

SOMMER PRO JUNI 2024 – AUG 2024 GRAMM



**FREIZEITPROGRAMM
IN HITTISAU**

LIEBE KINDER, JUGENDLICHE UND ERWACHSENE



GEMEINDE HITTISAU



Vorarlberger
Familienverband
Hittisau

//

DER SOMMER STEHT VOR DER TÜR

Wir freuen uns sehr, dass wir euch auch heuer wieder ein abwechslungsreiches Sommerprogramm für Kinder und Erwachsene in Hittisau anbieten können.

Es ist wunderbar, wie viele sich bereit erklärt haben, dieses Programm durch ihre Mitarbeit zu unterstützen – vielen Dank dafür. Vielleicht ist ja etwas für euch dabei – dann schnell anmelden. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Wir wünschen euch eine spannende Zeit mit vielen neuen Erlebnissen und Begegnungen.

Der Vorstand des Familienverbands Hittisau

Veronika Willi, Bernadette Entner, Tamara Dorn, Barbara Fritsch, Simone Kobras, Verena Bechter, Christina Fetz-Eberle und Julia Peter



WIE FUNKTIO- NIERT'S?



//

INFOS

Gibt es bei der Leitung der jeweiligen Veranstaltung.

//

KOSTEN

Siehe jeweilige Veranstaltung. Bezahlt wird immer direkt bei der Veranstaltung vor Ort in bar.

//

AUFSICHTSPFLICHT UND HAFTUNG

Für etwaiges Fehlverhalten wird keine Haftung übernommen.

//

ANMELDUNG

Siehe jeweilige Veranstaltung. Teilweise begrenzte Teilnehmerzahl.

//

FOTOGRAFIEREN WÄHREND DER VERANSTALTUNG

Wir weisen darauf hin, dass im Rahmen unserer Veranstaltungen die teilnehmenden Personen fotografiert werden und die Bilder in den Medien der Gemeinde Hittisau und des Vorarlberger Familienverbands veröffentlicht werden. Bitte kontaktiere uns, wenn einer Veröffentlichung von Fotos nicht zugestimmt wird.

Alle Termine findest du auch online unter:
www.hittisau.at/soziales/familien/familienverband-hittisau



JUNI

//

FINGERLE UND ZEHELE

Strömen bei Wehwechen und wohltuende Berührungen für unsere kleinen Schätze.

Alter · Erwachsene (ohne Kinder)

Termin · Sa 15.06. von 14.00 – 17.00 Uhr

Leitung · Katharina Isenberg

Anmeldung · Julia Peter,
per WhatsApp t 0676 30 24 225

Treffpunkt · Familientreff Hittisau,
Kinderhaus - Seiteneingang

Kosten · € 45,00
€ 40,00 für Familienverbandsmitglieder

JULI

//

FITNESS ZIRKEL MIT SABRINA

Beinhaltet vielfältige, abwechslungsreiche Ausdauer-, Koordinations-, Balance-, Kraft- und Mobilisationsübungen. Es ist so ausgearbeitet, dass jeder mitmachen kann, egal welches Leistungsniveau, ohne sich zu überfordern oder zu unterfordern.

Alter · Erwachsene

Termine · Immer Di um 19.00 Uhr über
4 Einheiten à 60 Minuten, 02.07. – 23.07.

Leitung und Anmeldung ·
Sabrina Birkicht
info@birkicht-training.de
t 0664 16 84 949
www.birkicht-training.de

Anmeldeschluss · So 30.06.

Treffpunkt · Parkplatz TC Hittisau

Mitzubringen · Sportbekleidung,
Turnschuhe, Handtuch und Getränk

Kosten · € 45,00 pro Person





HAUSAPOTHEKE MIT ÄTHERISCHEN ÖLEN + TIPPS FÜR DIE REISEAPOTHEKE

Alternative Unterstützung der Gesundheit für die ganze Familie mit den wunderbaren Ölen von DoTerra.

Alter · Erwachsene

Termin · Do 11.07. um 20.00 Uhr

Leitung · Tamara Dorn, Lisa Singer, Elisabeth Winter, Sonja Dorner, Melanie Maurer

Anmeldung · per WhatsApp,
t 0664 51 39 020

Treffpunkt · Familientreff Hittisau,
Kinderhaus - Seiteneingang

Mitzubringen · Matte, bequeme Kleidung,
Trinkflasche

Kosten · keine



BILDERBUCH KINO

In Kino-Atmosphäre reisen wir durch ein lustiges Bilderbuch. Mit dem Bilderbuch-Kino zaubern wir die Bilder auf eine große Leinwand, so wird das Vorlesen zum spannenden Erlebnis!

Alter · ab 4 Jahren

Termin · Mi 17.07. um 16.00 Uhr

Leitung · Barbara Mohr & das Bücherei Team

Anmeldung · buecherei@hittisau.at
t 0680 23 39 929

Treffpunkt · Bücherei Hittisau

Kosten · keine



EMAILLIEREN FÜR KINDER

Gemeinsam tauchen wir in die Welt des Emaille ein. Wir gestalten einen Schlüsselanhänger aus einer 5-Cent-Münze, welchen du natürlich gleich mitnehmen darfst!

Alter · 8 – 12 Jahre

Termin · Do 18.07. von 10.00 – 12.00 Uhr

Leitung · Christina Fetz - Eberle,
Emilia Eberle

Anmeldung · im Glanzstück,
t 0664 99 93 904

Treffpunkt · Glanzstück Hittisau

Kosten · € 15,00 inkl. Material



//

ERLEBNISNACHMITTAG MIT DER BERGRETTUNG HITTISAU - SIBRATSGFÄLL

An diesem Nachmittag kommen Spannung und Action bestimmt nicht zu kurz... deshalb verlangt es eine Portion Mut und Schwindelfreiheit der Kursteilnehmer, um sich auf diesen abenteuerreichen Nachmittag einlassen zu können. Die Veranstaltung findet nur bei guter Witterung statt.

Alter · 8 – 12 Jahre (10 Teilnehmer)

Termine · Fr 19.07. von 13.00 – 15.00 Uhr
oder 15.00 – 17.00 Uhr

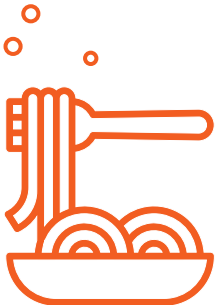
Leitung · Wolfgang Bechter & Dominik Willi

Anmeldung · Veronika Willi,
t 0664 40 03 622

Treffpunkt · Bergrettungsheim Hittisau

Mitzubringen · gutes Schuhwerk, Getränk,
Fahrradhelm, lange Hose

Kosten · € 5,00
(Spende an den Familienverband)



//

RAYSIN KURS FÜR JUGENDLICHE UND ERWACHSENE

Tauche ein in die wundervolle Welt des Raysin-Gießens. Wir erlernen die Grundlagen und gehen dann gleich ans Werk. Deiner Kreativität sind keine Grenzen gesetzt :-). Du darfst deine Kunstwerke dann auch gleich mit nach Hause nehmen.

Alter · ab 13 Jahren

Termin · Mi 24.07. von 18.00 – 21.00 Uhr

Leitung · Christina Fetz-Eberle

Anmeldung · per Whats App, t 0664 11 23 157
oder Mail: info@glanzstueck.at

Treffpunkt · Glanzstück Hittisau

Mitzubringen · Kleidung die dreckig werden darf, kleine Schachtel um die Kunstwerke zu transportieren

Kosten · € 70,00 inkl. Material

//

NUDELWERKSTATT

Die Kinder machen gemeinsam mit dem Koch Bernhard Muxel verschiedene selbstgemachte Nudeln und Saucen. Das Ziel ist es zu zeigen, wie man auch zu Hause eigenständig etwas Leckereres zubereiten kann.

Alter · ab 10 Jahren (10 Teilnehmer)

Termin · Sa 27.07. von 09.00 – 13.00 Uhr
oder 15.00 – 19.00 Uhr

Leitung und Anmeldung · Bernhard Muxel,
t 0664 53 13 448

Anmeldeschluss · Fr 19.07.

Treffpunkt · Eingangstür der MS Hittisau

Mitzubringen · Kochschürze und flacher Behälter für Nudeln

Kosten · € 20,00



MUSIKZWERGE

Singen, bewegen, musizieren, tanzen, rhythmische Reime...all dies soll bei den MUSIKZWERGEN Platz finden. Eins soll euch verraten sein: es geht tierisch zu...

Alter · 6 Monate – 3½ Jahre
(nur in Begleitung eines Elternteils)

Termin · Mo 29.07. von 09.00 – 09.40 Uhr

Leitung und Anmeldung · Veronika Willi,
t 0664 40 03 622

Treffpunkt · EG im Frauenmuseum Hittisau

Mitzubringen · Hausschuhe und
Sitzkissen

Kosten · € 3,00



WASSER-SICHERHEITS-CHECK FÜR FAMILIEN

Es gibt viele Schulkinder die noch nicht sicher schwimmen können. Der Wasser-Sicherheits-Check (WSC) ist kein Schwimmkurs, sondern ein Training. Jedes Kind soll sich selbst retten können, wenn es ungewollt ins Wasser fällt. Die Trainerinnen trainieren mit den Kindern die vier Aufgaben des WSC. Eltern werden mit den Inhalten vertraut und können so mit ihren Kindern üben. Im Anschluss besteht dann die Möglichkeit die „WSC-Prüfung“ abzulegen. Hierbei müssen alle vier Übungen hintereinander absolviert werden. Wer die Prüfung besteht, bekommt einen Ausweis zugesickt. Außerdem erhalten alle Kinder zum Abschluss ein Wasser-Sicherheits-Check T-Shirt.

Alter · Schwimmer und Leichtschwimmer ab 6 Jahren mit Eltern, auch ältere Kinder/Jugendliche

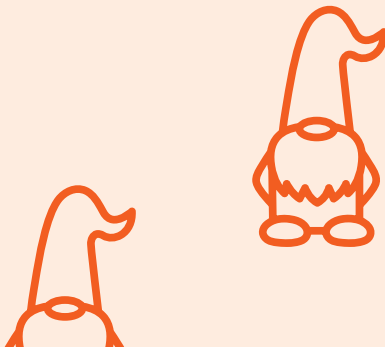
Termin · Mo 29.07. von 14.00 – 17.00 Uhr
Ersatztermin: Do 01.08.

Leitung · Trainerteam von SICHERES VORARLBERG, Organisation für Unfallprävention

Anmeldung · WälderKinder Ferienportal:
waelderKinder.com/ferienportal

Treffpunkt · Freibad Hittisau

Kosten · € 13,00 pro Familie



AUG

//

TATÜÜÜ TATAAA – DIE RETTUNG IST DA!

Fahrradunfall, Unfall im Sportunterricht, Wespenstich mit allergischer Reaktion, Sturz von einem Baum... dies sind nur wenige Beispiele von Unfällen, zu denen die Rettung alarmiert wird. An diesem Nachmittag haben Kinder die Gelegenheit, das Rot-Kreuz-Heim in Egg zu besuchen und allerhand rund um diese Rettungsorganisation kennen zu lernen.

Alter · Kinder der 1. – 4. Klasse Volksschule (2017 und älter)

Termin · Mo 05.08. von 14.00 – 16.00 Uhr

Leitung · Christina Gridling

Anmeldung · Veronika Willi,
t 0664 40 03 622

Anmeldeschluss · Fr 02.08.

Treffpunkt · Rot-Kreuz-Abteilung in Egg
(neben dem Ärztehaus)

Kosten · keine



//

ELTERN - KIND - TURNEN

Wir laufen, springen, hüpfen, balancieren, klettern und trainieren gleichzeitig unsere Geschicklichkeit, Reaktionsfähigkeit und Kreativität.

Alter · 1,5 – 4 Jahre

Termine · 4 Einheiten, jeweils Di
06.08., 13.08., 20.08. und 27. 08
von 09.00 – 10.00 Uhr

Leitung · Julia Peter, Stefanie Hagspiel

Anmeldung · Julia Peter, per Whats App
t 0676 30 24 225

Treffpunkt · Turnsaal im Gemeinschafts-
haus Hittisau

Mitzubringen · bequeme Kleidung,
Trinkflasche, rutschfeste Socken

Kosten · € 25,00

€ 20,00 für Familienverbandsmitglieder -
jedes weitere Kind € 10,00

//

AKTION PAINTING

Kreatives mit viel Farbe!

Alter · 10 – 14 Jahre

Termin · Mi 07.08. von 09.00 – 11.00 Uhr

Leitung · Alice Weber, Stefanie Hagspiel

Anmeldung · Stefanie Hagspiel,
t 0664 40 25 409

Treffpunkt · Familientreff Hittisau,
Kinderhaus - Seiteneingang

Mitzubringen · alte Kleidung und Schuhe
die auch farbig werden dürfen

Kosten · € 15,00



SPASS MIT DER FEUERWEHR

Feuerwehrauto fahren und vieles mehr. Es wird ein spannender und cooler Nachmittag mit der freiwilligen Feuerwehr Hittisau.

Alter · ab 3 Jahren, jüngere Kinder in Begleitung eines Erwachsenen

Termin · Sa 10.08. von 14.00 – 17.00 Uhr

Leitung · Patrick Hiller

Anmeldung · Barbara Fritsch,
t 0650 62 02 045

Treffpunkt · Feuerwehrhaus Hittisau

Kosten · keine



KIDS ON BIKE - FAHRTECHNIK KURS

Mountainbike Camp für Kids. Dieser Kurs beinhaltet einen Mix aus Gleichgewicht, Fahrtechnik und Tour auf dem MTB, begleitet mit spielerischen Elementen und Übungen zum Thema „Beweg dich schlau“ aus dem Konzept von Felix Neureuther. „Sport macht Kinder nicht nur stark, sondern auch schlau!“ Das Ziel dieses Fahrtechnik-Trainings ist es, durch spielerische Step-by-Step Anleitung die Kids an erste Touren und Trails heranzuführen.

Alter · 4 – 9 Jahre

Termine · Mo 12., Di 13. und Mi 14.08.,
täglich von 09.00 – 11.30 Uhr, am letzten
Tag endet der Kurs um 14.00 Uhr

Leitung · Beate Berkmann, Nagelfluhaktiv

Anmeldung · info@nagelfluhaktiv.com

Treffpunkt · Feuerwehrhaus Hittisau

Mitzubringen · Mountainbike in technisch einwandfreiem Zustand mit: funktionstüchtigen Bremsen und Reifen mit gutem Profil, Fahrradhelm und Brille, Bike-Handschuhe, Turnschuhe oder andere feste Schuhe, Regenbekleidung, Rucksack mit Trinkflasche und Jause

Kosten · € 95,00



AUF SPURENSUCHE MIT DER POLIZEI!

Spannung PUR – denn an diesem Vormittag haben Kinder die Möglichkeit den Polizeiposten von innen zu besichtigen, die Polizisten und ihre Aufgaben kennenzulernen, das Gefängnis zu sichten und noch vieles mehr. Sei gespannt auf einen interessanten Vormittag.

Alter · 6 – 10 Jahre

Termin · Mi 14.08. von 09.00 – 11.00 Uhr

Leitung · Philipp Berger

Anmeldung · Bernadette Entner,
t 0699 106 308 44

Anmeldeschluss · Mo 12.08.

Treffpunkt · vor dem Polizeiposten Hittisau

Kosten · keine





FUßBALLGOLF

Wer hat das beste Ballgefühl und locht am schnellsten ein? 12-15 Stationen führen dich und deine Freunde/Familie vom Spielplatz beim Kinderhaus über den Sportplatz der Schule bis zum Tennisplatz. Es gibt eine Profitour für alle Könner und eine leichtere Tour für unsere kleineren Fußballfreunde. Besucht gerne im Anschluss den Tag der offenen Tür beim Tennisclub. Für Verpflegung ist gesorgt. Die Veranstaltung findet nur bei guter Witterung statt.

Alter · für jedes Alter geeignet

Termin · Sa 17.08. von 09.00 – 12.00 Uhr
(ihr könnt in diesem Zeitraum jederzeit starten)

Leitung · Martin und Simone Kobras

Anmeldung · Simone Kobras,
t 0650 81 80 560

Anmeldeschluss · Do 15.08.

Treffpunkt · Startpunkt ist der Spielplatz beim Kinderhaus

Mitzubringen · Bring gerne deinen eigenen Fußball mit, es können auch Bälle ausgeliehen werden.

Kosten · keine



TAG DER OFFENEN TÜR AM TENNISPLATZ

Komm vorbei und lerne den Tennissport kennen! Kinder können in spielerischer Art und Weise erste Erfahrungen am Tennisplatz sammeln. Auch interessierte Erwachsene dürfen unter Anleitung unserer Trainer das Racket schwingen. Wir freuen uns auf zahlreiche Besucher! Für Verpflegung ist gesorgt. Die Veranstaltung findet nur bei guter Witterung statt.

Alter · für jedes Alter geeignet

Termin · Sa 17.08. von 09.00 – 14.00 Uhr

Leitung · Daniel Waldner, Simone Kobras

Anmeldung · keine Anmeldung erforderlich

Treffpunkt · Tennisplatz Hittisau

Mitzubringen · Schuhe mit glatter Sohle

Kosten · keine



ZAUBERSCHULE

In diesem Zauber-Kinderkurs lernen Kinder mit Spiel und Spaß aus Alltagsgegenständen Neues zu zaubern und versetzen damit Familie und Freunde ins Staunen. Eine kleine Show wird von den Kindern einstudiert und im Anschluss allen Interessierten vorgeführt.

Alter · ab 6 Jahren

Termin · So 18.08 um 16.00 Uhr,
Dauer 2h Workshop + 30min Vorführung
mit Eltern und Geschwistern

Leitung · Julian Grafenhofer -
Zauberer Illusian, www.illusian.at

Anmeldung · Barbara Fritsch,
t 0650 62 02 045

Anmeldeschluss · Mo 05.08.

Treffpunkt · Mehrzweckraum
(unter Altersheim)

Kosten · € 25,00 pro Kind für Familien-
verbandsmitglieder
€ 34,00 pro Kind ohne Mitgliedschaft



KIDS ON BIKE SCHNUPPERKURS

Speziell beim Radfahren sind Kinder vielseitig gefordert. Im Gelände oder im Straßenverkehr müssen die verschiedenen Situationen schnellstmöglich erkannt und dazu die passenden Aktionen, wie z. B. Einschätzen der Abstände, Erkennen von Verkehrszeichen, Anhalten & Bremsen, gesetzt werden.

In unserem Übungsparcours trainieren wir die Balance und die richtige Technik auf dem Fahrrad und Laufrad. Der Parcours ist in verschiedene Stationen unterteilt. In den Stationen kombinieren wir Übungen zur Fahrtechnik mit Aufgaben aus dem Programm „Beweg dich schlau“ von Felix Neureuther.

Alter · jeder der Laufrad/Fahrrad fahren kann, bis ca. 8 Jahre

Termin · So 18.08. von 09.00 – 11.00 Uhr

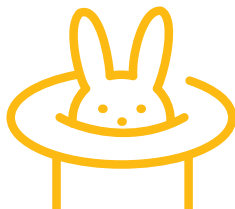
Leitung · Beate Berkmann von der
Ski & Bikeschule NAGELFLUHAKTIV

Anmeldung · ohne Anmeldung

Treffpunkt · Vorplatz des Feuerwehrhaus
Hittisau

Mitzubringen · Fahrrad/Laufrad in
technisch einwandfreiem Zustand und
Fahrradhelm

Kosten · keine



//

DIE WICHTIGKEIT DER KINDERERNÄHRUNG IN DEN ERSTEN 7 JAHREN

Mithilfe der TCM Ungleichgewichte erkennen, verschiedene Verhaltensweisen verstehen und dem Kind zu einem robusten Verdauungs- und Immunsystem verhelfen.

Wir tauchen mit Melanie in die Ernährungslehre nach TCM ein - sie klärt uns in der Theorie auf und gibt uns praktische Tipps für den Alltag wie Ideen zu Frühstück oder Snacks.

Alter • Erwachsene

Termin • Sa 24.08. von 09.00 – 11.00 Uhr

Leitung • Melanie Winder, Dipl. Ernährungstrainerin nach der traditionellen Chinesischen Medizin

Anmeldung • Verena Bechter,
t 0664 53 89 312
verena.bechter@outlook.com

Anmeldeschluss • Mi 21.08

Treffpunkt • Familientreff Hittisau,
Kinderhaus - Seiteneingang

Kosten • € 45,00 inklusive Handout

//

DIE KÖNIGIN DER FRÜCHTE - WELTLADEN HITTISAU

An diesem Vormittag begeben wir uns auf die „Schatzsuche“ nach der meist gegessenen Frucht der Welt. Wir hören spannende Fakten über die 6000 Jahre alte Mango, kosten von der Vielfältigkeit der Frucht und verarbeiten sie im Anschluss daran selbst!

Alter • 6 – 11 Jahre

Termin • Mo 26.08. von 09.00 – 11.30 Uhr

Leitung • Petra Nußbaumer, Michaela Bader

Anmeldung • Christina Fetz-Eberle,
t 0664 99 93 904

Treffpunkt • Weltladen Hittisau

Kosten • € 5,00



**WIR
FREUEN
UNS
AUF EUCH**

//

KINDERMARKT

Am Freitag, den 16. August 2024 findet wieder der beliebte Kindermarkt auf dem Dorfplatz statt. Auf kleinen Marktständen präsentieren sich die Kinder mit ihren kreativen, selbstgemachten Produkten.

Markt • Fr 16.08. von 18.00 – 20.00 Uhr

Bewirtung • 18.00 – 22.00 Uhr

Für das leibliche Wohl sorgen die Vereine Vielfalt Handel Hittisau, Familienverband Hittisau und die Bergrettung Hittisau-Sibratsgfall.

Du magst beim Kindermarkt 2024 dabei sein? •

Dann melde dich bei Christina Fetz – Eberle,
t 0664 11 23 157



**SOMMER
PRO
GRAMM
2024**

JUNI

SA 15. Fingerle und Zehele · Erwachsene

JULI

DI 02. BIS DI 23. Fitness Zirkel mit Sabrina · Erwachsene

DO 11. Hausapotheke mit ätherischen Ölen · Erwachsene

MI 17. Bilderbuch Kino · ab 4 Jahren

DO 18. Emaillieren für Kinder · 8 – 12 Jahre

FR 19. Erlebnismittag mit der Bergrettung · 8 – 12 Jahre

MI 24. Raysin Kurs · ab 13 Jahren

SA 27. Nudelwerkstatt · ab 10 Jahren

MO 29. Musikzwerge · 6 Monate – 3½ Jahre (nur in Begleitung eines Elternteils)

MO 29. Wasser-Sicherheits-Check für Familien · ab 6 Jahren mit Eltern,
auch ältere Kinder/Jugendliche

AUGUST

MO 05. Tatüüü tataaa – die Rettung ist da! · Kinder der 1. – 4. Klasse VS

DI 06. BIS DI 27. Eltern-Kind-Turnen · 1½ – 4 Jahre

MI 07. Aktion Painting · 10 – 14 Jahre

SA 10. Spaß mit der Feuerwehr · ab 3 Jahren (in Begleitung eines Erwachsenen)

MO 12. BIS MI 14. Kids on Bike - Fahrtechnik Kurs · 4 – 9 Jahre

MI 14. Auf Spurensuche mit der Polizei! · 6 – 10 Jahre

FR 16. Kindermarkt · 18.00 – 20.00 Uhr

SA 17. Fußballgolf · für jedes Alter

SA 17. Tag der offenen Tür am Tennisplatz · für jedes Alter

SO 18. Zauberschule · ab 6 Jahren

SO 18. Kids on Bike Schnupperkurs · bis ca. 8 Jahre

SA 24. Die Wichtigkeit der Kinderernährung · Erwachsene

MO 26. Die Königin der Früchte - Weltladen Hittisau · 6 – 11 Jahre