

Kursprogramm 2023/2024



Zu den Kursen sind alle herzlich eingeladen.
Es sind Kurse für Mitglieder und Nichtmitglieder, Frauen,
Männer und Jugendliche ab 15 Jahren.

Anmeldeschluss ist zwei Wochen vor Kursbeginn.

Die Anmeldung wird von uns per Email rückbestätigt.
Der Kurs muss im Voraus bezahlt werden für eine definitive
Kursteilnahme. Bei Abmeldung zwei Wochen vor Kursbeginn
wird das Kursgeld zurückerstattet, ansonsten muss das
ganze Kursgeld bezahlt oder ein/e Ersatzteilnehmer/in
gestellt werden.

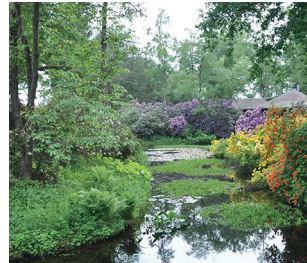
Wir wünschen allen Kursbesucher/innen viel Freude und
ein gutes Gelingen.

Inhalt

25. Aug. 23	SUP-Tour Stein-Wallbach	4
20. Sept. 23	Laugengebäck	5
24. Okt. 23	Suuserbummel	
9. Nov. 23	Kirschstängeli-Workshop	6
30. Nov. 23	Adventsgesteck - lange Form	7
7. Dez. 23	Weihnachtsmarkt - Einsiedeln	8
12. Jan. 24	Nähen - Wärmender Cardigan	9
26. Jan. 24	61. GV im Pfarreisaal Gipf-Oberfrick	
7. März 24	Aquarellkurs- Karten gestalten	10
22. März 24	DV Bezirk Laufenburg	
23. April 24	Frühlingsküche - saisonale Leckerbissen	11
23. Mai 24	Ausflug - Park Seleger Moor	12
14. Juni 24	Fire & Grill für Frauen	13
	Vorstand	14

Mitglieder erhalten beim Besuch
unserer Kurse eine
Ermässigung von Fr. 5.00.

Anmeldung zur Mitgliedschaft via
Homepage oder an eines unserer
Vorstandsmitglieder.



SUP-Tour Stein-Wallbach

Datum: **Freitag, 25. August 2023**

Zeit: 17 bis ca. 22 Uhr

Leitung: Stonesurf Fricktal

Ort: Stein bei der SUP- und Surfstation

Kosten: Fr. 70,- (exkl. Essen)

Beschrieb: Einführung und wichtige Informationen, Einwassern, mit dem SUP vertraut machen, Technik-Tipps, paddeln und den wunderschönen Rhein geniessen. Anschliessend gemeinsames Essen.



Anmelden: Claudia Obrecht, 079 479 77 11
claudia.obrecht@landfrauen-go.ch

Laugengebäck

Datum: **Mittwoch, 20. September 2023**

Zeit: 18.30 bis ca. 22 Uhr

Leitung: Cristina Küsterling, Alimondi Kochstudio

Ort: Alimondi Kochstudio in Frick

Kosten: Fr. 85,-

Beschrieb: Laugengebäck selber herstellen, Tipps und Tricks bei der Herstellung, verschiedene Variationen. Gemeinsam geniessen wir eine feine Verpflegung mit knusprigem, selbstgebackenem Laugengebäck.



Anmelden: Fränzi Fischer, 062 871 62 66
franziska.fischer@landfrauen-go.ch

Kirschstängeli-Workshop

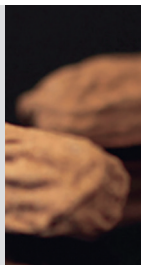
«kunz AG art of sweets»



Datum: **Donnerstag, 9. November 2023**
 Zeit: 14 bis 16 Uhr
 Leitung: kunz AG art of sweets

Ort: Confiserie Kunz in Frick
 Kosten: Fr. 80.–

Beschrieb: Vom Sirup bis zum fertigen Stängeli.
 Am Ende des Kurses können die selber
 hergestellten Kirschstängeli (ca. 80g)
 mitgenommen werden.



Anmelden: Monica Consoni, 062 875 79 06
monica.consoni@landfrauen-go.ch

Adventsgesteck

«weihnachtlich dekoriert»

Datum: **Freitag, 30. November 2023**
 Zeit: 19 bis ca. 21 Uhr
 Leitung: Céline Hürzeler

Ort: Gemeindehaus Gipf-Oberfrick
 Kosten: Fr. 160.– (inkl. Material und 4 Kerzen)

Beschrieb: Auf einem langen Holztablett werden die
 Kerzen mit Zubehör weihnachtlich dekoriert.
 Es wird nicht gesteckt und die Pflanzen
 trocknen mit der Zeit schön ein. Der Kurs ist
 für jede Frau geeignet.



Anmelden: Cordula Ratke, 062 871 90 45
cordula.ratke@landfrauen-go.ch

Weihnachtsmarkt

«Einsiedeln - das Klosterdorf mit Charme»

Datum: **Donnerstag, 7. Dezember 2023**

Zeit: 13.15 bis ca. 21.30 Uhr

Leitung: Esmi Krummenacher

Treffpunkt: Gemeindeplatz Gipf-Oberfrick

Kosten: ca. Fr. 60.- (je nach Anzahl Anmeldungen)

Beschrieb: Heimelig dekorierte Verkaufsstände, die festliche Weihnachtsbeleuchtung und der grosse Weihnachtsbaum auf dem Klosterplatz werden auch deine Augen zum Leuchten bringen.



Anmelden: Esmi Krummenacher, 076 437 43 22
esmeralda.krummenacher@landfrauen-go.ch

Nähe deinen Cardigan

«wärmende Strickjacke»

Datum: **Freitag, 12. und 19. Januar 2024**

Zeit: 18 bis ca. 21 Uhr

Leitung: Rahel Schmid, eidg. Dipl. Damen- und Theaterschneiderin

Ort: Stoffkiste in Küttigen

Kurskosten: Fr. 130.-

Material: Fr. 40.- bis Fr. 60.-, je nach Stoffwahl

Beschrieb: Der Cardigan eignet sich perfekt zum Überziehen und Wohlfühlen. Das besondere an diesem Schnitt ist der schöne Schalkragen, die eingenähten Taschen und die individuelle Länge.



Anmelden: Fränzi Fischer, 062 871 62 66
franziska.fischer@landfrauen-go.ch

Aquarell - male deine Karte

Datum: **Donnerstag, 7. März 2024**
 Zeit: 18 bis ca. 21.30 Uhr
 Leitung: Rahel vom Atelier Schriftperle

Ort: Atelier Schriftperle, Rieden b. Baden
 Kosten: Fr. 130.- (inkl. Material)
 Eine Auswahl an Karten und Papieren,
 das Übungsmaterial und die Anleitungen.

Beschrieb: In die Grundlagen der Aquarellmalerei eintauchen, verschiedene Techniken und Materialien kennen lernen, Illustrieren von floralen Motiven und mit kreativen Handlettering-Sprüchen ergänzen. Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig.



Anmelden: Esmi Krummenacher, 076 437 43 22
 esmeralda.krummenacher@landfrauen-go.ch

Frühlingsküche

«saisonale Leckerbissen»

Datum: **Dienstag, 23. April 2024**
 Zeit: 19 bis ca. 22.30 Uhr
 Leitung: Manuela Eiermann

Ort: Möhlin
 Kosten: Fr. 85.- (inkl. Wein und Kaffee)

Beschrieb: Saisonale Küche für Gäste: Vom Apéro bis zum Dessert - alles zum Vorbereiten. Die Rezepte werden abgegeben.



Anmelden: Barbara Zehnder, 062 871 14 23
 barbara.zehnder@landfrauen-go.ch

Ausflug in den Park Seleger Moor

«Pflanzenvielfalt, Kunst und Kultur»

Datum: **Donnerstag, 23. Mai 2024**
 Zeit: ganzer Tag (8.45 bis ca. 15.30 Uhr)
 Leitung: Cordula Ratke

Treffpunkt: Gemeindeplatz Gipf-Oberfrick
 Kosten: ca. Fr. 90.- (je nach Anzahl Anmeldungen)

Beschrieb: Fahrt mit dem Bus nach Rifferswil. Bei einer ca. 75 Minuten langen Parkführung werden wir durch ein Farbenspektrum von Blütenfülle begleitet. Anschliessend bleibt Zeit zum Picknicken (selber mitnehmen), Besuch im Park-Beizli fürs Kafi und nochmals die schönsten Parkecken individuell zu erkunden.



Anmelden: Cordula Ratke, 062 871 90 45
 cordula.ratke@landfrauen-go.ch

Fire & Grill für Frauen



Datum: **Freitag, 14. Juni 2024**
 Zeit: 18.30 bis ca. 22.30 Uhr
 Leitung: Heidi Moosmann

Ort: Waldhaus Thierstein, Gipf-Oberfrick
 Kosten: Fr. 80.- (inkl. Essen, Wein und Wasser)

Beschrieb: Es werden Fisch, Fleisch, Geflügel, Gemüse und Dessert auf dem Grill zubereitet und dann degustiert. Dazu gibt es Kniffs & Tricks für das gute Gelingen.



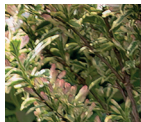
Anmelden: Alexandra Bischofsberger, 062 544 24 63
 alexandra.bischofsberger@landfrauen-go.ch

Landfrauen Vorstand



Präsidentin:	Monica Consoni	062 875 79 06
Vizepräsidentin:	Franziska Fischer	062 871 62 66
Finanzen:	Alexandra Bischofsberger	062 544 24 63
Ortsvertreterin:	Cordula Ratke	062 871 90 45
Aktuarin:	Barbara Zehnder	062 871 14 23
Beisitzerin:	Claudia Obrecht	079 479 77 11
Beisitzerin:	Esmeralda Krummenacher	076 437 43 22

Der Mitgliederbeitrag beträgt Fr. 30.- pro Jahr. Einmal jährlich findet die GV statt, inklusive einem kleinen Imbiss. Alle «alten» und «neuen» Mitglieder sind herzlich dazu eingeladen.



Wötsch mit Powerfrau kreativ si,
Usflög unterneh oder eifach unter
Fraue si..., denn chomm doch zu eus!

News, das Jahresprogramm und
aktuelle Kurse findest du auf
unserer Homepage:

www.landfrauen-go.ch

