



Entdecke in Schlieren die Welt



Liebe Leser:innen

Du hältst das neue Programm von Freizeit Schlieren in den Händen. Wir freuen uns, dir darin unsere neuen und altbewährten Kurse und Angebote vorstellen zu dürfen.

Ich schreibe dieses Editorial in den Herbstferien in Italien am Meer. Unterwegs, auf Reisen und in den Ferien, kann ich die Welt immer wieder neu entdecken. Das ist eine willkommene Abwechslung zum Alltag. Ich sehe beeindruckende Dinge, lerne Neues und treffe interessante Menschen. Dabei entdecke ich auch an mir selber immer wieder neue Seiten, lerne mich selber ein Stück weit neu kennen. Das gibt mir wieder neuen Schwung für den Alltag.

Doch auch von zu Hause aus ist das möglich, ohne dass wir dafür weit reisen müssen. Wir hoffen, in unserem Programm ist auch für dich ein Angebot oder ein Kurs dabei, der dir ermöglicht, einen neuen Teil der Welt zu entdecken.

Viel Freude und Entdeckungslust wünscht dir,
David - Ressort Kommunikation

21. Adventsmärt 6. und 7. Dezember

Ort:

Stuben des Stürmeierhuus, 1. Stock,
Freiestrasse 14, Schlieren

Märtrieb und Kaffeestube:

Samstag 10.00 - 17.00 Uhr
Sonntag 11.00 - 17.00 Uhr

An unserem Adventsmärt findest du eine grosse Auswahl an Weihnachtsgeschenken und kannst dich im Märtkafi bei einem feinen Stück Kuchen entspannen.

Die Ausstellenden freuen sich sehr auf deinen Besuch!



An den diversen Ständen bieten unsere Interessensgruppen, aber auch Kursleitende oder Mitglieder der Freizeit Schlieren ein überaus attraktives und vielfältiges Angebot aus ihren durchs Jahr durch entstandenen Werken an.

Weihnachtsdekoration • Lederarbeiten
• Guezli • handgemachte Keramikarbeiten • Schmuck • Weihnachtskarten • Kerzen • handgemachte Webarbeiten
• Taschen • Adventsgestecke • Fimarbeiten • LEDLichterketten • Toskanische Spezialitäten • Strick- und Häkelsachen • Serviettenboxen • Bären
• Wichtel
...und vieles mehr!



Gut zu wissen...

Die VIVAT-Veranstaltungen und Kurse stehen allen Interessierten offen. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Mitglieder von Freizeit Schlieren profitieren von Vorzugsbedingungen. Sie werden bei Überbuchungen bevorzugt behandelt.

Bei den Kursen und Veranstaltungen sind jeweils zwei Preise angegeben. Der höhere gilt für Nichtmitglieder, der andere für die Mitglieder.

Eine Anmeldung zu einem Kurs oder einer Veranstaltung ist definitiv und verpflichtet in der Regel zur Zahlung der Teilnahmegebühren.

Bei Verhinderung infolge Krankheit oder ähnlich wichtigen Vorfällen können die Teilnahmegebühren auf schriftliche Anfrage hin erlassen werden. Bei vereinzelt Veranstaltungen kann der Betrag bei Nichtteilnahme um die Hälfte reduziert werden. Die Teilnahmegebühren werden am ersten Kurstag oder an der Veranstaltung in bar durch die Leitenden eingezogen.

Freizeit Schlieren behält sich vor, Kurse und Veranstaltungen nicht durchzuführen, z.B. bei zu wenigen Anmeldungen. Die Teilnehmenden werden persönlich informiert und die Teilnahmegebühren entfallen.

Weitere Auskünfte:

Irma - Ressort Programm
irma.vanderploeg@freizeit-schlieren.ch

Unser tagesaktuelle Programm findest du online auf www.vivat-schlieren.ch



Partner & Sponsor von Freizeit Schlieren



Einmalige Kurse

09.01.2026 / Nr 1601

Steine schleifen und polieren

Ab Freitag, 09. Januar 2026
(9 Kurslektionen)
Zeit: 19.00 bis 22.00 Uhr
Ort: Schleifraum, Turnhalle Moos, Schlieren
Leitung: Bruno Christen
Kosten: Fr. 305.- / Fr. 275.-
Mitnehmen: siehe online
Materialkosten: Fr. 150.-
Anmeldeschluss 20.12.2025

Vom Stein zum Schmuckstein. Wir lernen verschiedene Bearbeitungstechniken kennen und sind in der Lage, unterschiedliche Gesteine zu beurteilen und zu bearbeiten. Teil 1: Handschleifen, Teil 2: Einführung in die maschinelle Steinbearbeitung

16.01.2026 / Nr 1607

Curling mit Stick

Ab Donnerstag, 16. Januar 2026
(3 Kurslektionen)
Zeit: 10.00 bis 11.30 Uhr
Ort: Curlinghalle des CC Limmattal, Weihermattstrasse 66, 8902 Urdorf
Leitung: Philipp Locher
Kosten: Fr. 80.- / Fr. 50.-
Mitnehmen: warme Kleider (auf dem Eis ist es 5°)
Anmeldeschluss 20.12.2025

Sportlich noch aktiv sein, auch, wenn die Beweglichkeit nachlässt. Sicher auf dem Eis gehen – auch für sehr vorsichtige Teilnehmer – kein Problem. Das Spiel mit Stein und Besen ist auf diese Weise problemlos auszuüben und macht Spass!

23.01.2026 / Nr 1628

Cacao meets Reiki

Freitag, 23. Januar 2026
Zeit: 19.00 bis 20.30 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Alessandra Saurino
Kosten: Fr. 32.50 / Fr. 22.50
Mitnehmen: Yogamatte, bequeme Kleidung, Augenmaske oder Tuch, Wasserflasche, Notizblock
Materialkosten: Fr. 10.-
Anmeldeschluss 14.01.2026

Eine Reise zu dir selbst. Tauche ein in einen geschützten Raum der Herzöffnung, Stille und energetische Heilung. In dieser liebevoll gehaltenen Zeremonie lade ich dich ein, ganz bei dir anzukommen. Präsent. Verbunden. Geerdet.

24.01.2026 / Nr 1600

Langlauf Schnupperkurs für Anfänger (klassisch)

Samstag, 24. Januar 2026
Zeit: 10.00 bis 11.30 Uhr
Ort: Schwedentritt, beim Kloster Einsiedeln
Leitung: René Berchtold
Kosten: Fr. 20.- / Fr. 10.-
Mitnehmen: bequeme sportliche Winterkleider. Wenn vorhanden komplette Langlaufausrüstung, klassisch
Anmeldeschluss 14.01.2026

Gemeinsam machen wir die ersten Schritte auf Langlauf-Skiern. Langlauf-Ausrüstung kann vor Ort gemietet werden. Langlauf-Tagespass ist vor Ort zu bezahlen.

13.02.2026 / Nr 1631

Krokus-LED-Lichtkette

Freitag, 13. Februar 2026
Zeit: 13.30 bis 17.30 Uhr
Ort: Leemannstrasse 9, Schlieren
Leitung: Gaby Horber
Kosten: Fr. 30.- / Fr. 20.-
Materialkosten: Fr. 10.-
Anmeldeschluss 04.02.2026

Schritt für Schritt zeige ich Ihnen, wie die Blumen aus finnischem Papiergarn hergestellt werden. Mit Freude kehren Sie mit einer hübschen Lichtkette nach Hause zurück. Wir haben genug Zeit.

26.02.2026 / Nr 1605

Teddybären selbst genäht

Ab Donnerstag, 26. Februar 2026
(4 Kurslektionen)
Zeit: 18.30 bis 21.30 Uhr
Ort: Raum 1+2, Freiestrasse 23, Schlieren
Leitung: Bea Zurfluh
Kosten: Fr. 150.- / Fr. 120.-
Mitnehmen: siehe online
Materialkosten: ca. Fr. 30.- bis 80.-
Anmeldeschluss 18.02.2026

Wir verarbeiten Webpelz (Plüsch + Mohair) mit der Nähmaschine und von Hand zu einem pelzigen Gesellen. Gelenke, Augen sowie die gestickte Nase verleihen dem Teddy seine persönliche Note.

16.03.2026 / Nr 1606

Osterküken nähen

Montag, 16. März 2026
Zeit: 18.30 bis 21.30 Uhr
Ort: Raum 1+2, Freiestrasse 23, Schlieren
Leitung: Bea Zurfluh
Kosten: Fr. 40.- / Fr. 30.-
Mitnehmen: Kleine spitze Schere, Leimstift, Kugelschreiber
Materialkosten: ca. Fr. 10.- bis 15.-
Anmeldeschluss 11.03.2026

Mit einem einfachen Schnittmuster wird Webpelz zu einem herzigen Küken verarbeitet. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

11.04.2026 / Nr 1608

Essbare Natur vor der Haustüre

Samstag, 11. April 2026
Zeit: 14.00 bis 16.00 Uhr
Ort: Bushaltestelle Niederurdorf, 8902 Urdorf
Leitung: Alice Hiltbrand
Kosten: Fr. 35.- / Fr. 25.-
Mitnehmen: Schreibzeug, Hausschuhe
Materialkosten: Fr. 5.-
Anmeldeschluss 01.04.2026

Auf einem Streifzug durch die Natur sammeln wir Wildkräuter, die anschliessend zu feinen Häppchen verarbeitet werden. Es werden diverse Zubereitungsarten gezeigt. Und zum Schluss kann nach Belieben probiert werden.



Veranstaltungen

20.11.2025 / Nr 1463

Oman – Märchen aus 1001 Nacht

Donnerstag, 20. November 2025
Zeit: 19.00 bis 20.30 Uhr
Ort: Stürmeierhuus Saal, Schlieren
Leitung: Romy Müller
Kosten: Fr. 25.– / Fr. 15.–
Anmeldung nicht nötig

Wir zeigen eine faszinierende Multivisionsshow unserer vierwöchigen Reise durch ein einmaliges Wüstenland.

24.01.2026 / Nr 1629

Wanderung entlang der Nord-Grenze von Schlieren

Samstag, 24. Januar 2026
Zeit: 13.00 bis 16.00 Uhr
Ort: Bushaltestelle Spital Limmattal
Leitung: Robert Horber
Kosten: Fr. 15.– / Fr. 10.–
Mitnehmen: eigenes Billett, Lokal Tageskarte
Anmeldeschluss 20.01.2026

Wir sind ca. 2½ – 3 Stunden unterwegs, 9,5 km flach. Wir wandern vorwiegend entlang der Limmat und treffen auf verschiedene Sehenswürdigkeiten.

11.02.2026 / Nr 1625

Abendbier zum Klavier – Klangvielfalt Trompete

Mittwoch, 11. Februar 2026
Zeit: 18.30 Uhr
Ort: Pfarreizentrum, Uitikonerstrasse 39, Schlieren
Leitung: Marian Rosenfeld
Kosten: Fr. 0.–
Anmeldung nicht nötig

Eleganz und Brillanz: der Schweizer Trompeter Immanuel Richter führt auf acht verschiedenen Instrumenten durch die Epochen. Werke von Corelli, Marcello, Galsunov und Bernstein. Entspannt in den Feierabend – mit Bier und klassischer Klaviermusik!

19.03.2026 / Nr 1642

Limeco – das Regiowerk im Limmattal

Donnerstag, 19. März 2026
Zeit: 18.00 bis ca. 20.00 Uhr
Ort: Reservatstrasse 5, 8953, Dietikon
Leitung: Arianna Schaffner
Kosten: Fr. 20.– / Fr. 10.–
Mitnehmen: Stabile, geschlossene Schuhe. Wetterangepasste Kleidung.
Anmeldeschluss 06.03.2026

Limeco verwertet, was entsorgt, gereinigt und unterspült wird. Aus Abfall und Abwasser wird so CO₂-neutrale Energie gewonnen, die als Wärme, Strom und Gas den Menschen im Limmattal zu Gute kommt. Für Erwachsene in guter körperlicher Verfassung.

31.03.2026 / Nr 1646

Engrosmarkt Zürich

Dienstag, 31. März 2026
Zeit: 04.15 bis 06.00 Uhr
Ort: Zürcher Engrosmarkt, Aargauerstrasse 1, 8048 Zürich
Leitung: Arianna Schaffner
Kosten: Fr. 20.– / Fr. 10.–
Anmeldeschluss 18.03.2026

Der Zürcher Engrosmarkt ist der grösste Frischmarkt der Schweiz. Er bietet ein grosses Angebot an Früchten, Gemüse, Tiefkühl- und Milchprodukten. Schaut mit uns hinter die Kulissen! Anschliessend freiwilliges Frühstück, auf eigene Kosten.

13.04.2026 / Nr 1630

Frühlings-Tageswanderung Lauterbrunnental

Montag, 13. April 2026
Zeit: 07.15 bis ca. 20.30 Uhr
Ort: Bahnhof Schlieren, beim Kiosk, Schlieren
Leitung: Robert Horber
Kosten: Fr. 20.– / Fr. 10.–
Mitnehmen: Billett SBB Tageskarte
Anmeldeschluss 07.04.2026

Nirgends sonst in der Schweiz sieht man so viele und lange Wasserfälle. Im Bergesinnen der Trümmelbachfälle ist es während der Schneeschmelze speziell eindrücklich. Wanderung ca. 3 Std., 150 m aufwärts, 270 m abwärts, 9,7 km Distanz.

18.04.2026 / Nr 1647

Entdeckung Kloster Fahr

Samstag, 18. April 2026
Zeit: 14.00 bis 15.00 Uhr
Ort: Brunnen im Zentrum des Klosterareals
Leitung: Ogher Suliman
Kosten: Fr. 25.– / Fr. 15.–
Mitnehmen: Bequeme Schuhe und Kleidung, Trinkflasche
Anmeldeschluss 08.04.2026

Ein Rundgang durch die Klosterkirche, historische Räume und den barocken Kreuzgarten. Mit Informationen zur Klostersgeschichte, den Benediktinerinnen vom Fahr, Architektur und Kunstgeschichte. Die Führung führt über Treppen, nicht barrierefrei.

22.04.2026 / Nr 1626

Abendbier zum Klavier – Young Edition

Mittwoch, 22. April 2026
Zeit: 18.30 Uhr
Ort: Pfarreizentrum, Uitikonerstrasse 39, Schlieren
Leitung: Marian Rosenfeld
Kosten: Fr. 0.–
Anmeldung nicht nötig

Die romantische Oboe – Junge Musizierende gewähren dem Publikum hautnah einen Einblick in ihre musikalische und persönliche Erlebniswelt. Werke von Schumann und Saint-Saens. Entspannt in den Feierabend – mit Bier und klassischer Klaviermusik!



Regel- mässige Kurse

19.11.2025 / Nr 1517

Italienisch A2

Mittwoch, 19. November 2025
(9 Kurslektionen)
Zeit: 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort: Raum 1+2, Freiestrasse 23, Schlieren
Leitung: Laura Fabbrini
Kosten: Fr. 165.- / Fr. 135.-
Mitnehmen: Bleistift, Radiergummi,
Begeisterung
Materialkosten: Fr. 15.-
Anmeldeschluss 12.11.2025

Miglioriamo l'italiano!
Willst du dein Italienisch verbessern? Möchtest du deine Ferien in Italien oder im Tessin geniessen? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Dich.

19.11.2025 / Nr 1518

Italienisch B1

Mittwoch, 19. November 2025
(9 Kurslektionen)
Zeit: 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort: Raum 1+2, Freiestrasse 23, Schlieren
Leitung: Laura Fabbrini
Kosten: Fr. 165.- / Fr. 135.-
Mitnehmen: Bleistift, Radiergummi,
Begeisterung
Materialkosten: Fr. 15.-
Anmeldeschluss 12.11.2025

Italienisch Kurs Niveau B1
Sai leggere questo testo e capisci cosa c'è scritto?
Bene! Vuoi migliorare il tuo italiano?
Questo è il corso giusto per te!

24.11.2025 / Nr 1519

Italienisch A1 für Anfänger

Montag, 24. November 2025
(9 Kurslektionen)
Zeit: 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort: Raum 1+2, Freiestrasse 23, Schlieren
Leitung: Laura Fabbrini
Kosten: Fr. 165.- / Fr. 135.-
Mitnehmen: Bleistift, Radiergummi,
Begeisterung
Materialkosten: Fr. 10.-
Anmeldeschluss 19.11.2025

Impariamo l'italiano!
Hast du Interesse für die Fremdsprache?
Möchtest du eine Pizza in einem italienischen Restaurant bestellen? Interessiert dich die italienische Kultur?
Dies ist der richtige Kurs für dich.

05.01.2026 / Nr 1609

Yoga am Montag-Abend

Ab Montag, 05. Januar 2026
(6 Kurslektionen)
Zeit: 18.00 bis 19.30 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Chris Corti
Kosten: Fr. 165.- / Fr. 135.-
Materialkosten: Fr. 3.-
Anmeldeschluss 20.12.2025

Yoga ist das bewusste Wahrnehmen dessen, was schon da ist. (Gerard Blitz)



05.01.2026 / Nr 1619

Freies Tanzen mit Herz

Ab Montag, 05. Januar 2026
(20 Kurslektionen)
Zeit: 19.30 bis 21.00 Uhr
Ort: Singsaal Rotes Schulhaus,
Schulstrasse 18, Schlieren
Leitung: Manuela Krahn
Kosten: Fr. 480.- / Fr. 450.-
Mitnehmen: bequeme Kleider, Augenbinde
Materialkosten: Fr. 80.-
Anmeldeschluss 20.12.2025

Selbstreflexion durch Bewegung – Mit verbundenen Augen und zu Musik aus aller Welt bewegst du dich frei, ohne Scham, ohne Urteil.

06.01.2026 / Nr 1610

Yoga am Dienstag-Nachmittag

Ab Dienstag, 06. Januar 2026
(6 Kurslektionen)
Zeit: 14.00 bis 15.30 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Chris Corti
Kosten: Fr. 165.- / Fr. 135.-
Materialkosten: Fr. 3.-
Anmeldeschluss 20.12.2025

Yoga ist das bewusste Wahrnehmen dessen, was schon da ist. (Gerard Blitz)

06.01.2026 / Nr 1620

Orientalischer Tanz für Frauen 50+

Ab Dienstag, 06. Januar 2026
(22 Kurslektionen)
Zeit: 09.25 bis 10.35 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Manuela Krahn
Kosten: Fr. 415.- / Fr. 385.-
Materialkosten: Fr. 82.-
Anmeldeschluss 20.12.2025

Entdecke, wie der Orientalische Tanz ab 50+ dein Leben bereichert.
Diese ganzheitliche Fitnessvariante stärkt Körper, Geist und Selbstvertrauen und bringt dir neue Lebensfreude.



QiGong – Die acht Brokatübungen

Ab Dienstag, 06. Januar 2026
(10 Kurslektionen)
Zeit: 19.45 bis 21.15 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Beatrice Gasser
Kosten: Fr. 255.- / Fr. 225.-
Mitnehmen: bequeme Kleidung,
warme Socken
Anmeldeschluss 20.12.2025

Die acht Brokatübungen sind einfach zu erlernen. Sie reduzieren Stress, entspannen und haben eine ausgezeichnete Wirkung auf die Muskeln, Bänder und Wirbelsäule. Stabilität und Beweglichkeit werden gefördert. Sie sind für jedes Alter geeignet.



Yoga am Dienstag-Abend

Ab Dienstag, 06. Januar 2026
(6 Kurslektionen)
Zeit: 18.00 bis 19.30 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Brigitte Wagner
Kosten: Fr. 165.- / Fr. 135.-
Materialkosten: Fr. 3.-
Anmeldeschluss 20.12.2025

Yoga ist das bewusste Wahrnehmen dessen, was schon da ist. (Gerard Blitz)

Yoga am Mittwoch-Abend

Ab Mittwoch, 07. Januar 2026
(5 Kurslektionen)
Zeit: 19.00 bis 20.15 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Jan von Arb
Kosten: Fr. 123.75.- / Fr. 93.75.-
Materialkosten: Fr. 3.-
Anmeldeschluss 20.12.2025

Beim Yoga geht es nicht darum, die Zehen zu berühren. Das lernt man auf dem Weg nach unten. – Jigar Gor

Qi Gong

Ab Mittwoch, 07. Januar 2026
(10 Kurslektionen)
Zeit: 09.00 bis 10.30 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Beatrice Gasser
Kosten: Fr. 255.- / Fr. 225.-
Mitnehmen: bequeme Kleidung, warme Socken
Anmeldeschluss 20.12.2025

Entschleunigen, entspannen, das Immunsystem stärken. Einfach fließende Qi Gong-Übungen aus dem stillen Qi Gong eignen sich für jede Altersklasse.

Zumba Fitness

Ab Mittwoch, 07. Januar 2026
(5 Kurslektionen)
Zeit: 19.30 bis 20.30 Uhr
Ort: Turnhalle Grabenstrasse, Schulstrasse 18, Schlieren
Leitung: Monia Magurano
Kosten: Fr. 105.- / Fr. 75.-
Mitnehmen: bequeme Sportkleidung, Trinkflasche
Anmeldeschluss 20.12.2025

Zumba ist eine Kombination von Aerobic und lateinamerikanischen sowie internationalen Tänzen. Geeignet für Alle, die gerne zu diesen Rhythmen tanzen.

Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene

Ab Donnerstag, 08. Januar 2026
(20 Kurslektionen)
Zeit: 19.45 bis 21.15 Uhr
Ort: Singsaal Rotes Schulhaus, Schulstrasse 18, Schlieren
Leitung: Manuela Krah
Kosten: Fr. 480.- / Fr. 450.-
Materialkosten: Fr. 82.-
Anmeldeschluss 20.12.2025

Der Orientalische Tanz hat eine jahrtausendealte Tradition. Bewusste körperliche Bewegungen zur Musik verleihen dir Kraft, Selbstbewusstsein und Entspannung. Wir tanzen mit verschiedenen Accessoires. Tanze und deine Seele freut sich.

Yoga am Mittwoch-Abend

Ab Mittwoch, 25. Februar 2026
(8 Kurslektionen)
Zeit: 19.00 bis 20.15 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Jan von Arb
Kosten: Fr. 180.- / Fr. 150.-
Mitnehmen: Wasser, bequeme Kleidung und warme Socken; wir üben barfuss
Materialkosten: Fr. 3.-
Anmeldeschluss 18.02.2026

Beim Yoga geht es nicht darum, die Zehen zu berühren. Das lernt man auf dem Weg nach unten. – Jigar Gor

Yoga am Montag-Abend

Ab Montag, 02. März 2026
(6 Kurslektionen)
Zeit: 18.00 bis 19.30 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Chris Corti
Kosten: Fr. 165.- / Fr. 135.-
Materialkosten: Fr. 3.-
Anmeldeschluss 18.02.2026

Yoga ist das bewusste Wahrnehmen dessen, was schon da ist. (Gerard Blitz).



Yoga am Dienstag-Nachmittag

Ab Dienstag, 03. März 2026
(7 Kurslektionen)
Zeit: 14.00 bis 15.30 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Chris Corti
Kosten: Fr. 187.50 / Fr. 157.50
Materialkosten: Fr. 3.-
Anmeldeschluss 18.02.2026

Yoga ist das bewusste Wahrnehmen dessen, was schon da ist. (Gerard Blitz)

Yoga am Dienstag-Abend

Ab Dienstag, 03. März 2026
(7 Kurslektionen)
Zeit: 18.00 bis 19.30 Uhr
Ort: Postraum, Freiestrasse 1, Schlieren
Leitung: Brigitte Wagner
Kosten: Fr. 187.50 / Fr. 157.50
Materialkosten: Fr. 3.-
Anmeldeschluss 18.02.2026

Yoga ist das bewusste Wahrnehmen dessen, was schon da ist. (Gerard Blitz)

Zumba Fitness

Ab Mittwoch, 04. März 2026
(6 Kurslektionen)
Zeit: 19.30 bis 20.30 Uhr
Ort: Turnhalle Grabenstrasse,
Schulstrasse 18, Schlieren
Leitung: Monia Magurano
Kosten: Fr. 120.- / Fr. 90.-
Mitnehmen: bequeme Sportkleidung,
Trinkflasche
Anmeldeschluss 18.02.2026

Zumba ist eine Kombination von Aerobic und lateinamerikanischen sowie internationalen Tänzen. Geeignet für Alle, die gerne zu diesen Rhythmen tanzen.

Italienisch A1 für Anfänger

Ab Montag, 09. März 2026
(13 Kurslektionen)
Zeit: 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort: Raum 1+2, Freiestrasse 23, Schlieren
Leitung: Laura Fabbrini
Kosten: Fr. 225.- / Fr. 195.-
Mitnehmen: Bleistift, Radiergummi,
Begeisterung
Materialkosten: Fr. 10.-
Anmeldeschluss 04.03.2026

Impariamo l'italiano! Hast du Interesse für die Fremdsprache? Möchtest du eine Pizza in einem italienischen Restaurant bestellen? Interessierst dich die italienische Kultur?

Italienisch A2/B1

Ab Mittwoch, 11. März 2026
(13 Kurslektionen)
Zeit: 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort: Raum 1+2, Freiestrasse 23, Schlieren
Leitung: Laura Fabbrini
Kosten: Fr. 225.- / Fr. 195.-
Mitnehmen: Bleistift, Radiergummi,
Begeisterung
Materialkosten: Fr. 20.-
Anmeldeschluss 04.03.2026

Hai già fatto un corso di italiano e vuoi migliorare?
Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Dich.

Italienisch für Fortgeschrittene

Ab Mittwoch, 11. März 2026
(13 Kurslektionen)
Zeit: 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort: Raum 1+2, Freiestrasse 23, Schlieren
Leitung: Laura Fabbrini
Kosten: Fr. 225.- / Fr. 195.-
Mitnehmen: Bleistift, Radiergummi,
Begeisterung
Materialkosten: Fr. 20.-
Anmeldeschluss 04.03.2026

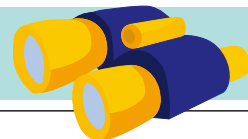
Sai leggere questo testo e capisci cosa c'è scritto? Bene! Vuoi migliorare il tuo italiano? Questo è il corso giusto per te!



Vorschau

17.04.: GV Freizeit Schlieren
Ab Anfang Mai: Yoga Kurse
– Montag Abend
– Dienstag Nachmittag
– Dienstag Abend
– Mittwoch Abend
Ab 06.05.: Zumba Fitness
Ab 17.08.: Freies Tanzen mit Herz
Ab 18.08.: Orientalischer Tanz für Frauen 50+
Ab 20.08.: Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene

Laufend neue Kurse & Veranstaltungen auf: www.vivat-schlieren.ch





Werde Mitglied – für dich, für uns, für Schlieren!

Als Mitglied von Freizeit Schlieren zeigst du, dass dir unsere Stadt am Herzen liegt.

Du förderst mit deiner Mitgliedschaft ein aktives, lebendiges und freundschaftliches Miteinander und profitierst bei geringem Mitgliederbeitrag von vielen Vorteilen: Günstigere Kurskosten, bevorzugte Behandlung bei überbuchten Angeboten und laufend aktuelle Informationen über das Kurs-

und Freizeitprogramm VIVAT sind nur einige der Vorteile.

Und das bei bescheidenem Jahresbeitrag von 30 Franken.

Noch wichtiger ist allerdings, dass du Teil einer Gemeinschaft wirst, die sich für Lebensqualität in unserer Stadt engagiert. Wie aktiv du daran teilnehmen willst, entscheidest du natürlich ganz alleine.

Anmeldung

im Internet

www.freizeit-schlieren.ch

oder

www.vivat-schlieren.ch

oder per E-Mail

janine.schneebeli@freizeit-schlieren.ch

telefonische Anmeldung

Telefonbeantworter: 077 408 03 01

Kontakte

Vorstand

Administration

Finanzen

Kommunikation

Präsident:in

Vize-Präsidentin

Programm

Janine Schneebeli

René Berchtold

David Zürrer

vakant

Jasmin Rohrer

Irma van der Ploeg

janine.schneebeli@freizeit-schlieren.ch

rene.berchtold@freizeit-schlieren.ch

david.zuerrer@freizeit-schlieren.ch

jasmin.rohrer@freizeit-schlieren.ch

irma.vanderploeg@freizeit-schlieren.ch

Interessengruppen

Kerzenziehen

Nähen

Töpfern

Schwyzerörgeli

Steinschleifen

Weben

Severina Luginbühl

Judith Kündig

Susanne Rutishauser

Wanda Girsberger

Stefan Gerber

Elsbeth Risch

severina.luginbuehl@freizeit-schlieren.ch

judith.kuendig@freizeit-schlieren.ch

susanne.rutishauser@freizeit-schlieren.ch

wanda.girsberger@freizeit-schlieren.ch

stefan.gerber@freizeit-schlieren.ch

elsbeth.risch@freizeit-schlieren.ch

Herzlichen Dank



Das Lilie-Einkaufszentrum gehört zu Schlieren wie die Schlieremer Chind, die Wagi oder das Cabaret Rotstift. Die Eigentümer des beliebten Einkaufszentrums unterstützen unsere Aktivitäten aus Überzeugung als Exklusiv-Partner und Sponsor. Damit bringen sie zum Ausdruck, dass ihnen die Bevölkerung und der Standort Schlieren wichtig sind. Das Lilie-Einkaufszentrum leistet damit einen wertvollen Beitrag für eine attraktive Wohnstadt Schlieren.

Die Druckerei Rüegg Media AG ermöglicht uns mit dem Druck dieser Broschüre, unsere Mitglieder und die Schlieremer Bevölkerung mit einem hochwertigen Printprodukt über die aktuellen Angebote unseres Programms VIVAT zu informieren.

Winter 2025 / 26