

LJ AUF ZACK Bildungswochenende 2024

Samstag, 23. Nov.
8 - 17 Uhr

4 gewinnt / Modul 3 & 4
(Viktoria Zinner)

Pump up your body
(Niko Starman)

Rhetorik für Fortgeschrittene
(Katrin Zechner)

Theatertraining
(LAUT – Jürgen Gerger)

Alles was Recht ist
(Julia Strablegg-Muchitsch)

Next Level You
(Andreas Brandstätter)

Samstag, 23. Nov.
19 - 22 Uhr

Schuhplatterln
(Osterwitzer Schuhplattler)

Wein Sensorik
(Ljubo Vuljaj)

Flechtfrisuren
(Manuela Fechter)

Sonntag, 24. Nov.
8 - 13 Uhr

Sushi auf steirisch
(Judith Lischnegg-Lichtenegger)

Kintsugi Keramik
(Astis Schrag)

**Perlenschmuck selbst
gemacht**
(Birgit Ranner)

Flirtkurs
(Tanzschule Mandy)

**Löschkurs für Haus und
Hof**
(Brandschutzforum Austria)



Kursbeschreibungen

4 gewinnt / Modul 3 & 4

Dauer	8 Stunden
Referent:in	Viktoria Zinner
Inhalte	• Team gewinnt! • Landjugend gewinnt!

Pump up your body – Training & Gesundheit

Dauer	8 Stunden
Referent:in	Niko Starman
Inhalte	• Gesunde Ernährung • Muskelaufbau • Richtiger Trainingsplan • Durchführung von Übungen

Rhetorik für Fortgeschrittene

Dauer	8 Stunden
Referent:in	Katrin Zechner
Inhalte	• Sprechen mit Mikrofon • Moderation einer Veranstaltung • Interview • Argumentation und Schlagfertigkeit • Überzeugen • Bühnenpräsenz

Theatertraining

Dauer	8 Stunden
Referent:in	Jürgen Gerger (LAUT)
Inhalte	• Improvisation als Basiskompetenz • Wie erarbeite ich mir Untertext • Wie erarbeite ich eine Figur

Alles was Recht ist

Dauer	8 Stunden
Referent:in	Julia Strablegg-Muchitsch
Inhalte	• Rechtliches & finanzielles Basiswissen • Einnahmen-Ausgaben-Planung • Eigener Umgang mit Geld • Zukunftsperspektiven (eigene Wohnung, eigenes Fahrzeug, Familiengründung) • Hintergrundwissen (Miete, Kreditaufnahme, Leasing, Budgetberatung)

Next Level YOU – Persönlichkeitsentwicklung & Motivation	
Dauer	8 Stunden
Referent:in	Andreas Brandstätter
Inhalte	• Wer bin ich? • Wirkung auf Menschen • Wie werde ich wahrgenommen? • Stärke dein Selbstvertrauen durch Körpersprache • Erreiche deine Ziele durch clevere Kommunikation

Schuhplattlern	
Dauer	3 Stunden
Referent:in	Osterwitzer Schuhplattler
Inhalte	• Erlerne das traditionelle „Platteln“! • Förderung von Konzentration, Beweglichkeit, Ausdauer und Balance

Weinsensorik	
Dauer	3 Stunden
Referent:in	Ljubo Vuljaj
Inhalte	• Wie schmeckt & riecht der Wein? • Basis-Weinwissen • Weinchemie & Produktionsfaktoren • Verkostung Wein & Käse

Flechtfrisuren	
Dauer	3 Stunden
Referent:in	Manuela Fechter
Inhalte	• Dirndl-Flechtfrisuren • Haarstyling

Sushi auf steirisch	
Dauer	5 Stunden
Referent:in	Judith Lischneegg-Lichtenegger
Inhalte	• Steirisches Sushi – der japanische Klassiker auf „steirisch“ interpretiert mit Kraut und Co

Kintsugi Keramik	
Dauer	5 Stunden
Referent:in	Astis Schrag
Inhalte	• Einblick in die Ursprünge dieser japanischen Philosophie • Eigenes Schreiben und Gestalten mit Gedanken über Brüche und Lebenslinien • Erkundung, wie Bruchlinien zu etwas Einzigartigem und zu Kraftquellen werden können • Erleben der wandelnden Prozesse, etwas Zerbrochenes wieder heil und noch dazu schöner werden zu lassen • Am Ende hält jede:r ein edles Werkstück in den Händen

Perlenschmuck selbst gemacht	
Dauer	5 Stunden
Referent:in	Birgit Ranner
Inhalte	• Perlenarten • Zubehör und notwendige Arbeitsmaterialien • Fädeltechnik „Brick Stitch“ • Anbringen von Ohrstecker/-haken • Herstellung von Verbindungen • Hilfreiche Tipps • Wo kann ich Perlen und Zubehör einkaufen? • Wo findet man Ideen und Tipps für zukünftige, eigene Kreationen

Flirtkurs	
Dauer	5 Stunden
Referent:in	Tanzschule Mandy
Inhalte	• Wie halte ich intensiven Blickkontakt? • Komplimente und Annäherungsversuche • Einfache Übungen und Tricks damit dir das Kontakt finden leichter fällt • Sicheres Auftreten • Richtiger Umgang mit anderen

Löschkurs für Haus und Hof	
Dauer	5 Stunden
Referent:in	Dr. Otto Widetschek & Ernst Ulz (Brandschutzforum Austria)
Inhalte	• Warum Brandschutz in der Landwirtschaft? – Brandschadenstatistik, Zündquellen • Lagerungen von landwirtschaftlichen Betriebsmitteln: Heu & Futtermittel, Herbizide & Pestizide, Düngemittel, Treibstoffe & Gasflaschen etc. • Grundlagen Verbrennen und Löschen – Vorbereitung auf die praktische Übung • Erste Löschhilfe-Übung – jede:r Teilnehmer:in löscht selbst!

