



## Genossenschaft für Weiterbildung und Regionalentwicklung

### ALLGEMEINE WEITERBILDUNG

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Beruf</b>      | <p><b>Auffrischkurs Arbeitssicherheit für Arbeitnehmer*innen</b> (D.LGS. 81/2008, Art. 37 und Abkommen Nr. 59 vom 17.04.2025 Staat-Regionen-Konferenz)</p> <p>Referent*in Fachreferenten<br/>Treffen Mo., 15.09.2025<br/>Uhrzeit 08.30 Uhr - 15.30 Uhr<br/>Ort Bahnhof Spondinig, Josef-Peer-Saal<br/>Kursbeitrag 80 Euro<br/>Anmeldeschluss Mo., 08.09.2025</p>                                                                                                                                              |
| <b>Gesundheit</b> | <p><b>Aufbau: Gesunder Rücken</b><br/>Faszien, Haltung und Körperbewusstsein im Fokus</p> <p>Referent*in Julia Alber<br/>Treffen in Mals Mo., 15.09. - Mo., 13.10.2025 (jeweils Mo.)<br/>Treffen in Laas Mi., 17.09. - Mi., 15.10.2025 (jeweils Mi.)<br/>Uhrzeit 18.00 Uhr - 19.30 Uhr, insgesamt 5 Treffen<br/>Ort in Mals Medienraum, Oberschulzentrum Mals<br/>Ort in Laas Aula, Grundschule Laas<br/>Kursbeitrag 60 Euro<br/>Mitzubringen Yogamatte</p>                                                   |
| <b>Gesundheit</b> | <p><b>Qi Gong – Die Kunst der Lebensenergie</b><br/>„Sanfte Bewegung, bewusste Atmung, innere Ruhe“</p> <p>Referent*in Adrian Tschenett<br/>Treffen Di., 23.09. - Di., 16.12.2025 (jeweils Di.)<br/>Uhrzeit 18.30 Uhr - 20.00 Uhr, insgesamt 12 Treffen<br/>Ort Medienraum, Oberschulzentrum Mals<br/>Kursbeitrag 125 Euro<br/>Anmeldeschluss Di., 16.09.2025</p>                                                                                                                                             |
| <b>Sprachen</b>   | <p><b>Italienisch Sprechen und Schreiben</b></p> <p>Referent*in Cristina Baldi<br/>Treffen Mi., 24.09. - Mi., 03.12.2025 (jeweils Mi.)<br/>Uhrzeit 18.30 Uhr - 21.00 Uhr, insgesamt 10 Treffen<br/>Ort Wirtschaftsfachoberschule Schlanders<br/>Kursbeitrag 175 Euro<br/>Anmeldeschluss Mo., 15.09.2025</p>                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Sprachen</b>   | <p><b>Vorbereitungskurs auf den italienischen Teil der Zweisprachigkeitsprüfung (B2 und C1)</b><br/>Internationales Sprachenzertifikat „Pilda“ in Schlanders</p> <p>Referent*in Cristina Baldi<br/>Treffen für B2 Do., 25.09. - Mo., 10.11.2025 (jeweils Mo. + Do.)<br/>Treffen für C1 Fr., 26.09. - Di., 11.11.2025 (jeweils Fr. + Di.)<br/>Uhrzeit 18.30 Uhr - 21.00 Uhr, insgesamt 12 Treffen<br/>Ort Wirtschaftsfachoberschule Schlanders<br/>Kursbeitrag 210 Euro<br/>Anmeldeschluss Mo., 15.09.2025</p> |
| <b>Gesundheit</b> | <p><b>Stress verstehen – dein Nervensystem lesen lernen</b></p> <p>Referent*in Julia Alber<br/>Treffen Sa., 27.09.2025<br/>Uhrzeit 14.00 Uhr - 18.00 Uhr<br/>Ort Bahnhof Spondinig, Josef-Peer-Saal<br/>Kursbeitrag 40 Euro<br/>Anmeldeschluss Do., 18.09.2025</p>                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Gesundheit</b> | <p><b>Ruhe finden: Klangmeditation zur Abendentspannung</b></p> <p>Referent*in Martina Wienchol<br/>Treffen Mo., 29.09. - Mo., 20.10.2025 (jeweils Mo.)<br/>Uhrzeit 18.00 Uhr - 19.30 Uhr, insgesamt 4 Treffen<br/>Ort Turnhalle, Grundschule Lichtenberg<br/>Kursbeitrag 50 Euro<br/>Mitzubringen Decke und warme Socken<br/>Anmeldeschluss Mo., 22.09.2025</p>                                                                                                                                              |
| <b>Beruf</b>      | <p><b>Auffrischkurs Arbeitssicherheit für Arbeitnehmer*innen</b> (D.LGS. 81/2008, Art. 37 und Abkommen Nr. 59 vom 17.04.2025 Staat-Regionen-Konferenz)</p> <p>Referent*in Fachreferenten<br/>Treffen Do., 02.10.2025<br/>Uhrzeit 08.30 Uhr - 15.30 Uhr<br/>Ort Bahnhof Spondinig, Josef-Peer-Saal<br/>Kursbeitrag 80 Euro<br/>Anmeldeschluss Do., 25.09.2025</p>                                                                                                                                              |



### INTEGRIERTE VOLKSHOCHSCHULE VINSCHGAU

Weiterbildung für Menschen mit und ohne Behinderung

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>IVHS</b> | <p><b>Offenes Schreiben - Online</b></p> <p>Referent*in Marcel Zischg<br/>Treffen Mo., 15.09. - Mo., 01.12.2025 (jeweils Mo.)<br/>Uhrzeit 15.30 Uhr - 18.00 Uhr, insgesamt 6 Treffen<br/>Ort ONLINE, Microsoft Teams<br/>Kursbeitrag 30 Euro<br/>Anmeldeschluss Mo., 08.09.2025</p>                                                                                                |
| <b>IVHS</b> | <p><b>Malen nach Herzenslust in Latsch</b></p> <p>Referent*in Isolde Veith<br/>Treffen Mi., 17.09. + Mi., 05.11. + Mi., 17.12.2025<br/>Uhrzeit 15.00 Uhr - 17.30 Uhr<br/>Ort Malraum Seniorenwohnheim Annenberg, Latsch<br/>Kursbeitrag 30 Euro oder 12 Euro pro Treffen (inkl. Material)<br/>Anmeldeschluss Mi., 10.09.2025</p>                                                   |
| <b>IVHS</b> | <p><b>Bunte Vielfalt: vegetarisches Fingerfood</b></p> <p>Referent*in Katharina Pobitzer<br/>Treffen Sa., 20.09.2025<br/>Uhrzeit 09.00 Uhr - 13.00 Uhr<br/>Ort Lehrküche, Oberschulzentrum Mals<br/>Kursbeitrag 30 Euro (inkl. Material)<br/>Mitzubringen Schürze + leere Behälter<br/>Anmeldeschluss Do., 11.09.2025</p>                                                          |
| <b>IVHS</b> | <p><b>Lilablossblau Malatelier</b></p> <p>Referent*in Isolde Veith<br/>Treffen Mi., 24.09. - Mi., 22.10.2025 (jeweils Mi.)<br/>Uhrzeit 15.00 Uhr - 17.30 Uhr, insgesamt 4 Treffen<br/>Ort Malatelier der BASIS, Schlanders<br/>Kursbeitrag 40 Euro (inkl. Material)<br/>Anmeldeschluss Mi., 17.09.2025</p>                                                                         |
| <b>IVHS</b> | <p><b>Papier schöpfen &amp; binden</b><br/>vom Faserbrei zum Faltheft</p> <p>Referent*in Isolde Veith<br/>Treffen Sa., 27.09. + Sa., 18.10.2025<br/>Uhrzeit 09.00 Uhr - 13.00 Uhr<br/>Ort Malatelier der BASIS, Schlanders<br/>Kursbeitrag 35 Euro (inkl. Material)<br/>Anmeldeschluss Do., 18.09.2025</p>                                                                         |
| <b>IVHS</b> | <p><b>Jin Shin Jyutsu - Heilströme für Anfänger*innen</b></p> <p>Referent*in Adrian Tschenett<br/>Treffen Mo., 29.09. - Mo., 20.10.2025 (jeweils Mo.)<br/>Uhrzeit 19.00 Uhr - 20.30 Uhr, insgesamt 4 Treffen<br/>Ort Bahnhofsremise Schlanders<br/>Kursbeitrag 30 Euro<br/>Mitzubringen Trinken, Schreibzeug<br/>Anmeldeschluss Mo., 22.09.2025</p>                                |
| <b>IVHS</b> | <p><b>Wenn Farben fließen</b><br/>Online - Malwerkstatt</p> <p>Referent*in Martina Thanei<br/>Treffen Do., 02.10. - Do., 23.10.2025 (jeweils Do.)<br/>Uhrzeit 16.00 Uhr - 18.00 Uhr, insgesamt 4 Treffen<br/>Ort ONLINE, Zoom<br/>Kursbeitrag 24 Euro<br/>Mitzubringen unterschiedliche Farben, Papier, Kartone, die bereits vorhanden sind<br/>Anmeldeschluss Do., 25.09.2025</p> |
| <b>IVHS</b> | <p><b>Genial einfach Töpfern in Mals</b></p> <p>Referent*in Andrea Raich<br/>Treffen Fr., 17.10. - Fr., 12.12.2025 (jeweils Fr.)<br/>Uhrzeit 17.00 Uhr - 21.00 Uhr, insgesamt 6 Treffen<br/>Ort Kunstraum, Oberschulzentrum Mals<br/>Kursbeitrag 130 Euro (inkl. Material)<br/>Anmeldeschluss Do., 09.10.2025</p>                                                                  |

**INFO - ANMELDUNG:** Bahnhof Spondinig, 39026 Prad am Stj.  
Tel.: 0473 42 82 38 | E-Mail: info@gwr.it



**Öffnungszeiten:**  
Mo. - Do. 08.00 Uhr - 17.00 Uhr  
Fr. 08.00 Uhr - 12.00 Uhr

Details zu den Kursangeboten finden Sie auf:

