



Programm Sept. - Dez. 2025



September

Di. 02.09.	08:00-09:00 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof)
Di. 09.09.	08:00-09:00 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof)
Mo.15.09.	15:15-16:15 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle)
Di. 16.09.	08:00-09:00 Uhr 10:30-12:00 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof) Spaß am Singen (Gemeinschaftshalle)
Mi. 17.09.	15:00-16:00 Uhr 20:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Gymnastik (Strohgäuhalle)
Do.18.09.	19:00 Uhr	Frauengesundheit
Sa.20.09.	Ab 17:00 Uhr	Kulturnacht (Bauhof)
Mo.22.09.	15:15-16:15 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle)
Di. 23.09.	08:00-09:00 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof)
Mi. 24.09.	15:00-16:00 Uhr 20:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Gymnastik (Strohgäuhalle)
Fr. 26.09.	16:00 Uhr	Igelbehausung bauen im Etterhof
Mo.29.09.	15:15-16:15 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle)
Di. 30.09.	08:00-09:00 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof)

So können Sie uns erreichen:

1.Vorsitzende (kommissarisch):
2.Vorsitzende:
Kassiererin:
Schriftführerin:
Vorstandsmitglieder

Elli Ramsaier Tel.Nr.: 0172/6272969
Franziska Pfoo Tel.Nr.: 0160/8474340
Ruth Marquardt-Mattlat Tel.Nr.: 0176/46078
Iris Gentner Tel.Nr.: 0160/7603591
Gabi Bickel, Dr. Ulrike Kern, Sabine Meier,



Donnerstag, 18.09.2025
"Frauengesundheit" mit

Bettina Späder
Dieser Vortrag beleuchtet die
Komplexität, Einzigartigkeit
und Schönheit weiblicher
Gesundheit aus indigener
Sicht – sowohl für uns selbst
als auch für unsere Familien.“
Beginn 19.00 Uhr
Bürgertreff Münchinger Str. 2

Samstag, 20.09.2025
Kulturnacht

Sie finden uns am
Standort H17
im Bauhof,
Saarstraße 37/2.

**Ab 17.00 Uhr sind wir
für Sie da.**

Wir bieten Ihnen

...Schwäbische
Maultaschen nach
Hausfrauenart mit
Kartoffelsalat, leckere
Käsebrötchen sowie
Cocktails, AperolSpritz,
Hugo / Hugo alkoholfrei.
Wir freuen uns auf Ihren
Besuch und auf einen
unterhaltsamen und
gemütlichen Abend.

Freitag 26.09.2025

Igelbehausung bauen in Hemmingen im Etterhof

Wir bauen eine Igelbehausung – nach einer Bauanleitung
der NABU. Dieser Workshop eignet sich super als
Aktion für Großeltern & Enkelkindern oder Eltern & Kindern
Beginn: 16.00 Uhr, Etterhof Hemmingen
Kosten: 30 EUR pro Igelhaus
Anmeldung: bis 15.09.2025 bei Franziska Pfoö
Tel-Nr.: 0160/8474340
Ruth Marquardt-Mattlat: Tel.-Nr.: 07150/914342



Elli.Ramsaier@web.de

ruth.marquardt@t-online.de

i_gentner@web.de

0078426

ieer, Christine Noseck, Renate Rudolf, Irene Schwarz

Oktober

Mi. 01.10.	15:00-16:00 Uhr 20:00-21:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Gymnastik (Strohgäuhalle)
Mo.06.10.	15:15-16:15 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle)
Di. 07.10.	08:00-09:00 Uhr 10:30-12.00 Uhr 14:00-15:30 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof) Spaß an Singen (Gemeinschaftshalle) Spielenachmittag (kleiner Raum, Gemeinschaftshalle)
Mi. 08.10.	15:00-16:00 Uhr 20:00-21:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Gymnastik (Strohgäuhalle)
Do.09.10.	Ganztags	Lehr- und Besichtigungsfahrt nach Beuren/ Albgold Trocheltfingen
Mo.13.10.	15:15-16:15 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle)
Di. 14.10.	08:00-09:00 Uhr 09:00-10:00 Uhr 10:15-11:15 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof) Koordinationstraining (Bürgertreff) Koordinationstraining (Bürgertreff)
Mi. 15.10.	15:00-16:00 Uhr 17:00-18:00 Uhr 20:00-21:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Beckenboden (Gemeinschaftshalle) Gymnastik (Strohgäuhalle)
Do.16.10.	19:00 Uhr	Zölliakie, Weizenunverträglichkeit u. Laktoseintoleranz
Mo.20.10	15:15-16:15 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle)
Di. 21.10	08:00-09:00 Uhr 09:00-10:00 Uhr 10:15-11:15 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof) Koordinationstraining (Bürgertreff) Koordinationstraining (Bürgertreff)
Mi. 22.10.	15:00-16:00 Uhr 17:00-18:00 Uhr 20:00-21:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Beckenboden (Gemeinschaftshalle) Gymnastik (Strohgäuhalle)
Do.23.10.	19:00 Uhr	Stolpersteine als Erinnerungskultur
Di. 28.10.	08:00 -09:00 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof)

Mittwoch, 15.10.2025 – Beckenboden

mit Trainerin Julika Kohler

3x je 17:00-18:00 Uhr, Gemeinschaftshalle

Termine 15.10.; 22.10. und 05.11.2025

Anmeldung: bis 09.10.2025

Kursgebühr insgesamt 15,00 €

Gabi Bickel, Tel-Nr.: 0151/15683102

Dienstag, 14.10.2025

Koordinationstraining mit

Franziska Pfoo

Bewegung und Koordination: Geistige und körperliche Fitness mit dem spielerischen Bewegungsprogramm zur leichteren Bewältigung aller altersbedingten Herausforderungen (Demenzvorsorge, Sturzprävention, Überlastung) und somit mehr Lebensqualität bis ins hohe Alter.

Beginn: 09.00-10.00 / 10.15-11.15 Uhr

Bürgertreff Münchinger Str. 2

4 x vormittags, insg. 20.00 €;

14.10., 21.10., 04.11. und 11.11.2025

Anmeldung: bis 09.10.2025 bei

Franziska Pfoo Tel.-Nr.: 0160/8474340

und Ruth Marquardt-Mattlat

Tel.-Nr. 07150/914342

Donnerstag, 09.10.2025

**1-tägige Lehr- und
Besichtigungsfahrt**

Der Ortsverein

Hemmingen lädt mit dem

Busunternehmen Binder

zu einem

Museumsbesuch nach

Beuren und eine

Stipvisite bei Albgold in

Trochtelfingen.

Anmeldung: bei Ruth

Marquardt-Mattlat,

Telefon-Nr.:

07150/914342

Näheres wird im

Amtsblatt veröffentlicht

oder ist dann auf der

Homepage zu finden.

Donnerstag, 16.10.2025 Vortrag mit Frau Veigel von der Deutschen Zölliakiegesellschaft zum Thema **Zölliakie, Weizenunverträglichkeit und Laktoseintoleranz**. Dabei geht es um die Unverträglichkeit, Symptome und Diagnose und wir erhalten einen Überblick über weitere Nahrungsunverträglichkeiten. Beginn: 19.00 Uhr, Bürgertreff Münchinger Str.2

Donnerstag, 23.10.2025

ERINNERUNG in den Alltag holen.

Stolpersteine sind Gedenksteine, die an die Menschen erinnern, die im Nationalsozialismus verfolgt, deportiert und umgebracht wurden.

Vortrag mit Dorothea Nafz

Beginn: 19.00 Uhr - Bürgertreff Münchinger Str. 2



November

Mo.03.11.	15:15-16:15 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle)
Di. 04.11.	08:00-09:00 Uhr 09:00-10:00 Uhr 10:15-11:15 Uhr 10:30-12:00 Uhr 19:00 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof) Koordinationstraining (Bürgertreff) Koordinationstraining (Bürgertreff) Spaß am Singen (Gemeinschaftshalle) Nachhaltige Verpackung (Aula Schule)
Mi. 05.11.	15:00-16:00 Uhr 17:00-18:00 Uhr 20:00-21:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Beckenboden (Gemeinschaftshalle) Gymnastik (Gemeinschaftshalle)
Mo.10.11.	15:15-16:15 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle)
Di. 11.11.	08:00-09:00 Uhr 09:00-10:00 Uhr 10:15-11:15 Uhr 14:00-15:30 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof) Koordinationstraining (Bürgertreff) Koordinationstraining (Bürgertreff) Spielenachmittag (kleiner Raum Gemeinschaftshalle)
Mi. 12.11.	15:00-16:00 Uhr 20:00-21:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Gymnastik (Gemeinschaftshalle)
Mo.17.11.	15:15-16:15 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle)
Di. 18.11.	08:00-09:00 Uhr 18:00 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof) Stollen-Backkurs (Schulküche Hemmingen)
Mi. 19.11.	15:00-16:00 Uhr 20:00-21:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Gymnastik (Gemeinschaftshalle)
Fr.21.11.	14:00-17:00 Uhr	Hobby-Künstler-Verkaufs-Ausstellung
Sa.22.11.	11:00-17:00 Uhr	Hobby-Künstler-Verkaufs-Ausstellung
Mo.24.11.	15:15-16:15 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle)
Di. 25.11	08:00-09:00 Uhr 18:00 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof) Socken stricken von A – Z,
Mi. 26.11.	15:00-16:00 Uhr 20:00-21:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Gymnastik (Gemeinschaftshalle)
Sa..29.11.		Seniorenweihnachtsfeier der Gemeinde

Montag bis Samstag, 03.11. bis 10.11.2025 **Spätlingsmarkt** im Kreishaus Landratsamt Ludwigsbu

Samstag, 29.11.2

Dienstag, 04.11.2025

Nachhaltige Verpackung: In einer Welt, in der Ressourcenverbrauch stetig steigt und die Umweltbelastung durch Plastikmüll zunimmt, spielt die Wahl der richtigen Verpackung eine entscheidende Rolle
Vortrag mit Michael Gensheimer
Beginn: 19.00 Uhr,
Aula Schule Hemmingen

Freitag +Samstag,
21.11. + 22.11.2025

**Hobby-Künstler-Verkaufs-
Ausstellung** in der
Gemeinschaftshalle mit
Bewirtung von Kaffee und
Kuchen durch die Landfrauen.
Wir freuen uns über tatkräftige
Unterstützung unserer
Mitglieder.
Der Landfrauenkalender 2026
ist zum Preis von 8,50 €
erhältlich

Dienstag, 18.11.2025

Stollen-Backkurs - Tradition trifft Genuss mit der schwäbischen Bäckermeisterin S. Hafner
Die Kunst des Stollenbackens, der hochwertigen Zutaten, traditionelle Rezepte und kreative Variationen vereint.
Unter fachkundiger Anleitung backen wir gemeinsam klassische Butterstollen – saftig, buttrig und voller Aroma
Individuelle Stollenkreationen – mit hochwertigen Zutaten verfeinert
Streuobstwiesen-Stollen – inspiriert von der regionalen Vielfalt
Teilnehmer: 16 Personen möglich
Beginn: 18.00 Uhr,
Schulküche Hemmingen
Anmeldung: Gabi Bickel
Tel.-Nr.: 0151/15683102
Kursgebühr: 35,00 €
incl. Backzutaten

Dienstag, 25.11.2025 **Socken stricken von A – Z,**
Viele Infos zu Wolle, Nadeln, Bündchen, Ferse, Größe
18.00 Uhr, kleiner Raum, Gemeinschaftshalle (12 Teiln.)
Mitbringen: Wolle, Nadelnspiel - **Wer möchte, bereitet bis zur Ferse vor, um diese am Abend zu stricken.**
Anmeldung: Elli Ramsaier, Tel.-Nr.0172/6272969
Ruth Marquardt-Mattlat, Tel.-Nr. 07150/914342



gsburg

11.2025 **Seniorenweihnachtsfeier der Gemeinde** mit Bewirtung durch die Landfrauen

Dezember

Mo.01.12.	15:15-16:15 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle)
Di. 02.12.	08:00-09:00 Uhr 10:30-12:00 Uhr 14:00-15:30 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof) Spaß am Singen (Gemeinschaftshalle) Spielenachmittag (kleiner Raum Gemeinschaftshalle)
Mi. 03.12.	15:00-16:00 Uhr 20:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Gymnastik (Gemeinschaftshalle)
Do.04.12.	19:00 Uhr	Landfrauen-Adventsfeier (Gemeinschaftshalle)
Mo.08.12.	15:15-16:15 Uhr 19:00 Uhr	Pilates (Gemeinschaftshalle) Weihnachtsdeko (Bürgertreff)
Di. 09.12.	08:00-09:00 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof)
Mi. 10.12.	15:00-16:00 Uhr 20:00 Uhr	Pilates (Strohgäuhalle) Gymnastik (Gemeinschaftshalle)
Do.11.12.	19:00 Uhr	Einstimmung auf Weihnachten (Bürgertreff)
Mo.15.12.	Nachmittags	Weihnachtsgruß im Kleeblatt
Di. 16.12.	08:00-09:00 Uhr	Morgenspaziergang (Treffpunkt Bahnhof)
Mi. 17.12.	20:00 Uhr	Gymnastik (Gemeinschaftshalle)

Donnerstag, 04.12.2025 -
Herzliche Einladung zu unserer Landfrauen

Wir wünschen allen ein
und ein gesundes neues



Montag, 08.12.2025
Weihnachtsdeko unter
Anleitung von Franziska Pfoo
herstellen. Wir erlernen eine
Kreativtechnik, die wir auch zu
Hause gut anwenden können.
Material wird nach Verbrauch
vor Ort berechnet.
Beginn: 19.00 Uhr,
Bürgertreff, Münchinger Str. 2

Donnerstag,
11.12.2025 -
**Einstimmung auf
Weihnachten** mit
Dorothea Nafz
Beginn: 19.00 Uhr
Bürgertreff
Münchinger Str. 2



Adventsfeier

Wohlgemuttes frohes Weihnachtsfest
SJAHR.

Unsere regelmäßigen Angebote

Präventive Gymnastik:

Unsere präventive Gymnastik mit Gabi Bickel findet ab dem 17.09.-17.12.2025 immer mittwochs von 20.00 Uhr-21.00 Uhr bis Oktober in der Strohgäuhalle und ab November in der Gemeinschaftshalle statt.

Kursbeginn: 17.09.2025 bis 17.12.2025 Kursgebühr: 40 € / Jahr

Ansprechpartner: Gabi Bickel Tel.-Nr.: : 0151/15683102

Pilates:

Unser Pilates mit Susanne Niesler findet montags ab 15.09. bis 08.12.2025 von 15:15 Uhr–16:15 Uhr (10x) in der Gemeinschaftshalle und mittwochs ab 17.09.2025 bis 10.12.2025 von 15:00 Uhr–16:00 Uhr (10x) in der Strohgäuhalle statt. Kursgebühr: 10 x 45 €

Kursbeginn: 15.09.2025 bis 08.12.2025 und 17.09. bis 10.12.2025

Ansprechpartner: Renate Rudolf, Tel.-Nr.: 07150/81129

Spaß am Singen?

Wir singen Lieder die Spaß machen mit Till Weibel, Chorleiter von 10:30 Uhr – 12:00 Uhr dienstags im Nebenzimmer der Gemeinschaftshalle **Kursbeginn: 16.09.; 07.10.; 04.11. und 02.12.2025**

Ansprechpartner: Dr.Ulrike Kern Tel.-Nr.: 0174/6240260

Morgenspaziergang

Wir spazieren immer dienstags von 08:00 Uhr bis 09:00 Uhr

Treffpunkt: Bahnhof

Beginn 02.09. bis 16.12.2025

Spielenachmittag für Jedermann

- Spiele sind vorhanden - mit Bewirtung von Kaffee und Gebäck dienstags von 14:00 Uhr bis 15:30 Uhr

Termine: 07.10.; 11.11. und 02.12.2025

kleiner Raum Gemeinschaftshalle

Ansprechpartner: Renate Rudolf, Tel.-Nr.: 07150/81129



Elli Ramsaier: Ruth Marquardt-Mattlat, Iris Gentner, Irene Schwarz, Christine Noseck
Franziska Pfoo, Renate Rudolf, Sabine Meier, Dr. Ulrike Kern, Gabi Bickel,

Jahresbeitrag: Der Jahresbeitrag in Höhe von 35,00 € für die Mitgliedschaft per SEPA-Lastschrift eingezogen.

Mitgliedschaft: Sie möchten Mitglied werden, dann melden Sie sich gerne per Mail oder auf der Homepage (siehe unten)

Allgemeines: Alle Veranstaltungen werden im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerkes des Landesverbandes Württemberg-Baden e.V. durchgeführt.

Teilnahme an Veranstaltungen: Bei unseren Veranstaltungen sind Gäste herzlich willkommen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Homepage: www.landfrauen-hemmingen.de

E-Mail-Adresse: landfrauen.hemmingen@outlook.de

