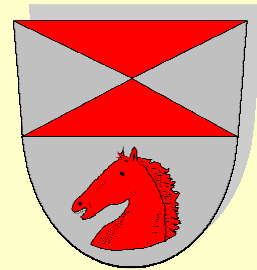
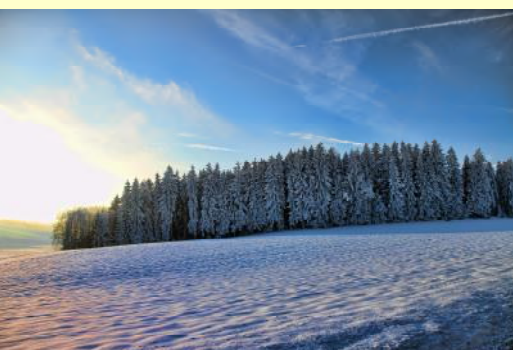


# INFORMATIONSBLATT WIESENFELDEN

DEZEMBER 2016 / 73. AUFLAGE



*Die Gemeinde Wiesenfelden wünscht allen Bürgerinnen und Bürgern  
ein friedvolles und gesegnetes Weihnachtsfest sowie  
Gesundheit, Glück und Zufriedenheit für das Neue Jahr 2017!*



## Weihnachts- und Neujahrs- Gruß



Wieder ist ein Jahr zu Ende, Anlass genug um innezuhalten, um über Vergangenes nachzudenken, aber auch um Gemeinsames zu planen.

Ich sage „Danke“ für das entgegengebrachte Vertrauen und die gegenseitige Wertschätzung, denn eine Gemeinschaft, ein Ort, eine Gemeinde leben vom Miteinander.

In diesem Sinne wünsche ich eine ruhige und besinnliche Weihnachtszeit und für das kommende Jahr 2017 Gesundheit, Glück und Frieden.

Anton Drexler  
Erster Bürgermeister



## Impressionen Adventsmarkt 2016



## Sprechtage der Deutschen Rentenversicherung

Die Sprechtage der Deutschen Rentenversicherung für das Jahr 2017 im Landratsamt Straubing-Bogen, Leutnerstr. 15, finden immer am Donnerstag von 9.00 Uhr-12.00 Uhr und von 13.00 Uhr-16.00 Uhr statt. Eine Vorsprache ist nur nach Terminvereinbarung unter der **kostenlosen Hotline**

**Tel. 0800 6789100** von Montag bis Freitag jeweils von 8.00-12.00 Uhr möglich.

## VdK Sprechtage 2017

Sprechtage VdK im Rathaus Wiesenfelden jeweils am Dienstag von 13.00 bis 14.00 Uhr an folgenden Tagen:

24.01.2017 / 21.02.2017 / 28.03.2017  
25.04.2017 / 23.05.2017 / 27.06.2017  
25.07.2017 / 26.09.2017 / 31.10.2017  
28.11.2017 und am 19.12.2017

## Beeinträchtigungen durch Lärm

Die Beeinträchtigung des eigenen Lebensraumes durch fremde Geräusche und Lärm ist im nachbarlichen Verhältnis der wohl häufigste Grund für Zwistigkeiten. Bereits spielende Kinder sind für manch einen Zeitgenossen heutzutage Anlass, gegen den Nachbarn juristisch zu Feld zu ziehen.

In diesem Sinne formuliert das Gesetz auch wie folgt:

Der Eigentümer eines Grundstücks kann die Zuführung von Geräuschen insoweit nicht verbieten, als die Einwirkung die Benutzung seines Grundstücks nicht oder nur unwesentlich beeinträchtigt.

Als Maßstab für die Frage der Wesentlichkeit stellt die Rechtsprechung auf das **Empfinden eines verständigen Durchschnittsmenschen** ab. Eine unwesentliche Beeinträchtigung liegt in der Regel vor, wenn die in Gesetzen oder Rechtsverordnungen festgelegten Grenz- oder Richtwerte von den nach diesen Vorschriften ermittelten und bewerteten Einwirkungen nicht überschritten werden. Grenz- und Richtwerte für Lärm ergeben sich dabei aus zahlreichen Vorschriften, die der Beurteilung individueller Beeinträchtigung dienen.

Hier sind vor allem das Bundesimmissionsschutzgesetz mitsamt Durchführungsverordnungen und insbesondere die TA-Lärm (Technische Anleitung zum Schutz gegen Lärm), Lärmschutzvorschriften im Gaststättengesetz oder in den Landesimmissionsschutzgesetzen zu nennen. So sind beispielsweise in Gebieten, in denen vorwiegend gewerbliche Anlagen untergebracht sind, nach der TA-Lärm tagsüber Geräuschimmissionen von 65 dB (A), in reinen Wohngebieten hingegen lediglich 50 dB (A) (nachts 35 dB (A)) zulässig. Regelungen für die Zulässigkeit von lärmintensiven Gartenarbeiten liefert die Verordnung zur Einführung der Geräte- Maschinenlärmschutzverordnung. **Danach dürfen in beispielsweise reinen, allgemeinen und besonderen Wohngebieten, Kleinsiedlungen und Pflegeanstalten Geräte und Maschinen nach dem Anhang (z.B. Rasenmäher) nur an Werktagen zwischen 7:00 Uhr und 20:00 Uhr betrieben werden. Für Freischneider, Grastrimmer/-kantenschneider, Laubbläser und Laubsammler gilt eine zusätzliche Ruhezeit von 07.00 bis 09.00 Uhr, von 13.00 bis 15.00 Uhr und von 17.00 bis 20.00 Uhr, außer diese Geräte haben ein genau festgelegtes, spezielles Umweltzeichen.**

Weitere Anhaltspunkte für die Frage der Wesentlichkeit einer Lärmbeeinträchtigung können Lärmgrenzwerte in Bebauungsplänen, VDI-Richtlinien (z.B. VDI-Richtlinie 2058 "Beurteilung von Arbeitslärm in der Nachbarschaft") oder DIN-Normen bieten. Durch eine Änderung des Bundesimmissionsschutzgesetzes hat der Deutsche Bundestag im Mai 2011 dabei Klagen gegen Kinderlärm nahezu unmöglich gemacht. Waren die Gerichte auch bisher schon bei Klagen, die auf Unterlassung von Kinderlärm gerichtet waren, eher zurückhaltend, so ist zukünftig solchen Klagen in aller Regel bereits die gesetzliche Grundlage entzogen. Das geänderte Gesetz sieht nämlich in strengem Juristendeutsch vor, dass "Geräuscheinwirkungen, die von Kindertageseinrichtungen, Kinderspielplätzen oder ähnlichen Einrichtungen hervorgerufen werden, im Regelfall keine schädliche Umwelteinwirkung" darstellen.



## Bürger- versammlungen

Die nächsten Bürgerversammlungen finden 2017 an folgenden Tagen statt:

-am Mittwoch, **18. Januar 2017**

um 19.30 Uhr im

Gasthaus Kerbl / **Wiesenfelden**

-am Donnerstag, **19. Januar 2017**

um 19.30 Uhr im

Gasthaus Höcherl / **Zinzenzell**

-am Dienstag, **24. Januar 2017**

um 19.30 Uhr im

Vereinsheim / **Saulburg**

-am Mittwoch, **25. Januar 2017**

um 19.30 Uhr im

Gasthaus Steudl / **Heilbrunn**

-am Mittwoch, **1. Februar 2017**

um 19.30 Uhr im

Gasthaus Dirrigl / **Höhenberg**

**Gesondert finden speziell jeweils für Frauen und für die Jugend extra Bürgerversammlungen im Bürger-saal der Gemeinde Wiesenfelden statt. Die Termine hierzu werden zeitnah bekannt gegeben.**

## Phosphatfällungs- anlage

Die Abwasseranlage Wiesenfelden ist aus Gründen des Gewässerschutzes mit einer Phosphatfällungsanlage nachzurüsten. Die Betonarbeiten und die Verlängerung des Daches haben fachkundig die Bauhofmitarbeiter ausgeführt und der Auftrag für die stationäre Phosphatfällung wurde an die Fa. H2Ortner, Passau vergeben. Die Anlage mit erwarteten Gesamtkosten um 60.000 Euro wird Ende Januar 2017 in Betrieb gehen.

Phosphat kann im Haushalt eingespart werden. Bitte beim Kauf von Waschmitteln etc. darauf achten.



## Stellenausschreibung



### Die Gemeinde Wiesenfelden

beabsichtigt zum 1. September 2017  
eine/n

**Auszubildende/n zur Fachkraft für  
Wasserversorgungstechnik (w/m)**  
einzustellen.

Fachkräfte für Wasserversorgungstechnik sorgen dafür, dass jederzeit hygienisch einwandfreies Trinkwasser aus der Leitung kommt. Die Ausbildung dauert drei Jahre. Der berufspraktische Teil der Ausbildung erfolgt in den Stadtwerken Straubing und in den gemeindlichen Wasserversorgungsanlagen. Die theoretische Ausbildung findet bei der staatlichen Berufsschule in Lauingen, sowie in Lehrgängen der Bayerischen Verwaltungsschule statt.

Vorausgesetzt wird mindestens ein mittlerer Bildungsabschluss. Außerdem sollte nach erfolgreicher Beendigung der Ausbildung die Bereitschaft zum Wochenenddienst und zur Rufbereitschaft sowie einer späteren Weiterbildung bestehen. Zum gesamten Aufgabengebiet gehören neben der Trinkwasserversorgung auch die Betreuung der Abwasseranlagen und der gemeindlichen Liegenschaften.

Schwerbehinderte werden bei gleicher Eignung bevorzugt.

Bei Interesse senden Sie Ihre schriftliche Bewerbung mit aussagekräftigen Unterlagen bis **spätestens 31.01.2017** an die Gemeinde Wiesenfelden, Georgsplatz 1, 94344 Wiesenfelden  
Tel. 09966 9400-0.

*Die Art des Gebens ist wichtiger als  
die Gabe selbst.*

*Pierre Corneille*

## Don Bosco Kindertagesstätten

### Wiesenfelden, Saulburg, Zinzenzell

Anmeldung für das Kindergartenjahr 2017/18 ist am **Dienstag, 24. Januar 2017 von 8.00 Uhr bis 15.30 Uhr** oder in Ausnahmefällen nach Terminvereinbarung mit Frau Richter Tel. Nr. 09966 340.



## Öffnungszeiten

### Gemeindebücherei

Die Gemeindebücherei in der Grund- und Mittelschule Wiesenfelden hat folgende Öffnungszeiten:

**Mittwoch: 17.00-18.00 Uhr**

**Freitag: 16.00-18.00 Uhr**

Mit der Anschaffung von vielen neuen Büchern ist nun für kleine und große Leseratten eine hervorragende Auswahl vorhanden.

## Wertstoffhof Öffnungszeiten

### Wiesenfelden

Sommerzeit:

Dienstag 17.00 Uhr -19.00 Uhr

Freitag 15.00 Uhr -17.00 Uhr

Samstag 08.00 Uhr-12.00 Uhr

Winterzeit:

Dienstag 15.00 Uhr - 17.00 Uhr

Freitag 15.00 Uhr - 17.00 Uhr

Samstag 08.00 Uhr - 12.00 Uhr

### Saulburg

Sommerzeit:

Mittwoch 17.30 Uhr -08.30 Uhr

Samstag 09.00 Uhr-11.00 Uhr

Winterzeit:

Mittwoch 16.00 Uhr - 17.00 Uhr

Samstag 09.00 Uhr - 11.00 Uhr

### Zinzenzell

Mittwoch 16.00 Uhr - 17.00 Uhr

Samstag 09.00 Uhr - 11.00 Uhr

Im Interesse der Anlieger bitten wir, die **Einwurfszeiten bei den Containerstandplätzen** einzuhalten. Glas und Papier darf **nur werktags von 7.00 bis 20.00 Uhr** eingeworfen werden. An Sonn- und Feiertagen ist der Einwurf verboten!

## Info für Gewerbeanmeldungen

Die Aufnahme eines Gewerbes führt regelmäßig dazu, dass sich die Nutzung von Gebäuden oder einzelnen Räumen ändert. Für diese Nutzungsänderung benötigt man häufig eine Baugenehmigung, auch wenn damit keine eigentlichen Bauarbeiten verbunden sein sollten.

Nach Art. 62 der Bayer. Bauordnung (BayBo) sind nicht nur die Errichtung oder die Änderung einer baulichen Anlage baugenehmigungspflichtig, sondern auch eine reine Nutzungsänderung, also auch dann, wenn einer baulichen Anlage nur eine andere Zweckbestimmung gegeben wird.

Das notwendige Bauantragsverfahren wird auch nicht durch die Gewerbeanmeldung ersetzt oder aufgrund einer Gewerbeanmeldung automatisch eingeleitet und abgewickelt. Hier muss der Gewerbetreibende noch selbst tätig werden und den notwendigen Bauantrag stellen.

Da es bei der Baugenehmigungspflicht von Nutzungsänderungen aber auch Ausnahmen gibt, wird empfohlen, sich bei der Bauverwaltung des Landratsamtes (Frau Weber, Tel. 09421/973-274) zu erkundigen, ob im konkreten Fall neben der Gewerbeanmeldung auch noch eine Bauantrag auf Nutzungsänderung zu stellen ist.

## Naturschutzwacht

Wie das Landratsamt Straubing-Bogen informiert hat, werden sowohl für den nordwestlichen als auch nordöstlichen Teil des Landkreisgebietes Personen gesucht, welche die Naturschutzwacht unterstützen möchten. Die Angehörigen der Naturschutzwacht des Landkreises sind Hilfskräfte der Unteren Naturschutzbehörde des Landratsamtes Straubing-Bogen und ehrenamtlich tätig. Sie sollen ihren Wohnsitz im Landkreis haben und mit den örtlichen Verhältnissen gut vertraut sein. Die Ausbildung zur Naturschutzwacht wird von der Bayerischen Akademie für Naturschutz und Landschaftspflege in Laufen durchgeführt. Für weitere Fragen steht Frau Kathrin Haberl unter der Tel. 09421/973-509 zur Verfügung.

*Weihnachten ist keine Jahreszeit.  
Es ist ein Gefühl.*

*Autor: Edna Ferber*

## Notfallmappe

Für den Fall, dass Sie infolge eines Unfalls, einer schweren Erkrankung oder auch durch Nachlassen der geistigen Kräfte im Alter Ihre Angelegenheiten nicht mehr wie gewohnt selbst regeln können, sollten Sie Vorsorge treffen. Viele Bürger stellen sich bestimmt schon die Frage, wer im Ernstfall entscheiden soll, wenn man selbst vorübergehend oder auf Dauer nicht mehr hierzu in der Lage ist und wie die eigenen Wünsche und Vorstellungen Beachtung finden können.

Die Gemeinde Wiesenfelden hat eine individuelle Vorsorge- und Notfallmappe gestaltet. In der Mappe finden Sie wichtige Adressen und Telefonnummern für den Notfall, Platz zum Ausfüllen für persönliche und medizinische Daten, Versicherungen sowie eine Übersicht für Verträge und Mitgliedschaften. Außerdem bietet das Heft Platz für die eigenen Bestattungswünsche, eine Checkliste zur Krankenhauseinweisung und für den Todesfall sowie Informationen und Mustervordrucke zur Vorsorgevollmacht, „Patientenverfügung“ und „Betreuungsverfügung“.

Die Broschüre kann von allen Einwohnern der Gemeinde Wiesenfelden kostenlos im Rathaus abgeholt werden.



## Abgabe der Wartungsprotokolle

Für die Befreiung der Abwasserabgabe für Kleininleiter ist es notwendig, dass die ordnungsgemäße Fäkalschlamm Entsorgung nachgewiesen wird. Kleinkläranlagenbetreiber werden gebeten, die Wartungsprotokolle oder Abfuhrbescheinigungen umgehend bei der Gemeinde Wiesenfelden (Frau Gürster, Tel. 09966 9400-0) abzugeben. Nur so ist eine Befreiung von der Abwasserabgabe möglich.

## Wer darf auf einem Behindertenparkplatz parken?

Auf einem Behindertenparkplatz dürfen nur Schwerbehinderte parken, die sich außerhalb des Wagens dauernd nur mit fremder Hilfe oder nur mit großer Anstrengung fortbewegen können. Nur

Personen mit den Merkzeichen „außergewöhnlich gehbehindert“ (aG) oder „blind“ (Bl) erhalten den blauen Parkausweis, der zum Parken auf Behindertenparkplätzen berechtigt. Das heißt, nicht alle behinderten Menschen dürfen einen Behindertenplatz nutzen.

Ein Schwerbehindertenausweis alleine reicht nicht aus.

Es wird ein blauer Ausweis mit Ausnahmegenehmigung benötigt. Auch ein Gipsbein reicht nicht aus, um auf dem Behindertenparkplatz parken zu dürfen. In mehreren Bundesländern (auch Bayern) gibt es seit 2009 Ausnahmeregelungen etwa für Leute mit Morbus Crohn oder gehbehinderten Menschen, die einen Grad der Behinderung von 80 haben und die Merkzeichen G und B im Ausweis haben.

Die Berechtigung zur Inanspruchnahme der Parkerleichterungen, d.h. das Vorliegen der erforderlichen Merkzeichen prüft bereits das Zentrum Bayern Familie und Soziales (Versorgungsamt), Region Niederbayern in Landshut.

Den Parkausweis selbst erteilt auf Antrag die Gemeinde. Das Bundesverwaltungsgericht hat festgestellt, dass das verbotswidrige Parken auf einem Behindertenparkplatz, regelmäßig das Abschleppen rechtfertigt. Die Kosten für das Abschleppen hat derjenige zu tragen, der verbotswidrig parkt. Das gilt übrigens auch für die behinderten Menschen, die keinen Parkausweis, sondern nur einen Schwerbehindertenausweis haben.

## Fundsachen

1 Brille

1 Herrenjacke

verschiedene Schlüssel

Die Fundsachen können während der Öffnungszeiten im Rathaus im Zimmer Nr. 5 abgeholt werden.

## Dämmstoffabfälle

Styropor- und Styrodurdämmplatten wurden über viele Jahre mit dem bromhaltigen Flammschutzhemmer Hexabromcyclododecan (HBCDD) behandelt. Dieses Flammschutzmittel wurde nun als gefährlich eingestuft. Sind die Dämmplatten mit mehr als 0,1 % HBCDD belastet, sind sie daher seit Oktober insgesamt als „gefährliche Abfälle“ einzustufen und entsprechend zu entsorgen. Vorübergehend gab es aus diesen Gründen erhebliche Entsorgungsschwierigkeiten, da die Müllverbrennungsanlagen die Annahme dieser Abfälle verweigerten. Mittlerweile sind die Details und die Entsorgungswege wieder geklärt, informiert der Zweckverband Abfallwirtschaft Straubing Stadt und Land (ZAW-SR).

Privatpersonen können ihre Abfälle nach wie vor an der Müllumladestation Straubing kostenpflichtig entsorgen. Die Menge ist auf 10 m<sup>3</sup> beschränkt, wenn es sich um Monochargen, also reine Styropor- oder Styrodurabfälle handelt.

Gewerbliche Anlieferer – und dazu zählt auch Kleingewerbe - können Baumischabfälle anliefern, soweit sie nicht mehr als 0,5m<sup>3</sup>/t belastete Polystyrolabfälle enthalten. Anlieferungen von Monochargen sind ausgeschlossen. Kann der Gewerbetreibende nachweisen, dass keine Belastung des Materials vorliegt, weil es sich zum Beispiel um neuere, bromfreie Dämmplatten handelt, kann eine Anliefergenehmigung erteilt werden. Hierfür muss er im Vorfeld mit dem Müllkraftwerk Schwandorf Kontakt aufnehmen.

Verpackungsstyropor ist frei von HBCDD und kann kostenfrei in allen Wertstoffhöfen angeliefert werden.

## Sammlung landw. Folien

Am Donnerstag, **06.04.2017** findet am Wertstoffhof Wiesenfelden von 08.00 Uhr bis 09.00 Uhr die Sammlung landwirtschaftlicher Folien statt. Die Folien der einzelnen Anlieferer werden mit einem LKW mit einer Frontladereinrichtung (mit integrierter Wiegeeinrichtung) geleert. Die Kosten in Höhe von 0,20 Euro pro kg Folie werden direkt vor Ort abgerechnet. Angenommen werden Siloplanen, Rundballenfolie und -netze aller Art. Bei Rückfragen steht Herr Kölbl vom ZAW unter Tel. 09421/990219 zur Verfügung.

## 120-jähriges Gründungsfest FF Höhenberg

Die Freiwillige Feuerwehr Höhenberg feiert vom 1. Juli bis 2. Juli 2017 ihr 120-jähriges Gründungsfest.

### Programm Samstag 01.07.2017:

17.30 Uhr: Treffen der Vereine beim Gasthaus Dirrigl mit Ehrengästen  
18.00 Uhr: Ausmarsch zur Kapelle  
18.30 Uhr: Totengedenken  
18.45 Uhr: Ausmarsch zum Festzelt  
19.00 Uhr: Festbeginn-für stimmungsvolle Unterhaltung sorgen „D Lumpen“

### Programm Sonntag 02.07.2017:

10.30 Uhr: Treffen Festverein und Patenverein mit Feuerwehrvereinen und Ortsvereinen.  
Es spielen die „Moastoa-Rucka“ auf.  
13.00 Uhr: zünftige Unterhaltung mit Hochzeitslader: „Bäff“

Für das leibliche Wohl und Unterhaltung ist an beiden Tagen bestens gesorgt.

Die FF Höhenberg freut sich auf Ihre Teilnahme!



### Standesamtliche Nachrichten:

Standesamtliche Ereignisse in der in der Gemeinde Wiesenfelden vom 01.01.2016 –10.12.2016:

**41 Geburten**  
**21 Eheschließungen**  
**41 Sterbefälle**

## 50-jähriges Gründungsfest SV Wiesenfelden

Der Sportverein Wiesenfelden feiert vom 14. Juli bis 15. Juli 2017 sein 50-jähriges Gründungsfest auf dem Sportgelände des SVW.

### Programm Freitag, 14.07.2017:

„Tag der Betriebe“  
18.00 Uhr: Treffen der Vereine und Betriebe am Sportgelände, Bieranstich durch den Schirmherrn und anschließende Begrüßung mit Ehrungen der Gründungsmitglieder.  
Stimmungsvoller Bierzeltbetrieb mit der Band „Blue“  
ab 21.00 Uhr: Barbetrieb

### Programm Samstag, 15.07.2017:

ab 10.00 Uhr: Pokalturniere der Juniorenmannschaften auf dem Sportgelände  
16.30 Uhr: Treffen der Vereine beim Gasthaus Kerbl zum Standkonzert  
17.15 Uhr: Totengedenken in der Pfarrkirche  
18.30 Uhr: Abmarsch zum Festzelt am Sportgelände  
Nach den Begrüßungen gemütlicher Bierzeltbetrieb mit der Band „No Limits“  
ab 21.00 Uhr : Barbetrieb  
An beiden Tagen ist für das leibliche Wohl bestens gesorgt. Weiterhin steht ein kleiner Vergnügungspark mit Schiffschaukel, Losstand, etc. zur Verfügung.

Der SVW freut sich auf Ihre Teilnahme!



## Öffnungszeiten Rathaus 23.12. / 30.12.2016

Das Rathaus hat am **Freitag, 23.12.** und am **Freitag, 30.12.2016** ab 12.00 Uhr geschlossen, der Notdienst anfällt an diesen beiden Tagen.



## Sicherung der Gehbahnen im Winter

Die Gemeinde weist die Grundstückseigentümer vorsorglich auf deren Verpflichtung hin, die an ihr Grundstück angrenzenden Gehwege ausreichend zu räumen und zu streuen. Die Grundstückseigentümer haben die Gehwege an Werktagen ab 7.00 Uhr und an Sonn- und gesetzlichen Feiertagen ab 8.00 Uhr von Schnee zu räumen und bei Schnee-, Reif- oder Eisglätte mit Sand oder anderen geeigneten Mitteln, nicht jedoch mit Tausalz oder ätzenden Mitteln, zu bestreuen oder das Eis zu beseitigen. Diese Sicherungsmaßnahmen sind bis 20.00 Uhr so oft zu wiederholen, wie es zur Verhütung von Gefahren für Leben, Gesundheit, Eigentum oder Besitz erforderlich ist. Als Gehweg gilt nicht nur der für den Fußgängerverkehr eigens ausgebaute oder abgegrenzte Teil der öffentlichen Straße (Bürgersteig), sondern dort, wo ein Bürgersteig fehlt, auch der dem Fußgängerverkehr dienende Teil am Rande der Straße in einer Breite von einem Meter.

Verletzungen der Räum- und Streupflicht können zu Geldbußen und Schadensersatzansprüchen führen.

**Außerdem weisen wir darauf hin, dass aus Privatgrundstücken kein Schnee auf die Straße geworfen werden darf!**

**Wichtig für Betreiber von Photovoltaikanlagen:** das Abrutschen von Dachlawinen zu öffentlichen Verkehrsflächen ist durch die Montage von ausreichend hohen Gittern zu verhindern. **Sowohl bei der Räum- und Streupflicht als auch bei Dachlawinen stellt sich im Schadensfall die Haftungsfrage an den Verantwortlichen.**



## VHS-Straubing-Bogen Außenstelle Wiesenfelden



**Leitung der Außenstelle in Wiesenfelden: Frau Claudia Kiefl, 94347 Ascha Tel. 0173/8141928**

### FitMix:

**Beginn: Donnerstag, 19.01.2017 19.30 bis 20.30 Uhr; 10 Abende, im Bürgersaal Wiesenfelden**

**Kosten: 47 Euro**

**Kursleiterin: Susanne Beckmann**

Funktionales Ganzkörperworkout trifft auf Elemente aus Pilates und Yoga, so entsteht ein Programm, das den Körper gezielt formt und von innen heraus stärkt. Das effektive Training kräftigt die Muskulatur und steigert Ausdauer und Koordination. Der Fokus wird dabei auf die Core-Muskulatur (Beckenboden, Bauch- und Rückenmuskulatur) gelegt und eine aufrechte Körperhaltung erarbeitet. Dehnungs- und Entspannungsübungen werden in die Trainingseinheiten integriert, Beweglichkeit und Balance verbessern sich. Bitte Gymnastikmatte, Hallenschuhe, bequeme Kleidung und ggf. etwas zu Trinken mitnehmen.



## Yoga für Anfänger:

**Beginn: Dienstag, 17.01.2017 19.00 bis 20.15 Uhr, 10 Abende, im Bürgersaal Wiesenfelden**  
**Kosten: 59 Euro**  
**Dozentin: Petra Dick**

„Wohin kommt man durch Yoga? Man hat sich von sich selbst entfernt und Yoga bringt einen zurück zu sich selbst. Das ist alles.“ (Desikachar) Yoga versucht über den Körper und den Atem den Geist zu erreichen und zu beruhigen, sowie den Menschen in seiner Gesamtheit zu erreichen. Das körperliche Üben wird Schritt für Schritt aufgebaut und wiederholt. Der Atem wird von Beginn an mit in die Yogapraxis integriert. Achtsamkeit und Üben ohne Leistungsdruck stehen im Vordergrund. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, die Yogaschüler werden entsprechend den jeweiligen Voraussetzungen zur Yogapraxis hingeführt.

Geübt wird in bequemer Kleidung. Bitte Socken, Jacke, ggf. Kissen und soweit vorhanden eine Matte mitbringen.

## Jahreskalender 2017



Der neue Jahreskalender 2017 mit Bildern aus dem Gemeindebereich und vielen Veranstaltungsterminen ist zu den allgemeinen Öffnungszeiten zum Preis von 4,00 € je Stück im Rathaus erhältlich.



### **Impressum:**

Herausgeber: Gemeinde Wiesenfelden

verantwortlich: BGM A. Drexler

Auflage : 1.600 Stück

Fotos: Franz Högerl, Thomas Hornauer und Silvia Käufel