

KURSE

Bodyforming

MAUREN – Durch gezielte kleine Bewegungen wird die untere Muskelschicht beansprucht, dadurch wird der Körper geformt und mehr Körperbewusstheit erlernt. Der Kurs 214 ist sehr gelenkschonend und richtet sich nach den neuesten Erkenntnissen der Trainingslehre. Beginn Donnerstag, 9. Januar, 19.00 Uhr, acht Abende im Kindergarten Wegacker, Mauren, Leitung: Nicole Marock. Mit Voranmeldung. (Eing.)

Schalen schnitzen

BALZERS – Aus einem rauen Stück Holz entsteht ein brauchbarer Gegenstand, wie z.B. eine Fruchtschale, eine Schale zur dekorativen Gestaltung mit Trockenblumen etc. Gearbeitet wird mit speziellem Schnitzwerkzeug. Der Kurs 108 beginnt am Montag, den 13. Januar um 19.30 Uhr in der Primarschule Iramali in Balzers. Jeweils Montag und Donnerstag, 12 Abende. Leitung: Emil Nipp. Mit Voranmeldung. (Eing.)

Schreibwerkstatt im Haus Stein-Egerta

SCHAAN – In geselliger Runde einmal monatlich schreibend eine Welt entdecken, die in der eigenen Fantasie wächst, ist ein durchaus lustvolles Erleben. Oft fehlt nur der Mut, sich mit eigenen Bildern und Vorstellungen auseinanderzusetzen. Wer aber die Angst hinter sich lässt, an fremden Normen gemessen zu werden, gewinnt Freiheit zum eigenen Ausdruck. Am Donnerstag, den 9. Januar, findet der erste von insgesamt sieben Abenden statt. Die weiteren Daten sind folgende: 13. Februar, 13. März, 3. April, 8. Mai, 5. Juni, 26. Juni, jeweils 20 Uhr. Die Schreibwerkstatt will diesen Mut stärken und dabei helfen, auf spielerische Weise die eigenen Möglichkeiten zu erkunden und verborgene Kreativität freizusetzen. Schreibend etwas loswerden, dem Inneren Gestalt geben, phantasiieren, Geschichte und Geschichten schreiben, sich Zeit nehmen für eigene Gedanken in Lyrik und Prosa, Beziehungen pflegen, all dies ist schreibend möglich. Referent ist Hans Bernhard Hobi aus Sargans. Er hat als Lehrer mit Kindern und Erwachsenen das Thema «Schreiben» erkundet, schreibt selber Geschichten und möchte Anregungen und Impulse weitergeben. Veranstalter von der Erwachsenenbildung Stein-Egerta, mit Voranmeldung. (Eing.)

Tai Chi Chuan-Einführung

SCHAAN – Tai Chi Chuan ist eine Jahrhunderte alte meditative Atem- und Bewegungsmethode, die in China entwickelt wurde. Die Bewegungsfolge, die vermittelt wird, ist die Kurzform aus dem Wu-Stil (Quintessenzform). Die Übungseinheiten werden ergänzt durch Meditation, spezielle Körper- und Atemübungen, Stretching. Der Kurs 772 beginnt am Donnerstag, den 9. Januar um 20.15 Uhr im Haus Stein-Egerta in Schaan (10 Abende, der 13.2. fällt aus). Der Referent, Rüdiger Breustedt, ist Diplom-Sozialpädagoge, systemischer Familientherapeut, Trainer für Tai Chi Chuan und Qigong. Mit Voranmeldung. (Eing.)

Russische Folklore in Routine erstarrt

Die Bolschoi Don Kosaken in Nachfolge der Don Kosaken

TRIESEN – Der Ruf der Bolschoi Don Kosaken vermochte es am Samstagabend den Triesner Saal bis auf den letzten Platz zu füllen. Die Erwartungen, die man zweifellos den Künstlern entgegenbrachte, sind wohl, dem Applaus nach, erfüllt worden.

• Friedrich Nestler

Es hat, was die Programmgestaltung anbelangt, viel mit Klischee zu tun. Ein Chor singt sich mit allzu bekannten Liedern durch das Programm. Ein kleines Tanzensemble bringt die Tänze und Schrittfolgen, wie sie von zahlreichen Klischees bekannt sind, ohne in der Tanzgestaltung aus der Klischeevorstellung zu fallen. Es spielt eine Musikantengruppe, bestehend aus zwei Akkordeonspielern, zwei Balalaiken und einer Gitarre: Diese Musiker spielten neben der Liedbegleitung eigene Stücke und konnten durch grossartige Technik voll überzeugen. Besonders Sergei Kondratiev zauberte mit seiner Balalaika auch in humoristischer Weise Erstaunliches.

Der Chor

Unter der Leitung von Ivan Salliev sang ein Chor von 16 Sängern, der sich rühmt, nur Solisten in seinen Reihen zu haben. Dies konnte auch unter Beweis gestellt werden, denn die meisten der Lieder wur-



Die Bolschoi Don Kosaken sorgten im Triesner Saal für viel Applaus.

den von einem Solisten vorgetragen und vom Chor begleitet. Es erwies sich auch hier, dass eine Gruppe von Solisten noch lange keinen guten Chor ergab. Der Chor ist nicht flexibel. Er singt entweder ein wunderschönes Piano oder ein weniger schönes Forte. Die Solisten agieren so, wie man sich vielleicht russische Musik vorstellt, wie sie aber sicher nicht ist. Die

durchwegs guten Stimmen agieren nach Herzenslust, kümmern sich um keinen Takt und überdehnen in einer Weise, wie sie dem Lied nicht zuträglich ist. Wie schon die Liedwahl erkennen lässt, geht es vor allen Dingen darum, das Gemüt anzusprechen. Dabei wurde kräftig im Schmalztopf umgerührt. Nur aus diesem Bedürfnis, Sentimentalitäten zu wecken, ist es zu ver-

hen, dass in ein solches Programm das Wolgalied von Franz Lehar aufgenommen wurde.

Offensichtlich ist es gelungen, auf dieser Schiene fahrend das Publikum anzusprechen: Anders ist der grosse Applaus, der viele Zugaben erbrachte, nicht zu verstehen. Wer jemals die Don Kosaken unter Serge Jaroff erleben durfte, wird diese Einwände verstehen.

Grosser Erfolg der Sternsinger

Dank an die Bevölkerung von Gamprin und Bendern

GAMPRIN – Die Sternsinger waren auch in diesem Jahr wieder in der Gemeinde Gamprin-Bendern unterwegs, um die frohe Botschaft der Geburt Christi zu verkünden.

Drei Gruppen von Sternsängern besuchten am Samstag und Sonntag die Häuser von Gamprin und Bendern und trugen ihre einstudierten Lieder und Verse vor. Alle Kinder haben ihre Aufgabe mit grosser Begeisterung wahrgenommen. Sie haben viele offene Türen angetroffen und sind mit viel Freude und Wohlwollen aufgenommen worden. Die Geldtruhen der Sternsinger waren am Abend dank der vielen grossen und kleinen Spenden jeweils restlos voll. An beiden Tagen wurden insgesamt 7400 Franken gesammelt, soviel wie noch nie seit der Einführung der Sternsingeraktion im Jahr 1996. Wir möchten uns bei allen Spendern von Gamprin und Bendern für ihre offenen Herzen und die grosszügige Unterstützung mit einem «Vergelt's Gott» bedanken. Ein besonderer Dank geht an die Gemeindevorstellung für die Über-

nahme der Mittagsverpflegung im Gasthof Löwen sowie für die in Aussicht gestellte Aufstockung der

Einnahmen. Der gesammelte Betrag, der von der Stiftung Liechtensteinischer Entwicklungsdienst

um 5000 Franken aufgestockt wird, geht zu Gunsten eines Waisenhauses in Nepal. Die Sternsinger



Soviel wie noch nie ersangen sich dieses Jahr die Sternsinger von Gamprin und Bendern. Das Bild zeigt die Kinder zusammen mit Pfarrer Josef Jopek.

Das Volksblatt Magazin
sofa

Inserateschluss ist der
17. Januar 2003

Das nächste SOFA mit den Schwerpunkten «Bildung – Laufbahn – Karriere» erscheint am 6. Februar 2003.

Unter anderem mit diesen Themen:

Sozialkompetenz
Immer wieder taucht dieser Begriff in Stellenausschreibungen oder Kursangeboten auf. Doch was steckt genau hinter der sozialen Kompetenz?



Beruf mit Zukunft
Wer die Herausforderung zur Ausbildung zum Diplomierten Webmaster annimmt, dem stehen Tür und Tor offen.



Himnahrung
Das richtige Essen stillt nicht nur den Hunger, sondern erleichtert ebenso, Prüfungen und wichtige Geschäftsbesprechungen erfolgreich zu überstehen.

