

Feta-Spinat-Tascherl

Zutaten: 4 Portionen

200 g Feta

frische Basilikumblätter

1/2 Bund Schnittlauch

100 g Blattspinat

Knoblauch

80 g Bergkäse gerieben

Muskat

1 Eiklar

4 Strudelteigblätter

2 EL Olivenöl zum Bepinseln

Salz, Pfeffer



Zubereitung:

Feta mit einer Gabel grob zerdrücken, Basilikumblätter und Blattspinat hacken, Schnittlauch und Knoblauch fein schneiden mit dem Bergkäse vermengen und abschmecken. Ein Strudelteigblatt auf die Arbeitsfläche legen und dünn mit Öl bepseln, die obere auf die untere Hälfte falten. In Rechtecke schneiden und die Teigränder mit dem verquirlten Eiklar bestreichen. Die Fülle in die Mitte setzen, die Enden über die Füllung einschlagen und einrollen. Mit Öl bepseln und im vorgeheizten Rohr bei 200°C ca. 10 min goldbraun backen.




Schwimmkurs

08. - 12. August 2022 oder 22. - 26. August 2022

ab 13:00 Uhr
(50 Minuten je Einheit - 5 Kinder pro Gruppe)
im Naturerlebnisbad



Kurskosten: € 55,00
(davon € 6,50 für den Eintritt - ab 6 Jahren)

Schwimmlehrer:
Sedin Basic



In diesem Kurs werden Kinder mit dem Wasser vertraut gemacht und an das selbstständige Schwimmen herangeführt.

Anmeldungen am Gemeindeamt Gallspach (Simone Schürz)
07248/62355-11 oder simone.schuerz@gallspach.at

Ab 5 Jahren
Kurs findet ab 10 Anmeldungen statt

Wir möchten darauf hinweisen, dass Fotos, die bei der Veranstaltung gemacht werden, zur Öffentlichkeitsarbeit und Darstellung unserer Aktivitäten veröffentlicht werden können. Mit der Teilnahme erklären Sie Ihre Zustimmung. Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.gallspach.at - Datenschutz








Yoga

im Naturerlebnisbad Gallspach



Genieße die ruhigen Abendstunden am Wasser und lausche den Klängen der Natur.

28. Juni | 05. Juli | 13. Juli |
19. Juli | 22. Juli

(bei Schlechtwetter werden die Termine am nächsten Tag nachgeholt)

jeweils von **18:30 bis 19:45 Uhr**

Kurskosten: **5er Block € 80,00**
(Bitte den Betrag an Frau Petra Kerschhuber-Werskiuk - IBAN: AT83 1420 0200 1207 8340 oder in BAR bei der Marktgemeinde Gallspach einbezahlen)

Mitzubringen: Yogamatte, Decke, bequeme Kleidung
Leitung: Petra Kerschhuber-Werskiuk

Anmeldung erforderlich: Gemeindeamt Gallspach - Simone Schürz
07248/62355-11 oder simone.schuerz@gallspach.at

Wir möchten darauf hinweisen, dass Fotos, die bei der Veranstaltung gemacht werden, zur Öffentlichkeitsarbeit und Darstellung unserer Aktivitäten veröffentlicht werden. Mit der Teilnahme erklären Sie Ihre Zustimmung. Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.gallspach.at - Datenschutz




Der Arbeitskreis der Gesunden Gemeinde trifft sich das nächste Mal

**am Montag, den 19.09.2022 um 18.00 Uhr
im Marktgemeindeamt Gallspach.**

Alle interessierten GallspacherInnen sind herzlich eingeladen an diesem Treffen teilzunehmen.

DI Dr. Peter Rohrmoser, Arbeitskreisleiter Gesunde Gemeinde
Kontakt: Simone Schürz, 07248 62355-11