

## Programm für das erste Halbjahr 2020

### Dienstag, 04. Februar 2020 um 19.00 Uhr: Selbstverteidigung

Selbstverteidigung kann in kurzer Zeit von jedermann (unabhängig von Alter, Geschlecht oder Körperkraft) erlernt werden. Die Trainer der Sandokay Sport Akademie lehren uns für einen Verteidigungsfall, einen Angreifer schnell kampfunfähig zu machen.

**Wo?** Sandokay Sport Akademie, Albert- Schweizer- Ring 24a, 25524 Itzehoe  
**Kosten?** 5,00 € p.P.  
**Mitzubringen?** Lockere bequeme Kleidung und Turnschuhe oder dicke Socken  
**Anmeldung?** Wencke Ahmling



### Freitag, 13. März 2020 um 19.00 Uhr: Vortrag von der Deichdeern Julia Nissen

Julia Nissen lebt mit ihrer Familie im Herzen Nordfrieslands. Als Deichdeern bloggt sie über alles, was ihr Herz höher schlagen lässt. Nach einem gemeinsamen Abendessen erzählt sie uns von sich und ihrem Blog.

**Wo?** Klosterbrunnen- Zum Griechen, Klosterbrunnen 2, 25524 Itzehoe  
**Kosten?** 18,00 € p.P. Vortrag und Abendessen  
**Anmeldung?** KLV Steinburg - Stefanie Krey



### Mittwoch, 25. März 2020 um 18.00 Uhr: Handlettering Workshop

Im Pappsalon wollen wir das Schönschreiben neu entdecken. Unter Anleitung einer Grafikdesignerin lernen wir mit dem passenden Stift, der richtigen Technik und hilfreichen Tipps das Handlettering zu verstehen.

**Wo?** Pappsalon, Wallstraße 1, 25524 Itzehoe  
**Kosten?** 45,00 € p.P. inkl. Verbrauchsmaterial, Brushpen, Getränke und Snack  
**Anmeldung?** Bis zum 24. Februar 2020 bei Stefanie Albers



### April/ Mai 2020: Tagesseminar zum Thema "Hofübergabe aus Sicht der Frau"

Gemeinsames Tagesseminar des KLV Steinburg und KLV Dithmarschen. Nähere Infos folgen, sobald alle Details geklärt sind.

### Dienstag, 12. Mai 2020 um 19.00 Uhr: Kräuter/ Wildkräuter erkennen, verarbeiten und genießen

Anke Möller vom Möller- Hof informiert uns über Kräuter und Wildkräuter, dessen vielfältige Verwendung und Nutzen. Gemeinsam werden wir ein kleines Buffet zubereiten, welches mit den zuvor vorgestellten Kräutern verfeinert wird. Weitere Informationen: [www.moeller-hof.de](http://www.moeller-hof.de)

**Wo?** Möller-Hof, Schleuer 7, 25377 Kollmar  
**Kosten?** 18,00 € p.P.  
**Mitzubringen?** Bitte bringt eine Kochschürze mit!  
**Anmeldung?** Bis zum 04. Mai 2020 bei Annika Greve



**MÖLLER-HOF**  
Natur leben

### Samstag, 13. Juni 2020: LandesLandFrauenTag in Neumünster

Nähere Infos und Anmeldung erfolgen über die Ortsvereine.



### Freitag, 19. Juni 2020 um 18.00 Uhr: Swingolf

Heute wollen wir und sportlich betätigen und gemeinsam Spaß haben bei einer Runde Swingolf. Ziel des Spiels ist es, im typischen "Swingstil" mit möglichst wenigen Schlägen vom Abschlag bis zur Fahne und in das Loch zu spielen.

**Wo?** Hof Basten 1, 25524 Itzehoe  
**Kosten?** 10,00 € p. P. (inkl. 1 Getränk)  
**Anmeldung?** Bis zum 07. Juni 2020 bei Lena Diesing

