

Highlights

Lichterzauber in der Stein Egerta

Seite 6

Reparatur- und Handwerksarbeiten

Seite 7

Fake News und Meinungsblasen

Seite 9

Einführung Pilzkunde

Seite 14

Kinder-Notfallkurs kompakt

Seite 15

Stuhl-Yoga

Seite 16

Arabisch für Anfänger

Seite 23

KI für den Alltag

Seite 25

stein egerta



bildet.

Bildungsangebot

Herbst
2026

Winterlicher Parkgenuss

Wenn Raureif den Zaun des Parkbads überzieht, zeigt sich der Park von seiner besonders stimmungsvollen Seite. Die winterliche Landschaft lädt zum Flanieren und Naturgeniessen ein und eröffnet eindrucksvolle Ausblicke auf die ruhende Natur. Das frühere Schwimmbad ist heute das Parkbad. Es wird als Freilichtbühne genutzt und verbindet auf besondere Weise Geschichte, Kultur und Erholung. So wird ein Spaziergang durch den Park auch in der kalten Jahreszeit zu einem eindrucksvollen Erlebnis.



«Begegnungen sind vielleicht die schönsten Geschenke des Lebens.»



Bildung, Belebung, Begegnung

Liebe Leserinnen und Leser
Liebe Teilnehmende und Bildungsinteressierte

Bildung bewegt – sie eröffnet neue Perspektiven, bringt Menschen zusammen und schafft Raum für persönliche Entwicklung. Gerade in einer Zeit, in der vieles schneller und komplexer wird, gewinnen Orte an Bedeutung, die Inspiration, Austausch und gemeinsames Lernen ermöglichen. Bildung bedeutet dabei weit mehr als Wissensvermittlung: Sie belebt den Geist, stärkt das Miteinander und schenkt neue Impulse für Alltag und Beruf.

Unter dem Leitgedanken «Bildung, Belebung, Begegnung» lädt unser Herbstprogramm 2026 dazu ein, Neues zu entdecken und Verbindungen zu schaffen. Ob kreative Kurse, spannende Vorträge, Sprachangebote, Gesundheits- oder Weiterbildungskurse – Lernen lebt vom Austausch und von

Menschen, die ihre Erfahrungen, Ideen und Begeisterung miteinander teilen. Nachhaltigkeit, Offenheit und persönliche Entfaltung begleiten viele unserer Angebote und prägen das gemeinsame Lernen in der Stein Egerta.

Besonders freuen wir uns auch auf Veranstaltungen wie den Lichterzauber, der Menschen zusammenbringt und Raum für Begegnungen, Austausch und neue Bekanntschaften schafft. Solche Momente machen die Stein Egerta zu einem lebendigen Ort des Miteinanders – offen für alle Generationen und Interessen. Auch Unternehmen und Organisationen finden bei uns inspirierende Räume für Workshops, Weiterbildungen und gemeinsame Entwicklungen. Unser Ziel bleibt es, Neugier zu fördern und Lernräume zu schaffen, die lange nachwirken.

Wir freuen uns darauf, Sie im Herbstsemester 2026 bei uns begrüßen zu dürfen. Lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie die Vielfalt unseres neuen Kursprogramms.

Ernst Risch
Geschäftsführer
Erwachsenenbildung Stein Egerta

Inhalt

4	Bildungsort	10	Persönlichkeit	22	Sprachen
5	Team	14	Mensch und Natur	24	Informatik und neue Medien
6	Kunst und Kultur	14	Gesundheit und Körper	26	Berufsmittelschule
7	Kreativität und Gestalten	16	Bewegung und Fitness	26	Liechtenstein Olympic Committee
8	Gesellschaft	20	Ernährung, Essen und Kulinarik	27	Grundkompetenzen

Impressum

Erwachsenenbildung Stein Egerta Anstalt
In der Steinegerta 26, 9494 Schaan, Liechtenstein

Inhaltliche Verantwortung: Ernst Risch, Geschäftsführer
Grafische Gestaltung: Neuland visuelle Gestaltung, Schaan
Produktion: BVD Druck+Verlag AG, Schaan
Foto Titelseite: Julian Konrad, Verein Feldfreunde

Information und Anmeldung

Sie erreichen uns per Telefon +423 232 48 22
Mo–Fr 9.00–11.30 Uhr / 13.30–16.30 Uhr (Fr 16.00 Uhr)
info@steinegerta.li www.steinegerta.li

Bildungsort

Aussergewöhnlich – Ort der Tradition und Moderne

Die Stein Egerta vereint Geschichte und Innovation. Sie bietet den idealen Rahmen für Bildung, Begegnung und geschäftliche Anlässe. Eine Oase der Ruhe, Inspiration und Entwicklung – lernen und arbeiten Sie an einem der schönsten Orte Liechtensteins.

Foto: Tarjana Schnalzer



Parksaal

61 m²



Salon

56 m²



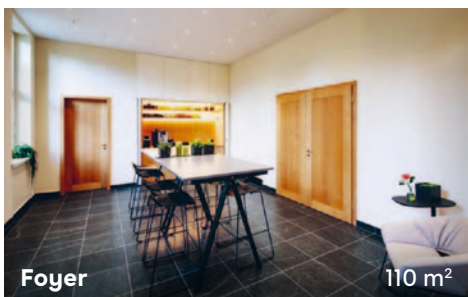
Dachraum

80 m²



Dachbühne

56 m²



Foyer

110 m²



Tend

110 m²



Bistro

90 m²



Park

13000 m²

Ihre Räumlichkeiten

Firmenanlässe

Ob Teamsitzung, Workshop oder Kunden-event – die Stein Egerta bietet vielseitige Räume, moderne Technik und eine inspirierende Umgebung. Das Seminar-Bistro sorgt auf Wunsch für kulinarische Begleitung – von Kaffeepausen über Apéros bis zu massgeschneiderten Menüs.

Räumlichkeiten nach Mass

Ein moderner Lern- und Arbeitsort für Wissbegierige, Kreative und Naturliebhaber. Die Seminar- und IT-Infrastruktur ist topmodern und ermöglicht vielfältige Lern- und Arbeitsformate.

Das Seminar-Bistro

Frisch, regional und unkompliziert – eine Küche zwischen Klassik und Moderne. Gerne öffnen wir das Bistro auch für Ihre Anlässe oder Feiern im Freundeskreis.

Parkrundgang

Der 1,3 Hektar grosse Park – das einzige Gartendenkmal Liechtensteins – bezaubert zu jeder Jahreszeit. Ein Spaziergang durch die Anlage der 1940er-Jahre inspiriert und bietet den idealen Rahmen für Ihre Seminare, Workshops und stimmungsvolle Veranstaltungen.

Raummiete



Team

Wir verkörpern Bildung und setzen uns leidenschaftlich dafür ein.

v. l. n. r. Corinne Vogt, Yvonne Blum-Ritter, Susann Krumbiegel, Ernst Risch, Barbara Jehle, Anne Gerhards, Philip Schädler, Maja Frauenfelder und Sandra Eichele.

Foto: Tatjana Schnalzer

Leitung

Ernst Risch
Geschäftsführer

Sandra Eichele
Leiterin Seminarzentrum

Anne Gerhards
Studienleiterin und
Koordination Gemeindekurse

Barbara Jehle
Studienleiterin

Philip Schädler
Studienleiter und Leitung
Administration/Finanzen/IT

Gemeindeverantwortliche
Zwölf engagierte Gemeinde-
verantwortliche stellen ein
attraktives Programm in ihrer
jeweiligen Gemeinde sicher.



Balzers
Nadine Büchel-Frick
und Cecilia Primoceri
+423 388 05 02



Eschen-Nendeln
Marlies Wohlwend
+423 377 49 91



Planken
Marlies Engler
+423 375 81 00

Front Office Team

Yvonne Blum-Ritter
Front Office und Buchhaltung

Maja Frauenfelder
Front Office und Kursassistentin

Corinne Vogt
Front Office und Kursassistentin



Gamprin-Bendern
Simone Sulser
+41 79 392 39 18



Schaan
Daniel Walser
+423 237 72 87



Mauren-Schaanwald
Eliane Vogt
+423 793 01 65



Triesen
Stephanie Biedermann
+423 399 36 36

Seminarzentrum

Susann Krumbiegel
Mitarbeiterin Seminarzentrum

**Susanne Fitzi-Brenner,
Editta Jenal und Klaus Reiter**
Mitarbeitende Seminarzentrum



Ruggell
Manuela Kaufmann
+423 377 49 32



Triesenberg
Severine Rohrer-Beck
+423 782 37 75



Schellenberg
Birgit Bischof
+41 78 639 47 84



Vaduz
Xenia Schlegel
+423 793 78 68



Kunst und Kultur

Geniessen Sie kulturelle Ereignisse und erleben Sie Kultur in all ihren Facetten.

↓ KUNST, LITERATUR UND SCHREIBEN

03.11.26 18:30 Uhr Gamprin 01A01

Selfpublishing

Der Leitfaden zur eigenständigen Buchveröffentlichung

👤 Christine Troy
📍 Gamprin, Vereinshaus

26.08.26 12:30 Uhr Vaduz 01A02

Kunst am Mittag

Betrachtung eines einzigartigen Werks

👤 Christiane Meyer-Stoll und Susanne Kudorfer
📍 Vaduz, Kunstmuseum Liechtenstein

08.09.26 20:00 Uhr Schaan 01A03

Kinokultur Filmreihe: Film 1

Cineastische Geschichten erleben und vertiefen

👤 Sebastian Frommelt
📍 Schaan, Skino Schaan

29.09.26 20:00 Uhr Schaan 01A04

Kinokultur Filmreihe: Film 2

Cineastische Geschichten erleben und vertiefen

👤 Sebastian Frommelt
📍 Schaan, Skino Schaan

27.10.26 20:00 Uhr Schaan 01A06

Kinokultur Filmreihe: Film 3

Cineastische Geschichten erleben und vertiefen

👤 Sebastian Frommelt
📍 Schaan, Skino Schaan

24.11.26 20:00 Uhr Schaan 01A13

Kinokultur Filmreihe: Film 4

Cineastische Geschichten erleben und vertiefen

👤 Sebastian Frommelt
📍 Schaan, Skino Schaan

30.11.26 19:00 Uhr Schaan 01A09

«Lichtspiel» - Entstehung einer Theaterinszenierung

Einblicke in die Entwicklungsphasen der Inszenierung am TAK

👤 Thomas Spieckermann und Sebastian Frommelt
📍 Schaan, TAK Theater Liechtenstein

10.12.26 19:00 Uhr Schaan 01A12

Lesung aus dem Krimi «Guferwald»

Mit Interviews zum Kriminalfall

👤 Mathias Ospelt
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta



12.11.26 17:00 Uhr Schaan 01A05

Lichterzauber in der Stein Egerta

Mit Weihnachtsbar

📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

19.11.26 17:00 Uhr Schaan 01A07

Lichterzauber in der Stein Egerta

Mit Weihnachtsbar

📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

26.11.26 17:00 Uhr Schaan 01A08

Lichterzauber in der Stein Egerta

Mit Weihnachtsbar

📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

03.12.26 17:00 Uhr Schaan 01A10

Lichterzauber in der Stein Egerta

Mit Weihnachtsbar

📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

10.12.26 17:00 Uhr Schaan 01A11

Lichterzauber in der Stein Egerta

Mit Weihnachtsbar

📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

20.12.26 15:00 Uhr Schaan 01A14

Weihnachtszauber in der Stein Egerta

📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

↓ MUSIKKURSE

24.08.26 18:00 Uhr Schaan 01B01

Trommeln und Rhythmus für Anfänger

Pure Lebensfreude und Spass

👤 Ingrid Frank
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

24.08.26 20:00 Uhr Schaan 01B02

Rhythmisch Sein

Mit Trommeln und Rhythmus am Pulsschlag des Lebens

👤 Ingrid Frank
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

01.09.26 20:00 Uhr Schellenberg 01B03

Gitarrenkurs für Fortgeschrittene

Liedbegleitung mit der Gitarre

👤 Heike Klöpping
📍 Schellenberg, Begegnungsraum

18.09.26 15:00 Uhr Schaanwald 01B04

Ukulele-Workshop für Anfänger

Einblicke in die Welt der Klänge

👤 Alfred Bischof
📍 Schaanwald, Zuschg, «Schädlerstall»

19.10.26 18:00 Uhr Schaanwald 01B05

Gitarrenkurs, Liedbegleitung für Anfänger

Einfache Begleitung mit der Gitarre

👤 Alfred Bischof
📍 Schaanwald, Zuschg, «Schädlerstall»

19.10.26 19:45 Uhr Schaanwald 01B06

Gitarrenkurs für leicht Fortgeschrittene

Liedbegleitung mit der Gitarre

👤 Alfred Bischof
📍 Schaanwald, Zuschg, «Schädlerstall»

22.10.26 18:30 Uhr Balzers 01B07

Easy Gitarre

Für Anfänger und leicht Fortgeschrittene

👤 Matteo Troiso
📍 Balzers, Primarschule Iramali, Musikzimmer

23.10.26 15:00 Uhr Schaanwald 01B08

Ukulele-Workshop für leicht Fortgeschrittene

Vertiefte Einblicke in die Welt der Klänge

👤 Alfred Bischof
📍 Schaanwald, Zuschg, «Schädlerstall»

↓ KONZERTE UND OPERN

06.11.26 17:30 Uhr Schaan 01C01

Abenteuer Oper: Verdi - Wagner - Mozart.

Mit Musik heiter ins Wochenende

👤 Dr. Markus Hofer
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta



Eliane Vogt

Gemeindeverantwortliche Mauren-Schaanwald

Hier wird die Weiterbildung gerockt: Von Boogie-Woogie, Jassdance und Hiphop über ein erweitertes Gitarrenangebot, Briefmarken und Gedächtnistricks bis hin zu Sprachen wird in Mauren-Schaanwald ein bunter Strauss an Weiterbildung angeboten, gekrönt von «Map of Life, Astrologie als Landkarte der Psyche».



Kreativität und Gestalten

Ihre Kreativität vollständig und grenzenlos entfalten.

↓ FOTO UND VIDEO

22.10.26 18:00 Uhr Schaan 02A01

Basic-Fotokurs für Spiegelreflex- und Systemkameras

Fotografieren statt knipsen

👤 Hans-Jörg Kaufmann
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

↓ HANDWERK

21.08.26 18:30 Uhr Schaan 02B01

Damaszener-Messer schmieden

Vom Rohling zum ganz persönlichen Messer

👤 Melchior Huber
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

16.09.26 13:00 Uhr Planken 02B02

Perlenknüpfen

Echte Süßwasser-Zuchtperlen zum Collier knüpfen

👤 Gabriela Schnellmann
📍 Planken, Dreischwesternhaus, Mehrzweckraum

18.09.26 18:00 Uhr Schaan 02B03

Spuren im Holz, Formen im Linol: Kreativ drucken lernen

Schnitt für Schnitt zum eigenen Kunstwerk

👤 Ingrid Delacher
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

23.09.26 18:30 Uhr Ruggell 02B04

Schräge Vögel aus Draht und Perlen

Kreative Figuren für Haus und Garten

👤 Elke Rath-Nägele
📍 Ruggell, Kuefer-Martis-Huus

02.10.26 18:30 Uhr Schaan 02B05

Beil schmieden

Vom Rohling zum ganz persönlichen Beil

👤 Melchior Huber
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

20.10.26 18:30 Uhr Schaan 02B06

Stationäre Holzbearbeitungsmaschinen, Grundkurs

Sicher und gekonnt maschinieren

👤 Gabriel von Grünigen
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch, Holzwerkstatt

23.10.26 18:30 Uhr Schaan 02B07

Damaszener-Messer schmieden

Vom Rohling zum ganz persönlichen Messer

👤 Melchior Huber
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch



29.10.26 18:30 Uhr Schaan 02B08

Reparatur- und Handwerksarbeiten in und rund ums Haus

Tipps, Tricks und Hilfe zur Selbsthilfe

👤 Urs Lüchinger und Daniel Walser
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

04.11.26 13:30 Uhr Planken 02B09

Sternenzauber

Die glanzvolle Deko aus Draht

👤 Elke Rath-Nägele
📍 Planken, Dreischwesternhaus, Mehrzweckraum

07.11.26 10:00 Uhr Schaan 02B10

Einführung in den Siebdruck

Drucke auf T-Shirts und andere Textilien

👤 Jacques Lecoulter
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch, Siebdruckatelier

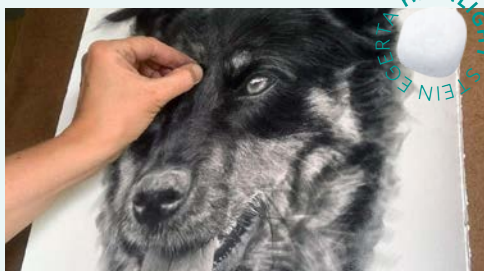
25.11.26 18:30 Uhr Ruggell 02B11

Stimmungsvolle Perlensterne

Kreative Gestaltung mit Perlen und festliche Verzierungen

👤 Elke Rath-Nägele
📍 Ruggell, Kuefer-Martis-Huus

↓ ZEICHNEN UND MALEN



27.08.26 18:00 Uhr Balzers 02C01

Tierportrait in Kohle

Aus Linien und Schatten entsteht ein Portrait

👤 Sandra Wipfli
📍 Balzers, Realschule, Zeichenraum

19.09.26 09:00 Uhr Balzers 02C02

Karten prägen und vergolden

Individuelle Kunstwerke schaffen

👤 Karin Christine Felderer
📍 Balzers, Treff bim Rosele

28.09.26 18:30 Uhr Schaan 02C03

Malen in Serie mit Acryl und Mixed Media Elementen

Kleine Formate, grosse Wirkung

👤 Marion Koch
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

18.10.26 09:30 Uhr Balzers 02C04

Malkurs: Ein Tag für mich

Entdeckungsreise in die eigene Kreativität

👤 Agi Huber
📍 Balzers, Realschule

19.10.26 18:30 Uhr Eschen 02C05

Kreatives Malen und Experimentieren mit Acrylfarben

Intuitive Kunst entdecken

👤 Yael Teitler
📍 Eschen, Primarschule, Atelier

29.10.26 18:00 Uhr Gamprin 02C06

Einführung ins Aquarellieren

Die Vielfalt des Aquarells kennenlernen

👤 Vreni Kruse-Müller
📍 Gamprin, Vereinshaus

06.11.26 18:00 Uhr Schellenberg 02C07

Portrait in Acryl und Mixed Media

Von der Zeichnung zum Acrylbild

👤 Marion Koch
📍 Schellenberg, Atelier/Feld 14



Daniel Walser

Gemeindeverantwortlicher Schaan

Ganz im Zeichen des Handwerks, Körperarbeit und des Genusses! Wir bieten erneut eine breite Palette an: Linoldruck über Reparaturtechniken bis hin zu Malkursen. Neu dabei «Lerngeheimnisse für den Lehrabschluss» und «One-Pot mit pflanzlicher Power». Eine Fundgrube der Weiterbildung.

09.11.26 18:00 Uhr Ruggell 02C08

Acrylmalen: Landschaften und Skylines

Für Anfänger und bereits Geübte

👤 Chris Schöffeler

📍 Ruggell, Primarschule, Werkraum

25.11.26 18:00 Uhr Gamprin 02C09

Kalligraphie

Schreiben mit der Breitfeder

👤 Vreni Kruse-Müller

📍 Gamprin, Vereinshaus

↓ TEXTILES GESTALTEN

07.09.26 19:30 Uhr Vaduz 02D01

Nähen nach freier Wahl

Unter fachkundiger Anleitung

👤 Gisela Kaiser

📍 Vaduz, Primarschule Äule, Handarbeitszimmer, EG

10.09.26 19:30 Uhr Vaduz 02D02

Nähen nach freier Wahl

Unter fachkundiger Anleitung

👤 Gisela Kaiser

📍 Vaduz, Primarschule Äule, Handarbeitszimmer, EG



STEIN EGERTA HIGHLIGHT

22.10.26 18:30 Uhr Schaan 02D03

Häkelkürbis, die besondere Herbstdeko

Ein Häkelkurs für gemütliche Stunden

👤 Luca Brkic

📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

11.11.26 19:00 Uhr Schaan 02D04

Textilien kreativ reparieren

Inspiriert von der japanischen

Sashiko-Sticktechnik

👤 Ruth Eller

📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

↓ FLORISTIK



HIGHLIGHT

03.09.26 19:00 Uhr Gamprin 02E01

Pusteb Blumenlicht, Zartheit und Eleganz

Gestalten mit Naturmaterial

👤 Christina Hunziker

📍 Gamprin, Vereinshaus

↓ TECHNIK UND FABLAB

26.10.26 18:30 Uhr Schaan 02F01

Einführung in den 3D-Druck

Einblick in die Technik und die Anwendung

👤 Samuel Kranz

📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

10.11.26 18:30 Uhr Schaan 02F02

3D-Druckteile designen und herstellen

Einfache Bauteile mittels CAD konstruieren und auf dem 3D-Drucker erstellen

👤 Remo Kalberer

📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

↓ SPIELE UND MEHR

19.10.26 18:30 Uhr Schaan 02G01

Lerne Schach

Das Spiel der Könige verstehen

👤 Remo Blum

📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

17.11.26 18:30 Uhr Mauren 02G02

Lerne Jassen

Stöck, Wyss, Stich

👤 Mirjam Bless

📍 Mauren, Mirjams Jass-Stube



Gesellschaft

Erfahren Sie mehr über gesellschaftliche Vielfalt und spannende Interaktionen.

↓ GESCHICHTE, LÄNDER, VÖLKER

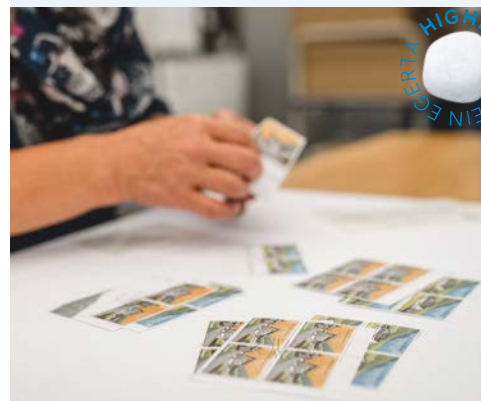
28.10.26 13:30 Uhr Schaanwald 03A01

Meine Briefmarke geht um die Welt, Workshop für Kinder

Briefmarken erzählen Geschichten: Gestalte deine eigene Briefmarke

👤 Helmut Fürer

📍 Schaanwald, Zuschg, Raum «Bahnhof»



STEIN EGERTA HIGHLIGHT

12.11.26 19:00 Uhr Schaanwald 03A02

Briefmarken unter der Lupe

Ein Blick hinter die Kulissen von Liechtensteins kleinsten Botschaftern

👤 Helmut Fürer

📍 Schaanwald, Zuschg, Raum «Bahnhof»

18.08.26 12:15 Uhr Vaduz 03A03

KulturSuppe zur Sonderausstellung

«Was heute wichtig war»

👤 Chiara Jehle

📍 Vaduz, Landesmuseum Liechtenstein

17.09.26 19:00 Uhr Schaan 03A04

Die arabische Welt verstehen

Mein Leben zwischen den Welten

👤 Margret Becker

📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

Birgit Bischof

Gemeindeverantwortliche Schellenberg

In Gemeinschaft das Können auf der Gitarre erweitern, seiner Fantasie in Bildern Ausdruck verleihen sind fantastische Möglichkeiten der Weiterbildung. Gekrönt werden sie durch kulinarische Highlights von einem Italiener und dem neuen Astronomie-Crashkurs «Ein Reiseführer durchs Weltall».



22.09.26 12:15 Uhr Vaduz 03A05

KulturSuppe zur Sonderausstellung «Wirtschaft Liechtenstein»

Chiara Jehle
Vaduz, Landesmuseum Liechtenstein

20.10.26 12:15 Uhr Vaduz 03A06

KulturSuppe zum aktuellen Fenster in der Naturkunde

Chiara Jehle
Vaduz, Landesmuseum Liechtenstein

17.11.26 12:15 Uhr Vaduz 03A07

KulturSuppe zur aktuellen Ausstellung des HPZ

Chiara Jehle
Vaduz, Landesmuseum Liechtenstein

24.11.26 19:00 Uhr Schaan 03A08

100 Jahre Staatsgerichtshof Die spektakulärsten Fälle

Dr. Hilmar Hoch
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

15.12.26 12:15 Uhr Vaduz 03A09

KulturSuppe zur aktuellen Weihnachtsausstellung

Chiara Jehle
Vaduz, Landesmuseum Liechtenstein

WIRTSCHAFT UND SOZIALES

19.08.26 18:00 Uhr Schaan 03B01

Finanzwissen kompakt für Frauen 1.0 Grundlagen des Investierens für Einsteigerinnen

Daniel Frauenfelder
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

15.09.26 18:30 Uhr Schaan 03B02

Finanzbausteine des Lebens Was Frauen über Budget, und finanzielle Unabhängigkeit wissen sollten.

Johanna Heeb
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta



22.09.26 19:00 Uhr Schaan 03B03

Wechseljahre Im Spannungsfeld von Energie und Leistungsfähigkeit

Ramona Venzin
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

19.10.26 18:00 Uhr Schaan 03B04

Finanzwissen kompakt 1.0 Grundlagen des Investierens für Einsteigerinnen und Einsteiger

Michael Negele
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

21.10.26 18:00 Uhr Schaan 03B05

Finanzwissen kompakt für Frauen 2.0 Jetzt investieren: Wissen auffrischen und starten!

Daniel Frauenfelder
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta



26.10.26 19:00 Uhr Schaan 03B06

Werden auch wir von Fake News und Meinungsblasen manipuliert? Ein Philosoph und ein Journalist machen den Check

Raphael Bucheli und David Sele
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

27.10.26 16:00 Uhr Schaan 03B07

Einfach Bus und Bahn fahren Clever unterwegs mit LIEmobil und SBB-App

Johannes Schleicher und Melanie Kranz
Schaan, LIEmobil-Kundencenter, Bahnhofsgebäude

04.11.26 16:00 Uhr Schaan 03B08

Besuch bei Pionieren: Brauhaus AG Betriebsbesichtigung

Schaan, Brauhaus AG

17.11.26 18:30 Uhr Schaan 03B09

Finanzbausteine des Lebens – Fokus Frauen

Was Frauen über Vorsorge, Budget, Vermögensaufbau und finanzielle Unabhängigkeit wissen sollten.

Johanna Heeb
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

18.11.26 18:00 Uhr Schaan 03B10

Finanzwissen kompakt 2.0 Strategien entwickeln, Portfolios umsetzen

Michael Negele
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

PHILOSOPHIE UND THEOLOGIE

29.10.26 19:00 Uhr Schaan 03C01

Ist unser Recht gerecht? Ein Austausch zwischen einem Richter und einem Ethiker

Dr. Hilmar Hoch und Konrad Kindle
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

15.11.26 11:00 Uhr Schaan 03C02

Warum das Gute gut ist Eine Diskussion zwischen einem Ethiker und einem Theologen

Raphael Bucheli
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta



23.10.26 18:30 Uhr Schaan 03C04

Flow-Momente und Serendipity Kreativ werden ohne Ziel

Beate Frommelt
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

06.11.26 18:30 Uhr Schaan 03C05

Recht haben oder glücklich sein? Zuhören als Superpower

Laura Hilti
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta



Marlies Engler

Gemeindeverantwortliche Planken

Kreativität und Vision: Perlenknüpfen und der Dekokurs Sternenzauber regen Fantasie und Geschicklichkeit an. Dazu ein Angebot, das Träume und Ziele visualisiert: Visionboard. Das macht das Plankner Programm inspirierend und ausgewogen. Loslassen und gleichzeitig gestalten.



Persönlichkeit

Wachsen Sie in Ihrer Persönlichkeit und entfalten Sie Ihr volles Potenzial.

↓ PERSÖNLICHKEIT

10.09.26 08:30 Uhr Mastrils 04A19

Selbstreflexion: Selbstbild versus Fremdbild

Der Weg zur Selbstführung mit Co-Trainer Pferd

👤 Carmen Zimmermann
📍 Mastrils, Rheinblick Islandpferdehof mit Zucht & Coaching

18.09.26 08:30 Uhr Mastrils 04A01

Selbstreflexion: Selbstbild versus Fremdbild

Der Weg zur Selbstführung mit Co-Trainer Pferd

👤 Carmen Zimmermann
📍 Mastrils, Rheinblick Islandpferdehof mit Zucht & Coaching

19.09.26 08:30 Uhr Schaan 04A02

Die Lerngeheimnisse für den Lehrabschluss

Wie du mit den richtigen Merktechniken dein Potenzial entfaltet

👤 Robin Egloff
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

24.09.26 19:00 Uhr Eschen 04A03

Ängsten und Emotionen ganzheitlich begegnen

Ein Weg zu innerer Balance

👤 Caroline Gassner
📍 Eschen, Primarschule, Musikzimmer



29.09.26 17:30 Uhr Gamprin 04A04

Erhalt der seelischen Gesundheit in schwierigen Lebensphasen

Methoden und Werkzeuge aus der Positiven Psychologie

👤 Klaus Reiter
📍 Gamprin, Vereinshaus

01.10.26 08:30 Uhr Schaan 04A05

Zeit- und Selbstmanagement

Was wir von Hemingway und Mozart lernen können

👤 Maria Stepanek
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

17.10.26 09:00 Uhr Schaanwald 04A06

Map of Life, Astrologie als Landkarte der Psyche

Geburtshoroskop als Werkzeug der persönlichen Entwicklung

👤 Stefan Marcec
📍 Schaanwald, Zuschg, Raum «Bahnhof»

24.10.26 08:30 Uhr Schaan 04A07

Schlaue Köpfe lernen richtig, Grundkurs

Workshop für Schülerinnen und Schüler von 10 bis 14 Jahre

👤 Margit Hinterreiter
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

31.10.26 08:30 Uhr Schaan 04A08

Schlaue Köpfe lernen richtig, Aufbaukurs

Workshop für Schülerinnen und Schüler von 10 bis 14 Jahre

👤 Margit Hinterreiter
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch



06.11.26 08:30 Uhr Schaan 04A09

Stress-Kompetenz für den Alltag

Eigene Ressourcen nutzen, um Herausforderungen und Belastungen zu meistern

👤 Patric Eisele
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

06.11.26 08:30 Uhr Mauren 04A10

Lebenskompass: Entdecke, was dich bewegt und was du bewirkt

Ein spielerischer Zugang zu deinen aktuellen Themen und deiner Ausstrahlung

👤 Claudia Marte
📍 Mauren, Kulturhaus Rössle

07.11.26 09:00 Uhr Planken 04A11

Workshop: Vision Board

Kreative Visualisierung von Träumen und Zielen

👤 Marlene Büchel
📍 Planken, Dreischwesternhaus, Mehrzweckraum



07.11.26 09:00 Uhr Schaanwald 04A12

Meine Talente, das bin ich und das kann ich!

Talente und Stärken, neurographisch zeichnen

👤 Marina Linder
📍 Schaanwald, Zuschg, Raum «Bahnhof»

10.11.26 18:30 Uhr Schaanwald 04A13

Gedächtnistricks aus der Werkzeugkiste, die Basics

Das Merktechnikseminar

👤 Robin Egloff
📍 Schaanwald, Zuschg, Raum «Bahnhof»



19.11.26 17:00 Uhr Schaan 04A14

Workshop: Trotz Trauer gut leben

So individuell die Menschen, so individuell ist die Trauer.

👤 Elisabeth Walcher
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

29.10.26 18:30 Uhr Schaan 04A15

«The Work» nach Katie Byron

Umgang mit Glaubenssätzen und Gedankenkarussellen

👤 Laura Hilti
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

06.11.26 13:30 Uhr Schaan 04A16

Vorbereitung auf die Pensionierung

Impulse und Informationen zum nächsten Lebensabschnitt

📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

↓ **KOMMUNIKATION UND GESPRÄCHSFÜHRUNG**

29.09.26 08:30 Uhr Schaan 04D02

Das A&O am Telefon

Der erste Eindruck zählt

👤 Wolfgang Seidler
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

23.10.26 08:30 Uhr Schaan 04D03

In 30 Sekunden auf den Punkt kommen
Professionelle Aussagen treffen

👤 Wolfgang Seidler
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

16.11.26 18:30 Uhr Schaan 04D04

Einführung in die «Gewaltfreie Kommunikation»

Konstruktive Gespräche in schwierigen Situationen

👤 Laura Hilti
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

28.11.26 09:00 Uhr Schaanwald 04D01

Wertschätzende Sprache: klar und respektvoll

Einführung in die gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg

👤 Marina Linder
📍 Schaanwald, Zuschg, Raum «Bahnhof»

↓ **FÜHRUNG UND ORGANISATION**

23.09.26 08:30 Uhr Schaan 04E01

Der Führungskompass, der Lehrgang
Orientierung und Wirksamkeit im Führungsalltag

👤 Salome Bosch und Robert Lipsky
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

23.09.26 08:30 Uhr Schaan 04E01A

Der Führungskompass, der Lehrgang, Modul 1

Führung gestalten

👤 Salome Bosch und Robert Lipsky
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

21.10.26 08:30 Uhr Schaan 04E01B

Der Führungskompass, der Lehrgang, Module 2 und 3

Teams entwickeln und gleichzeitig optimal Führen im Wandel

👤 Salome Bosch und Robert Lipsky
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

30.09.26 08:30 Uhr Schaan 04E02

Erstmalig Führungskraft

Grundlagen und Werkzeuge für den erfolgreichen Start als Leader

👤 Salome Bosch
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

15.10.26 08:30 Uhr Schaan 04E03

Positive Leadership: Arbeitsklima verbessern, Teams Sicherheit vermitteln

Workshop zur Psychologischen Sicherheit im Unternehmen

👤 Elisabeth Walcher
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

05.11.26 19:00 Uhr Schaan 04F04

Von Ideen zu Imperien

Wie die erfolgreichsten Unternehmen der Welt ihr Wissen managen

👤 Nathalie Nipp
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

13.11.26 14:00 Uhr Schaan 04F05

Setzen Sie Ihr Vorhaben um
Ideen entwickeln und Schritt für Schritt umsetzen

👤 Ivo Solèr
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

18.11.26 08:30 Uhr Schaan 04F06

Reklamationen als Chance erkennen

Kundenbeziehung lösungsorientiert stärken

👤 Wolfgang Seidler
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta



22.10.26 08:30 Uhr Schaan 04E04

Masterclass Führungskraft

Führung, die inspiriert und überzeugt

👤 Michael Jahn
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

24.09.26 19:00 Uhr Schaan 04F01

Vom Geistesblitz zum Wettbewerbsvorteil

Wie liechtensteinische Unternehmen zur globalen Marke wurden

👤 Nathalie Nipp
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta



Manuela Kaufmann

Gemeindeverantwortliche Ruggell

Kreativität und Bewegung sind die Schwerpunkte des Herbstes: Das eine fördert Geschicklichkeit und regt die Fantasie an. Auf der anderen Seite sind die Yoga- und Fitnesskurse für die Beweglich- und Geschmeidigkeit des Körpers gut.



**Buchen Sie
eine Führung**

Park Teil der Bodenseepärke



Ein Ort ganz im Sinne der Bildung, der Natur und der Begegnung.

Die Liegenschaft Stein Egerta liegt in einem 13000 m² grossen Park – das ideale Umfeld für konzentriertes Arbeiten und Lernen abseits der Alltagshektik. Als Oase der Ruhe und Inspiration lässt dieses Umfeld Ihren Anlass oder Lehrgang zu einem unvergesslichen Erlebnis werden und trägt zu einer erfolgreichen Veranstaltung bei. Seit 2023 ist der Park der Stein Egerta Mitglied der Bodenseegärten und das einzige Gartendenkmal Liechtensteins.



Vormerken

**Lichterzauber in der Stein Egerta
Mit Weihnachtsbar**

- 12. November
- 19. November
- 26. November
- 03. Dezember
- 10. Dezember



Jeweils von 17:00 bis 20:30 Uhr



23.09.26 14:00 Uhr Schaan 06A04

Die Kunst des Pendelns, Aufbaukurs Vertiefung mit Dr. Andrea Fischbacher

👤 Dr. Andrea Fischbacher
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta



29.09.26 18:30 Uhr Schellenberg 06A05

Duft-Geschichten: Wickel mit ätherischen Ölen

Wohltuend im Winter

👤 Ursula Bürgi
📍 Schellenberg, Begegnungsraum



Mensch und Natur

Ergünden Sie Ihr Bedürfnis nach Natürlichkeit und der Fülle eigener Emotionen.



04.09.26 19:00 Uhr Schellenberg 06A01

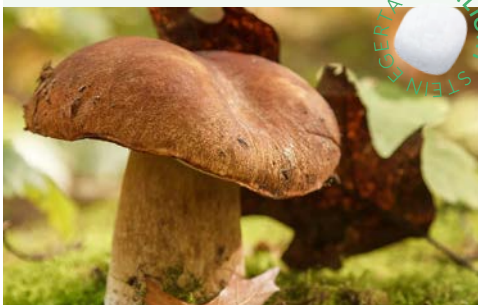
Astronomie, Reiseführer durchs Weltall Ein Crashkurs durch den Kosmos

👤 Thomas Schnur
📍 Schellenberg, Gemeindehaus

05.09.26 10:30 Uhr Berschis 06A02

Wanderung im Kraftort-Reich: St. Georgenberg Berschis

Kulturausflug mit Dr. Andrea Fischbacher
👤 Dr. Andrea Fischbacher
📍 Berschis, Bushalt «Unterdorf»



15.09.26 18:00 Uhr Gamprin 06A03

Einführung Pilzkunde Das geheimnisvolle Wesen

👤 Alexandra Milesi
📍 Gamprin, Vereinshaus



Gesundheit und Körper

Lernen Sie, Ruhe und Entspannung bewusst zu leben.

11.09.26 13:00 Uhr Schaan 07A01

Basisausbildung Positive Psychologie im Alltag Zertifikatslehrgang 2026/2027 (Europäische Akademie der Positiven Psychologie)

👤 Elisabeth Walcher
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

26.08.26 18:30 Uhr Online 07A01A

Info-Vortrag zur Ausbildung Positive Psychologie im Alltag Ein Weg zu einem erfüllten, sinnvollen Leben

👤 Elisabeth Walcher
📍 Online, Teilnahme von Büro/Zuhause

11.09.26 13:00 Uhr Schaan 07A01B

Ausbildung Positive Psychologie Modul 1 Die Kraft der Positiven Emotionen

👤 Elisabeth Walcher
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

16.10.26 13:00 Uhr Schaan 07A01C

Ausbildung Positive Psychologie Modul 2 Charakterstärken und ihre Bedeutung im Leben

👤 Elisabeth Walcher
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

20.11.26 13:00 Uhr Online 07A01D

Ausbildung Positive Psychologie Modul 3 Resilienz – gut mit Herausforderungen umgehen

👤 Elisabeth Walcher
📍 Online, Teilnahme von Büro/Zuhause

28.08.26 14:00 Uhr Triesen 07A02

Jin Shin Jyutsu: Strömen, Selbsthilfekurs 1

Erfahren, erspüren und erkennen, was mir hilft

👤 Cornelia Nutt
📍 Triesen, Jin Shin Jyutsu Praxis,
Feldstrasse 106



<p>02.09.26 19:00 Uhr Eschen 07A03 Eiweiss, Trend oder Schlüssel zur Gesundheit? Nachhaltiges Abnehmen und Energiesteigerung Eliane Vogt Eschen, Gemeindsaal, Foyer</p>	<p>26.09.26 09:00 Uhr Schaan 07A11 Der Vagusnerv, Schlüssel zu Entspannung und Regeneration Das vegetative Nervensystem im Gleichgewicht Margot Sele Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta</p>	<p>04.11.26 19:00 Uhr Balzers 07A18 Homöopathische Hausapotheke Eine wirkliche Alternative Sandra Frei Balzers, Alter Pfarrhof, Stube</p>
<p>03.09.26 18:00 Uhr Triesenberg 07A04 Erste Hilfe Kurs Die ersten Massnahmen Mirco Beck Triesenberg, Vereinshaus Hofi (Dorfzentrum)</p>	<p>01.10.26 18:30 Uhr Schaan 07A12 Mehr Lebensqualität mit Cranio-Griffen für den Alltag Einstieg in die Methode mit praktischen Übungen Patrizia Rusch Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta</p>	<p>05.11.26 18:30 Uhr Schaan 07A19 Stressbalance im Alltag mit Cranio-Griffen Übungen zur Regulation des Nervensystems Patrizia Rusch Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta</p>
<p>07.09.26 13:30 Uhr Mauren 07A05 Gesund, stark, ausgeglichen, ohne zu hungern, ohne Diät Ernährung und Bewegung, der Kombinationskurs Eliane Vogt Mauren, Ernährungs- und Bewegungsstudio Eliane Vogt</p>	<p>10.10.26 10:00 Uhr Gamprin 07A13 Achtsames Kältebaden, die eigene Kraft entdecken Sicher gemeinsam in die Kälte Martin Rohner Gamprin, Vereinshaus und Grossabünt</p>	<p>10.11.26 18:00 Uhr Balzers 07A20 Vertiefte Einführung in die Zen-Meditation Die Stille hinter der Stille Roland Frick Balzers, Zendo</p>
<p>11.09.26 18:00 Uhr Schaan 07A06 Über die Selbstliebe zur Nächstenliebe Meditationswochenende Maja Bandelier Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta</p>	<p>19.10.26 19:30 Uhr Eschen 07A14 Meditation und Entspannung Für mehr Klarheit und Energie Elias Jehle Eschen, Kindergarten Schönbühl, Bewegungsraum</p>	<p>14.11.26 08:30 Uhr Triesen 07A21 Jin Shin Jyutsu: Strömen, Workshop für die Augen Augen mit Strömen harmonisieren Cornelia Nutt Triesen, Jin Shin Jyutsu Praxis, Feldstrasse 106</p>
<p>12.09.26 09:00 Uhr Gamprin 07A07 Workshop Burn Out Prävention Frühzeitig erkennen, geeignet gegensteuern Natascha Ebster Gamprin, Vereinshaus</p>	<p>22.10.26 18:00 Uhr Schaan 07A15 Der Atem als Türöffner Entspannung, Heilung und inneres Gleichgewicht Sandra Rossi Schaan, Praxis Im Gapetsch 24</p>	<p>20.11.26 17:30 Uhr Vaduz 07A22 Begleitete Fastenwoche nach Buchinger/Lützner Gesundheitsgewinn durch Verzicht Stefanie Hasler Vaduz, Vadozner Huus</p>
<p>16.09.26 18:30 Uhr Schaan 07A08 Mit 10 Massnahmen Demenz vorbeugen Geistig fit bleiben Matthias Brüstle Schaan, Pfarreizentrum (neben TaK)</p>	<p>23.10.26 14:00 Uhr Triesen 07A16 Jin Shin Jyutsu: Strömen, Selbsthilfekurs 2 Die 26 Sicherheitsenergieschlösser und ihre Bedeutung Cornelia Nutt Triesen, Jin Shin Jyutsu Praxis, Feldstrasse 106</p>	<p>20.11.26 18:00 Uhr Schaan 07A23 Über die Selbstliebe zur Nächstenliebe Meditationswochenende Maja Bandelier Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta</p>
<p>21.09.26 18:15 Uhr Schaan 07A09 Meditation Auszeit für mich! Charlotte Ender Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta</p>	<p>28.10.26 18:30 Uhr Online 07A17 Der Cholesterin-Mythos Ist er wirklich so gefährlich, wie wir denken? Prof. Dr. Nelson Annunziato Online, Teilnahme von Büro/Zuhause</p>	<p>27.11.26 14:00 Uhr Triesen 07A24 Jin Shin Jyutsu: Strömen, Selbsthilfekurs 3 Beziehungen von Finger und Zehen Cornelia Nutt Triesen, Jin Shin Jyutsu Praxis, Feldstrasse 106</p>



24.09.26 18:00 Uhr Triesenberg 07A10
Kinder-Notfallkurs kompakt
 Die ersten Massnahmen für Angehörige und Interessierte
 Mirco Beck
 Triesenberg, Vereinshaus Hofi (Dorfzentrum)

Severine Rohrer-Beck
 Gemeindeverantwortliche Triesenberg
 Inspirationen und Erste Hilfe prägen das Programm in Triesenberg und machen es zu einer Bereicherung. Seien es Filzkurse, oder Kurse rund um die Gesundheit wie der Kinder-Notfallkurs kompakt, es ist für alle Wissensdurstigen etwas dabei.





Bewegung und Fitness

Ein gesunder Körper ist die Basis für Ihr Wohlbefinden.

↓ PILATES

18.08.26 08:15 Uhr Vaduz 08A01

Pilates am Dienstagmorgen

Intensives, stärkendes, ganzheitliches Training

👤 Tamara Ospelt
📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

18.08.26 17:30 Uhr Vaduz 08A02

Pilates am Dienstagabend

Intensives, stärkendes, ganzheitliches Training

👤 Tamara Ospelt
📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

19.08.26 08:15 Uhr Vaduz 08A03

Pilates am Mittwochmorgen

Intensives, stärkendes, ganzheitliches Training

👤 Tamara Ospelt
📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

20.08.26 08:15 Uhr Vaduz 08A04

Pilates am Donnerstagmorgen

Sanftes, gezieltes, rüchenschonendes Trainieren für Einsteiger

👤 Tamara Ospelt
📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

20.08.26 19:15 Uhr Vaduz 08A05

Pilates mit Beckenbodentraining in Vaduz

Für Fortgeschrittene

👤 Karin Elsensohn
📍 Vaduz, Primarschule Ebenholz, Musikzimmer

21.08.26 08:15 Uhr Vaduz 08A06

Pilates am Freitagmorgen

Intensives, stärkendes, ganzheitliches Training

👤 Tamara Ospelt
📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

27.08.26 09:30 Uhr Triesen 08A07

Pilates-Beckenboden-Training in Triesen

Körperbewusstes und stärkendes Training

👤 Daniela Kaiser-Feigl
📍 Triesen, Spoerry Fabrik, Bewegungsraum

20.10.26 18:30 Uhr Eschen 08A08

Pilates mit dem «Magic Circle» (Pilates Ring)

Kraft, Körperhaltung und Flexibilität verbessern

👤 Carmen Eggenberger
📍 Eschen, Primarschule, Aula

21.10.26 10:15 Uhr Schaan 08A09

Pilates, the way of life

Ausgewogenes Ganzkörpertraining

👤 Carmen Eggenberger
📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch

22.10.26 18:15 Uhr Mauren 08A10

Pilates, the way of life, Fortgeschrittene

Ausgewogenes Ganzkörpertraining

👤 Carmen Eggenberger
📍 Mauren, Jugendhaus Weiherring

22.10.26 19:15 Uhr Vaduz 08A11

Pilates mit Beckenbodentraining in Vaduz

Für Fortgeschrittene

👤 Karin Elsensohn
📍 Vaduz, Primarschule Ebenholz, Musikzimmer

↓ YOGA

17.08.26 19:00 Uhr Mauren 08B01

Chi Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene in Mauren

Ruhige, meditative Yoga- und Achtsamkeitspraxis

👤 Stefanie Hastrich
📍 Mauren, Jugendhaus Weiherring

17.08.26 19:30 Uhr Nendeln 08B02

Yoga für Männer in Nendeln

Die perfekte Ergänzung für Sporttrainings

👤 Olga Meier
📍 Nendeln, Alte Schule

18.08.26 19:00 Uhr Vaduz 08B03

Yoga am Dienstag

Aus dem Denken heraus, hinein ins Gefühl

👤 Olga Meier
📍 Vaduz, Kindergarten Haberfeld, Rhythmikraum

19.08.26 17:30 Uhr Ruggell 08B04

Chi Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene in Ruggell

Ruhige, meditative Yoga- und Achtsamkeitspraxis

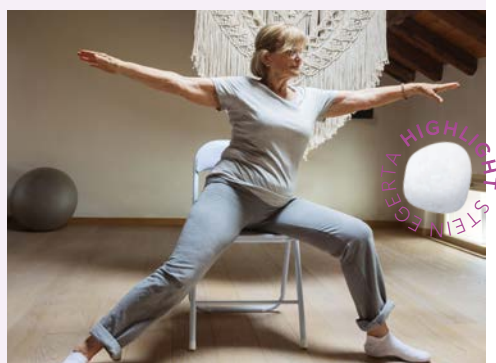
👤 Stefanie Hastrich
📍 Ruggell, Vereinshaus, Bewegungsraum

19.08.26 19:00 Uhr Ruggell 08B05

Chi Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene in Ruggell

Ruhige, meditative Yoga- und Achtsamkeitspraxis

👤 Stefanie Hastrich
📍 Ruggell, Vereinshaus, Bewegungsraum



25.08.26 09:45 Uhr Nendeln 08B06

Stuhl-Yoga, sanfte Bewegung nach individuellen Möglichkeiten

Sanfte Yoga-Praxis bei eingeschränkter Beweglichkeit

👤 Olga Meier
📍 Nendeln, Alte Schule

10.09.26 18:15 Uhr Eschen 08B07

Hatha Yoga

Es ist nie zu spät, so zu sein, wie man gerne gewesen wäre!

👤 Andrea Kolb-Marxer
📍 Eschen, Kindergarten Schönbühl, Bewegungsraum

Stephanie Biedermann

Gemeindeverantwortliche Triesen

Gesundheit, Tanz und Genuss stehen im Mittelpunkt. Professionelle Kochangebote von Fleischgenüssen bis hin zu Herbstklassikern, Gesundheitsangebote von Jin Shin Jyutsu bis hin zu Zumba, Bachata und Salsa. So gibt es einige Leckerbissen an bereichernden Erfahrungen für Interessierte.



15.09.26 18:15 Uhr Eschen 08B08

Yoga für den Rücken

Back in Motion

Andrea Kolb-Marxer
Eschen, Kindergarten Schönbühl,
Bewegungsraum



19.10.26 19:30 Uhr Nendeln 08B09

Yoga für Männer in Nendeln

Die perfekte Ergänzung
für Sporttrainings

Olga Meier
Nendeln, Alte Schule

20.10.26 09:45 Uhr Nendeln 08B10

Stuhl-Yoga, sanfte Bewegung nach individuellen Möglichkeiten

Sanfte Yoga-Praxis bei ein-
geschränkter Beweglichkeit

Olga Meier
Nendeln, Alte Schule

20.10.26 19:00 Uhr Vaduz 08B11

Yoga am Dienstag

Aus dem Denken heraus, hinein ins Gefühl

Olga Meier
Vaduz, Kindergarten Haberfeld,
Rhythmikraum



06.11.26 18:30 Uhr Balzers 08B12

Lu Jong, Tibetische Yoga für Körper und Geist

Balance im Alltag

Davide Normanno
Balzers, Kindergarten Iramali,
Gymnastikraum

↓ TAIJIQUAN UND QI GONG

02.09.26 17:30 Uhr Schaan 08C01

Qi Gong Experience

Meditation in Bewegung

Margot Sele
Schaan, Raum für Begegnung

02.09.26 18:45 Uhr Schaan 08C02

Qi Balance, Kräftigen und Dehnen

Dynamisch und beschwingt,
ruhig und gelassen

Margot Sele
Schaan, Raum für Begegnung



07.09.26 17:50 Uhr Vaduz 08C03

Qi Flow, das sanfte Qi Gong

Im Dialog mit der Lebenskraft

Margot Sele
Vaduz, Primarschule Ebenholz,
Musikzimmer

07.09.26 19:00 Uhr Vaduz 08C04

Qi Balance, Kräftigen und Dehnen

Das Qi Gong für ein langes
und gesundes Leben

Margot Sele
Vaduz, Primarschule Ebenholz,
Musikzimmer

07.11.26 09:00 Uhr Schaan 08C05

Energieübungen nach den 5 Tibetern

Für mehr Vitalität

Margot Sele
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

↓ BEWEGUNG UND FITNESS

17.08.26 16:45 Uhr Vaduz 08D01

Männerrunde, das andere Training

Männer unter sich

Tamara Ospelt
Vaduz, Trainingsraum euphysis

17.08.26 17:45 Uhr Vaduz 08D02

Rückenfit: Zur Stärkung der

Rücken- und Rumpfmuskeln

Das andere Training

Tamara Ospelt
Vaduz, Trainingsraum euphysis

17.08.26 19:00 Uhr Vaduz 08D03

Männerrunde, das andere Training

Männer unter sich

Tamara Ospelt
Vaduz, Trainingsraum euphysis

18.08.26 09:30 Uhr Vaduz 08D04

Fitness fürs Gehirn

Geist und Körper in Bewegung

Tamara Ospelt
Vaduz, Trainingsraum euphysis

18.08.26 12:15 Uhr Vaduz 08D05

Stretch & Relax: Aktive

Erholung am Mittag

Fasziendehnen gegen Schmerzen

Tamara Ospelt
Vaduz, Trainingsraum euphysis

18.08.26 16:15 Uhr Vaduz 08D06

Gesunde Gelenke, schmerz-

freies Bewegen

Das effektive Training nach
Liebscher & Bracht

Tamara Ospelt
Vaduz, Trainingsraum euphysis

18.08.26 18:45 Uhr Vaduz 08D07

Stretch & Relax: Aktive

Erholung am Abend

Fasziendehnen gegen Schmerzen

Tamara Ospelt
Vaduz, Trainingsraum euphysis

Marlies Wohlwend

Gemeindeverantwortliche Eschen-Nendeln

Stärkung und Balsam für Körper und Seele:
Gesundheitsangebote und verschiedene Bewe-
gungsangebote steigern die Vitalität. Gepaart
mit Powerfood-Angeboten und Seelennahrung
wie Adventsbäckerei und Schokolade ist es
purer Genuss der Weiterbildung.



19.08.26 09:30 Uhr Vaduz 08D08
Fit & Stretch ab 66
 Gesundheitliches Ganzkörpertraining
 👤 Tamara Ospelt
 📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

19.08.26 12:15 Uhr Vaduz 08D09
Fit am Mittag
 Effektives Training zwischendurch
 👤 Tamara Ospelt
 📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

19.08.26 13:30 Uhr Vaduz 08D10
Fit & Stretch nach Liebscher & Bracht
 Muskeln stärken, Muskeln strecken
 👤 Tamara Ospelt
 📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

19.08.26 17:45 Uhr Vaduz 08D11
Dayo, Dance-Yoga am Mittwochabend
 Emotionen & Exercise
 👤 Andrea Cipriano
 📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

19.08.26 19:00 Uhr Vaduz 08D12
Faszien-Yoga am Mittwochabend
 Für einen elastischen und straffen Körper
 👤 Andrea Cipriano
 📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

19.08.26 19:30 Uhr Balzers 08D13
Schnupperstunden Aqua Fit
 Intensive Übungen für Bauch, Beine und Po
 👤 Daniela Bini
 📍 Balzers, Hallenbad

20.08.26 12:15 Uhr Vaduz 08D14
Faszien-Yoga am Donnerstagsmittag
 Für einen elastischen und straffen Körper
 👤 Andrea Cipriano
 📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

20.08.26 17:45 Uhr Vaduz 08D15
Männerrunde, das andere Training
 Männer unter sich
 👤 Tamara Ospelt
 📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

20.08.26 18:45 Uhr Vaduz 08D16
Rückenfit mit Stretch & Relax
 Training und Faszien dehnen gegen Schmerzen
 👤 Tamara Ospelt
 📍 Vaduz, Trainingsraum euphysis

01.09.26 17:45 Uhr Schaan 08D17
Faszien- und Yin-Yoga
 Federn und Dehnen
 👤 Fabienne Vetsch
 📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

01.09.26 19:00 Uhr Schaan 08D18
Faszien- und Yin-Yoga
 Federn und Dehnen
 👤 Fabienne Vetsch
 📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

27.08.26 08:30 Uhr Eschen 08D19
Muskelaufbau mit dem eigenen Körper
 Back in Balance: Kräftigung für den ganzen Körper
 👤 Eliane Vogt
 📍 Eschen, Primarschule, Turnhalle

28.08.26 17:30 Uhr Eschen 08D20
Kraft Workout 40plus
 Denn Muskeln halten fit, gesund und schlank
 👤 Eliane Vogt
 📍 Eschen, Primarschule, Turnhalle



29.08.26 08:45 Uhr Schaan 08D21
Beckenboden-Workshop, Prävention und Stärkung
 Gesund und entspannter leben
 👤 Carmen Eggenberger
 📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

31.08.26 19:00 Uhr Eschen 08D22
Crawlkurs für Erwachsene, Anfänger
 Die Crawltechnik wird vermittelt und geübt
 👤 Jana Wessolowski
 📍 Eschen, Schulzentrum Unterland, Hallenbad

31.08.26 19:50 Uhr Eschen 08D23
Crawlkurs für Erwachsene, Fortgeschrittene
 Vertiefung der Crawltechnik und Verbesserung des Schwimmstils
 👤 Jana Wessolowski
 📍 Eschen, Schulzentrum Unterland, Hallenbad

15.09.26 18:30 Uhr Schaan 08D24
Schnupperkurs Aqua Fit
 Erlangung und Erhaltung der Vitalität
 👤 Daniela Bini
 📍 Schaan, Hallenbad HPZ

18.09.26 18:30 Uhr Nendeln 08D25
Japanische Schwertkampfkunst
 Konzentration und Abschalten zugleich
 👤 Metin Kayar
 📍 Nendeln, Budokan by Metin Kayar



14.10.26 17:00 Uhr Balzers 08D26
Nordic Walking und InkoBe, Beweglichkeit steigern
 Bewegung und Dehnung für Einsteiger
 👤 Klaus Reiter
 📍 Balzers, Kindergarten Mariahilf

21.10.26 19:30 Uhr Balzers 08D27
Schnupperstunden Aqua Fit
 Intensive Übungen für Bauch, Beine und Po
 👤 Daniela Bini
 📍 Balzers, Hallenbad

06.11.26 18:30 Uhr Nendeln 08D28
Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen
 Einblick gewinnen in das vielfältige System
 👤 Metin Kayar
 📍 Nendeln, Budokan by Metin Kayar

↓ **Workout & Kondition**

19.08.26 08:15 Uhr Nendeln 08E01
Bodyforming, gestärkt durch die Wechseljahre
 Problemzonentraining, Gewebestraffung, Vorbeugen von Beschwerden
 👤 Robina Ritter
 📍 Nendeln, Turnhalle Primarschule

24.08.26 13:00 Uhr Nendeln 08E07
Bodyforming, gestärkt durch die Wechseljahre
 Problemzonentraining, Gewebestraffung, Vorbeugen von Beschwerden
 👤 Robina Ritter
 📍 Nendeln, Turnhalle Primarschule

24.08.26 19:00 Uhr Vaduz 08E02
Bodyforming, gestärkt durch die Wechseljahre
 Problemzonentraining, Gewebestraffung, Vorbeugen von Beschwerden
 👤 Robina Ritter
 📍 Vaduz, Kindergarten Schwefel, Rhythmikraum

07.09.26 08:30 Uhr Ruggell 08E03
Fatburner-Bauchkiller am Montagmorgen
 Der Name ist Programm
 👤 Sabrina Nachbaur
 📍 Ruggell, Vereinshaus, Bewegungsraum

19.10.26 18:00 Uhr Triesen 08E04

Zumba Fitness

Rhythmus & Bewegung,
10-Wochen-Zumba-Erlebnis

👤 Bernadett Marton
📍 Triesen, Spoerry Fabrik, Bewegungsraum

19.10.26 19:00 Uhr Vaduz 08E05

Bodyforming, gestärkt durch die Wechseljahre

Problemzonentraining, Gewebestraffung, Vorbeugen von Beschwerden

👤 Robina Ritter
📍 Vaduz, Kindergarten Schwefel, Rhythmikraum

21.10.26 08:15 Uhr Nendeln 08E06

Bodyforming, gestärkt durch die Wechseljahre

Problemzonentraining, Gewebestraffung, Vorbeugen von Beschwerden

👤 Robina Ritter
📍 Nendeln, Turnhalle Primarschule

↓ **Tanzen**

25.08.26 18:40 Uhr Triesen 08F01

Salsa Cubana III am Dienstagabend
Für Fortgeschrittene

👤 Massimo Daniele
📍 Triesen, Spoerry Fabrik, Kleinkunstabühne

25.08.26 19:45 Uhr Triesen 08F02

Bachata Tanzkurs am Dienstagabend
Für Anfänger

👤 Massimo Daniele
📍 Triesen, Spoerry Fabrik, Kleinkunstabühne

01.09.26 17:15 Uhr Mauren 08F03

Hip Hop Dance für Kids um 17.15 Uhr
Beginner und Fortgeschrittene (7 bis 11 Jahre)

👤 Simone Marxer
📍 Mauren, Jugendhaus Weiherring

01.09.26 18:30 Uhr Mauren 08F04

Jazzdance für Kids um 18.30 Uhr
Beginner und Fortgeschrittene (7 bis 11 Jahre)

👤 Simone Marxer
📍 Mauren, Jugendhaus Weiherring



01.09.26 19:45 Uhr Mauren 08F05

Jazzdance für Erwachsene um 19.45 Uhr
Basiskurs

👤 Simone Marxer
📍 Mauren, Jugendhaus Weiherring

04.09.26 13:45 Uhr Mauren 08F06

Kreativer Kindertanz um 13.45 Uhr
Für Kids von 5 und 6 Jahren

👤 Simone Marxer
📍 Mauren, Jugendhaus Weiherring

19.10.26 19:30 Uhr Balzers 08F07

Tanzkurs für Fortgeschrittene

👤 Iva Eberle
📍 Balzers, Primarschule Iramali, Aula

20.10.26 18:40 Uhr Triesen 08F08

Salsa Cubana IV
Für Fortgeschrittene

👤 Massimo Daniele
📍 Triesen, Spoerry Fabrik, Kleinkunstabühne

20.10.26 19:30 Uhr Gamprin 08F09

Tanzkurs für Anfänger
Foxtrott, Jive und Rumba

👤 Nicole Hardegger
📍 Gamprin, Vereinshaus

20.10.26 19:40 Uhr Triesen 08F10

Bachata II Tanzkurs am Dienstagabend
Für leicht Fortgeschrittene

👤 Massimo Daniele
📍 Triesen, Spoerry Fabrik, Kleinkunstabühne



22.10.26 18:30 Uhr Vaduz 08F11

Rock'n'Roll Tanzkurs
Fünf Abende zum Kennenlernen

👤 Madeleine Derungs
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2, Gymnastikraum

28.10.26 18:00 Uhr Gamprin 08F12

Line Dance
Tanz, Koordination und Freude

👤 Elisabeth Elkuch-Heid
📍 Gamprin, Vereinshaus

Simone Sulser

Gemeindevverantwortliche Gamprin-Bendern

Natur, Gesundheit und Genuss stehen im Mittelpunkt des Semesters: von Pilzkunde und Räuchern, über kulinarische Angebote rund um den Globus bis hin zur Burnout-Prävention. Sie alle geben aus unterschiedlichen Perspektiven neue Blickwinkel frei.





Stein Egerta:
Der ideale Tagungsort für Ihr Seminar
oder Ihren Firmenanlass

Raummiete



**Ernährung, Essen
und Kulinarik**

Lernen Sie exotische Rezepte
und eine richtige Ernährung.

03.09.26 18:00 Uhr Gamprin 09A01

Sushi, Maki & Co

Essen wie in Japan

👤 Katrin Yamaguchi

📍 Gamprin, Gemeindehaus, Saalküche

03.09.26 18:30 Uhr Schellenberg 09A02

**Pizzabackkurs mit einem
echten Italiener**

Italien erleben

👤 Andrea Menichelli

📍 Schellenberg, Gemeindehaus, Saalküche

17.09.26 17:00 Uhr Gamprin 09A03

Kochen für Rheumabetroffene

Die Gesundheit mit Köstlichem
positiv beeinflussen

👤 Klaus Reiter

📍 Gamprin, Gemeindehaus, Saalküche

19.09.26 10:00 Uhr Schaan 09A04

Knödel, eine runde Sache

Leckereien, die es in sich haben!

👤 Ursula Bachmann

📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch,
Küche

21.09.26 18:30 Uhr Eschen 09A05

**Powerküche für jeden Tag: den
Stoffwechsel aktivieren**

Gesundheit zum Essen in
Theorie und Praxis

👤 Eliane Vogt

📍 Eschen, Schulzentrum Unterland,
Schulküche

23.09.26 18:00 Uhr Balzers 09A06

Köstlichkeiten für die Darmgesundheit

Mit Gaumenfreuden zu einem
guten Bauchgefühl

👤 Klaus Reiter

📍 Balzers, Realschule, Schulküche

25.09.26 18:00 Uhr Triesen 09A07

**Heimische Herbstklassiker:
Wild, Pilze, Knödel & Co.**

Die perfekte Fusion

👤 Werner Vögel

📍 Triesen, Primarschule, Schulküche

**Ihr nächster Schritt zu
mehr finanzieller Kompe-
tenz. Gestalten Sie Ihre
Zukunft selbstbestimmt!**

Fokus Frauen und Finanzen

Finanzielle Sicherheit beginnt mit Wissen

Die Kursreihe «Fokus Finanzen» vermittelt verständlich und praxisnah die wichtigsten Grundlagen rund um Geldanlage, Vorsorge, Vermögensaufbau und finanzielle Unabhängigkeit. Ob Sie erste Schritte in die Welt der Finanzen wagen oder Ihre Anlagestrategie gezielt weiterentwickeln möchten – unsere erfahrenen Fachpersonen begleiten Sie auf diesem Weg.

Speziell für Frauen

Besonders für Frauen bieten wir mit «Fokus Frauen» einen geschützten Rahmen, um Finanzthemen offen zu diskutieren, Fragen zu stellen und Sicherheit im Umgang mit Geld und Investitionen zu gewinnen.

Die Kurse werden von den ausgewiesenen Finanzprofs Daniel Frauenfelder, Michael Negele und Johanna Heeb kompetent und praxisnah geleitet. Sie verbinden fundiertes Fachwissen mit langjähriger Erfahrung aus Vermögensverwaltung und Finanzplanung.



Finanzbausteine des Lebens Fokus Frauen (03B02)

Finanzwissen kompakt für Frauen

1.0 Grundlagen des Investierens für
Einsteigerinnen (03B01)

Finanzwissen kompakt für Frauen

2.0 Jetzt investieren: Wissen
auffrischen und starten! (03B05)

Finanzwissen kompakt 1.0

Grundlagen des Investierens für
Einsteiger/-innen (03B04)

Finanzwissen kompakt 2.0

Strategien entwickeln, Portfolios
umsetzen (03B10)

Xenia Schlegel

Gemeindeverantwortliche Vaduz

Körper und Geist in Bewegung. Zahlreiche Sprachkurse sind Nahrung fürs Gehirn und die umfassenden Bewegungskurse von Qi Gong und Yoga bis hin zu Bodyworkout halten den Körper geschmeidig. Dabei neu die Fastenwoche im Herbst zum gelungenen Jahresabschluss.



26.09.26 09:00 Uhr Eschen 09A08
Brot backen, Sauerteig und feine Sorten
 Selbstgemacht schmeckt es am besten
 👤 Bernarda Haas
 📍 Eschen, Schulzentrum Unterland, Schulküche



29.09.26 18:30 Uhr Schellenberg 09A09
Martins Special: Wild(e)-Zeit für Kraut und Rüben
 Kochen regional & rational: aus Hofläden
 👤 Martin Real
 📍 Schellenberg, Restaurant Weinlaube

01.10.26 18:00 Uhr Gamprin 09A10
Gyoza, Japanische Teigtaschen
 Essen wie in Japan
 👤 Katrin Yamaguchi
 📍 Gamprin, Gemeindehaus, Saalküche

14.10.26 19:00 Uhr Vaduz 09A11
Rebsorten-ABC: Bekanntes trifft auf Exot
 Die kleine Weinkunde
 👤 Alexandria Anna Karnberger, Joel Grossmann und Soraya Peterer
 📍 Vaduz, Mövenpick Weinkeller

16.10.26 18:00 Uhr Gamprin 09A12
Das Gourmet-Menü, der besondere Kochkurs
 Raffiniert, anspruchsvoll, spielend leicht
 👤 Klaus Reiter
 📍 Gamprin, Gemeindehaus, Saalküche

17.10.26 14:00 Uhr Eschen 09A13
Schnaps brennen
 Von der Frucht zum Destillat
 👤 Andreas Steinauer
 📍 Eschen, Destillerie Stein Egerta

21.10.26 18:00 Uhr Balzers 09A14
Gaumenfreuden und Ernährung bei Bluthochdruck
 Die Gesundheit mit Köstlichem positiv beeinflussen
 👤 Klaus Reiter
 📍 Balzers, Realschule, Schulküche

23.10.26 18:00 Uhr Triesen 09A15
Frankreichs grosse Küche, leicht und modern
 Leben wie Gott in Frankreich
 👤 Werner Vögel
 📍 Triesen, Primarschule, Schulküche

24.10.26 08:30 Uhr Balzers 09A16
Geschenke aus der Küche
 Leckereien aus Kinderhand (ab 7 Jahren)
 👤 Edith Nägele
 📍 Balzers, Realschule, Schulküche

26.10.26 18:30 Uhr Eschen 09A17
Alltagsküche: praktisch, ausgewogen, kinderfreundlich
 Gesundheit zum Essen in Theorie und Praxis
 👤 Eliane Vogt
 📍 Eschen, Schulzentrum Unterland, Schulküche

05.11.26 18:00 Uhr Gamprin 09A18
Ramen, Japanische Suppe mit Nudeln
 Essen wie in Japan
 👤 Katrin Yamaguchi
 📍 Gamprin, Gemeindehaus, Saalküche

07.11.26 09:00 Uhr Eschen 09A19
Schokoladenschöpfen
 Kreativer Genuss mit allen Sinnen
 👤 Bernarda Haas
 📍 Eschen, Schulzentrum Unterland, Schulküche

09.11.26 18:00 Uhr Gamprin 09A20
Fermentieren von Gemüse, Sauerkraut, Kimchi & Co
 Schmackhaft, haltbar und gesund
 👤 Klaus Reiter
 📍 Gamprin, Gemeindehaus, Saalküche

18.11.26 18:00 Uhr Gamprin 09A21
Hülsenfrüchte, die vergessenen Köstlichkeiten
 Es gibt noch mehr als Reis und Teigwaren im Alltag
 👤 Klaus Reiter
 📍 Gamprin, Gemeindehaus, Saalküche

18.11.26 18:30 Uhr Schaan 09A22
One-Pot-Küche mit pflanzlicher Power
 Kochen regional & rational: aus Hofläden
 👤 Eliane Vogt
 📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch, Küche

20.11.26 18:00 Uhr Balzers 09A23
Der «wilde» Kochkurs
 Herbstliche Fleischgenüsse aus der Region
 👤 Klaus Reiter
 📍 Balzers, Realschule, Schulküche

20.11.26 18:00 Uhr Triesen 09A24
Steak und Braten, herzhaftes Fleischgenüsse
 Macht Lust nach mehr
 👤 Werner Vögel
 📍 Triesen, Primarschule, Schulküche

05.12.26 09:00 Uhr Eschen 09A25
Adventsbäckerei
 Von Guetzlis bis Grittibänz
 👤 Bernarda Haas
 📍 Eschen, Schulzentrum Unterland, Schulküche

09.12.26 18:00 Uhr Balzers 09A26
Fermentieren von Gemüse, Sauerkraut, Kimchi & Co
 Schmackhaft, haltbar und gesund
 👤 Klaus Reiter
 📍 Balzers, Realschule, Schulküche

11.12.26 18:00 Uhr Triesen 09A27
Knödel-Vielfalt: Knödel und Saucen
 Wissenswertes für optimalen Genuss
 👤 Werner Vögel
 📍 Triesen, Primarschule, Schulküche

16.12.26 18:00 Uhr Balzers 09A28
Fermentieren II: Milch, Sojabohnen, probiotische Getränke
 Schmackhaft, haltbar und gesund
 👤 Klaus Reiter
 📍 Balzers, Realschule, Schulküche



Cecilia Primoceri und Nadine Büchel-Frick
 Gemeindeverantwortliche Balzers

Ein bunter Strauss an Angeboten, um den Wissensdurst zu stillen: Ob Kreativkurse, Lu Jong oder Homöopathie bis hin zu Gaumenfreuden aus der Herbstküche, Fermentieren, Cookies oder der «wilde» Kochkurs, das Balzner Programm ist ein Feuerwerk an Möglichkeiten.



Sprachen

Das Sprachenlernen öffnet
Türen zu neuen Abenteuern.
Wohin möchten Sie?

↓ DEUTSCH

14.09.26 18:00 Uhr Vaduz 10A01
Kursberatung für Deutschkurse

👤 Andrea Borer
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

24.08.26 12:00 Uhr Vaduz 10A02

Deutsch am Mittag für Anfänger Intensiv, Modul 1
Deutsch am Montag- und Mittwochmittag

👤 Myriam Mikus
📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus

19.10.26 12:00 Uhr Vaduz 10A03

Deutsch am Mittag für Anfänger Intensiv, Modul 2
Deutsch am Montag- und Mittwochmittag

👤 Myriam Mikus
📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus

24.08.26 19:15 Uhr Vaduz 10A04

Deutsch für Anfänger, Modul 1
Abendkurs für Anfänger

👤 Myriam Mikus
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

19.10.26 19:15 Uhr Vaduz 10A05

Deutsch für Anfänger, Modul 2
Abendkurs für Anfänger

👤 Myriam Mikus
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

24.08.26 17:45 Uhr Vaduz 10A06

Deutsch A1 Intensiv, Modul 1
Abendkurs für Anfänger

👤 Myriam Mikus
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

19.10.26 17:45 Uhr Vaduz 10A07

Deutsch A1 Intensiv, Modul 2
Abendkurs für Anfänger

👤 Myriam Mikus
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

16.09.26 17:45 Uhr Vaduz 10A08

Deutsch A2 Intensiv, Modul 1
Abendkurs

👤 Andrea Borer
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

04.11.26 17:45 Uhr Vaduz 10A09

Deutsch A2 Intensiv, Modul 2
Abendkurs

👤 Andrea Borer
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

15.09.26 17:45 Uhr Vaduz 10A10

Deutsch B1 Intensiv, Modul 1
Abendkurs

👤 Andrea Borer
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

03.11.26 17:45 Uhr Vaduz 10A11

Deutsch B1 Intensiv, Modul 2
Abendkurs

👤 Andrea Borer
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

16.09.26 20:00 Uhr Vaduz 10A12

Deutsch B2 Intensiv, Modul 1
Abendkurs

👤 Andrea Borer
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

04.11.26 20:00 Uhr Vaduz 10A13

Deutsch B2 Intensiv, Modul 2
Abendkurs

👤 Andrea Borer
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

16.09.26 08:30 Uhr Vaduz 10A15

Deutsch C1
Vormittagskurs

👤 Andrea Borer
📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus

14.11.26 09:00 Uhr Vaduz 10A16

Prüfungsvorbereitung Deutsch A2
Präsenz und Online

👤 Andrea Borer
📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus und Online

14.11.26 12:00 Uhr Vaduz 10A17

Prüfungsvorbereitung Deutsch B1
Präsenz und Online

👤 Andrea Borer
📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus

14.11.26 18:00 Uhr Vaduz 10A18

Prüfungsvorbereitung Deutsch B2
Präsenz und Online

👤 Andrea Borer
📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus

01.12.26 08:30 Uhr Schaan 10A20

ÖSD Deutsch-Prüfung A2
ÖSD-Nachweis der Deutschkenntnisse auf A2-Niveau

👤 ÖSD-Prüfungsexperten/innen
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

02.12.26 08:30 Uhr Schaan 10A21

ÖSD Deutsch-Prüfung B1
ÖSD-Nachweis der Deutschkenntnisse auf B1-Niveau

👤 ÖSD-Prüfungsexperten/innen
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

03.12.26 08:30 Uhr Schaan 10A22

ÖSD Deutsch-Prüfung B2
ÖSD-Nachweis der Deutschkenntnisse auf B2-Niveau

👤 ÖSD-Prüfungsexperten/innen
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

04.12.26 08:30 Uhr Schaan 10A23

ÖSD Deutsch-Prüfung C1
ÖSD-Nachweis der Deutschkenntnisse auf C1-Niveau

👤 ÖSD-Prüfungsexperten/innen
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

↓ ENGLISCH

20.08.26 18:00 Uhr Vaduz 10B01

Englisch Anfängerkurs
English for beginners

👤 Pamela Bühler
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

18.08.26 18:00 Uhr Vaduz 10B02

Englisch A1
Für Anfänger mit Basiskenntnissen

👤 Pamela Bühler
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

11.09.26 10:15 Uhr Vaduz 10B03

Englisch A2
Englisch für leicht Fortgeschrittene

👤 Mathias Ospelt
📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus, EG Raum 2

24.08.26 18:00 Uhr Vaduz 10B04

Englisch A2/B1: English for Pre-Intermediate Level
Activate and pep up your English

👤 Pamela Bühler
📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2

11.09.26 08:30 Uhr Vaduz 10B05

Englisch für Fortgeschrittene B1

👤 Mathias Ospelt
📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus, EG Raum 2

31.08.26 18:00 Uhr Schaan 10B06

Speak up! English Conversation B1
Improve your fluency

👤 Philip Schädler
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

↓ FRANZÖSISCH

25.08.26 19:00 Uhr Schaan 10C01

Französisch A1/A2: Redécouvrir le français
Auffrischkurs

👤 Cécile Berriet
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

25.08.26 17:30 Uhr Schaan 10C02

Französisch B1/B2: Et si nous parlions ensemble...
Conversation française


👤 Cécile Berriet
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

↓ ARABISCH		16.09.26 09:00 Uhr Vaduz 10G04	15.09.26 09:00 Uhr Schaan 10G14
31.08.26 17:30 Uhr Vaduz 10E01	Italienisch für Anfänger A1, Modul 3 Unterhaltsamer Einstieg in Sprache und Kultur	Italienisch für Fortgeschrittene B1+ Vormittagskurs am Dienstag	<p>👤 Simona Beck</p> <p>📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch</p>
Arabisch für Anfänger Ahlan wa Sahlan	<p>👤 Simona Beck</p> <p>📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus, EG Raum 2</p>	18.09.26 08:45 Uhr Schaan 10G15	Italienisch für Fortgeschrittene B1/B2 Vormittagskurs am Freitag
<p>👤 Khamis Hassan</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>	17.08.26 18:30 Uhr Eschen 10G05	20.08.26 09:00 Uhr Schaanwald 10G16	Italienisch 55plus: Fortgeschrittene B2 Facendo progressi
31.08.26 19:00 Uhr Vaduz 10E02	Italienisch für leicht Fortgeschrittene A1/A2 Abendkurs im Unterland	21.10.26 18:30 Uhr Vaduz 10G17	Italienisch für Fortgeschrittene C1, Modul 24 Für Italienischprofis
Arabisch A1 Arabisch für leicht Fortgeschrittene	<p>👤 Tamara Mattle</p> <p>📍 Eschen, Schulzentrum Unterland</p>	Manuela Dimiccoli	<p>👤 Manuela Dimiccoli</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>
<p>👤 Khamis Hassan</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>	18.08.26 17:30 Uhr Eschen 10G06	↓ PORTUGIESISCH	
↓ CHINESISCH		16.09.26 18:00 Uhr Vaduz 10G08	15.09.26 18:00 Uhr Vaduz 10H01
03.09.26 18:15 Uhr Vaduz 10F01	Chinesisch für Anfänger Erste Schritte in der Chinesischen Sprache	Italienisch für leicht Fortgeschrittene A2 Ganz einfach Italienisch lernen	Portugiesisch für Anfänger Aprendizagem de línguas
<p>👤 Chang Schraner</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>	<p>👤 Tamara Mattle</p> <p>📍 Eschen, Schulzentrum Unterland</p>	<p>👤 Simona Beck</p> <p>📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus, EG Raum 2</p>	<p>👤 Leticia Pereira Da Silva</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>
26.08.26 19:35 Uhr Vaduz 10F02	Chinesische Schriftzeichen für Anfänger Grundkenntnisse erweitern	18.08.26 11:50 Uhr Vaduz 10G09	10.09.26 18:30 Uhr Vaduz 10H02
<p>👤 Chang Schraner</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>	20.10.26 18:00 Uhr Vaduz 10G07	Italienisch für leicht Fortgeschrittene A2 Kurs am Dienstagmittag in Vaduz	Portugiesisch für Anfänger A1, Modul 5 Aprendizagem de línguas
26.08.26 18:15 Uhr Vaduz 10F03	Chinesisch für Anfänger mit Vorkenntnissen Grundkenntnisse erweitern	<p>👤 Tamara Mattle</p> <p>📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus, EG Raum 2</p>	<p>👤 Leticia Pereira Da Silva</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>
<p>👤 Chang Schraner</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>	16.09.26 18:00 Uhr Vaduz 10G08	01.09.26 19:00 Uhr Eschen 10G10	10.09.26 19:30 Uhr Vaduz 10H03
27.08.26 19:30 Uhr Vaduz 10F04	Chinesisch Aufbaukurs A1 Chinesisch-Grundkenntnisse werden vertieft	Italienisch für leicht Fortgeschrittene A2, Modul 6 Abendkurs im Unterland	Portugiesisch für leicht Fortgeschrittene A2 Aprendizagem de línguas
<p>👤 Chang Schraner</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>	<p>👤 Simona Beck</p> <p>📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus, EG Raum 2</p>	<p>👤 Tamara Mattle</p> <p>📍 Eschen, Schulzentrum Unterland</p>	<p>👤 Leticia Pereira Da Silva</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>
↓ ITALIENISCH		19.08.26 15:00 Uhr Schaan 10G11	↓ RUSSISCH
20.08.26 12:00 Uhr Schaanwald 10G01	Italienisch für Anfänger Mittagskurs in Schaanwald	Italienisch Konversationskurs für Fortgeschrittene A2/B1 Italienisch am Mittwochnachmittag im GZ Resch	03.09.26 19:05 Uhr Vaduz 10I01
<p>👤 Tamara Mattle</p> <p>📍 Schaanwald, Zuschg, „Schädlerstall“</p>	<p>👤 Tamara Mattle</p> <p>📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch</p>	<p>👤 Tamara Mattle</p> <p>📍 Schaan, Gemeinschaftszentrum Resch</p>	Russisch für Anfänger Einstieg in die Russische Sprache
20.10.26 19:35 Uhr Vaduz 10G02	Italienisch für Anfänger, Modul 2 Primi passi in italiano	14.09.26 08:45 Uhr Vaduz 10G12	<p>👤 Julia Buttgerit</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>
<p>👤 Manuela Dimiccoli</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>	<p>👤 Simona Beck</p> <p>📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus, EG Raum 2</p>	15.09.26 14:00 Uhr Vaduz 10G13	01.09.26 18:30 Uhr Vaduz 10I02
22.10.26 18:30 Uhr Eschen 10G02A	Italienisch für Anfänger, Modul 2 Primi passi in italiano	Italienisch für Fortgeschrittene B1 Vormittagskurs am Montag	Russisch für Anfänger A1, Modul 4 Basiskonntnisse erweitern
<p>👤 Manuela Dimiccoli</p> <p>📍 Eschen, Schulzentrum Unterland</p>	<p>👤 Simona Beck</p> <p>📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus, EG Raum 2</p>	<p>👤 Simona Beck</p> <p>📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus, EG Raum 2</p>	<p>👤 Julia Buttgerit</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>
17.08.26 20:00 Uhr Eschen 10G03	Italienisch für Anfänger, Modul 3 Abendkurs in Eschen	15.09.26 14:00 Uhr Vaduz 10G13	03.09.26 18:00 Uhr Vaduz 10I03
<p>👤 Tamara Mattle</p> <p>📍 Eschen, Schulzentrum Unterland</p>	<p>👤 Simona Beck</p> <p>📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus, EG Raum 2</p>	Italienisch für Fortgeschrittene B1 Nachmittagskurs am Dienstag	Russisch für Fortgeschrittene B1, Modul 2 Russisch mit viel Power
		<p>👤 Simona Beck</p> <p>📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus, EG Raum 2</p>	<p>👤 Julia Buttgerit</p> <p>📍 Vaduz, Schulzentrum Mühleholz 2</p>

↓ SPANISCH

- 20.10.26 19:35 Uhr** Eschen 10J01
Spanisch für Anfänger
 Poco a poco
 👤 Teresa Goop
 📍 Eschen, Schulzentrum Unterland
- 21.10.26 19:35 Uhr** Eschen 10J02
Spanisch für Anfänger - Aufbau A1
 poco a poco - seguimos
 👤 Teresa Goop
 📍 Eschen, Schulzentrum Unterland
- 20.10.26 18:00 Uhr** Vaduz 10J03
Spanisch für Anfänger A1, Modul 2
 Hablamos español
 👤 Paola De Rito de Kaufmann
 📍 Vaduz, Freiwilliges 10. Schuljahr
- 19.10.26 19:45 Uhr** Vaduz 10J04
Spanisch für Anfänger A1, Modul 6
 Hablamos español
 👤 Paola De Rito de Kaufmann
 📍 Vaduz, Freiwilliges 10. Schuljahr
- 22.10.26 19:45 Uhr** Vaduz 10J05
Spanisch A2, Modul 3
 Hablamos español
 👤 Paola De Rito de Kaufmann
 📍 Vaduz, Freiwilliges 10. Schuljahr
- 22.10.26 18:00 Uhr** Vaduz 10J06
Spanisch A2, Modul 7
 Hablamos español
 👤 Paola De Rito de Kaufmann
 📍 Vaduz, Freiwilliges 10. Schuljahr
- 21.10.26 18:00 Uhr** Eschen 10J07
Spanisch für leicht Fortgeschrittene A2, Modul 4
 👤 Teresa Goop
 📍 Eschen, Schulzentrum Unterland
- 20.10.26 19:45 Uhr** Vaduz 10J08
Spanisch B1, Modul 12
 Hablamos español
 👤 Paola De Rito de Kaufmann
 📍 Vaduz, Freiwilliges 10. Schuljahr
- 19.10.26 18:00 Uhr** Vaduz 10J09
Spanisch B1, Modul 14
 Hablamos español
 👤 Paola De Rito de Kaufmann
 📍 Vaduz, Freiwilliges 10. Schuljahr
- 20.10.26 18:00 Uhr** Eschen 10J10
Spanisch für Fortgeschrittene B1, Modul 3
 Sigamos adelante
 👤 Teresa Goop
 📍 Eschen, Schulzentrum Unterland



 **Informatik und neue Medien**
 Bringen Sie Ihre IT-Fähigkeiten auf das nächste Level.

↓ GRUNDKURSE

- 22.10.26 18:00 Uhr** Schaan 11A01
Meinen Computer im Alltag besser nutzen (Windows 11)
 👤 Remo Blum
 📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

↓ MICROSOFT OFFICE: EXCEL, WORD, ETC.

- 24.08.26 19:00 Uhr** Sargans 11B01
Microsoft Word: Einführung in die Textverarbeitung (Online- und Präsenzkurs)
 Textdokumente aller Art erfassen, korrigieren und gestalten
 👤 Tina Bürgler
 📍 Sargans, Computerschule Sargans oder online Teilnahme

- 01.09.26 18:30 Uhr** Sargans 11B02
Microsoft OneNote: Digitales Notizbuch
 Notizen einfach erfassen und effektiv verwalten
 👤 Tina Bürgler
 📍 Sargans, Computerschule Sargans oder online Teilnahme

- 10.09.26 19:00 Uhr** Sargans 11B03
Microsoft Excel: Einführung in die Tabellenkalkulation
 Tabellen erstellen, gestalten und mit Formeln auswerten
 👤 Tina Bürgler
 📍 Sargans, Computerschule Sargans oder online Teilnahme

- 14.09.26 19:00 Uhr** Sargans 11B04
Präsentieren mit Microsoft PowerPoint - Einführung
 Texte, Tabellen und Grafiken erstellen und präsentieren
 👤 Tina Bürgler
 📍 Sargans, Computerschule Sargans oder online Teilnahme

- 20.10.26 18:30 Uhr** Sargans 11B05
Microsoft Outlook: Mails, Termine, Aufgaben (Online- und Präsenzkurs)
 So lässt sich MS Outlook effektiv nutzen
 👤 Tina Bürgler
 📍 Sargans, Computerschule Sargans oder online Teilnahme

- 03.11.26 19:00 Uhr** Sargans 11B06
Microsoft Word: Aufbaukurs Textverarbeitung (Online- und Präsenzkurs)
 Textdokumente und erweiterte Anwendungen
 👤 Tina Bürgler
 📍 Sargans, Computerschule Sargans oder online Teilnahme

- 06.11.26 19:00 Uhr** Sargans 11B07
Microsoft Excel: Aufbaukurs (Online- und Präsenzkurs)
 Tabellen erstellen, gestalten und mit Formeln auswerten
 👤 Tina Bürgler
 📍 Sargans, Computerschule Sargans oder online Teilnahme

- 16.11.26 19:00 Uhr** Sargans 11B08
Microsoft PowerPoint: Aufbaukurs (Online- und Präsenzkurs)
 Praxiskenntnisse auffrischen und vertiefen
 👤 Tina Bürgler
 📍 Sargans, Computerschule Sargans oder online Teilnahme

- 20.11.26 19:00 Uhr** Sargans 11B09
Microsoft Outlook: Aufbaukurs
 Praxiskenntnisse auffrischen und vertiefen
 👤 Tina Bürgler
 📍 Sargans, Computerschule Sargans

↓ INTERNET, APPS UND WEBSITE

- 01.09.26 17:15 Uhr** Buchs 11C01
Fotobücher erstellen am Computer oder Handy
 Wie Sie Ihre eigenen Bilder in beeindruckende Fotobücher verwandeln
 👤 Claudio Jäger
 📍 Buchs, Wiedenstrasse 50b

- 03.09.26 18:00 Uhr** Schaan 11C02
Videos mit dem Smartphone erstellen (Android)
 Filmen, schneiden, posten mit Ihrem Android-Smartphone
 👤 Remo Blum
 📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

- 12.09.26 09:30 Uhr** Buchs 11C03
Die Grafik-App «Canva» kennenlernen
 Unverzichtbar für ansprechenden Werbeauftritt auf Social-Media-Kanälen wie Instagram
 👤 Claudio Jäger
 📍 Buchs, Wiedenstrasse 50b

15.09.26 17:15 Uhr Buchs 11C04

Homepage mit Wix erstellen

Auch für Computer-Anfänger geeignet

👤 Claudio Jäger
📍 Buchs, Wiedenstrasse 50b

26.09.26 09:30 Uhr Buchs 11C05

Facebook, Instagram, WhatsApp und soziale Medien

Wie nutze ich und wie gehe ich mit Sozialen Medien um?

👤 Claudio Jäger
📍 Buchs, Wiedenstrasse 50b



28.09.26 18:00 Uhr Schaan 11C06

Videos mit dem Smartphone erstellen (iPhone)

Filmen, schneiden mit Ihrem iPhone

👤 Remo Blum
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

29.10.26 17:15 Uhr Buchs 11C07

Videomarketing: Filme mit dem iPhone erstellen

Ein Crashkurs für PR-Verantwortliche wie auch Privatpersonen

👤 Claudio Jäger
📍 Buchs, Wiedenstrasse 50b

07.11.26 09:30 Uhr Buchs 11C08

Fotobücher erstellen am Computer oder Handy

Wie Sie Ihre eigenen Bilder in beeindruckende Fotobücher verwandeln

👤 Claudio Jäger
📍 Buchs, Wiedenstrasse 50b

14.11.26 09:30 Uhr Buchs 11C09

Kaufen und Verkaufen übers Internet mit Ricardo

Schnäppchenjagd und Dachboden räumen

👤 Claudio Jäger
📍 Buchs, Wiedenstrasse 50b

17.11.26 17:15 Uhr Buchs 11C10

Homepage mit Wix erstellen

Auch für Computer-Anfänger geeignet

👤 Claudio Jäger
📍 Buchs, Wiedenstrasse 50b

03.12.26 17:15 Uhr Buchs 11C11

Die Grafik-App «Canva» kennenlernen

Unverzichtbar für ansprechenden Werbeauftritt auf Social-Media-Kanälen wie Instagram

👤 Claudio Jäger
📍 Buchs, Wiedenstrasse 50b

↓ KI-KURSE

27.08.26 18:00 Uhr Schaan 11D01

KI Update 2026 - aktuelle Entwicklungen verständlich erklärt

Was ist eigentlich KI? Ein Abend für alle, die durchblicken wollen

👤 Phi Yen Oehri
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

10.09.26 18:00 Uhr Schaan 11D02

KI für den Alltag: Sicher starten mit ChatGPT & Co

👤 Phi Yen Oehri
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

22.10.26 18:00 Uhr Schaan 11D03

ChatGPT im Büroalltag

👤 Phi Yen Oehri
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

29.10.26 18:00 Uhr Schaan 11D04

Microsoft Copilot im Büroalltag

KI-Tool von Microsoft für effizientes Arbeiten nutzen

👤 Zeno John
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

05.11.26 18:00 Uhr Schaan 11D05

Beeindruckende Präsentationen und Bilder mit KI erstellen

👤 Phi Yen Oehri
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

12.11.26 18:00 Uhr Schaan 11D06

KI-Datenprofi: Tabellen und Auswertungen in Minuten statt Stunden

👤 Hartmut Hübner
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

19.11.26 18:00 Uhr Schaan 11D07

Marketing und Kommunikation mit KI

👤 Phi Yen Oehri
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

11.12.26 18:00 Uhr Schaan 11D08

Eigene KI Assistenten bauen

Wiederkehrende Aufgaben automatisieren

👤 Phi Yen Oehri
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

22.09.26 17:00 Uhr Schaan 11D09

Erstelle deine eigene App

App-Entwicklung mit Vibe Coding ohne Programmieren

👤 Zeno John
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

20.10.26 16:00 Uhr Schaan 11D10

KI Leadership

Mit KI besser führen - sich selbst und das Unternehmen

👤 Hartmut Hübner
📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

Keine Angst vor KI

Verstehen, nutzen, profitieren



Entdecken Sie die Möglichkeiten der Künstlichen Intelligenz in zehn praxisnahen Kursen

Die links aufgeführten Kurse 1 bis 4 vermitteln die Grundlagen, die Kurse 5 bis 8 vertiefen das Wissen, und die Kurse 9 und 10 widmen sich Spezial- und Expertenthemen. Für den Besuch von Aufbau- und Expertenkursen empfehlen wir den vorherigen Besuch von ein bis zwei Grundkursen.

Die Kurse werden von den KI-Experten Phi Yen Oehri, Hartmut Hübner und Zeno John geleitet und verbinden verständliche Einführung mit praxisnaher Anwendung.

Jetzt für Ihren passenden KI-Kurs anmelden!



Berufsmittelschule

Bereiten Sie sich optimal für die verschiedenen BMS-Aufnahmeprüfungen vor.

23.11.26 18:00 Uhr Vaduz 34A01

BMS: Vorbereitung Berufsmaturität

Gesamtübersicht der Vorbereitungskurse in Mathematik, Deutsch, Englisch

Michael Klocker
Vaduz, BMS-Campus

23.11.26 18:00 Uhr Vaduz 34A01A

Mathematik-BMS-Vorbereitungslehrgang am Montag, 18.00 Uhr

Wiederholen, Vertiefen und Üben
Vaduz, BMS-Campus

23.11.26 19:45 Uhr Vaduz 34A01B

Mathematik-BMS-Vorbereitungslehrgang am Montag, 19.45 Uhr

Wiederholen, Vertiefen und Üben
Vaduz, BMS-Campus

25.11.26 18:00 Uhr Vaduz 34A01C

Mathematik-BMS-Vorbereitungslehrgang am Mittwoch, 18.00 Uhr

Wiederholen, Vertiefen und Üben
Vaduz, BMS-Campus

23.11.26 18:00 Uhr Vaduz 34A02A

Deutsch-BMS-Vorbereitungslehrgang am Montag, 18.00 Uhr

Wiederholen, Vertiefen und Üben
Vaduz, BMS-Campus

23.11.26 19:45 Uhr Vaduz 34A02B

Deutsch-BMS-Vorbereitungslehrgang am Montag, 19.45 Uhr

Wiederholen, Vertiefen und Üben
Vaduz, BMS-Campus

26.11.26 18:00 Uhr Vaduz 34A03A

Englisch-BMS-Vorbereitungslehrgang am Donnerstag, 18.00 Uhr

Wiederholen, Vertiefen und Üben
Vaduz, BMS-Campus

26.11.26 19:45 Uhr Vaduz 34A03B

Englisch-BMS-Vorbereitungslehrgang am Donnerstag, 19.45 Uhr

Wiederholen, Vertiefen und Üben
Vaduz, BMS-Campus



Liechtenstein Olympic Committee

Kompetente Vereinsarbeit für Funktionär/innen

24.08.26 18:00 Uhr Online 51A10

Neu im Vorstand – was nun?

Kursreihe mit drei Modulen für Einsteiger auf Führungsebene im Sport

Manfred Entner, Werner Grabherr und Maria Stepanek
Online (Module 1 und 3) oder Seminarzentrum Stein Egerta

24.08.26 18:00 Uhr Online 51A10A

Neu im Vorstand – was nun? I Sportland Liechtenstein

Was muss ich wissen – Akteure, Strukturen, Dienstleistungen

Manfred Entner
Online

10.09.26 18:00 Uhr Schaan 51A10B

Neu im Vorstand – was nun? II Führung und Kommunikation

Mitgestalten, Motivieren, Ermöglichen

Werner Grabherr
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

21.10.26 18:00 Uhr Online 51A10C

Neu im Vorstand – was nun? III Entscheidungs- und Managementkompetenz

Entscheidungen treffen und Wirkung entfalten

Maria Stepanek
Online

17.09.26 18:00 Uhr Schaan 51A11

Vereinsfinanzen gut organisiert

Strukturen und Transparenz schaffen

Roger Beggiano
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

29.09.26 18:00 Uhr Online 51A12

IMPULS ONLINE: Gute Entscheidungen treffen

Werkzeuge und Impulse für bessere Entscheidungen im (Vereins-) Alltag

Peter Bär
Online



HIGHLIGHT
STEIN EGERTA

03.11.26 18:00 Uhr Schaan 51A13

Schwierige Entscheidungen im Vereinsvorstand

Von professionellen Mediatoren lernen

Peter Bär
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

19.11.26 18:00 Uhr Schaan 51A14

Das A-Z des Vereinsponsorings

Grundlagen, Konzept und Umsetzung

Robert Büchel
Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

CHF 500 für Ihre Weiterbildung.





10.09.26 16:00 Uhr Schaan 35B02

Zahlencafé

Guter Kaffee und Aha Erlebnisse

- 👤 Stefanie Leibfried
- 📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

17.09.26 19:00 Uhr Eschen 35B03

Mathe? Ganz easy!

Rechnen im Alltag einfach erklärt

- 👤 Stefanie Leibfried
- 📍 Eschen, Mathe-Lernstudio Stefanie Leibfried

27.08.26 18:00 Uhr Schaan 35C01

Parking Pay App

Parkgebühren einfach mit dem Handy bezahlen

- 👤 Remo Blum
- 📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

10.09.26 18:15 Uhr Schaan 35C02

Computer Basiskurs

(Windows 11)

- 👤 Remo Blum
- 📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

05.11.26 18:15 Uhr Schaan 35C03

Smartphone Basiskurs (Android)

Grundlagen zur Smartphone Praxis

- 👤 Remo Blum
- 📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

26.11.26 18:15 Uhr Schaan 35C04

Smartphone Basiskurs (iPhone)

Grundlagen zur Smartphone Praxis

- 👤 Remo Blum
- 📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta



Anmeldeschluss:
2. November 2026

ÖSD Deutschprüfungen A2, B1, B2 und C1

Das ÖSD, das für «Österreichisches Sprachdiplom Deutsch» steht, ist ein staatlich anerkanntes Prüfungsformat für Deutsch als Fremd- und Zweitsprache. Das ÖSD bietet eine weltweit anerkannte Möglichkeit, den Nachweis von Deutschkenntnissen für den Hochschul- oder Berufszugang zu erbringen. Die Erwachsenenbildung Stein Egerta ist Prüfungszentrum in Liechtenstein mit zwei Prüfungsterminen pro Jahr für die Sprachniveaus von A1 bis C1.

↓ PRÜFUNGSSTERMINE

01.12.26	Deutsch A2	10A20
02.12.26	Deutsch B1	10A21
03.12.26	Deutsch B2	10A22
04.12.26	Deutsch C1	10A23

Grundkompetenzen



Lernen Sie Grundlagen in Lesen, Schreiben, Rechnen und der Computer-Nutzung.

15.09.26 16:00 Uhr Vaduz 35A01

Lesen und Schreiben für Erwachsene

Grundbildung Deutsch

- 👤 Andrea Borer
- 📍 Vaduz, Altes Pfarrhaus

27.08.26 16:00 Uhr Schaan 35B01

Zahlencafé

Guter Kaffee und Aha Erlebnisse

- 👤 Stefanie Leibfried
- 📍 Schaan, Seminarzentrum Stein Egerta

Ihre aussergewöhnliche Veranstaltung

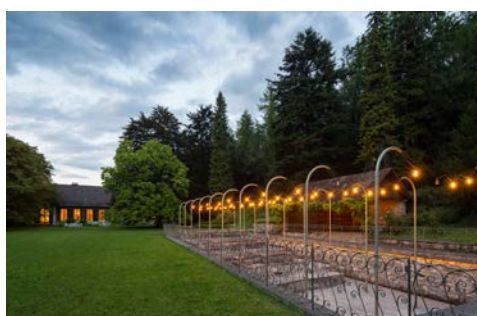
Planen Sie Ihren Firmen- oder Privat-anlass in den exklusiven und stimmungsvollen Räumlichkeiten der Stein Egerta.

Mit den drei Gebäuden und dem herrlichen 13 000 m² grossen Park, bieten wir einen einzigartigen Mehrwert für Ihre Veranstaltung, Seminar, Management-Retreat, Produkt-Präsentation oder Ihre Weihnachtsfeier.

Ihr Anlass



Feiern Sie im Familien- und Freundeskreis und geniessen Sie im Bistro gesunde, saisonal-regionale leichte Küche. Gerne beraten wir Sie unter: +423 232 48 22.





**Basisausbildung
Positive Psychologie
im Alltag**

11.09.26 07A01

Mit Elisabeth Walcher



**Finanzbausteine des
Lebens – Fokus Frauen**

15.09.26 03B02

Mit Johanna Heeb



**Die spektakulärsten Fälle –
100 Jahre Staatsgerichtshof**

24.11.26 03A08

Mit Dr. Hilmar Hoch



**Melden Sie
sich jetzt für
das Frühjahr
2027 an!**



**Zertifikatslehrgang NF!T®
Neurofunktionstherapie**

20.02.27 07A05

Mit Cornelia Picugin

