“ war der erste Kurs, den sie an der VHS Telfs gehalten hat, er war auch heuer wieder im Programm.



Die Kursleiterin in der Mitte ihrer Kreativgruppe.

Frau **Ulrike Bellony**, selbst einmal Leiterin der VHS Telfs, ist begeisterte Bastlerin und betreut die Kinderkurse der VHS Telfs bei den Kindererlebniswochen – sie hat kleine Stammkunden!



Erfreute Überraschung bei der Ehrung durch die VHS-Leiterin.

Junge VHS

Bei Geschwistern –10% für das zweite Kind.

Fremdsprachen für Kinder 6 - 9 Jahre

Die Kinder lernen alles rund ums Freundschaft-Schließen. Beim Singen, Malen und Basteln, mit Reimen und Rollenspielen erwirbt Ihr Kind auf spielerische Art und Weise und ganz ohne Leistungsdruck in einer kleinen Gruppe Grundkenntnisse der Sprache. Die Unterrichtseinheiten behandeln wichtige Alltagssituationen. Themen sind: Zahlen, Farben, Wetter und Urlaub, Tiere am Bauernhof, Kleidung und Familienmitglieder, Bestellen im Café. Neueinsteiger willkommen!



K33-5001 Let's speak English!

Kursleitung: Frau Birgit Maringele
Kursdauer: 8 x 60 Minuten
Kursbeitrag: € 50,- bei 7 - 10 Kindern
€ 70,- bei 4 - 6 Kindern
Kurstag: Mittwoch, 19. Feber 2020, 16.00 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Materialbeitrag: € 2,-
Bitte mitnehmen: Buntstifte, Kleber und Schere
Teilnehmerzahl: 10 Kinder von 6 - 9 Jahren

K33-5002 Ciao, ciao – siamo tutti amici!

Kursleitung: Frau Birgit Maringele
Kursdauer: 8 x 60 Minuten
Kursbeitrag: € 50,- bei 7 - 10 Kindern
€ 70,- bei 4 - 6 Kindern
Kurstag: Mittwoch, 19. Feber 2020, 17.00 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Materialbeitrag: € 2,-
Bitte mitnehmen: Buntstifte, Kleber und Schere
Teilnehmerzahl: 10 Kinder von 6 - 9 Jahren

Bildung auf Bestellung

Sollten Sie bei unseren Kursen ein spezielles Angebot vermissen oder eine Fortsetzung wünschen – vielleicht zusammen mit einigen Bekannten oder Freunden – so wenden Sie sich bitte an Ihre Volkshochschule.

Wir werden gerne einen Kurs für Sie einrichten, wenn die Rahmenbedingungen gegeben sind.

Eltern-Kind-Turnen

2 - 4 Jahre

Die Vermittlung von Freude an der Bewegung und die Schulung der motorischen Fähigkeiten kann nicht früh genug beginnen: Unter Anleitung unserer speziell für Eltern-Kind-Turnen ausgebildeten Kursleiterinnen lernen die jungen TeilnehmerInnen vielfältige Bewegungsformen kennen: Der Turnsaal wird zu einem breiten Erfahrungs- und Spielraum umfunktioniert, den es nun möglichst purzelnd, kugelnd, kletternd, schwingend, schaukelnd, balancierend, laufend und springend zu erobern gilt. An der sicheren Hand von Mama oder Papa fällt es auch ein wenig leichter, sich auf die faszinierenden Abenteuer einzulassen. Beim gemeinsamen Spiel haben wir viel Spaß miteinander! **Bitte beachten Sie, dass die Tür am Nachmittag auf Wunsch der Schule geschlossen ist und nur innerhalb eines Zeitfensters von 15 Minuten betreten werden kann, daher bitten wir um pünktliches Erscheinen!**

K33-7003 Gruppe 1

Kursleitung: Frau Evelyn Holleis, Bakk.(FH), Kindergesundheitstrainerin, Motopädagogin
Kursdauer: 10 x 90 Min
Kursbeitrag: € 110,- (2. Kind € 80,-)
Kursbeginn: Dienstag, 28. Jänner 2020, 14.30 Uhr
Teilnehmerzahl: 12 Kinder von 2 - 4 Jahren
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe

K33-7004 Gruppe 2

Kursleitung: Frau Anja Staggl, BEd
Kursdauer: 8 x 60 Min
Kursbeitrag: € 65,- (2. Kind € 45,-)
Kursbeginn: Freitag, 21. Feber 2020, 14.30 Uhr
(Kein Kurstag am 20.3.)
Teilnehmerzahl: 10 Kinder von 2 - 4 Jahren
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe

K33-7005 Gruppe 3

Kursleitung: Frau Anja Staggl, BEd
Kursdauer: 8 x 60 Min
Kursbeitrag: € 65,- (2. Kind € 45,-)
Kursbeginn: Freitag, 21. Feber 2020, 15.30 Uhr
(Kein Kurstag am 20.3.)
Teilnehmerzahl: 10 Kinder von 2 - 4 Jahren
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe

K33-7006 Mama-Kind-Tanzen 1 - 3 Jahre

Alle Kinder lieben Musik und Tanzen mit ihrer Mama! Abwechslungsreiche Tanzgeschichten, Lieder und Tanzschritte geben neue Bewegungsimpulse und machen viel Spaß!

Dieses Tanzkonzept für Kleinkinder • erweitert die motorischen, musikalischen und rhythmischen Fähigkeiten, • entwickelt eine starke Körpermitte sowie Ausdruckskraft und Selbstbewusstsein, • fördert Kreativität und Experimentierfreude, • ermöglicht das Knüpfen von sozialen Kontakten zu gleichaltrigen Kindern.

Kursleitung: Frau Anikó Krausz-Lőrincz MSc, Sportlehrerin, Tanzinstruktorin
Kursdauer: 10 x 60 Minuten
Kursbeitrag: € 90,-
Kursbeginn: Mittwoch, 29. Jänner 2020, 10.15-11.15 Uhr
Kursort: Musikschule Telfs, Obermarktstr. 43, Parterre
Teilnehmerzahl: 5 - 10 Kinder von 1 - 3 Jahren

Persönlichkeitsbildung Soziale Kompetenzen / Lebensberatung

K33-1101 **Sprache verändert - Zielorientiert, gewaltfrei und aktiv kommunizieren**

Mit unseren Worten erzeugen wir bei uns selbst sowie bei unseren GesprächspartnerInnen Emotionen: Diese lassen uns unbewusst reagieren, wodurch Konflikte entstehen können. Oder wir halten bei Veränderungen mit unseren Worten am Gewohnten fest und wundern uns, dass wir feststecken. Aktive Worte steigern die Motivation und bringen uns unserem Ziel näher. Mit den richtigen Worten – klar, gewaltfrei und aktiv – gehen wir entspannter und reflektierter durch stressende Alltagssituationen!

Kursleitung: Frau Christine Maria Abenthung,
Dipl. Mentaltrainerin

Kursdauer: 4 x 120 Minuten

Kursbeitrag: € 75,-

Kurstag: Montag, 2. März 2020, 19.00-21.00 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Teilnehmerzahl: 4 - 10

K33-1102 **Was macht einen Mann zum Mann?**

Noch nie war es so schwer für Männer, die eigene Rolle zu finden, die verschiedenen Aufgaben und Erwartungen zu erfüllen. Alte Vorbilder stimmen nicht mehr.

Das erwartet dich:

- 1 Tag im Freien (Birkenberg-Kupf-Buchen/Pause bei „Ropferstubbm“/retour)
- Gemeinsames Erleben von Natur und Bewegung
- Diskussion über Rollenbilder und Erwartungen (von PartnerInnen, Kindern,...), Selbsterfahrung, Austausch, Übungen

Kursleitung: Herr Lois Obererlacher, Sozialarbeiter,
Gruppentrainer, Bergwanderführer

Kursdauer: 1 x 6 Stunden

Kursbeitrag: € 59,-

Kurstag: Samstag, 16. Mai 2020, 09.00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz beim Tennisplatz Birkenberg,
6410 Telfs

Bitte mitnehmen: passende Kleidung, eventuell Jause

Teilnehmerzahl: 8 - 12



Bezahlung

Bitte immer Referenznummer angeben!

Bankverbindung: VHS Tirol

IBAN: AT44 2050 3015 0025 0046

Bitte beachten Sie, dass der Kursbeitrag nach Erhalt der Rechnung zu bezahlen ist. Die Anmeldung ist nur mit Bezahlung gültig. Kostenlose Stornierung ist bis 7 Tage vor Kursbeginn möglich.

Daheim pflegen – gesund bleiben Schulung und Unterstützung für pflegende Angehörige



Die Pflege von Angehörigen gewinnt in unserer Gesellschaft zunehmend an Bedeutung. Eine Erkrankung, ein Unfall oder auch höheres Alter können dazu führen, dass man zu Hause Pflege oder Betreuung benötigt. Ein Familienmitglied daheim zu pflegen bedeutet viel körperlichen und psychischen Einsatz. Da-

mit pflegende Angehörige gesund bleiben, gibt es wertvolle Tipps von ExpertInnen, die Ihnen als pflegende Angehörige zusätzliche Unterstützung anbieten sollen.

Kursdauer: jeweils von 18.00 bis 20.30 Uhr

Zielgruppe: Pflegende Angehörige

Kursbeitrag: Mindestens € 9,00 oder wieviel Sie geben wollen! Mit dem Kursbeitrag beteiligen Sie sich am Honorar der Referenten und dem Organisationsaufwand.

Die Module können einzeln besucht werden.

In Zusammenarbeit mit



K33-1103 **Modul 1 „Jeder will alt werden, aber nicht alt sein“ – Die Lebenssituation alter und pflegebedürftiger Menschen**

„Jeder will alt werden, aber nicht alt sein“, wird häufig von Menschen im mittleren Lebensalter geäußert. Warum ist das so? Welche Botschaften senden ältere Menschen an uns? Sie erhalten ein Hintergrundwissen über körperliche, emotionale und psychische Veränderungen beim Älterwerden.

Außerdem: Wie können Sie die häusliche Umgebung umgestalten und anpassen, damit Sie für Betroffene sicherer wird?

Kursleitung: DGKP Frau Sabine Spari-Schleifer

Kurstag: Freitag, 20. März 2020, 18.00-20.30 Uhr

Kursort: Sozialsprengel / Kirchstraße 12

Teilnehmerzahl: 6 bis max. 15

K33-1104 **Modul 2 Hygienische Grund- maßnahmen / gute Keime – schlechte Keime auch in Bezug auf Inkontinenz**

Die Vermeidung von Infektionen ist die wichtigste Aufgabe im pflegerischen Alltag: Welche Maßnahmen können Sie setzen? Wie können Sie die Körperpflege zu Hause durchführen, was gibt es dabei zu beachten? Wie wählen Sie die passenden Hilfsmittel aus und setzen sie richtig ein - z.B. bei Inkontinenz?

Kursleitung: DGKP Frau Anja Pöschl

Kurstag: Freitag, 3. April 2020, 18.00-20.30 Uhr

Kursort: Sozialsprengel, Kirchstraße 12

Teilnehmerzahl: 6 bis max. 15

**Raiffeisenbank
Telfs-Mieming**



K33-1105**Modul 3****Mobilisation – Sicher unterwegs – Sturz im Alter**

Einer der wesentlichen Faktoren für Selbstbestimmung im Alter ist Mobilität, sie beeinflusst die Lebensqualität und die Lebenserwartung älterer Menschen maßgeblich. Wie können Sie eine pflegebedürftige Person einfach und kräfteschonend bei der Bewegung unterstützen und die Beweglichkeit fördern und erhalten? Sie erhalten wertvolle Tipps, wie Sie Stürze zu Hause vermeiden können.

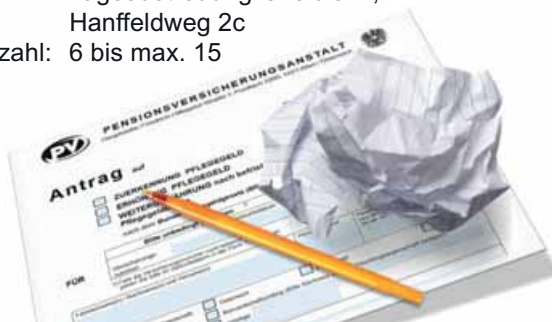
Kursleitung: DGKP Frau Alexandra Welzenberger, MA
Kurstag: Mittwoch, 15. April 2020, 18.00-20.30 Uhr
 Kursort: Tagesbetreuung Griaß enk, Hanffeldweg 2c
 Teilnehmerzahl: 6 bis max. 15

K33-1106**Modul 4****Unterstützung für pflegende Angehörige**

In diesem Teil bekommen Sie einen Überblick über die Vielzahl an Unterstützungsangeboten und finanziellen Hilfen in der Pflege (Pflegegeld, mobile Pflege und Betreuung, Tagesbetreuung, ...).

Außerdem erhalten Sie einen praktischen Überblick über den richtigen Umgang mit Hilfsmitteln: Sie können diese testen, ausprobieren oder auch kennen lernen, indem Sie sich selbst in ein Pflegebett legen und einen Transfer üben, aber auch testen, wie sich dieser anfühlt.

Kursleitung: DGKP Frau Sabine Spari-Schleifer, DGKP Frau Alexandra Welzenberger, MA
Kurstag: Mittwoch, 29. April 2020, 18.00-20.30 Uhr
 Kursort: Tagesbetreuung Griaß enk, Hanffeldweg 2c
 Teilnehmerzahl: 6 bis max. 15

**K33-1107****Modul 5****Demenz – der Mensch der ich einst war**

„Die Oma hört schlecht. Papa kennt mich nicht mehr. Opa schließt die fünfte Kfz-Versicherung ab. Die Tante überweist € 1.000,- an einen Fremden.“ Kennen Sie solche Situationen? Menschen mit einer dementiellen Erkrankung stellen uns vor herausfordernde Situationen im Betreuungsalltag. Was ist Demenz? Wie äußert sich eine dementielle Erkrankung? Wie kann Kommunikation zwischen demenzerkrankten Menschen und deren Angehörigen im Umfeld gelingen?

Kursleitung: DGKP Frau Sabrina Pfausler
Kurstag: Freitag, 15. Mai 2020, 18.00-20.30 Uhr
 Kursort: Sozialsprengel, Kirchstraße 12
 Teilnehmerzahl: 6 bis max. 15

K33-1108**Modul 6****Gesund und richtig ernähren im Alter mit Schwerpunkt Altersdiabetes**

Wie bekannt ist, ändert sich der Körper mit zunehmendem Alter: Der Energieverbrauch nimmt im Alter ab, der Muskelanteil geht meist zurück und auch der Anteil an Wasser wird geringer. Häufig steigt dafür der Anteil an Körperfett. Da aktuelle Studien belegen, dass ältere Menschen häufig von Mangel- und Fehlernährungen betroffen sind, soll es in diesem Modul um eine Vermittlung von Genuss und Freude beim Essen und Trinken sowie eine bedarfsgerechte Energie- und Nährstoffzufuhr gehen. Auch Fragen hinsichtlich der Ernährung bei Altersdiabetes werden geklärt: Sie erfahren, wie wichtig eine ausgewogene Ernährung neben der regelmäßigen Selbstkontrolle der Blutzuckerwerte, dem Führen eines Blutzuckertagebuches und der regelmäßigen körperlichen Bewegung für eine erfolgreiche Diabetes-Behandlung ist.

In einem praktischen Teil stellen sie besonders gehaltvolle und bedarfsgerechte Speisen gemeinsam mit unserer Vortragenden her.

Kursleitung: DGKP Frau Marisa Neuner
Kurstag: Mittwoch, 27. Mai 2020, 18.00-20.30 Uhr
 Kursort: Tagesbetreuung Griaß enk, Hanffeldweg 2c
 Teilnehmerzahl: 6 bis max. 15

Kursbeitrag: Mindestens € 9,00 oder wieviel Sie geben wollen! Mit Ihrem Kursbeitrag beteiligen Sie sich am Honorar der Referenten und dem Organisationsaufwand.

Die Module können einzeln besucht werden.

In Zusammenarbeit mit

**Natur, Haus und Garten****K33-3101****Kräuterwanderung vor der Haustür**

Die Natur erwacht nach dem langen Winter wieder zu neuem Leben. Die Luft ist erfüllt von Vogelgesängen und Düften, Bäume und Sträucher treiben aus und die frischen Triebe von Löwenzahn, Giersch und Brennnessel sind wahre Kraftpakete. Sie wirken reinigend, vertreiben die Müdigkeit und bringen uns frischen Schwung.

Wir erfahren einiges über Wirkung und Anwendung der Pflanzen, die uns begegnen und genießen diesen Frühlingsspaziergang mit allen Sinnen.

Kursleitung: Frau Mag.^a Gabriele Neurauder, Biologin, Kräuterpädagogin
 Kursdauer: 1 x ca. 180 Minuten
 Kursbeitrag: € 20,-
Kurstag: Samstag, 18. April 2020, 14.00-17.00 Uhr
 Treffpunkt: Wendelinus beim Brunnen
 Bitte mitbringen: Schuhe und Bekleidung je nach Witterung, Sitzunterlage, Getränk und Jause, Schreibzeug
 Teilnehmerzahl: 6 - 12



Seit es uns Menschen gibt, verwenden wir Pflanzen und Kräuter: Zum Würzen und Kochen, zum Gesundbleiben und Gesundwerden, zum Färben, zum Dekorieren, für die Körperpflege und Kosmetik. Rund um Johannis bzw. zum Sommerbeginn ist der Wirkstoffgehalt der meisten Kräuter besonders hoch. In meinem Kräutergarten finden wir verschiedenste Pflanzen und erfahren, wie man sie sammeln, verwenden und verarbeiten kann.

Kursleitung: Frau Mag.^a Gabriele Neurauder, Biologin, Kräuterpädagogin

Kursdauer: 1 x ca. 180 Minuten

Kursbeitrag: € 20,-

Kurstag: **Samstag, 20. Juni 2020, 14.00-17.00 Uhr**

Treffpunkt: Parkplatz St. Georgen Apotheke, Karl-Schönherr-Straße 10, Telfs

Bitte mitbringen: Schuhe und Bekleidung je nach Witterung, Schreibzeug

Teilnehmerzahl: 6 - 12



Beziehen Sie eine neue Wohnung, wollen Sie Ihre bisherige Wohnung neu gestalten oder "nur" Ideen sammeln? An diesem Abend erfahren Sie, wie man die Raumwirkung durch Farbkombinationen und Möblierung sowie durch Licht und Accessoires beeinflussen kann. Durch Beispiele und auch individuelle Beratung erhalten Sie Entscheidungshilfen für Ihre speziellen Gestaltungsfragen.

Kursleitung: Frau DI Andrea Greinöcker, Innenarchitektin, Farbdesignerin

Kursdauer: 1 x 150 Minuten

Kursbeitrag: € 30,-

Kurstag: **Freitag, 13. März 2020, 18.00-20.30 Uhr**

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Materialbeitrag: € 5,-

Bitte mitnehmen: Wohnungsgrundriss oder Fotos, Stifte und Farben

Teilnehmerzahl: 9

Workshop-Reihe In Zusammenarbeit mit:



Digital – sicher – kompetent

Mitmachen. Mit einem neuen kostenlosen Programm fördern AK und Volkshochschule Tirol digitale Alltagskompetenzen. Eine Intensiv-Workshop-Reihe mit direkter Beratung bietet Hilfe bei Überforderung durch die immer stärker digitalisierte Welt und schafft Sicherheit im Umgang mit relevanten Anwendungen.

Kursdauer: jeweils von 18.00 - 21.20 Uhr
Kursort: SportZentrum Telfs, Franz-Rimml-Straße 4, Kleiner Seminarraum, 1. Stock

Zielgruppe: alle AK-Mitglieder sowie vormals berufstätige SeniorInnen

Kursbeitrag: Alle Workshops sind kostenlos!

Anmeldung: **ist unbedingt erforderlich unter:**
Volkshochschule Tirol, Marktgraben 10,
6020 Innsbruck, 0512/58 88 82-22
E-Mail: innsbruck@vhs-tirol.at
Internet: www.vhs-tirol.at/ak-digital

Alle aktuellen Termine finden Sie unter
www.vhs-tirol.at/ak-digital

Digital unterwegs: Freizeit, Reise und Veranstaltungen

Schnell ein Tramticket via Handy-App kaufen, die nächste Fahrt mit der Bahn oder dem Flixbus online buchen, Routenplaner und diverse Maps nützen und keine Veranstaltung mehr versäumen mit Event-Plattformen oder praktischen Ticket-Apps. AK und Volkshochschule unterstützen kritische KonsumentInnen, die praktische Angebote gut informiert nutzen wollen.

Kursleitung: Herr Mag. Gerhard Ortner

Kurstag: **Mittwoch, 5. Feber 2020, 18.00-21.20 Uhr**

Teilnehmerzahl: max. 15

e-Government: Amtswege im Internet



Österreichische Behörden bieten eine Vielzahl an Dienstleistungen via Internet an. Hierzu ist aber eine eindeutige Identifikation mittels Bürgerkarte oder Handy-Signatur notwendig. Wie funktioniert das, wie kann man diese Funktionalitäten installieren und welche Voraussetzungen müssen

auf technischer Ebene erfüllt sein? Welche Einsatzmöglichkeiten gibt es und wie sicher ist das Ganze? Mag. Gerhard Ortner klärt auf und beantwortet Ihre Fragen.

Kursleitung: Herr Mag. Gerhard Ortner

Kurstag: **Mittwoch, 19. Feber 2020, 18.00- 21.20 Uhr**

Teilnehmerzahl: max. 15

Kostenlos online lernen

Interessengeleitetes Lernen für Beruf und Freizeit – kostenlos? Ein Internetanschluss und Browser genügen, um aus einer Vielzahl von Online-Lernangeboten wählen zu können. Seien es Kurse von Eliteuniversitäten oder Angebote auf YouTube, für alle Altersgruppen und Kontexte – in diesem Kurs lernen Sie die vielfältigen Möglichkeiten kennen und erfahren, auf welche Fallstricke Sie in Bezug auf Urheberrechte und Lizenzen der Materialien achten müssen – auch und gerade im schulischen Umfeld.

Kursleitung: Herr Mag. Gerhard Ortner

Kurstag: **Mittwoch, 11. März 2020, 18.00-21.20 Uhr**

Teilnehmerzahl: max. 15

Digitale Kommunikation im Alltag: WhatsApp & Co. sicher nutzen

WhatsApp ist ein Nachrichtendienst, der mehr kann als nur Nachrichten, Fotos und Videos zu versenden und zu empfangen. Lernen Sie in diesem Workshop, die App auf ihrem Smartphone zu installieren, einzurichten und zu bedienen. Es werden sämtliche Grundfunktionen wie Live-Standort, Sprachmemo und das Versenden von Kontakten erklärt. Außerdem erfahren Sie alles Wissenswerte zu Sicherheitseinstellungen und Backup der WhatsApp-Daten.

Kursleitung: Herr Christian Dworschak

Kurstag: **Dienstag, 31. März 2020, 18.00 - 21.20 Uhr**

Bitte mitbringen: eigenes Smartphone/Tablet

Teilnehmerzahl: max. 8

Online-Banking und Bezahlen im Internet

Mittlerweile gibt es reine Online-Banken und das Bestellen von Waren und Dienstleistungen im Internet gehört für viele schon zum Alltag. Falls Sie sich in diesen Belangen unsicher fühlen, haben wir für Sie das Richtige: Wie funktioniert E-Banking, welche Zahlungsmethoden (PayPal, Kreditkarte, EPS, Krypto-Währungen) gibt es und wie sicher ist das alles, mit und ohne 2-Faktor-Authentifizierung? Sie erhalten hier einen praxisbezogenen, nicht zu technischen Überblick über diese Themen.

Kursleitung: Herr Mag. Gerhard Ortner

Kurstag: **Mittwoch, 15. April 2020, 18.00-21.20 Uhr**

Teilnehmerzahl: max. 15

Anmeldung: **ist unbedingt erforderlich unter:**
Volkshochschule Tirol, Marktgraben 10,
6020 Innsbruck, 0512/58 88 82-22
E-Mail: innsbruck@vhs-tirol.at
Internet: www.vhs-tirol.at/ak-digital

K33-4201 EDV Individualtraining

Sicherlich kennen Sie das: Sie sitzen am PC und kommen mit dem, was sie tun wollen, einfach nicht weiter? Sie haben das Gefühl, der Computer führt ein Eigenleben?

Die VHS Telfs bietet Ihnen professionelle Unterstützung in Form eines speziell auf ihre Wünsche ausgerichteten Individualtrainings. Ihr Vorteil gegenüber einem Gruppenkurs: ALLE aufkommenden Fragen werden besprochen und erklärt, auch mehrmals.

Gearbeitet wird im Idealfall an Ihrem eigenen Laptop, Tablet oder PC, damit es für Sie keinen Unterschied gibt.

Kosten: € 35,-/Stunde, bei Schulung zuhause
Anfahrtspauschale.

€10,-/Organisationsbeitrag

Bitte kontaktieren Sie uns unter den auf Seite 2 angegebenen Kontaktdaten.

Sprachen

Grundstufe Deutsch

Die A2-Prüfung kann frühestens nach 4 Kursen abgelegt werden. Prüfungstermine bietet die VHS-Innsbruck an.

K33- 5101 Grundstufe Deutsch / A 1.2 -3 (Teil 2 der Stufe A 1)

Kursleitung: Frau Mag.^a Karolina Doblander
Kursdauer: 27 x 105 Minuten, jeweils Mo und Mi
Kursbeitrag: € 300,-
Kurstage: **Montag, 15.10-16.55 Uhr**
Mittwoch, 15.10-16.55 Uhr
Kursbeginn: **Montag, 17. Feber 2020, 15.10 Uhr**
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Buch: Pluspunkt Deutsch. Leben in Österreich. A1.
Kursbuch und Arbeitsbuch.
ISBN 978-3-06-520979-3

K33- 5102 Grundstufe Deutsch / A 2.2-3 (Teil 2 der Stufe A 2)

Kursleitung: Frau Mag.^a Karolina Doblander
Kursdauer: 27 x 105 Minuten, jeweils Mo und Mi
Kursbeitrag: € 300,-
Kurstage: **Montag, 17.00-18.45 Uhr**
Mittwoch, 17.00-18.45 Uhr
Kursbeginn: **Montag, 17. Feber 2020, 17.00 Uhr**
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Buch: Pluspunkt Deutsch A2,
Kursbuch und Arbeitsbuch mit CD
ISBN: 978-3-06-120549-2

K33- 5103 Mittelstufe Deutsch / B 1.2 (Teil 2 der Stufe B 1)

Kursleitung: Frau Mag.^a Karolina Doblander
Kursdauer: 15 x 105 Minuten
Kursbeitrag: € 175,-
Kursbeginn: **Montag, 17. Feber 2020, 19.00-20.45 Uhr**
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Buch: Pluspunkt Deutsch. Leben in Österreich. B1.
Kursbuch und Arbeitsbuch.
ISBN 978-3-06-520981-6

Englisch

K33-5201 Englisch - Fortgeschrittene 1 / A 2

Kursleitung: Herr Alex Macdonald, native speaker
Kursdauer: 9 x 100 Minuten
Kursbeitrag: € 108,-
Kursbeginn: **Montag, 9. März 2020, 18.00-19.40 Uhr**
Kursort: Neue Mittelschule Telfs



TYROLIA

K33-5202 Englisch - Fortgeschrittene 2 / A 2.2

Sie wollen Ihre früher erworbenen Englischkenntnisse wieder auffrischen oder das bisher im Kurs Erlernte erweitern und vertiefen? Lebensnahe Themen und realistische Dialoge machen Sie mit der natürlichen Alltagssprache vertraut, sodass Sie sich auf Reisen oder im Alltag schnell zurechtfinden. Der Schwerpunkt liegt auf dem Sprechen, aber auch die anderen Fertigkeiten wie Lesen, Hören und Schreiben kommen nicht zu kurz.

Kursleitung: Herr Mag. Franz Pramhaas
 Kursdauer: 10 x 100 Minuten
 Kursbeitrag: € 120,- (Kleingruppeninfo im Kasten)
Kursbeginn: Donnerstag, 30. Jänner 2020, 18.00-19.40 Uhr
 Kursort: Neue Mittelschule Telfs
 Lehrbuch: Go for it! A2, ab Unit 7

K33-5203 Englisch - Fortgeschrittene 3 / B 1.1

Ein Kurs für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen auf A2-Niveau, die gerne gemeinsam mit anderen KursteilnehmerInnen ihre Sprachkompetenz pflegen und erweitern möchten. Ziel ist es, sich in entspannter Atmosphäre die wichtigsten Fähigkeiten und Fertigkeiten für die erfolgreiche Kommunikation im Alltag und auf Reisen anzueignen.

Kursleitung: Herr Mag. Franz Pramhaas
 Kursdauer: 10 x 100 Minuten
 Kursbeitrag: € 120,- (Kleingruppeninfo im Kasten)
Kursbeginn: Montag, 27. Jänner 2020, 18.00-19.40 Uhr
 Kursort: Neue Mittelschule Telfs
 Lehrbuch: Network Now B 1.1, ab Unit 4/ Step 3

**K33-5301 Französisch - Leichtfortgeschrittene / A 2.1-2**

Dieser Kurs vermittelt wichtige grundlegende Strukturen der französischen Sprache, die für die Alltagskommunikation und im Tourismusbereich nötig sind. Themen: Vivre ensemble, Santé et Bien manger, La vie à Paris, La fête.

Kursleitung: Frau Mag.^a Virginie Petiteau, native speaker
 Kursdauer: 10 x 100 Minuten
 Kursbeitrag: € 120,- (Kleingruppeninfo im Kasten)
Kursbeginn: Donnerstag, 27. Feber 2020, 18.30-20.10 Uhr
 Kursort: Neue Mittelschule Telfs
 Buch: Couleurs de France Neu 2, ab Unité 3

Informationen zu Sprach-Kleingruppen

Auf Wunsch kann der Kurs auch bei weniger als 5 TeilnehmerInnen gegen eine

- erhöhte Kleingruppengebühr (+ € 30,-) oder
- über eine Stundenreduktion (8 Termine)

durchgeführt werden. (Keine Ermäßigungen möglich.)

Die Entscheidung darüber wird mit den KursteilnehmerInnen in der ersten Kursstunde getroffen.

Italienisch

Kursdauer: 10 x 100 Minuten
 Kursbeitrag: € 120,- (Kleingruppeninfo im Kasten)
 Kursort: Neue Mittelschule Telfs

K33-5401 Italienisch - Anfänger / A 1.1

Kursleitung: Frau Mag.^a Julia Tanascovic
Kurstag: Montag, 27. Jänner 2020, 19.00-20.40 Uhr
 Lehrbuch: Chiaro! A1 – Nuova edizione, ISBN 978-3-19-005427-5

K33-5402 Italienisch - Leichtfortgeschrittene 1 / A 1.1-2

Kursleitung: Frau Dott.^a Clorinda Di Maio, native speaker
Kurstag: Freitag, 24. Jänner 2020, 17.30-19.10 Uhr
 Lehrbuch: Chiaro! A1 – Nuova edizione, ab Lez. 3

K33-5403 Italienisch - Leichtfortgeschrittene 2 / A 1.1

Kursleitung: Frau Birgit Maringgele
Kurstag: Mittwoch, 19. Feber 2020, 18.00-19.40 Uhr
 Lehrbuch: Chiaro! A1 – Nuova edizione, ab Lez. 5
Achtung: Dieser Kurs geht 12 x 100 Minuten
Kursbeitrag: € 144,-

K33-5404 Italienisch - Fortgeschrittene 1 / A 2.1

Kursleitung: Frau Mag.^a Julia Tanascovic
Kurstag: Mittwoch, 29. Jänner 2020, 19.00-20.40 Uhr

K33-5405 Scusi, lei parla italiano? – Conversazione facile / B 1 - B 2

In diesem Kurs werden wir die Grammatik-Strukturen durch Konversation üben, Beiträge aus Zeitschriften lesen und italienische Lieder hören. Ziel ist es, auf unterhaltsame Weise unsere Italienischkenntnisse zu vertiefen.

Kursleitung: Frau Dott.^a Laura Manfredi, native speaker
Kurstag: Dienstag, 28. Jänner 2020, 20.00-21.40 Uhr

Spanisch

Kursleitung: Frau Pepa Ortega, native speaker
 Kursdauer: 10 x 100 Minuten
 Kursbeitrag: € 120,- (Kleingruppeninfo im Kasten)
 Kursort: Neue Mittelschule Telfs

K33-5501 Leichtfortgeschrittene / A 1

Kursbeginn: Mittwoch, 29. Jänner 2020, 19.30-21.10 Uhr

K33-5502 Fortgeschrittene / B 1

Kursbeginn: Dienstag, 28. Jänner 2020, 19.30-21.10 Uhr

Schartner

RECHTSANWALTSKANZLEI

Dr. Gerhard Schartner - Rechtsanwalt - 6410 Telfs - Untermarktstraße 4a
 Tel. 05262-20720 - Fax 20720-50 - office@ra-schartner.at - www.ra-schartner.at

Engagierte und unabhängige Beratung in allen wichtigen Lebenslagen

Griechisch

K33-5601

Neugriechisch - Leichtfortgeschrittene / A 1.2

Dieser Kurs vermittelt Ihnen Grundbegriffe der griechischen Sprache: Die Betonung liegt auf dem Sprechen: Sie werden sich in Alltagssituationen verständigen können.

Kursleitung: Herr Nikos Nianias, native speaker

Kursdauer: 10 x 100 Minuten

Kursbeitrag: € 120,-

Kursbeginn: Freitag, 24. Jänner 2020, 18.00 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Informationen zu Sprach-Kleingruppen
siehe Kasten Seite 9

Kreativität / Musik / Kochen

K33-6101

VEDUTEN - Architektur zeichnen und kolorieren



Zentralperspektive, Fluchtpunkt – Sie wollen mehr dazu wissen und in Ihren Zeichnungen umsetzen können? In diesem Kurs üben wir die Grundprinzipien der Perspektive und schulen dabei auch das richtige Sehen. Als Vorlagen dienen

uns „Alltagsaufnahmen“, aus denen wir die „wichtigen“ Elemente herausholen und abgewandelt umsetzen: Wir skizzieren und zeichnen Häuserfluchten und Fassaden und erwecken diese anschließend über Farben zum Leben.

Kursleitung: Frau Lisa Krabichler MA / Künstlerin

Kursdauer: 4 x 150 Minuten

Kursbeitrag: € 95,-

Kurstage: 4. März, 11. März, 25. März, 1. April 2020, jeweils Mittwoch, 18.30-21.00 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Bitte mitnehmen: Zeichenpapier, ev. Aquarellpapier, verschiedene Stifte (Blei-, Buntstifte, Fineliner, Kuli, Tuschestifte), ev. Aquarellausrüstung.

Teilnehmerzahl: 10

K33-6102

Malen nach Bob Ross

Jeder kann malen: Ohne Vorkenntnisse gelingt Ihnen ein attraktives Ölbild! Mit der einfachen und schnellen Bob Ross® Nass-in-Nass-Technik® malen Sie die von der Kursleiterin vorgezeigten einzelnen Schritte nach. Pro Kurs ist ein Bild möglich (Landschaften oder Blumen). Das erforderliche Material - Leinwand 50 x 60 cm, Farben, Malmedien und Bereitstellung von Spezialpinseln, Staffelei, Palette - wird zur Verfügung gestellt.

Kursleitung: Frau Silvia Paizoni, zertifizierte Mallehrerin

Kursdauer: 1 x 7 Stunden

Kursbeitrag: € 53,-

Materialbeitrag: € 30,-

Kurstag: Samstag, 18. April 2020, 10.00-17.00 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Bitte mitnehmen: Arbeitskleidung, die schmutzig werden darf.

Teilnehmerzahl: 10

K33-6103

Handlettering Basics

Erlerne die Kunst des schönen Schreibens und tauche ein in die Welt der Buchstaben!

In diesem Workshop werden dir die Grundlagen und Techniken des Handletterings nähergebracht und an einem DIY Projekt angewendet. Im Materialbeitrag sind Anschauungs- und Übungsblätter sowie 2 Stifte enthalten. Außerdem stehen eine große Auswahl unterschiedlichster Pens und verschiedene Papiere zur Verfügung.

Kursleitung: Frau Susanne Raich, Kalligrafin

Kursdauer: 1 x 180 Minuten

Kursbeitrag: € 30,-

Materialbeitrag: € 18,-

Kurstag: Samstag, 29. Feber 2020, 14.00-17.00 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Teilnehmerzahl: 6 - 12



K33-6104

Handlettering Brushpens Anfänger und Leichtfortgeschrittene

In diesem Kreativ-Workshop befassen wir uns intensiv mit den Pinselstiften und ihrer Vielseitigkeit. Nach einer Einführung in die Brushkalligrafie kreieren wir einfache Hintergründe, malen dekorative Rosen, ... und kombinieren beides zu wirkungsvollen Schriftbildern. Im Materialbeitrag sind Anschauungs- und Übungsblätter sowie 2 Brushpens enthalten. Außerdem steht eine große Auswahl an Probematerialien und Papieren zur Verfügung.

Kursleitung: Frau Susanne Raich, Kalligrafin

Kursdauer: 1 x 180 Minuten

Kursbeitrag: € 30,-

Materialbeitrag: € 18,-

Kurstag: Samstag, 14. März 2020, 14.00-17.00 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Teilnehmerzahl: 6 - 12



K33-6301**DIY-Naturkosmetik**

Wollten Sie immer schon ihre eigene Naturkosmetik herstellen? Als Pflegebombe für eine streichelzarte Haut rühren wir gemeinsam KÖRPERSAHNE und LIPPENBALSAM. Abschließend kreieren wir noch unser eigenes BADESALZ.

Kursleitung: Frau Margit Kranebitter, Heilkräuterexpertin
Kursdauer: 1 x ca. 150 Minuten
Kursbeitrag: € 35,-
Materialbeitrag: € 15,-
Kurstag: Freitag, 21. Februar 2020, 17.00-19.30 Uhr
Kursort: Am Wasserwaal 61, 6410 Telfs
Teilnehmerzahl: 9 - 10

K33-6302**DIY-Naturseife selber machen**

Da weiß ich zu 100 %, was drinnen ist! Wer gerne auf synthetische Zusatzstoffe verzichtet und ein individuell abgestimmtes hochwertiges Pflegeprodukt verwenden möchte, für den ist die Herstellung eigener Seife eine echte Alternative mit vielen Vorteilen: Öle und Fette in Lebensmittelqualität, freie Wahl der Duftnote, farb- und parfümfreie Seifen für allergische oder empfindliche Haut!

Kursleitung: Frau Bettina Lungkofler, Kräuterpädagogin
Kursdauer: 1 x ca. 120 Minuten
Kursbeitrag: € 30,-
Materialbeitrag: € 10,-
Kurstag: Mittwoch, 18. März 2020, 19.00-21.00 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Teilnehmerzahl: 4 - 8

K33-6303**DIY - Wachstücher selber herstellen**

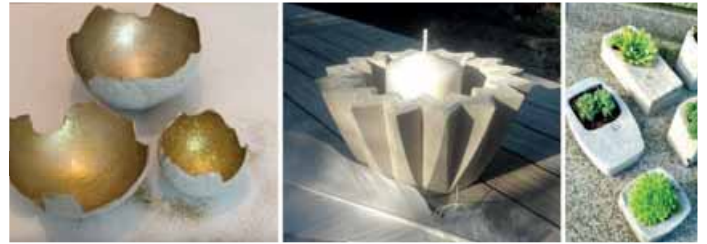
Welche Zero-Waste-Alternative gibt es zu Frischhalte- oder Alufolie? Bienenwachstücher! Brot, Snacks, Reste in Schüsseln, halbe Zitronen, angeschnittenes Gemüse – das alles kannst du mit dem Wachstuch einwickeln, abdecken und verpacken. Durch die antibakterielle Wirkung des Bienenwachses halten die Lebensmittel länger und das Tuch kannst du viele Male verwenden. Wie einfach die Herstellung des Wachstuchs ist und wie viel Freude es macht, aus Stoffen eigene Verpackungstücher mit Bienenwachs, Baumharz und Bio-Jobobaöl herzustellen, lernst du in diesem Workshop kennen. Im Materialbeitrag ist das Wachs und ein Set enthalten, das aus 3 Tüchern in den Größen S = 15x15 cm, M = 25x25 cm und L = 34x34 cm besteht. Mehr Infos unter: www.kumanu.at



Kursleitung: Frau Ulrike Knoblauch, Team Kumanu
Kursdauer: 1 x 90 Minuten
Kursbeitrag: € 13,-
Materialbeitrag: € 12,-
Kurstag: Samstag, 28. März 2020, 10.00-11.30 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Bügeleisen (wird nicht beschädigt), Bügeldecke oder Handtuch
Teilnehmerzahl: 14

K33-6304**DIY-Kreativ mit Beton**

Der Werkstoff Beton hat sich in letzter Zeit zu einem wahren Renner entwickelt! Der neue Trend sind Dekorationen für Garten, Balkon und Terrasse, aber auch für den Innenbereich, wie z.B. Schüsseln, Schalen, Blumentöpfe, Blumenstecker, und noch vieles mehr. Auch eigene Ideen können verwirklicht werden.



Kursleitung: Frau Sigrid Strauß
Kursdauer: 1 x 4 Stunden
Kursbeitrag: € 45,-
Materialbeitrag: € 15,-
Kurstag: Samstag, 27. Juni 2020, 10.30-14.30 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitbringen: Eine Materialliste erhalten Sie nach der Anmeldung.
Teilnehmerzahl: 6 - 8

K33-6401**DIY-Erzählfiguren herstellen**

In diesem Kurs werden zwei Figuren nach eigener Wahl hergestellt, die individuell gestaltet und angekleidet werden können.

Erzählfiguren sind voll bewegliche, ca. 30 cm große Figuren, die über die Körpersprache Tätigkeiten, Gefühle und Beziehungen ausdrücken können. Ihr Einsatz kann jede Art von pädagogischer und therapeutischer Arbeit unterstützen. Auch ermöglichen sie einen neuen Zugang zu Texten aller Art (Bibelgeschichten, Märchen) und eignen sich bestens als Krippenfiguren.



Kursleitung: Frau Mag.^a Susanne Pramhaas, Kursleiterin für ABF-Erzählfiguren
Kursdauer: 3 Termine (18 Stunden)
Kursbeitrag: € 100,-
Materialbeitrag: € 54,- (wird im Kurs eingehoben)
Kurstag: Do, 5. März 2020, 19.00-22.00 Uhr
 Fr, 6. März 2020, 16.00-22.00 Uhr
 Sa, 7. März 2020, 09.00-18.00 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Materialliste erhalten Sie nach der Anmeldung
Teilnehmerzahl: 10

Freude am Unterrichten?

Wir sind immer auf der Suche nach interessanten Kurs- und Vortragsangeboten.

Bitte schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an, wenn Sie Fachkenntnisse in Verbindung mit pädagogischem Geschick besitzen und bei der VHS mitarbeiten wollen. Sollte Ihr Angebot in unser Programm passen, stehen wir gerne für ein Informationsgespräch zur Verfügung.

Musik

Liedbegleitung auf der Gitarre

Sie erlernen die Grundakkorde und den richtigen Gebrauch verschiedener Anschlag- und Zupfmuster anhand von Liedern verschiedenster Stilrichtungen.

Kursleitung: Frau Patricia Großlercher
Kursdauer: 12 x 50 Minuten
Kursbeitrag: € 90,-
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Gitarre
Teilnehmerzahl: 8



K33-6603

Sushi

Sushi in aller Munde: Schmeckt nicht nur köstlich, sieht auch großartig aus und kommt in verschiedensten Formen daher! Lernen Sie die Zubereitung von Schlachtschiff-Sushi (Gunkan-Maki) und Oshi Sushi, aber auch von Sushi-Bällchen und Sushi-Sandwiches (Onigirazu). Zur Verfeinerung bereiten wir die schmackhafte Teriyakisauce von Grund auf zu. Der Reiswein »Sake« rundet das Essen ab.

Kursleitung: Herr Nikolaos Nianias
Kursdauer: 1 x 4 Stunden
Kursbeitrag: € 30,-
Materialbeitrag: € 23,-
Kurstag: Dienstag, 10. März 2020, 18.30-22.30 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Schürze, Frischhaltedosen
Teilnehmerzahl: 12

K33-6501

Anfänger

Kursbeginn: Dienstag, 18. Febr 2020, 18.30-19.20 Uhr

K33-6502

Leichtfortgeschrittene 2

Kursbeginn: Dienstag, 18. Febr 2020, 19.30-20.20 Uhr

Kulinarik

K33-6601

Köstlichkeiten aus dem Orient

Verführerische Düfte von Gewürzen und Kräutern begleiten unsere kulinarische Reise durch den Orient mit den typischen Zutaten Kichererbsen, Couscous und Aubergine: Wir kochen Falafel, Hummus, Baba Ganoush, Fleischspieße und zum süßen Abschluss Rosenpudding wie aus 1001 Nacht!

Kursleitung: Frau Hilal Celik, Küchenchefin
Kursdauer: 1 x 4 Stunden
Kursbeitrag: € 30,-
Materialbeitrag: € 15,-
Kurstag: Mittwoch, 5. Febr 2020, 18.30-22.30 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Schürze, Frischhaltedosen
Teilnehmerzahl: 12

K33-6602

Active Food

– ein individuelles Ernährungskonzept!



Ein geselliger Abend, der informiert und zum Genießen einlädt: Viele praxisnahe Tipps und Tricks machen das Thema „gesunde Ernährung“ für jede/n greifbar. Gemeinsam wird ein schmackhaftes und gesundes Abendessen, bestehend aus mehreren Gerichten, gezaubert.

Der Workshop kombiniert die aktuelle, studienbasierte Theorie mit der direkten praktischen Umsetzung in der Küche. Als Ernährungscoach weiß die Referentin aus der Praxis, welche Themen beschäftigen und was die größten Hindernisse sind. Niemand soll in ein Schema gedrängt, sondern für die wichtigsten Aspekte einer optimierten Ernährung sensibilisiert werden.

Kursleitung: Frau Pia Rödlach, Ernährungscoach, Buchautorin
Kursdauer: 1 x 3,5 Stunden
Kursbeitrag: € 29,-
Materialbeitrag: € 15,-
Kurstag: Mittwoch, 4. März 2020, 18.30-22.00 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Schürze, Frischhaltedosen
Teilnehmerzahl: 12

K33-6604

Die gesunde 10-Minuten-Küche

Die Zeit ist knapp, der Magen knurrt und es soll dennoch etwas Gesundes auf den Tisch? Kein Problem! Schnell und einfach, vollwertig und bekömmlich - die hier vorgestellten Rezepte und Ideen sind einfach nachzukochen und eine ideale Ergänzung für den eigenen Speiseplan.

Kursleitung: Frau Hany Plattner-Dvorak
Kursdauer: 1 x 4 Stunden
Kursbeitrag: € 30,-
Materialbeitrag: € 17,-
Kurstag: Montag, 16. März 2020, 18.00-22.00 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Schürze, Transportbehälter
Teilnehmerzahl: 12

K33-6605

Süßes Frühstücksgebäck

Darf's am Sonntagmorgen was Süßes sein? Dann probieren Sie doch diese köstlichen Gebäcksideen: Zimtreinkerkel, Rosinenweckerl, Topfengolatschen, Striezel und Nusskipferl. Passt natürlich nicht nur zum Frühstück ☺

Kursleitung: Herr Manfred Reithner, Bäcker- und Konditormeister
Kursdauer: 1 x 4 Stunden
Kursbeitrag: € 30,-
Materialbeitrag: € 9,-
Kurstag: Samstag, 21. März 2020, 9.00-13.00 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Schürze, Transportbehälter
Teilnehmerzahl: 12

K33-6606

Fit durch die Wechseljahre – TCM Kochworkshop

Kennst du Hitzewallungen, Schlafstörungen, Nachtschweiß, Erschöpfung, Gewichtszunahme? Mit der entsprechenden Ernährung und verschiedenen Kräutern kannst du deinen Beschwerden entgegenwirken. Auch vorbeugend kannst du Einiges tun, um entspannt durch die Wechseljahre zu kommen. In meinem Kochkurs lernst du, warum es zu den Symptomen kommt und welche Lebensmittel dir helfen können. Nach einer kurzen Einführung in die Traditionelle Chinesische Medizin kochen und essen wir gemeinsam.

Kursleitung: Frau Claudia Ennemoser, Dipl. Ernährungsberaterin nach TCM
Kursdauer: 1 x 3 Stunden
Kursbeitrag: € 29,-
Materialbeitrag: € 15,-
Kurstag: Montag, 23. März 2020, 19.00-22.00 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: ev. Schürze, verschließbare Gefäße
Teilnehmerzahl: 12

K33-6607**Tarte oder Quiche?**

Sie müssen sich nicht entscheiden! Diese typisch französischen Köstlichkeiten können unendlich abgewandelt werden und bieten viele Möglichkeiten, Gutes aus dem Backofen zu zaubern, sind leicht vorzubereiten und als Vorspeise, Hauptgang oder Dessert geeignet: Wir bereiten eine herzhaft und eine vegetarische Quiche sowie eine Tarte mit Rhabarber und eine cremig-frische Himbeertarte.

Kursleitung: Herr Manfred Reithner,
Bäcker- und Konditormeister

Kursdauer: 1 x 4 Stunden

Kursbeitrag: € 30,-

Materialbeitrag: € 10,-

Kurstag: Samstag, 28. März 2020, 9.00-13.00 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Bitte mitnehmen: Schürze, Transportbehälter

Teilnehmerzahl: 12

K33-6608**Tiroler Schmankerl**

Die Telferin mit türkischen Wurzeln hat sich schon als Kind in die Tiroler Küche verliebt und kocht mit Leidenschaft Schmankerl aus der Region. Was Sie schon immer können wollten: Zillertaler Krapfn, Schlutzkrapfen und klassische Kiachl, Buchteln mit Vanillesauce sowie „Gebackene Mäuse“ aus Topfenteig.

sische Kiachl, Buchteln mit Vanillesauce sowie „Gebackene Mäuse“ aus Topfenteig.

Kursleitung: Frau Hilal Celik, Küchenchefin

Kursdauer: 1 x 4 Stunden

Kursbeitrag: € 30,-

Materialbeitrag: € 8,-

Kurstag: Donnerstag, 16. April 2020, 18.30-22.30 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Bitte mitnehmen: Schürze, Frischhaltedosen

Teilnehmerzahl: 12

K33-6609**Indische Küche**

Lassen Sie sich entführen auf eine kulinarische Reise durch Indien: Gemeinsam bereiten wir ein indisches Menü aus Gerichten zu, die auf der ganzen Welt gerne gegessen werden: Samosas, Palak Paneer, Chicken Makani, Apfel-Tomaten-Chutney.

Kursleitung: Herr Nikolaos Nianias

Kursdauer: 1 x 4 Stunden

Kursbeitrag: € 30,00

Materialbeitrag: € 23,-

Kurstag: Dienstag, 28. April 2020, 18.30-22.30 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Bitte mitnehmen: Schürze, Frischhaltedosen

Teilnehmerzahl: 12

Bildung auf Bestellung

Sollten Sie bei unseren Kursen ein spezielles Angebot vermissen oder eine Fortsetzung wünschen – vielleicht zusammen mit einigen Bekannten oder Freunden – so wenden Sie sich bitte an Ihre Volkshochschule.

Wir werden gerne einen Kurs für Sie einrichten, wenn die Rahmenbedingungen gegeben sind.

Gesundheit / Tanz / Bewegung**K33-7101****MakeUp-Basics**

Natürliches MakeUp, das die individuellen Vorzüge optimal in Szene setzt und Makel gekonnt kaschiert, ist keine Hexerei: Lerne die Basics kennen; welche Farben und Nuancen zu deinem Hautton passen; das richtige Auftragen von Concealer, Rouge, Lidschatten, Highlighter. So kannst du deine Stärken betonen und siehst gepflegt aus, ohne „angemalt“ zu wirken.

Kursleitung: Frau Manuela Winkler, Friseurmeisterin

Kursdauer: 1 x 3 Stunden

Kursbeitrag: € 30,00

Kurstag: Montag, 20. April 2020, 19.00-22.00 Uhr

Kursort: Salon Art of Hair, Anton-Auer-Str. 5/4., Telfs

Teilnehmerzahl: 18

**Tanzen**

Bei diesen Kursen bitte den Kursbeitrag direkt am ersten Kursabend bar bezahlen!

DISCOFOX-Intensiv

Discofox - einer der beliebtesten Tänze unserer Region und aufgrund seiner Figurenvelfalt sehr attraktiv. Egal ob Sie neu die Tanzwelt entdecken wollen oder schon etwas mehr Routine am Parkett haben, durch unsere leicht verständliche und praxisnahe Vermittlung kommen alle gleichermaßen auf ihre Kosten.

In nur 4 Wochen lernen wir bereits 6 abwechslungsreiche Figurengruppen. Serviceleistungen der Tanzschule Vallazza inklusive (z.B. Gratisersatzabende für versäumte Kursabende, Übungsabende usw.)

Kursleitung: Frau Sonja Vallazza

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Kursdauer: 4 x 105 Minuten

Kursbeitrag: € 65,- / Person

K33-7201**Stufe 1: Anfänger / Termin 1
Leichtfortgeschrittene**

Kursbeginn: Freitag, 21. Feber 2020, 20.30-22.15 Uhr

K33-7202**Stufe 1: Anfänger / Termin 2
Leichtfortgeschrittene**

Kursbeginn: Freitag, 5. Juni 2020, 20.30 - 22.15 Uhr

K33-7203**Stufe 2: Fortgeschrittene**

Kursbeginn: Freitag, 20. März 2020, 20.30 - 22.15 Uhr

TANZKURSE - Singles/Paare

INTENSIV-TANZKURS für Hochzeit und Feste

Wenn in Kürze eine Hochzeit ansteht oder in wenigen Wochen tolle Feste zur Teilnahme einladen, jedoch keine Zeit mehr für monatelange Tanzvorbereitungen ist, dann ist dieser neue Kurstyp das Richtige! In nur einem Monat werden die wichtigsten Tänze für Feste aller Art einfach und verständlich vermittelt. Mit dabei sind attraktive Tanzfiguren, u.a. Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Boogie-Woogie, der zeitlose Discofox und natürlich alle regionalen Tanzhits, wie Ländler, Polka und Boarischer.

Genießen Sie zwei Stunden Auszeit vom Alltag!

Topserviceleistungen der Tanzschule Vallazza inklusive (z.B. Gratis-Ersatzabende für versäumte Kursabende usw.)

Kursleitung: Frau Sonja Vallazza
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Kursdauer: 4 x 105 Minuten
Kursbeitrag: € 65,- / Person

K33-7204 Termin 1

Kursbeginn: Freitag, 21. Feber 2020, 18.30 - 20.15 Uhr

K33-7205 Termin 2

Kursbeginn: Freitag, 5. Juni 2020, 18.30 - 20.15 Uhr

K33-7206 Tanzkurs: Anfänger / Stufe 1

Tanzen – macht Freude und hält fit! Egal, ob Sie sich auf ein bevorstehendes Fest vorbereiten oder sich den Wunsch erfüllen, gemeinsam übers Parkett zu schweben und dabei noch mit gesunder Bewegung Ihrem Körper Gutes tun: In nur acht Wochen lernen Sie in fröhlicher Atmosphäre alle aktuellen Gesellschafts- und Freizeit Tänze sowie regionale Hits (u.a. Walzer, Tango, Cha-Cha-Cha, Boogie-Woogie, Discofox, Boarischer, Polka u.v.m.). Genießen Sie zwei Stunden Auszeit vom Alltag!

Topserviceleistungen der Tanzschule Vallazza inklusive (z.B. Gratisersatzabende für versäumte Kursabende usw.)

Kursdauer: 8 x 105 Minuten
Kursbeitrag: € 95,- für Erwachsene,
€ 90,- für Studierende,
€ 85,- für Jugend

Kursbeginn: Freitag, 21. Feber 2020, 18.30 - 20.15 Uhr

K33-7207 Linedance – Leichtfortgeschrittene

MusikFitnessTraining für Körper und Geist: Linedance tanzt man allein und doch in der Gruppe, auf jeden Fall zu flotter Musik, zu Country-Musik ebenso wie zu Pop, Rock oder R&B. Kein Partner nötig! Für Tanzbegeisterte jeden Alters geeignet! Der Kurs wird direkt am ersten Kursabend bezahlt. In Zusammenarbeit mit www.linedancemoves.at

Kursleitung: Frau Manuela Kempkes
Kursdauer: 10 x 60 Minuten
Kursbeitrag: € 80,- (Der Kurs wird direkt am ersten Kursabend bezahlt.)

Kursbeginn: Mittwoch, 29. Jänner 2020, 19.00-20.00 Uhr
Kursort: Linedance Trainingszentrum West
Niedere-Munde-Straße 13 | 2. OG
6410 Telfs

Bitte mitnehmen: Sportschuhe (die möglichst nicht draußen getragen werden) oder Tanzschuhe, legere (Sport)Kleidung oder Jeans, T-Shirt

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Voraussetzung: Besuch eines Anfängerkurses oder Vorkenntnisse

K33-7208 Ethno-Dance



Ethno-Dance ist abwechslungsreich, dynamisch und kraftvoll oder weich und fließend: Für alle Frauen, die sich gerne zu Musik bewegen, genau das Richtige! Wir tanzen ursprüngliche Tänze aus anderen Kulturkreisen – aus dem Orient und aus Hawai'i – sowie Tänze mit folkloristischen Elementen im Bollywood-Stil. Spür die Musik im ganzen Körper!

Kursleitung: Frau Karin Sellemond
Kursdauer: 10 x 60 Min
Kursbeitrag: € 80,-
Kursbeginn: Dienstag, 3. März 2020, 17.00-18.00 Uhr
Kursort: Volksschule, A.-Einberger-Str. 13
Bitte mitnehmen: Bequeme Kleidung (Rock, Jogginghose, Leggings...), Socken oder Gymnastikschuhe, Tuch (und ev. Münzgürtel) für die Hüfte

Teilnehmerzahl: 15

K33-7209 Orientalischer Tanz - Fortgeschrittene

Diese Tanzform kombiniert den Zauber des Orients mit effektivem Körpertraining: Entdecken Sie ein neues Körpergefühl! Der Wechsel von fließenden Bewegungen, Isolationen und rhythmischen Akzenten stärkt die Rücken- und Bauchmuskulatur sowie den Beckenboden, die Wirbelsäule wird beweglicher, die innere Ausgeglichenheit gefördert. Durch die tänzerische Verbindung der erlernten Elemente können Sie, unabhängig von Alter oder Figur, Ihre eigene Persönlichkeit entfalten.

Kursleitung: Frau Karin Sellemond
Kursdauer: 10 x 60 Min
Kursbeitrag: € 80,-
Kursbeginn: Dienstag, 3. März 2020, 18.00-19.00 Uhr
Kursort: Volksschule, A.-Einberger-Str. 13
Bitte mitnehmen: Bequeme Kleidung (Rock, Jogginghose, Leggings...), Socken oder Gymnastikschuhe, Münzgürtel oder Tuch für die Hüfte

Teilnehmerzahl: 15

K33-7210 Surya Soul

Surya Soul ist ein ganzheitliches Bewegungskonzept mit Yoga-Elementen: Im Tanz kannst du deine Wurzeln stärken, deine Kreativität entfalten, dein Feuer entfachen, dein Herz erwärmen, deinen Klang erwecken, deine Vision entwickeln, Gemeinschaft spüren zu Rhythmen und Melodien aus aller Welt. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Einzigartig in Österreich!

Kursleitung: Frau Mag.^a Nadia Damonte, zertifizierte Nia- und Yogalehrerin
Kursdauer: 10 x 75 Minuten
Kursbeitrag: € 100,-
Kursbeginn: Montag, 27. Jänner 2020, 18.00-19.15 Uhr
Kursort: Kindergarten Markt, Klosterfeld 5
Bitte mitnehmen: bequeme Kleidung
Teilnehmerzahl: 15

K33-7301 Bauch, Beine, Po

Wer träumt nicht von einer schönen Taille, einem flachen Bauch, schlanken Beinen und einem wohlgeformten Po? Doch warum träumen? Nach einem kurzen Aufwärmprogramm führen wir gezielte Übungen zur Kräftigung der drei großen Muskelgruppen durch. Abschließend werden die beanspruchten Muskeln bei angenehmer Musik ausgiebig gedehnt. Die Übungen und Dehnungen formen den Körper nachhaltig, machen ihn beweglicher und verleihen ihm mehr Kraft.

Kursleitung: Frau Evelyn Holleis, Ba(FH)
Gesundheitstrainerin

Kursdauer: 10 x 60 Minuten

Kursbeitrag: € 80,-

Kursbeginn: Montag, 27. Jänner 2020, 19.00-20.00 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Bitte mitnehmen: Handtuch, Trinkflasche

Teilnehmerzahl: 20

K33-7302 Fatburner

Vormittag

Fatburner Workout heißt: Spaß haben und in Bestform kommen! Mit einer bunten Mischung aus Krafttraining, funktionellem Training und hochintensiven Übungen trainierst du deinen gesamten Körper als Bewegungseinheit, trainierst die großen Muskeln und bringst den Stoffwechsel in Schwung. Ganz nebenbei stärkst du das Bindegewebe, verbesserst damit deine Haltung und formst deine Figur; der Körper wird stabiler und leistungsfähiger. Der Einsatz von Kleingeräten bringt Abwechslung – dich erwartet eine lustige und herausfordernde Stunde!

Kursleitung: Herr Alain Kohl, Parkour- und Fitnesstrainer

Kursdauer: 15 x 55 Minuten

Kursbeitrag: € 115,-

Kursbeginn: Dienstag, 18. Feber 2020, 09.00-10.00 Uhr

Kursort: Musikschule, Obermarktstr. 43, 5. St.

Bitte mitnehmen: Sportkleidung, Handtuch, Trinkflasche

Teilnehmerzahl: 12



K33-7303 Deep Work

Deep Work ist ein abwechslungsreiches Programm zwischen Action und Entspannung, das den Körper ganzheitlich trainiert: Ideal für alle, die ein knackiges, athletisches und funktionelles Ganzkörpertraining absolvieren wollen. Der Übungsablauf basiert auf den Energiephasen der 5 Elemente und umfasst mobilisierende und beweglichkeitsfördernde Übungen, schwungvolle Ausdauerintervalle und koordinative Kraftübungen. Geübt wird barfuß mit Einsatz des eigenen Körpergewichts.

Kursleitung: Frau Pia Rödlach, Deep Work-Instruktorin

Kursdauer: 12 x 55 Minuten

Kursbeitrag: € 95,-

Kursbeginn: Dienstag, 18. Feber 2020, 18.30-19.25 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Teilnehmerzahl: 5 - 16

K33-7304

Selbstverteidigung für Frauen - Aufbaukurs

Im Grundkurs haben wir bereits die wichtigsten Grundkenntnisse der Selbstbehauptung und Selbstverteidigung kennengelernt: In der ersten Stunde werden wir diese Übungen wiederholen. In den weiteren Terminen geht es darum, Grenzen zu ziehen, diese zu bewachen und auch gegen die 4 möglichen Angriffspositionen zu verteidigen. Wir beschäftigen uns mit effektivem und kräftigem Schlagen sowie mit dem Einsatz von Alltagsgegenständen zur Verteidigung und üben das Gelernte.

Kursleitung: Herr Michele de Lucia, Polizeibeamter

Kursdauer: 4 x 100 Minuten

Kursbeitrag: € 55,-

Kursbeginn: Dienstag, 10. März 2020, 19.30-21.10 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Bitte mitnehmen: Sportkleidung, Turnschuhe

Teilnehmerzahl: 10

Voraussetzung: Besuch des Grundkurses oder Vorkenntnisse

Zumba Gold

Die leichteste Form von Zumba - hier kann einfach jede/r mitmachen! Dieses Programm ist speziell für Personen konzipiert, denen eine normale Zumba-Einheit zu anstrengend ist – es eignet sich für Fitness-Einsteiger, aktive ältere Erwachsene, Schwangere bis zum 7. Monat, Personen mit Rücken- und Gelenksproblemen und Personen mit Bluthochdruck!

Was gleich bleibt, ist das Zumba-Feeling mit seinen mitreißenden Latino-Rhythmen und die gewohnte „Gute Laune“-Atmosphäre. Kurz: Niedrigere Intensität, aber genauso viel Spaß! Zumba Gold garantiert ein effektives Ganzkörpertraining, das Körper, Geist und Seele guttut.

Kursleitung: Frau Martina Hausegger,
Zumba Gold Instructor,
Group-Fitness-Trainerin, B-Lizenz

Kursdauer: 10 x 60 Minuten

Kursbeitrag: € 85,-

Bitte mitnehmen: Sportschuhe, Handtuch, Wasserflasche

Teilnehmerzahl: 18

K33-7305

Gruppe 1

Vormittag

Kursbeginn: Dienstag, 18. Feber 2020, 09.30-10.30 Uhr

Kursort: Musikschule, Obermarktstr. 43, 5. St.

K33-7306

Gruppe 2

Kursbeginn: Mittwoch, 19. Feber 2020, 17.30-18.30 Uhr

Kursort: Volksschule, Prof.A.-Einbergerstraße

Parken

Kostenpflichtig parken können Sie in den Tiefgaragen (Sportzentrum, Ärztehaus) und auf den Parkplätzen beim Schwimmbad und Bundesschulzentrum.

Kostenfrei parken Sie abends ab 18.00 Uhr am Schreier-Parkplatz im Ortszentrum. Hier finden Sie immer Platz und der Fußweg zur NMS dauert 5 Minuten.

Bitte beachten Sie, dass es keine Parkmöglichkeit vor der Neuen Mittelschule gibt.

K33-7307**Kangatraining****Vormittag****- Du wirst fit, Dein Baby macht mit!**

Kangatraining® ist genau auf deine Bedürfnisse als junge Mama und die deines Babys abgestimmt: Du wirst sicher & effektiv rundum fit und dein Baby kuschelt mit dir und genießt es, deine Nähe zu spüren. Kangatraining®

- schont und stärkt deinen Beckenboden,
- ist ein vollständiges Workout,
- macht einfach SPASS!

Start: 6-10 Wochen nach der Entbindung

Beinstulpen und die passende Tragehilfe kannst du dir kostenlos ausleihen.

Kursleitung: Frau Anikó Krausz-Lőrincz MSc, Lizenzierte Kangatrainerin, Sportlehrerin

Kursdauer: 10 x 60 Minuten

Kursbeitrag: € 90,00

Kursbeginn: **Mittwoch, 29. Jänner 2020, 09.00-10.00 Uhr**

Kursort: Musikschule Telfs, Obermarktstr. 43, Parterre

Bitte mitnehmen: Genauere Informationen bekommst du nach der Anmeldung.

Teilnehmerzahl: 5 - 10

K33-7308**Box-Pilates mit Faszientraining**

Dieses Ganzkörpertraining kombiniert Boxbewegungen mit ästhetischen und feinen Pilates-Übungen und macht auch noch richtig Spaß: Box-Pilates baut Muskeln auf, strafft den Körper und trainiert das Herzkreislaufsystem. Zudem verbrennt das fordernde Intervall-Training Körperfett, wobei spezielle Handschuhe mit Gewichten die Intensität steigern. Auch deine Koordination, deine Beweglichkeit und deine Körperhaltung profitieren von diesem Training zu trendiger Musik! Beim Faszientraining im 2. Teil bearbeiten wir intensiv das Bindegewebsnetz und lösen Verklebungen.

Diese Stunde ist für Anfänger und leicht Fortgeschrittene geeignet.



Kursleitung: Frau Astrid Prugger, Aerobic- & Fitnessinstructor

Kursdauer: 12 x 90 Minuten

Kursbeitrag: € 130,-

Kursbeginn: **Mittwoch, 19. Feber 2020, 18.30-20.00 Uhr**

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Bitte mitnehmen: Sportbekleidung, Wasserflasche, Handtuch, Faszienrolle

Teilnehmerzahl: 18

Sie suchen ein Geschenk?

Dann können Sie bei uns gerne Gutscheine für spezielle Veranstaltungen oder über einen bestimmten Wert erwerben.

K33-7309**Fit ohne Geräte****Eigengewichtstraining - Männergruppe**

Trainieren mit dem eigenen Körpergewicht: Ja, das funktioniert und zwar überall und auch noch ohne Kosten! Nach dem gemeinsamen Aufwärmen und Mobilisieren machen wir verschiedene Eigengewichtsübungen, um Muskeln aufzubauen und Kalorien zu verbrennen. Die Stunde lassen wir mit einem lockeren Dehnprogramm ausklingen.

Die gesundheitlichen Vorteile des regelmäßigen Krafttrainings, das man leicht in den Alltag integrieren kann, sind enorm: Erhöhte Knochendichte schützt vor Brüchen und Osteoporose, Belastbarkeit der Gelenke, die Koordinationsfähigkeit, Balance, Beweglichkeit und Stabilität wird verbessert. Es erhöht die Kraft und wirkt positiv auf das Herz-Kreislauf-System, die Cholesterinwerte und den Blutzuckerspiegel, verhindert Haltungsschäden und Übergewicht.

Kursleitung: Herr Alain Kohl, Professioneller Klippen-springer, Parkour- und Fitnesstrainer

Kursdauer: 15 x 60 Minuten

Kursbeitrag: € 120,-

Kursbeginn: **Donnerstag, 20. Feber 2020, 20.15 - 21.15 Uhr**

Kursort: Volksschule, A.-Einberger-Str. 13

Bitte mitnehmen: Trainingskleidung, Hallenschuhe

Teilnehmerzahl: 9

K33-7310**Bodystyling****Vormittag**

Morgenstund' hat Gold im Mund: Starten Sie mit gezielter Problemzonengymnastik für Bauch, Beine und Po schwungvoll ins Wochenende! Der Rücken wird gekräftigt, die Körperhaltung korrigiert und zum Abschluss der Stunde werden die beanspruchten Muskeln bei angenehmer Musik ausgiebig gedehnt. Die Übungen und Dehnungen formen den Körper nachhaltig, machen ihn beweglicher und verleihen ihm mehr Kraft.

Kursleitung: Frau Andrea Egger, Aerobic Instructor B-Lizenz, Pilates und Rückenschultrainerin

Kursdauer: 10 x 60 Minuten

Kursbeitrag: € 90,-

Kursbeginn: **Freitag, 31. Jänner 2020, 08.30-09.30 Uhr**

Kursort: Musikschule, Obermarktstr. 43, 5. St.

Bitte mitnehmen: Handtuch, Trinkflasche

Teilnehmerzahl: 14

Wir starten in die neue Reisesaison**Kultursommer - Vorschau 2020**

Seebühne Mörbisch & Steinbruch St. Margarethen

West Side Story & Turandot

Inklusive 4-Sterne-Hotel, HP, Eintrittskarten, Neusiedlersee-Rundfahrt, Besichtigung Wien, Eisenstadt & Rust

4 Tage 15. - 18. Juli € 629,-



André Rieu - Konzert Maastricht

Inklusive 4-Sterne Hotel, ÜF, Konzert-Karte, 1 x Mittag- & Abendessen, Stadtbesichtigung Aachen & Maastricht

4 Tage 17. - 20. Juli € 749,-



DIETRICH 
TOURISTIK

TELFs
0 52 62 - 62 226
www.dietrich-touristik.at

Wassergymnastik

- Wassergymnastik stärkt das Herz-Kreislauf-System, fördert die Kondition, aktiviert den Stoffwechsel und erhält die Muskelkraft!
- Bei Bewegung im Wasser werden doppelt bis dreimal so viele Kalorien verbraucht wie an Land!
- Die Massagewirkung des Wasserwiderstandes und Wasserdruckes kräftigt und strafft das Bindegewebe und angeleitete Aktivitäten wirken wie eine Lymphdrainagemassage!
- Beim Training im Wasser bauen Sie Stress ab und die Leichtigkeit, mit der man sich im Wasser bewegt, vermittelt ein wunderbares Körpergefühl!

Bitte beachten: Der Eintritt ins Telfer Bad ist nicht im Kursbeitrag enthalten.

Kursleitung: Frau Elisabeth Kaserer,
Aqua-Fitness Trainer
Kursdauer: 9 x 60 Minuten
Kursbeitrag: € 81,- (exklusive Eintritt)
Kursort: Telfer Bad
Bitte mitnehmen: Badesachen, Trinkflasche
Teilnehmerzahl: 10

Winterkurse:

Kein Kurs am 10.2.

K33-7401 Aquasoft - sanfte Wassergymnastik

Ein für alle Altersgruppen geeignetes schonendes Training.

Kursbeginn: Montag, 27. Jänner 2020, 15.00-16.00 Uhr

K33-7402 Aquafit - Wassergymnastik medium

Die Intensität der Übungen wird in dieser Stunde leicht gesteigert.

Kursbeginn: Montag, 27. Jänner 2020, 16.00-17.00 Uhr

K33-7403 Aquapower - intensive Wassergymnastik

Dieser Kurs richtet sich an Fitnessorientierte, die gerne intensiver mit motivierender Musik trainieren möchten. Mit Einsatz von speziell für den Gebrauch im Wasser entwickelten Kleingeräten wird der Wasserwiderstand erhöht und die Muskulatur gezielt an Beinen, Armen, Po und Rumpf trainiert und gekräftigt. Die Geschwindigkeit nimmt während des Trainings zu, die Intensität variiert.

Kursbeginn: Montag, 27. Jänner 2020, 17.00-18.00 Uhr

Frühjahrskurse:

Kein Kurs am 18.5./1.6./8.6.

K33-7404 Aquasoft - sanfte Wassergymnastik

Ein für alle Altersgruppen geeignetes schonendes Training.

Kursbeginn: Montag, 20. April 2020, 15.00-16.00 Uhr

K33-7405 Aquafit - Wassergymnastik medium

Die Intensität der Übungen wird in dieser Stunde leicht gesteigert.

Kursbeginn: Montag, 20. April 2020, 16.00-17.00 Uhr

K33-7406 Aquapower - intensive Wassergymnastik

Dieser Kurs richtet sich an Fitnessorientierte, die gerne intensiver mit motivierender Musik trainieren möchten. Mit Einsatz von speziell für den Gebrauch im Wasser entwickelten Kleingeräten wird der Wasserwiderstand erhöht und die Muskulatur gezielt an Beinen, Armen, Po und Rumpf trainiert und gekräftigt. Die Geschwindigkeit nimmt während des Trainings zu, die Intensität variiert.

Kursbeginn: Montag, 20. April 2020, 17.00-18.00 Uhr

K33-7501 Gestärkt in die Woche Vormittag

Abwechslungsreiche und gesundheitsorientierte Ganzkörpergymnastik:

- Übungen aus den Bereichen Wirbelsäulengymnastik, Pilates und Ausdauertraining kräftigen die (Rücken-)Muskulatur, machen beweglicher und verbessern Ausdauer und Haltung.
- Koordinationsübungen fördern die geistigen und motorischen Fähigkeiten.
- Wohlbefinden und neue Kraft schenkt eine abschließende Dehnungs- und Entspannungsphase.
- Auch für ältere Personen geeignet.

Kursleitung: Frau Pia Rödlach,
Gesundheits-/Rückenschultrainerin

Kursdauer: 15 x 60 Minuten

Kursbeitrag: € 120,-

Kursbeginn: Montag, 17. Feber 2020, 08.30-09.30 Uhr

Kursort: Musikschule, Obermarktstr. 43, 5. St.

Teilnehmerzahl: 7 - 12

K33-7502 Rückenfit Vormittag

Ein vielseitiges Übungsprogramm von Kopf bis Fuß! Nach Aufwärmübungen zum Mobilisieren stärken wir die Muskulatur von Bauch, Gesäß und Schultern mit Gleichgewichtstraining und Übungen zur aufrechten Haltung und entspannen abschließend beim ausgiebigen Dehnen. Der Einsatz von Kleingeräten bringt Abwechslung und die Bewegung in der Gruppe unterstützt unsere Ausdauer. Nebenbei lernen wir viele hilfreiche Übungen für einen gesunden Rücken kennen.

Kursleitung: Herr Alain Kohl, Parkour- und Fitnesstrainer

Kursdauer: 15 x 55 Minuten

Kursbeitrag: € 115,-

Kursbeginn: Dienstag, 18. Feber 2020, 10.00-11.00 Uhr

Kursort: Musikschule, Obermarktstr. 43, 5. St.

Bitte mitnehmen: Sportkleidung, Handtuch, Trinkflasche

Teilnehmerzahl: 12

K33-7503 Gesundheitsmix



Abwechslungsreiche und gesundheitsorientierte Ganzkörpergymnastik:

- Übungen aus den Bereichen Wirbelsäulengymnastik, Pilates und Ausdauertraining kräftigen die (Rücken-)Muskulatur, machen beweglicher und verbessern Ausdauer und Haltung.

- Koordinationsübungen fördern die geistigen und motorischen Fähigkeiten.

- Wohlbefinden und neue Kraft schenkt eine abschließende Dehnungs- und Entspannungsphase.

- Auch für ältere Personen geeignet.

Kursleitung: Frau Andrea Brötz, MSC
Gesundheitspädagogin, Shiatsu-Praktikerin,
Gesundheits- und Fitnesstrainerin

Kursdauer: 12 x 55 Minuten

Kursbeitrag: € 90,-

Kursbeginn: Dienstag, 28. Jänner 2020, 17.30-18.25 Uhr

Kursort: Neue Mittelschule Telfs

Bitte mitnehmen: Handtuch, Trinkflasche

Teilnehmerzahl: 8 - 16

Parkmöglichkeiten bei der Neuen Mittelschule:

Tiefgaragen beim Sportzentrum, Im Ärztehaus
und im Inntalcenter.

K33-7504 **Gesundheitsturnen** Vormittag mit Schwerpunkt Wirbelsäule

Wohlbefinden durch ein vielseitiges Ganzkörpertraining mit geringer Belastung: Die gezielten Übungen zur Kräftigung der Muskulatur, Mobilisation der Wirbelsäule, Koordination, Dehnung und Entspannung sind wirbelsäulenfreundlich, gelenkschonend und daher für alle geeignet. Mit wechselnden Elementen aus der klassischen Gymnastik, Yoga, Pilates und Qi Gong stärken wir unser Körperbewusstsein und verbessern unsere Haltung!

Kursleitung: Frau Gabi Walser, Fitlehrwart für Haltungsturnen, Rückenschultrainerin
Kursdauer: 12 x 60 min
Kursbeitrag: € 95,-
Kursbeginn: **Donnerstag, 27. Feber 2020, 08.30-09.30 Uhr**
Kursort: Musikschule, Obermarktstr. 43, 5. St.
Teilnehmerzahl: 12
Bitte mitnehmen: Sportkleidung, Handtuch, Trinkflasche

K33-7505 **Wirbelsäulengymnastik** Ausgleichsgymnastik für Frauen & Männer

Sie wollen etwas für Ihre Gesundheit und Beweglichkeit tun? Diese Stunde ist besonders für Leute mit sitzender Tätigkeit im Beruf oder mit einseitiger Belastung empfehlenswert. Mit Hilfe der Wirbelsäulengymnastik und verwandten Übungsformen (Yoga, Pilates) werden Bewegungsabläufe eingeübt, die die Beweglichkeit der Wirbelsäule und die Kraft der Muskulatur erhalten und erhöhen. Das verbesserte Körperbewusstsein hilft Ihnen, sich auch im Alltag wirbelsäulengerecht zu verhalten. Dehnungsübungen und Entspannungstechniken runden die Stunde ab.

Kursleitung: Frau Gabi Walser, Fitlehrwart für Haltungsturnen, Rückenschultrainerin
Kursdauer: 12 x 60 min
Kursbeginn: **Donnerstag, 27. Feber 2020, 17.45-18.45 Uhr**
Kursbeitrag: € 95,-
Kursort: Volksschule Telfs, Gymnastikraum
Teilnehmerzahl: 15

K33-7506 **Heilgymnastik**

Kursleitung: Frau Christine Schatz, Dipl. Physiotherapeutin
Kursdauer: 10 x 50 Minuten
Kursbeitrag: € 65,-
Kursbeginn: **Samstag, 25. Jänner 2020, 08.30-09.20 Uhr**
Kursort: Volksschule Telfs, Gymnastikraum
Teilnehmerzahl: 20 (nur Restplätze)

K33-7507 **Pilates** Anfänger und Leichtfortgeschrittene

Pilates ist ein sanftes Ganzkörpertraining, das für jede Altersgruppe geeignet ist. Präzise, fließende Übungen im Rhythmus mit einer bewussten Atmung kräftigen speziell die Körpermitte, verbessern die Körperhaltung und harmonisieren die Bewegung. Die Übungen werden gerne mit Kleingeräten wie Thera-Bändern, Redondo Ball etc. kombiniert.

Kursleitung: Frau Pia Rödlach, Pilates Matwork Trainerin
Kursdauer: 15 x 55 Minuten
Kursbeitrag: € 115,-
Kursbeginn: **Montag, 17. Feber 2020, 17.30-18.25 Uhr**
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Teilnehmerzahl: 5 - 12

Bei Bezahlung bitte immer die Referenznummer aus der Rechnung angeben.

K33-7508 **Pilates mit** Vormittag **Faszientraining / Fortgeschrittene**

Pilates trainiert die tiefliegenden Bauchmuskeln, Beckenbodenmuskulatur und Lendenwirbelsäule. Kontrollierte Atmung, Konzentration auf die eigene Körperhaltung und Stärkung des Körperbewusstseins stehen im Mittelpunkt. Die Übungen werden gerne mit Kleingeräten wie Thera-Bändern, Redondo Ball etc. kombiniert. Zusätzlich wird bei verschiedenen Übungen die Faszienrolle mit eingebaut: Dabei werden mit dem eigenen Körpergewicht die verschiedenen Muskelpartien durchgeknetet und so die Faszien – sie ummanteln die Muskeln und geben ihnen die Form – glatt gestrichen.

Kursleitung: Frau Andrea Egger, Aerobic Instructor B-Lizenz, Pilates und Rückenschultrainerin
Kursdauer: 10 x 60 Minuten
Kursbeitrag: € 80,-
Kursbeginn: **Freitag, 31. Jänner 2020, 09.30-10.30 Uhr**
Kursort: Musikschule, Obermarktstr. 43, 5. St.
Bitte mitnehmen: Handtuch, Trinkflasche, Faszienrolle
Voraussetzung: Vorkenntnisse
Teilnehmerzahl: 14

K33-7601 **Tiefenentspannung** Im Fluss sein

Einfache, körperbezogene Methoden harmonisieren und bringen Erholung und tiefe Entspannung. Es bilden sich neue Verbindungen zwischen Synapsen, aus denen langfristig stabile Brücken entstehen. Folgende Themen können angeschaut und beleuchtet werden:

Wie bewahre ich meine Kraft, baue sie auf und bleibe bei mir, wie erreiche ich meine optimalen Ziele,...? Antworten auf unsere Fragen kommen aus dem Herzen heraus, entstehen intuitiv und können direkt umgesetzt werden. Die Inhalte sind jeweils auf die TeilnehmerInnen abgestimmt. Die erlernten Methoden sind einfach anwendbar und können jederzeit im Alltag eingesetzt werden. Wiederholte Anwendung vertieft die Wirkung und verkürzt die Dauer.

Kursleitung: Frau Anna-Maria Missethon, Qigong- & Taiji-Zentrum, ELE-Coach
Kursdauer: 1 x 120 Minuten
Kursbeitrag: € 25,-
Kurstag: **Freitag, 6. März 2020, 17.00-19.00 Uhr**
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Matte, Decke, Schreibsachen
Teilnehmerzahl: 5 - 12

K33-7602 **Qigong**

Die Energie fließen lassen und den Körper in Balance bringen: Das können Sie mit Qigong! Die Übung des „Nieren-Qi stärkenden Tuns“ bildet die Basis und wird mit Übungen wie „Ursprung des Lichts“ oder die „Lotusblüte“ ergänzt.

Diese Methode der Energiearbeit ist in China über Jahrtausende gewachsen und bedeutet Arbeit (GONG) an unserer Lebensenergie (QI). Bewegte, einfache und fließende Übungen aktivieren das Qi im Sinne einer Harmonisierung von Körper, Geist und Seele, um die Achtsamkeit ins Hier und Jetzt zu bringen.

Kursleitung: Frau Karin Schöpf, Dipl. Qigong-Lehrerin (ÖQGG)
Kursdauer: 14 x 60 Minuten
Kursbeitrag: € 112,-
Kursbeginn: **Dienstag, 28. Jänner 2020, 17.15-18.15 Uhr**
Kursort: Kindergarten Markt, Klostersgasse 5
Bitte mitnehmen: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder Schuhe
Teilnehmerzahl: 12

Hatha-Yoga

Yoga ist ein Weg, Körper, Seele und Geist in Harmonie zu bringen. Mit Hilfe der Yoga-Stellungen, Atemübungen, Entspannung und Meditation können wir wieder mit uns selbst in Einklang kommen und lernen, ganz im Hier und Jetzt zu sein. Yoga stärkt und kräftigt den gesamten Körper, vor allem den Bewegungsapparat, es kann Blockaden lösen, wirkt ausgleichend auf unser Nervensystem, unterstützt uns dabei, geistig vollkommen klar und wach zu werden und kann zu einer tiefen Entspannung verhelfen.

Mit Yoga können wir in unsere Mitte finden und bekommen wieder Kraft und innere Balance, um den Alltag leichter zu bewältigen.

Kursleitung: Frau Ursula Lang, Musik- und Tanzpädagogin, Heilpraktikerin (D), Yogalehrerin
Kursdauer: 10 x 90 Minuten
Kursbeitrag: € 110,-
Bitte mitnehmen: warme und bequeme Kleidung, Decke
Teilnehmerzahl: 6 - 12

K33-7603 Anfänger

Kursbeginn: Dienstag, 28. Jänner 2020, 19.45-21.15 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs

K33-7604 Vormittag Leichtfortgeschrittene 1

Kursbeginn: Montag, 27. Jänner 2020, 09.45-11.15 Uhr
Kursort: Musikschule, Obermarktstr. 43, 5. St.

K33-7605 Leichtfortgeschrittene 2

Kursbeginn: Dienstag, 28. Jänner 2020, 18.00-19.30 Uhr
Kursort: Neue Mittelschule Telfs



K33-7606 Yoga mit Daisy – Zeit für mich

Für alle, die schon Kurse bei Daisy besucht haben: Mit den gewohnten Elementen Philosophie, Pranayama, Mantra-Singen, Hara-Übungen, Asanas, Tiefenentspannung und Meditation stärken wir die Verbindung zu uns selbst und lernen, uns als Teil des Ganzen zu fühlen. Es können Vertrauen und Sicherheit entstehen, und wir werden dabei unterstützt, Ängste loszulassen und mehr Verständnis für uns selbst und unsere Mitmenschen zu entwickeln.

Kursleitung: Frau Daisy Oliveira-Warter, Yogalehrerin BYO-EYU
Kursdauer: 3 x 120 Minuten
Kursbeitrag: € 80,-
Kurstage: Mittwoch, jeweils 18.30 - 20.30 Uhr
5. Feber/ 25. März/ 22. April 2020
Kursort: Neue Mittelschule Telfs
Bitte mitnehmen: Decke, warme und bequeme Kleidung
Teilnehmerzahl: 12
Voraussetzung: Kurse bei Daisy

Yoga in St. Georgen

Yin-Yoga

Yin Yoga ist eine sehr ruhige, passive Form des Yoga. Die Dehnungen werden lange gehalten (3–6 Minuten) und meistens im Sitzen oder Liegen ausgeführt - sie wirken dadurch weniger auf die Muskeln, sondern viel mehr auf das Bindegewebe, die Bänder und Faszien. Damit wird die Beweglichkeit des Körpers gestärkt und Blockaden können sich lösen. Yin-Yoga steht nicht in Konkurrenz zu dynamischen Yogastilen, sondern kann diese sehr gut ergänzen.

Kursleitung: Frau Claudia Winkler, Yogalehrerin
Kursdauer: 12 x 75 Minuten
Kursbeitrag: € 120,-
Kursort: Kindergarten St. Georgen, Birkenbergstr. 26b
Bitte mitnehmen: Bequeme Kleidung, Matte, Decke und Polster
Teilnehmerzahl: 14

K33-7607 Gruppe 1

Kursbeginn: Montag, 17. Feber 2020, 17.30-18.45 Uhr

K33-7608 Gruppe 2

Kursbeginn: Montag, 17. Feber 2020, 19.00-20.15 Uhr

K33-7609 Sivananda Yoga Nachmittag Anfänger und Leichtfortgeschrittene

Mit den richtigen Körperübungen (Asanas) werden die Gelenke und Muskeln geschmeidig gehalten und das Herz-Kreislauf-System wird aktiviert. Mit der richtigen Atmung (Pranayama) wird der Körper mit dem Solarplexus verbunden, in dem ein enormes Energiepotenzial gespeichert ist. Durch besondere Atemtechniken wird diese Energie freigesetzt, was umfassende physische und geistige Erneuerung ermöglicht. Die richtige Entspannung (Savasana) ist besonders wichtig, um Körper und Geist gesund zu halten.

Kursleitung: Frau Esther Peterschelka, Yogalehrerin
Kursdauer: 10 x 75 Minuten
Kursbeitrag: € 100,-
Kursbeginn: Dienstag, 3. März 2020, 16.00-17.15 Uhr
Kursort: Kindergarten St. Georgen, Birkenbergstr. 26b
Bitte mitnehmen: Bequeme Kleidung, Matte, Decke
Teilnehmerzahl: 6 - 12

K33-7610 Hatha Yoga Nachmittag Anfänger und Leichtfortgeschrittene

Hatha Yoga ist ein klassisches Yoga mit ganzheitlichem Ansatz. Yoga zeigt den Weg, Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht zu bringen und zu stärken. Das Ziel ist ein gesunder Körper, ein ausgeglichener Geist und Seelenfrieden. Yoga löst Blockaden und verhilft zu Gelassenheit und innerer Stärke, um die Herausforderungen des hektischen Alltags in unserer modernen Welt zu meistern. Hatha Yoga ist besonders geeignet für Menschen mit Rückenproblemen und den für unsere Gesellschaft typischen Problemen des Bewegungsapparates.

Kursleitung: Frau Esther Peterschelka, Yogalehrerin
Kursdauer: 10 x 75 Minuten
Kursbeitrag: € 100,-
Kursbeginn: Dienstag, 3. März 2020, 17.30-18.45 Uhr
Kursort: Kindergarten St. Georgen, Birkenbergstr. 26b
Bitte mitnehmen: Bequeme Kleidung, Matte, Decke
Teilnehmerzahl: 6 - 12



Friaul-Julisch Venetien im Nordosten Italiens blickt auf eine wechselvolle Geschichte zurück, welche in der Region deutliche Spuren hinterlassen hat: Altösterreichische Elemente sind ebenso allgegenwärtig wie die Zeugen der italienischen Neuzeit. Dazu kommt noch eine Landschaft, welche in ihrer Vielfalt kaum zu überbieten ist!

Unser Reiseprogramm verbindet wie gewohnt und beliebt Kultur, Geschichte und Naturkunde und führt uns zu einigen der schönsten Orte und in die vielfältige Landschaft zwischen Alpen und Adria: Wir entdecken das elegante Udine, die ehemalige Langobardenstadt Cividale del Friuli, das internationale Flair von Triest und viele andere Kunststädte, wandern auf der Strada Napoleonica und lassen uns die typischen regionalen Köstlichkeiten dieser Genussregion schmecken.



Das Detailprogramm können Sie auf unserer Homepage downloaden oder unter telfs@vhs-tirol.at bzw. 0699/15888214 anfordern.



Foto: © H. Aschauer

Reisedatum: 21. – 24. Mai 2020

Reiseleitung: Dr. Manfred Föger

Preis pro Person: 415,- (Einbettzimmerzuschlag: € 68,-)

Anmeldeschluss: 16. März 2020. Die Anmeldung ist nur mit Anzahlung gültig. Die Sitzplätze im Bus werden nach der Reihenfolge der Anzahlung vergeben.

Das alles ist inbegriffen:

- ✓ Komfortbusreise Tirol – Friaul und zurück
- ✓ Reiseleitung und Bordservice
- ✓ 3x Übernachtung mit Frühstücksbuffet im Hotel Friuli in Udine und gemeinsames Abendessen im Hotel (3 bzw. 4-Gang-Menü)
- ✓ Stadtführung Triest
- ✓ Eintritt Tempietto Longobardo in Cividale
- ✓ Schinkenprobe in San Daniele inkl. reichhaltiger Jause
- ✓ Proseccoverkostung in Maser inkl. 3 Weine und reichhaltiger Jause
- ✓ alle Steuern und Mautgebühren

Hinweise zum Wandern: Feste und bequeme Wanderschuhe sind zu empfehlen.

Die Reise wird in Zusammenarbeit mit dem Reisebüro Dietrich-Touristik Telfs durchgeführt.

Es gelten die allgemeinen Reisebedingungen lt. Katalog.

