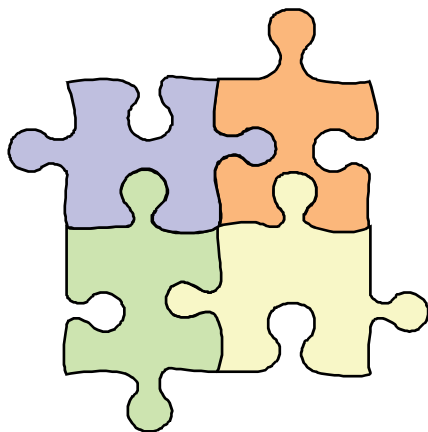


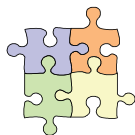


Wintersemester 2026/2027

Kursübersicht

Oktober 2026 – März 2027

Entstanden mit finanzieller Unterstützung der
Bildungs- und Kulturdirektion des Kantons Bern,
Mittelschul- und Berufsbildungsamt,
Abteilung Weiterbildung



INFOS – INHALTSVERZEICHNIS

Infos für Kursbesucherinnen und Kursbesucher

Teilnahmeberechtigung

Personen nach Vollendung des 16. Altersjahrs.

Anmeldung

Anmeldung direkt bei Kursanbieter/in per E-Mail, telefonisch oder mit Anmeldetalon.

Kursabsage

Mangels Beteiligung können Kurse abgesagt werden.

Versicherung

Die Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer sind nicht gegen Unfall versichert.

Kursmaterial

Kursmaterial wird zusätzlich verrechnet.

Auskunft

Erwachsenenbildung Belp
Abteilung Generationen und Soziales
Gartenstrasse 2, Postfach, 3123 Belp

✉ skeli.judith@belp.ch

☎ 031 818 22 10

GEMEINDE  BELP

Kurse

Themen	Seite/n
INFOS I INHALTS- VERZEICHNIS	2 – 4
GRUSSWORT I VORINFORMATION	5
BEAUTY I KOSMETIK I MODE	6
GESUNDHEIT I YOGA	7 – 11
KOCHEN I ERNÄHRUNG	–
MUSIK I CHOR	12 – 15
(VEREINS-)SPORT	16
SPRACHEN	17 – 19
UMWELT I NATUR	–
WERKEN I TEXTILES GESTALTEN	20 – 22
DIVERSES I ASTROLOGIE	23



INHALTSVERZEICHNIS

Nr.	Kurs	Seite
-----	------	-------

INFOS I INHALTSVERZEICHNIS		
	Infos für Kursbesucherinnen und Kursbesucher	2
	Inhaltsverzeichnis	3
	Erwachsenenbildung Belp und Umgebung – Grusswort I Vorinformation	5

BEAUTY I KOSMETIK I MODE		
01	Beauty Brunch	6

FITNESS I GYMNASTIK I TANZ		
-----------------------------------	--	--

GESUNDHEIT I YOGA		
02	Bewusstheit durch Bewegung, Feldenkraismethode	7
03	Bewusstheit durch Bewegung, Feldenkraismethode	7
04	Pilatesflows® - Bewegung für jede Lebenslage in kleinen Gruppen Faszienarbeit, Balance, sanfte Kräftigung, ohne den Körper zu belasten	8
05	Zeitgenössisches Pilates	9
06	Yoga für alle	9
07	Feminine Yin Yoga & Nervensystem-Regulation	10
08	Yoga – für Körper, Geist und Seele	11

KOCHEN I ERNÄHRUNG		
---------------------------	--	--

MUSIK I CHOR		
09	Eltern-Kind-Musik Kurse	12
10	Erwachsenen Bläser-Ensemble für Wiedereinsteigende	12
11	AareBella Chor – für «Power»-Frauen ab 21+	13
12	Tiefenentspannung zu Musik	14
13	Musikunterricht für Erwachsene / Jodelgesang	13
14	Orchester Belp: Winterprogramm 2026/2027	15

(VEREINS-)SPORT		
15	Badminton	16
16	Aikido	16



INHALTSVERZEICHNIS

Nr.	Kurs	Seite
-----	------	-------

SPRACHEN		
17	Deutsch für Anfängerinnen und Anfänger 1	17
18	Deutsch für Anfängerinnen und Anfänger 2	17
19	Knacknüsse Deutsch und Französisch knacken	18
20	TREFF☉ FRANZ. BLP – Französisch im Alltag	18
21	@helen's english courses	19
	Kursausschreibung im Erwachsenenbildungsprogramm – Infos	19

UMWELT I NATUR

WERKEN I TEXTILES GESTALTEN		
22	Atelier WERKzeit	20
23	Atelier WERKzeit – Workshop: Keramik bemalen	20
24	Freies Malen mit Acryl auf Leinwand	21
25	Kreativ sein: Mit Ton oder auf Leinwand	22

DIVERSES I ASTROLOGIE		
26	Alphalive Kurs – Entdecke Glaube, Leben, Sinn	23



GRUSSWORT | VORINFORMATION

HERZLICH WILLKOMMEN!

Liebe Kursbesucherin, lieber Kursbesucher

Die Erwachsenenbildung Belp und Umgebung freut sich, Ihnen das neue Semesterprogramm (Oktober 2026 – März 2027) vorzustellen. Im Winter 2026/2027 werden **26 (Haupt-)Kurse** zu folgenden Themen angeboten:

Beauty | Kosmetik | Mode
Gesundheit | Yoga
Musik | Chor
Sprachen
(Vereins-)Sport
Werken | Textiles Gestalten
und Diverses | Astrologie.

Wir sind überzeugt, dass auch Sie in unserem Programm einen Kurs finden, der Sie anspricht und zur Teilnahme motiviert. Vielleicht finden Sie mit Ihrer Anmeldung sogar ein neues Hobby, das Ihr Leben bereichert und zudem neue Freund-/Bekanschaften fördert.

Wie bisher wird unser Kursprogramm in den Gemeinden Belp, Kaufdorf, Kehrsatz, Thurnen und Toffen abgegeben. Leider werden in diesem Winter keine Kurse in den angeschlossenen Nachbargemeinden angeboten.

Für Ihre/n Kurs/e wünschen wir Ihnen viel Erfolg. Unsere erfahrenen Kursleiterinnen und Kursleiter werden Sie bestmöglich unterstützen, um Ihren Kursbesuch zu einem schönen Erlebnis zu machen. Sie freuen sich auf Ihre Anmeldung!

VORINFORMATION

Das nächste Kursprogramm (April – September 2027) erscheint im **März 2027**.

Eingabefrist für Kursangebote: Freitag, 12. Februar 2027.

Verspätete Eingaben können nicht berücksichtigt werden.

Erwachsenenbildung Belp und Umgebung

Abteilung Generationen und Soziales



Let's start!



BEAUTY | Kosmetik | Mode

01 Beauty Brunch

Gönn dir einen inspirierenden Vormittag voller Beauty, Wohlbefinden und neuer Make-up-Inspirationen. In einer kleinen Gruppe von maximal sechs Personen widmen wir uns deinem individuellen Typ und zeigen dir, wie du deine Vorzüge gekonnt unterstreichst und deine natürliche Ausstrahlung zum Leuchten bringst.

Am Kurs erhältst du persönliche Tipps rund um Make-up und Gesichtspflege, abgestimmt auf deinen Farb- und Hauttyp, und entdeckst neue Inspiration für dein perfektes Styling. Abgerundet wird das Erlebnis mit einem leckeren Brunch in gemütlicher Atmosphäre.

Veranstalterin Coiffure Curtins

Kurs/e Der Kurs ist eintägig. Folgende Daten sind geplant:

- 1. Kurs:** Samstag, 31. Oktober 2026, 10.00 – ca. 14.00 Uhr
- 2. Kurs:** Samstag, 21. November 2026, 10.00 – ca. 14.00 Uhr
- 3. Kurs:** Samstag, 23. Januar 2027, 10.00 – ca. 14.00 Uhr

Kursort Coiffure Curtins, Dorfstrasse 8, 3123 Belp

Kosten CHF 120.–, inkl. Materialkosten

Teilnehmerzahl mindestens 2 Personen, maximal 6 Personen

Kursleitung Janina Curtins, Coiffure Curtins, Dorfstrasse 8, 3123 Belp
E-Mail: info@coiffure-curtins.ch ☎ 031 819 75 75
Onlinebanking www.coiffure-curtins.ch WhatsApp 076 685 54 54

Anmeldeschluss Bis 2 Tage vor dem Kurs.

**Hier könnten
Ihre Kursangebote stehen!**

Bei Interesse kontaktieren Sie uns gerne.



031 818 22 10

E-Mail: skeli.judith@belp.ch



GESUNDHEIT I YOGA

02 Bewusstheit durch Bewegung, Feldenkraismethode

Mittels mündlicher Anleitung von einfachen Bewegungsabläufen wird das Bewusstwerden des Zusammenspiels der Gelenke, Muskeln und Organe sowie persönlicher Bewegungsgewohnheiten unterstützt. Die Erweiterung der eigenen Bewegungsmöglichkeiten wird durch leichte Bewegungsimpulse (minimaler Kraftaufwand, Veränderbarkeit von Bewegungsrichtung und Tempo) gefördert. So können Schmerzen abgebaut und das persönliche Wohlbefinden gesteigert werden.

Diese Methode zur Erweiterung der Selbstwahrnehmung und Optimierung der Bewegung wurde von Moshe Feldenkrais (1904 – 1984) entwickelt.

Kurs/e	<u>ab 19. Oktober 2026:</u> 5 x jeweils Montag, 18.00 – 18.50 Uhr	
Kursleitung	Regula Nell	
Kursort	OMNIA Physio, Bahnhofplatz, Bahnhofstrasse 11, 3123 Belp	
Kurskosten	CHF 125.–	
Materialkosten	keine	
Teilnehmerzahl	mindestens 4 Personen, maximal 10 Personen	
Anmeldung	Regula Nell, Sandrainstrasse 66, 3007 Bern E-Mail: rnell@bluewin.ch	 077 534 67 06
Anmeldeschluss	10. Oktober 2026	

03 Bewusstheit durch Bewegung, Feldenkraismethode

Kursinhalt siehe Kurs Nr. 02

Kurs/e	<u>ab 22. Februar 2027:</u> 5 x jeweils Montag, 18.00 – 18.50 Uhr	
Kursleitung	Regula Nell	
Kursort	OMNIA Physio, Bahnhofstrasse 11, 3123 Belp	
Kurskosten	CHF 125.–	
Materialkosten	keine	
Teilnehmerzahl	mindestens 4 Personen, maximal 10 Personen	
Anmeldung	Regula Nell, Sandrainstrasse 66, 3007 Bern E-Mail: rnell@bluewin.ch	 077 534 67 06
Anmeldeschluss	1. Februar 2027	



GESUNDHEIT I YOGA

04 Pilatesflows® – Bewegung für jede Lebenslage in kleinen Gruppen

Faszienarbeit, Balance, sanfte Kräftigung, ohne den Körper zu belasten

Behutsamer Care Flow, spezialisierter Kurs:

Sanfte Bewegung bei Rheuma sowie während oder nach einer Krebstherapie. Ruhig, individuell dosiert und ohne Leistungsdruck – für mehr Beweglichkeit, Vertrauen und Leichtigkeit im Alltag. Für Anfängerinnen und Anfänger geeignet.

Stabil Care Flow, spezialisierter Kurs:

Sanftes Pilatesflows-Training bei neurologischen oder orthopädischen Herausforderungen – individuell angepasst und für mehr Stabilität, Balance und Vertrauen in die eigenen Bewegungen. Für Anfängerinnen und Anfänger geeignet.

Morgen Flow und Abend-Flow, reguläre Kurse:

Morgen Flow und Abend Flow verbinden Kräftigung, Mobilisation und Faszienarbeit – für mehr Beweglichkeit, Stabilität und Körpergefühl. Abwechslungsreich, gut dosiert, und für Anfängerinnen und Anfänger bis Mittelstufe geeignet.

Veranstalterin Pilatesflows Belp (Vivepilatesflows)

Kurse

- Montag: – Behutsamer Care Flow, 09.15 – 10.15 Uhr, neu ab 02.11.2026
– Stabil Care Flow, 10.30 – 11.30 Uhr, neu ab 02.11.2026
- Dienstag: – Behutsamer Care Flow, 18.00 – 19.00 Uhr, neu ab 03.11.2026
– Stabil Care Flow, 19.15 – 20.15 Uhr, neu ab 03.11.2026
- Mittwoch: – Morgen Flow, 09.30 – 10.30 Uhr, bestehender Kurs
- Donnerstag: – Abend Flow, 19.00 – 20.00 Uhr, bestehender Kurs

Kursleitung Ana Méndez, zert. Pilatesflows® Instruktörin

Kursort Pilatesflows Belp, Steinbachstrasse 25, 3123 Belp

Kurskosten Reguläre Kurse: CHF 27.– pro 60 Minuten
Spezialisierte Kurse: CHF 30.– pro 60 Minuten
Die Kurse sind im 10er-Abo zahlbar.

Teilnehmerzahl unbeschränkt

Anmeldung Ana Méndez, Pilatesflows Belp, Steinbachstrasse 25, 3123 Belp
E-Mail: info@vivepilatesflows.com ☎ 079 905 74 09
Internet: www.vivepilatesflows.com / www.pilatesflows-belp.ch

Anmeldeschluss **Einstieg jederzeit möglich.**
Schnupperwoche: 1. Novemberwoche 2026 (KW 45/2026),
zu exklusiv CHF 20.– pro Lektion.



GESUNDHEIT | YOGA

05 Zeitgenössisches Pilates

Die Pilates-Methode ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tiefliegenden, kleinen, aber meist schwachen Muskelgruppen angesprochen werden. Diese sorgen für eine korrekte und gesunde Körperhaltung.

Kurs/e	Jeweils Freitag, 08.30 – 09.30 Uhr. Der Kurs ist fortlaufend.
Kursleitung	Carmen Hartmann
Kursort	OMNIA Physio, Bahnhofstrasse 11, 1. OG, 3123 Belp
Kurskosten	CHF 25.– pro Lektion / CHF 250.– für 12 Lektionen
Anmeldung	OMNIA Physio, Bahnhofstrasse 11, 3123 Belp E-Mail: carmen.hartmann@omnia-physio.ch ☎ 031 819 23 13
Anmeldeschluss	Zurzeit ist die Gruppe ausgebucht. Es besteht eine Warteliste. Eine Schnupperlektion auf Voranmeldung kostet CHF 10.–.

06 Yoga für alle

Yoga in der Gruppe – gemeinsam in Bewegung – meine Yogastunden bieten dir Gelegenheit, in der Gegenwart anzukommen, Kontakt mit deinem Atem aufzunehmen, deinen Körper in verschiedenen Positionen zu spüren, Kraft aufzubauen, Flexibilität und Gleichgewicht zu trainieren und innerlich zur Ruhe zu kommen. Für alle Levels geeignet.

Kurs/e	Montag	08.45 – 10.00 Uhr	10.20 – 11.35 Uhr 70+
	Dienstag	17.30 – 18.45 Uhr	19.00 – 20.15 Uhr
	Mittwoch	08.45 – 10.00 Uhr	18.00 – 19.15 Uhr
		19.30 – 20.45 Uhr	
	Donnerstag	19.15 – 20.30 Uhr	
	Online-Teilnahme per ZOOM in allen Kursen möglich. Stundenplan siehe: https://therapie-yoga-maja.com		
Kursleitung	Maja Sauser, Yogalehrerin SYV, EYU, Yogatherapeutin SYV		
Kursort	Maja Yoga, Bernstrasse 97, 3122 Kehrsatz direkt vis-à-vis des Bahnhofs Kehrsatz Nord		
Materialkosten	Matten, Kissen, Decken und diverse Hilfsmittel sind vorhanden.		
Kurskosten	CHF 25.–/Lektion, quartalsweise zahlbar		
Anmeldung	siehe https://therapie-yoga-maja.com E-Mail: majasauser@gmail.com ☎ 079 675 42 57		
Anmeldeschluss	Einstieg und kostenlose Schnupperstunde jederzeit möglich.		



GESUNDHEIT | YOGA

07 Feminine Yin Yoga & Nervensystem-Regulation

Raus aus dem Funktionieren. Zurück zu dir.

Der sanfte Yogaabend für Frauen, die viel geben und sich selbst wieder mehr Raum schenken möchten.

Fühlst du dich im Alltag oft gefordert, bist ständig im Tun und findest kaum Zeit, wirklich zur Ruhe zu kommen?

Dieser besondere wöchentliche Yogaabend verbindet **Feminine Yin Yoga, Yoga Nidra, Atemübungen und sanfte Klänge** zu einer tief entspannenden Praxis, die deinen Körper und dein überreiztes Nervensystem unterstützt loszulassen, neue Energie zu sammeln und wieder bewusst bei dir anzukommen.

Ruhige Yin-Haltungen, geführte Tiefenentspannung, Klang und achtsame Körperübungen schenken deinem Körper und Geist eine wohltuende Pause vom Alltag.

Für Frauen, die sich nach mehr Ruhe, Balance und bewusster Zeit für sich sehnen – auch ohne Yoga-Erfahrung.

Frauen aus meinen Räumen (Kurse & Retreats) berichten:

"Ich schlafe nach den Stunden viel besser und fühle mich tief entspannt."

"Ein tiefer Atemzug für Körper, Geist und Seele".

Veranstalterin	SOLDELUNA YOGA
Kurs/e	jeweils Montag, 19.30 – 21.00 Uhr
Kursleitung	Sonja Hostettler, Dipl. Yogalehrerin RYT 500+
Kursort	Käsereistrasse 1, 3123 Belp
Kurskosten	CHF 300.–, 10er-Abonnement, 13 Kurswochen gültig
Materialkosten	Yogamatten, Bolster, Decken, Blöcke sind vorhanden
Teilnehmerzahl	maximal 12 Personen (begrenzte Plätze)
Anmeldung	Soldeluna Yoga, Käsereistrasse 1, 3123 Belp E-Mail: info@soldelunayoga.ch ☎ 076 310 38 89 Internet: www.soldelunayoga.ch
Anmeldeschluss	Bei freien Plätzen ist ein Einstieg jederzeit möglich.





GESUNDHEIT | YOGA

08 Yoga – für Körper, Geist und Seele

Yoga sanft: Schonende Bewegungsabläufe und Haltungen. Es braucht keinerlei Vorkenntnisse oder sonstige körperliche Voraussetzungen für diesen Kurs. Besonders geeignet für reifere Personen oder Menschen mit (akuten) Beschwerden am Bewegungsapparat.

Yoga klassisch: Eine vielseitige Yogalektion für mehr Kraft, Flexibilität und Harmonie in Körper und Geist.

Alle Kurse eignen sich auch für Anfängerinnen und Anfänger.

Gratis Schnupperstunde nach Voranmeldung jederzeit möglich.

Kurs/e	<u>Montag</u>	Yoga sanft	16.30 – 17.45 Uhr
		Yoga klassisch	18.00 – 19.15 Uhr
		Yoga klassisch	19.30 – 20.45 Uhr
	<u>Dienstag</u>	Yoga klassisch	08.30 – 09.45 Uhr
		Yoga sanft	10.00 – 11.15 Uhr
		Yoga klassisch	12.10 – 13.25 Uhr
	<u>Mittwoch</u>	Yoga sanft	16.30 – 17.45 Uhr
		Yoga klassisch	18.00 – 19.15 Uhr
		Yoga klassisch	19.30 – 20.45 Uhr
	<u>Donnerstag</u>	Yoga klassisch	08.30 – 09.45 Uhr
		Yoga sanft	10.00 – 11.15 Uhr
	<u>Freitag</u>	Yoga sanft	08.30 – 09.45 Uhr
		Yoga sanft	10.00 – 11.15 Uhr

Kursleitung Olivia Gyseler, Yogalehrerin YCH

Kursort Yoga Belp, Rubigenstrasse 12, 3123 Belp

Kurskosten CHF 22.– / 75 Minuten, quartalsweise zahlbar

Anmeldung Olivia Gyseler, Yoga Belp, Rubigenstrasse 12, 3123 Belp
E-Mail: info@yoga-belp.ch ☎ 079 211 26 70
Internet: www.yoga-belp.ch

Anmeldeschluss Einstieg jederzeit möglich.

**Hier könnten
Ihre Kursangebote stehen!**

Bei Interesse kontaktieren Sie uns gerne.

☎ 031 818 22 10

E-Mail: skeli.judith@belp.ch



MUSIK I CHOR

09 Eltern-Kind-Musik Kurse

Ein Kurs für Eltern und ihre Kleinkinder (ab 1 ½ bis 4 Jahre). Für Kinder ist eine anregende Umgebung sehr wichtig, um ihre Persönlichkeit entfalten zu können. Im Kurs wollen wir die ganzheitliche Entwicklung durch Musik fördern. Wir werden singen, tanzen, musizieren, improvisieren, mit verschiedenen Materialien spielen und Verse kennenlernen. Kenntnisse werden keine vorausgesetzt. Geschwister können mitgenommen werden. Auch Väter und Grosseltern als Begleitpersonen sind herzlich willkommen.

Veranstalterin	Musikschule Region Gürbetal
Semesterkurs/e	jeweils Mittwoch, 09.30 – 10.15 Uhr und Donnerstag, 09.00 – 09.45 Uhr und 10.00 – 10.45 Uhr Je nach verfügbaren Plätzen kann auch während des laufenden Semesters eingestiegen werden. Bitte informieren Sie sich direkt bei der Kursleiterin.
Kursleitung	Anja Martin, ☎ 079 386 08 00, anjamartin@gmx.ch
Kursort	Musikschule, Schloss Belp, Kleiner Saal, Dorfstrasse 23, 3123 Belp
Kurskosten	CHF 360.– pro Semesterkurs/Familie. Keine zusätzlichen Kosten.
Teilnehmerzahl	maximal 8 Familien pro Gruppe
Anmeldung	Anmeldungen bitte online auf www.ms-guerbetal.ch/formulare .
Anmeldeschluss	Anmeldungen laufend möglich (je nach bestehender Gruppengrösse) oder für Folgekurs (Frühlingssemester, Start Februar 2027).

10 Erwachsenen Bläser-Ensemble für Wiedereinsteigende

Haben Sie Ihrem Instrument eine längere Ruhepause gegönnt? Reizt es Sie, Ihre Fähigkeiten wieder zu erwecken? Unser Ensemble für Wiedereinsteigende ist für alle Erwachsenen offen, die Lust auf gemeinsames Musizieren haben und ihr Können auf dem Blas- oder Perkussionsinstrument auffrischen möchten.

Durch die professionelle Leitung lernen Sie das Zusammenspiel im Ensemble und werden für das Spiel in einem Blasmusikverein vorbereitet.

Veranstalterin	Musikschule Region Gürbetal
Kurs/e	14 x jeweils Montag, 19.15 – 20.30 Uhr Der aktuelle Kurs läuft ab 17. August 2026 – 25. Januar 2027. Interessent:innen melden sich bitte direkt beim Kursleiter.
Voraussetzungen	Spielerfahrung auf einem Blas- oder Perkussionsinstrument
Kursleitung	Stefan Rolli, ☎ 076 417 16 66, stefan.rolli@gmx.net
Kursort	Musikschule, Schloss Belp, Dorfstrasse 23, 3123 Belp
Kurskosten	CHF 290.– pro Teilnehmer:in
Anmeldung	Anmeldung bitte online auf www.ms-guerbetal.ch/formulare .
Anmeldeschluss	Anmeldung grundsätzlich jederzeit möglich (nach erfolgter Absprache mit dem Kursleiter).



MUSIK | CHOR

11 AareBella Chor – für «Power»-Frauen ab 21+

Wir singen angesagte, englischsprachige Pop- und Musicalsongs. Für das Mitmachen braucht es keine Erfahrung – alle Sängerinnen sind willkommen! Wir singen mehrstimmig, machen Stimmbildung und haben mit einem Auftritt am Schluss des Semesters ein Ziel. Das gemeinsame Kaffeetrinken im Anschluss an unsere Proben ist ein wichtiger Bestandteil für das Zusammenwachsen als Gruppe.

Der Chor wird semesterweise als Kurs geführt – die Teilnehmerinnen verpflichten sich nur zum Besuch der Proben und zum Mitmachen bei den Konzerten. Komm alleine oder mit einer Freundin und einem offenen Herzen vorbei!

Veranstalterin	Musikschule Region Gürbetal
Kurs/e:	Proben jeweils Dienstag, 09.00 – 10.30 Uhr (Morgengruppe) und Dienstag, 19.15 – 20.45 Uhr (Abendgruppe). Der aktuelle Kurs findet ab 25. August 2026 – 5. Februar 2027 statt.
Kursleitung	Phoebe Fuller, ☎ 079 770 75 94, phoebefuller@mac.com
Kursort	Musikschule, Schloss Belp, Festsaal (Morgengruppe) und Kleiner Saal (Abendgruppe), Dorfstrasse 23, 3123 Belp
Kurskosten	CHF 330.–
Anmeldung	Anmeldung bitte online auf www.ms-guerbetal.ch/formulare .
Anmeldeschluss	Spätestens unmittelbar nach der ausgeschriebenen Schnupperprobe. Die aktuellsten Infos finden Sie auf www.ms-guerbetal.ch .

12 Tiefenentspannung zu Musik

Sehnen Sie sich manchmal nach einer Ruhepause im hektischen Alltag, nach Entspannung, einem Ort zum Auftanken? Zu den tragenden Klängen des Monochords und mit ihrer Stimme begleitet Sie die Kursleiterin in eine tiefe Entspannung. Bei dieser Klangmeditation können Sie innehalten, lauschen, spüren und Ruhe und Kraft tanken.

Das Angebot ist geeignet für alle, die sich eine Klangmeditation wünschen und gönnen möchten. Nach Rücksprache auch bei Schmerzen, depressiven Verstimmungen oder aller gemein schwierigen, herausfordernden Situationen.

Veranstalterin	Musikschule Region Gürbetal
Kurs/e:	Nach direkter Absprache mit der Kursleiterin.
Kursleitung	Marianne Graf, ☎ 079 791 77 69, mikrokosmos@sunrise.ch
Kursort/e	Musikschule, Schloss Belp, Dorfstrasse 23, 3123 Belp
Kurskosten	– Schnupperabo: 3 x 30 Minuten CHF 250.– – Abo ARIA: 4 x 30 Minuten / total 120 Minuten CHF 335.– – Abo SONATA: 8 x 30 Minuten / total 240 Minuten CHF 670.– Es fallen keine weiteren Kosten an.
Anmeldung	Anmeldung bitte online auf www.ms-guerbetal.ch/formulare .
Anmeldeschluss	Anmeldung jederzeit möglich.



MUSIK | CHOR

13 Musikunterricht für Erwachsene

Die Musikschule Region Gürbetal steht auch Erwachsenen offen! Mit dem flexiblen Unterrichts-Abonnement für Erwachsene können Sie sich den Wunsch nach Instrumental-Unterricht erfüllen. Ob Sie Anfänger:in, Wiedereinsteiger:in oder Fortgeschrittene/r sind, Sie erhalten den auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten professionellen Musikunterricht.

Zusammen macht es noch mehr Spass: Sie sind auch als Band, Kammernmusikgruppe, Volksmusik-Ensemble herzlich willkommen!

Veranstalter:in	Musikschule Region Gürbetal
Kurs/e	nach Absprache, Einstieg jederzeit möglich
Kursleitung	verschiedene diplomierte Lehrpersonen der Musikschule
Kursort	Musikschule, Schloss Belp, Dorfstrasse 23, 3123 Belp
Kurskosten	je nach Unterrichtsform und Teilnehmer:innenzahl
Anmeldung	Anmeldung bitte online auf www.ms-guerbetal.ch/formulare .
Anmeldeschluss	Anmeldung jederzeit möglich.

Neu im Angebot: Jodelgesang

Bitte informieren Sie sich über unser neues Fachangebot auf www.ms-guerbetal.ch oder nehmen Sie ganz unverbindlich mit unserer Jodel-Lehrperson Diana Stadelmann, ☎ 079 625 77 79, diana.stadelmann@gmx.ch, Kontakt auf.



MUSIKSCHULE
Region
GÜRBETAL



MUSIK I CHOR

14 Orchester Belp: Winterprogramm 2026/2027

In unserem Winterprogramm widmen wir uns einer Beethovensinfonie, einem Harfenkonzert von Gabriel Pierné und einer Komposition unseres Dirigenten Aurélien Darbellay. Wir – ein sinfonisch besetztes Laienorchester klassischer Richtung. Unser Dirigent ist ein junger Berufsmusiker, die Konzertmeisterin professionelle Geigenlehrerin. Es freut uns, wenn sich weitere Personen zu uns gesellen. Besonders in den Streicherregistern heissen wir zusätzliche Musikerinnen und Musiker gerne willkommen. Aber auch Posaunen und Trompeten dürfen sich sehr gerne melden.

Gegenwärtig spielen etwas über 30 Personen im Orchester mit, viele von ihnen sind seit etlichen Jahren mit dabei. Für die Konzerte engagieren wir auch Solistinnen und Solisten. In diesem Winter begleiten wir eine Harfenistin. Ende Februar 2027 führen wir unser Programm zwei Mal öffentlich in der Kirche Belp auf.

Besuchen Sie doch eine unserer Proben im Musiklokal des Dorfzentrums Belp. Oder spielen Sie unverbindlich und kostenlos einen Konzertzyklus mit und sammeln dabei Orchestererfahrung. Auf unserer Webseite (orchester-belp.ch) sehen Sie jeweils, wo gegenwärtig Vakanzen bestehen.

Veranstalterin	Orchester Belp
Kurs/e	<u>Ab 19. August 2026</u> : jeweils Mittwoch, 20.00 – 22.00 Uhr (ohne Schulferien), plus Wochenende vom 24./25. Oktober 2026 sowie eine Sonderprobe am Samstagmorgen, 23. Januar 2027. <u>Die Konzerte</u> finden am 19./21. Februar 2027 statt.
Kursleitung	Kalinka Huber
Kursort	Musiklokal im Dorfzentrum Kreuz, 3123 Belp
Kurskosten	Erster Konzertzyklus kostenlos. Anschliessend Beitrag (pro Konzertzyklus / Jahresbeitrag).
Materialkosten	eigenes Instrument
Teilnehmerzahl	mindestens 30 Personen, maximal 40 Personen
Anmeldung	Kalinka Huber, Orchester Belp, Simonstrasse 25, 3012 Bern E-Mail: info@orchester-belp.ch ☎ 031 301 30 32 Internet: www.orchester-belp.ch
Anmeldeschluss	September 2026 (oder nach Vereinbarung) . Der nächste Zyklus beginnt im März 2027 und dauert bis Anfang Juli 2027.





(VEREINS-)SPORT

15 Badminton

Freies Spiel für alle Niveaus.

Veranstalter	Badminton Club Belp	
Kurs/e	jeweils Montag, 18.00 – 20.15 Uhr	
Kursleitung	Daniel Schwerzmann	
Kursort	Turnhalle Neumatt, Neumattstrasse 39, 3123 Belp	
Teilnehmerzahl	unbeschränkt	
Kurskosten	CHF 80.– pro Jahr	
Materialkosten	Leihschläger sind verfügbar	
Anmeldung	E-Mail: d.schwerzmann@bluewin.ch Internet: www.badminton-belp.ch	☎ 079 699 03 07
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich.	

16 Aikido

Die japanische Selbstverteidigungs- und Bewegungskunst ohne Gewalt. Ein Weg zur Harmonisierung mit der Lebensenergie.

Veranstalter	Verein Aikido Belp	
Kurs/e	jeweils Dienstag und Donnerstag, 19.00 – 20.30 Uhr	
Kursleitung	Sonja Eberhard Samuel Hess Nathalie Uhlmann	
Kursort	Dojo, Burggässli 13, 3123 Belp	
Kurskosten	CHF 150.– pro Quartal, für alle Trainings	
Materialkosten	Anfangs keine Materialkosten. Später eventuell Aikido-Gi, mit Preisen zwischen CHF 80.– bis CHF 250.– (je nach Qualität).	
Anmeldung	Sonja Eberhard, Mühlegasse 14, 3400 Burgdorf E-Mail: sonjasan.eberhard@gmail.com Internet: www.aikido-belp.ch	☎ P 079 698 24 14 ☎ G 034 420 15 50
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich. Fortlaufende Gruppen. Teilnehmerzahl unbeschränkt.	



SPRACHEN

17 Deutsch für Anfängerinnen und Anfänger 1

Sie lernen sprechen, lesen und schreiben für den ersten Alltagsgebrauch.

Veranstalterin	Reformierte Kirche Belp-Belpberg-Toffen
Kurs/e	Bis Ende 2026 jeweils Dienstag und Donnerstag, 10.00 – 11.30 Uhr. Ab Anfang 2027 jeweils am Donnerstag, 10.00 – 11.30 Uhr.
Kursleitung	Regina Gerber
Kursort	Pfruendschüür, Dorfstrasse 32, 3123 Belp
Kurskosten	CHF 10.– pro Mal (Unterstützung der Kirchgemeinde auf Anfrage möglich)
Materialkosten	Lehrmittel ca. CHF 26.– (Buch)
Teilnehmerzahl	mindestens 4 Personen, maximal 12 Personen
Anmeldung	Regina Gerber, Gürbeweg 39, 3123 Belp E-Mail: gerberstextservice@belponline.ch ☎ 079 736 86 49
Anmeldeschluss	Einstieg nach Absprache jederzeit möglich.

18 Deutsch für Anfängerinnen und Anfänger 2

Sie bauen auf Ihren ersten Deutschkenntnissen auf und lernen weiter für den Alltags-sprachgebrauch.

Veranstalterin	Reformierte Kirche Belp-Belpberg-Toffen
Kurs/e	jeweils Dienstag, 10.00 – 11.30 Uhr (Pause während Schulferien)
Kursleitung	Regina Gerber
Kursort	Pfruendschüür, Dorfstrasse 32, 3123 Belp
Kurskosten	CHF 10.– pro Mal (Unterstützung der Kirchgemeinde auf Anfrage möglich)
Materialkosten	Lehrmittel ca. CHF 26.– (Buch)
Teilnehmerzahl	mindestens 4 Personen, maximal 12 Personen
Anmeldung	Regina Gerber, Gürbeweg 39, 3123 Belp E-Mail: gerberstextservice@belponline.ch ☎ 079 736 86 49
Anmeldeschluss	Einstieg nach Absprache jederzeit möglich.



SPRACHEN

19 Knacknüsse Deutsch und Französisch knacken

Sind Deutsch und Französisch Knacknüsse für dich? Kein Problem, ich habe den Nussknacker! Gerne unterstütze ich dich beim Bewältigen des Unterrichtsstoffs in Deutsch und Französisch sowie bei Prüfungsvorbereitungen in beiden Fächern. Gemeinsam knacken wir jede Nuss. Melde dich einfach für eine erste Probestunde!

Veranstalterin	Gerbers Textservice
Kursort	Präsenz- oder Online-Lektionen auf Wunsch der Kundinnen und Kunden. Kursort nach Vereinbarung.
Kursleitung	Regina Gerber
Kurskosten	Auszubildende/Studierende/Gymnasiasten: – CHF 50.–/60 Min. für eine Einzelperson – CHF 35.–/60 Min. für 2 Personen – CHF 20.–/60 Min. für 3 und mehr Personen. Grundstufe nach Ermessen.
Materialkosten	inbegriffen
Teilnehmerzahl	mindestens 1 Person, maximal 6 Personen
Anmeldung	Regina Gerber, Gürbeweg 39, 3123 Belp E-Mail: gerbertextservice@belponline.ch ☎ 079 736 86 49
Anmeldeschluss	Nach Vereinbarung.

20 TREFF© FRANZ. BELP – Französisch im Alltag

Gewinnen Sie Sicherheit im Umgang mit der französischen Sprache – praxisorientiert und auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt.

Kurs/e	Online-Kurse à 45 Minuten nach Vereinbarung
Kursleitung	Erika Zehnder-Spittler, Französischlehrerin
Kursort	Online: TEAMS, ZOOM (eigenes Konto nicht nötig)
Kurskosten	CHF 45.– pro Lektion à 45 Minuten
Teilnehmerzahl	Einzelunterricht
Anmeldung	Erika Zehnder-Spittler E-Mail: erika.zehnder@bluewin.ch ☎ 079 487 43 10 Internet: www.bildung-fuer-sie.ch
Anmeldeschluss	Nach Absprache.





SPRACHEN

21 @helen's english courses

Reguläre Englischkurse, Conversation Classes und Privatlektionen für Erwachsene auf diversen Niveaus. Neuer Anfängerkurs in Planung.

Kurs/e	montags – freitags, tagsüber und abends Nähere Infos erhalten Sie auf unserer Webseite www.at-helens.ch oder gerne auch telefonisch.
Kursleitung	Wir sind ein 7-köpfiges Team von zertifizierten Englischlehrkräften.
Kursort	Dorfstrasse 2, 3123 Belp (am Schützenkreisel, im Zentrum von Belp)
Kurskosten	Ab CHF 25.– pro Kurs. Schnupperlektion(en) gratis.
Materialkosten	Lehrmittel
Teilnehmerzahl	mindestens 1 Person, maximal 10 Personen pro Kurs
Anmeldung	Helen Lanzrein, per E-Mail oder per Telefon E-Mail: welcome@helens-englishcourses.ch Internet: www.at-helens.ch
Anmeldeschluss	Einstieg jederzeit möglich.

G: 031 819 81 25
P: 079 759 62 65

Kursausschreibung im Erwachsenenbildungsprogramm

- Im Kursportal werden Kurse veröffentlicht, die in Belp oder allenfalls in den angeschlossenen Nachbargemeinden Kaufdorf, Kirchenthurnen, Lohnstorf / Mühlethurnen und Toffen angeboten werden.
- Sie haben die Möglichkeit, entweder als Trägerorganisation (Vereine, Kirchgemeinden) oder als kommerzieller Anbieter ein Kursangebot auszuschreiben.
- Der Beitrag an die Druckkosten beträgt CHF 70.– pro Inserat.
Bei Kursangeboten, die mehr als eine halbe Seite beanspruchen, wird der doppelte Betrag in Rechnung gestellt.
- Für Trägerorganisationen ist die Publikation kostenlos.
- Eine Kursanmeldung erfolgt über ein separates Anmeldeformular (siehe www.belp.ch).
- Für die Reservation von geeigneten Kursräumen sind Sie als Veranstalter:in selbst zuständig.



WERKEN | TEXTILES GESTALTEN

22 Atelier WERKzeit

Gönn dir einen Kurs im Atelier WERKzeit und entdecke wieviel Kreativität in dir steckt! Mit der professionellen Anleitung gelingt dir mehr als du denkst ;-) Du findest die detaillierte Beschreibung der Kursinhalte, aktuelle Angebote und Infos auf www.atelierwerkzeit.ch.

- Kurs 1** **Ton: Meine Lieblingstasse / CHF 125.–**
Donnerstag, 15. Oktober 2026, 18.30 – 22.00 Uhr*
- Kurs 2** **Ton: Lichtkugel / CHF 125.–**
Donnerstag, 29. Oktober 2026, 18.30 – 22.00 Uhr*
- Kurs 3** **Ton: Advents Deko: Tannen und Engel / CHF 125.–**
Montag, 2. November 2026, 18.30 – 22.00 Uhr*
- Kurs 4** **Ton: Lichthüsli / CHF 100.–**
Mittwoch, 11. November 2026, 18.30 – 21.30 Uhr*
- Kurs 5** **Kleine (Weihnachts-)Geschenke / CHF 100.–**
Freitag, 27. November 2026, 18.30 – 21.30 Uhr*
- Kurs 6** **Papierschöpfen / CHF 75.– plus Materialkosten von CHF 15.–**
Dienstag, 8. Dezember 2026, 18.30 – 21.30 Uhr

* Ein zweites Datum für den Glasurauftrag bestimmen wir gemeinsam.

- Kursleitung** Magdalena Humbel, Gestaltungspädagogin
- Kursort** Atelier WERKzeit, Belpbergstrasse 13, 3123 Belp
- Kurskosten** Gemäss Liste, zzgl. Material- und Brennkosten (bar oder TWINT).
- Teilnehmerzahl** mindestens 2 Personen, maximal 6 Personen
- Anmeldung** Magdalena Humbel, Kastanienweg 77, 3123 Belp
E-Mail: magda.humbel@gmail.com SMS 076 463 95 39
Internet: www.atelierwerkzeit.ch
- Anmeldeschluss** **Bis eine Woche vor Kursbeginn.** Die Anmeldung ist verbindlich und wird bestätigt. Bei Fragen bin ich gerne für dich da. Ich freue mich auf die gemeinsame WERKzeit.

23 Atelier WERKzeit – Workshop: Keramik bemalen

Wähle aus einigen Keramikrohlängen (z.B. Tasse, Becher, Teller, Schüsseli) einen oder mehrere aus und bemale ihn/sie mit deinen Lieblingsfarben. Als Inspiration sind einige Beispiele vorhanden. Nach ca. zwei Wochen sind deine Werke abholbereit.

- Kurs/e** jeweils Freitag, 4. September | 4. Dezember, 18.30 – 21.15 Uhr,
Samstag, 7. November, 14.00 – 17.00 Uhr + 18.30 – 21.15 Uhr
- Kursleitung** Magdalena Humbel, Gestaltungspädagogin
- Kursort** Atelier WERKzeit, Belpbergstrasse 13, 3123 Belp
- Kurskosten** Pro Atelierbesuch CHF 25.–, zuzüglich Kosten für die Rohkeramik
(bar oder TWINT) zwischen CHF 10.– und CHF 60.–, je nach Gegenstand.
- Teilnehmerzahl** Ab 3 Personen. Dieser Workshop ist auch für grössere Gruppen geeignet. Frage einfach bei mir nach.

Anmeldung und Anmeldeschluss analog Kurs Nr. 22.



WERKEN | TEXTILES GESTALTEN

24 Freies Malen mit Acryl auf Leinwand

Das Atelier Lacryl bietet Platz für maximal sechs Künstler:innen gleichzeitig. Die Auswahl an Materialien und Farben ist gross: Neben klassischen Acrylfarben stehen auch Strukturpasten, Papier, Folien, Sand und weitere Werkstoffe zur Verfügung, die sich wunderbar in die Bilder einarbeiten lassen. Dabei muss es nicht immer nur der Pinsel sein, auch mit Schwämmen und Spachteln darf experimentiert werden.

Während der zweistündigen Kurseinheiten bietet das Atelier viel Freiraum für unterschiedlichste Ideen. Auf Wunsch werden die Teilnehmenden mit Tipps, Inspiration und technischer Unterstützung begleitet. Im Mittelpunkt steht jedoch stets die eigene Kreativität.

Das Atelier kann einmalig, über mehrere Termine hinweg für ein Projekt oder regelmässig für kreative Stunden besucht werden. Ob Anfänger:in oder fortgeschrittenes Niveau – alle sind willkommen!

Veranstalterin	LACRYL – ATELIER LARA STEINER
Kurs/e	Es gibt Abend-, Vormittag-, Nachmittag- und Wochenend-Kurse. Die aktuellen Daten und Zeiten sind online unter www.lacryl.ch , «Angebot» zu finden. Alternativ kann auch telefonisch angefragt werden.
Kursleitung	Lara Steiner
Kursort	ATELIER LACRYL, Belpbergstrasse 15, 1. OG, 3123 Belp
Kurskosten	– 1 Kurs: CHF 15.–/Std., Kursdauer 2 Std., total CHF 30.– – 5-er Abo: 5 x 2 Std. für CHF 120.– (20 % Rabatt auf Kurskosten) Barzahlung vor Ort oder mit TWINT.
Materialkosten	je nach Bildergrösse CHF 15.– bis CHF 35.–
Teilnehmerzahl	mindestens 3 Personen, maximal 6 Personen
Anmeldung	Lara Steiner, Jägerheimweg 275, 3123 Belp E-Mail: acryl-kunst@belponline.ch ☎ 079 674 71 27
Anmeldeschluss	Spätestens 3 Tage vor dem Kurstermin.

**Hier könnten
Ihre Kursangebote stehen!**

Bei Interesse kontaktieren Sie uns gerne.

☎ 031 818 22 10

E-Mail: skeli.judith@belp.ch



WERKEN | TEXTILES GESTALTEN

25 Kreativ sein: Mit Ton oder auf Leinwand

Töpfern:

- Erste Erfahrung an der Drehscheibe, 2 Kursteile à je 2 ½ Std., CHF 175.–
- Weiterentwicklung meiner Fähigkeiten an der Drehscheibe, 5 x je 2 ½ Std., CHF 290.–

Ton:

- Mit Hilfe verschiedener Formen und Techniken gestalten wir ein Huhn, lustige Vögel für Balkon oder Garten, dicke oder dünne Frauen, Apéro-Geschirr oder oder ...
2 Kursteile à je 2 ½ Std., CHF 150.–

Powertex:

- Abstrakte Kunstwerke auf Leinwand, 2 Kursteile à je 2 ½ Std., CHF 150.–

Mehr Infos und eine genauere Beschreibung der Kurse mit Bildern finden Sie auf meiner Website www.pernillas-shop.ch/Kurse.

Daten / Zeit	Mögliche Termine:
im Oktober	jeweils Mittwoch, 14.10. / 21.10. / 28.10.2026, 18.30 Uhr jeweils Donnerstag, 15.10. / 22.10. / 29.10.2026, 14.00 oder 18.30 Uhr
im November	jeweils Mittwoch, 04.11. / 11.11. / 25.11.2026, 18.30 Uhr jeweils Donnerstag, 12.11. / 26.11.2026, 14.00 oder 18.30 Uhr
im Dezember	am Mittwoch, 02.12.2026, 18.30 Uhr am Donnerstag, 03.12.2026, 14.00 oder 18.30 Uhr
Kursleitung	Pernilla Worreby, Erwachsenenbildnerin SWEB1
Kursort	Pernillas Ateljé, Birkenweg 82, 3123 Belp
Kurskosten	Kurskosten (siehe Beschreibung oben)
Materialkosten	Alle Preise sind pauschal, also inkl. z.B. Ton, Glasur und Brennen, oder Leinwand und Farben. Keine Zusatzkosten.
Teilnehmerzahl	Töpfern: mindestens 1 Person, maximal 2 Personen Ton: mindestens 1 Person, maximal 5 Personen Powertex: mindestens 1 Person, maximal 5 Personen
Anmeldung	Pernilla Worreby, Birkenweg 82, 3123 Belp E-Mail: pernilla@pernillas-shop.ch SMS: 079 507 59 00 Webformular: www.pernillas-shop.ch/Kurse

Anmeldeschluss 14 Tage vor Kursbeginn.





DIVERSES | ASTROLOGIE

26 AlphaIive Kurs – Entdecke Glaube, Leben, Sinn

Gibt es mehr im Leben? Wer ist Jesus? Was hat Glaube mit meinem Alltag zu tun?

AlphaIive ist ein Ort, an dem du deine Fragen über das Leben, den Glauben und Gott stellen kannst – offen, ehrlich und ohne Druck.

Bei mehreren Treffen erwarten dich spannende Impulse, gute Gespräche und Zeit zum gemeinsamen Entdecken. Egal, ob du glaubst, zweifelst oder einfach neugierig bist. Du bist willkommen, genau so, wie du bist. Komm vorbei und entdecke AlphaIive!

Kurs/e	19. Januar – 6. April 2027, jeden Dienstag, 19.00 – 21.00 Uhr
Veranstalterin	Evangelische Allianz Belp
Kursleitung	OK Team AlphaIive Belp
Kursort	Hühnerhubelstrasse 66, 3123 Belp
Kurskosten	Kurs inkl. Essen kostenlos (freiwilliger Unkostenbeitrag möglich)
Materialkosten	keine
Teilnehmerzahl	maximal 40 Personen
Anmeldung	E-Mail: info@alphaIive-belp.ch ☎ 078 684 10 76 Internet: www.alphaIive-belp.ch/anmeldung (online)
	Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite. Für Fragen stehen wir gerne unter info@alphaIive-belp.ch zur Verfügung.
Anmeldeschluss	10. Januar 2027

**Hier könnten
Ihre Kursangebote stehen!**

Bei Interesse kontaktieren Sie uns gerne.

☎ 031 818 22 10

E-Mail: skeli.judith@belp.ch

ANMELDEDETAILON (nur 1 Teilnehmende/r und Kurs pro Anmeldeetalon)

Name und Vorname:

Adresse:

PLZ und Ort:

E-Mail-Adresse:

Mobile / Telefon Privat:

Kursnummer / Kurstitel:

Kurskosten:

Datum und Unterschrift:

Bitte die Anmeldung an die in der Ausschreibung publizierte Anmeldeadresse schicken. Danke.

✂ ✂ ✂ - - - - -

ANMELDEDETAILON (nur 1 Teilnehmende/r und Kurs pro Anmeldeetalon)

Name und Vorname:

Adresse:

PLZ und Ort:

E-Mail-Adresse:

Mobile / Telefon Privat:

Kursnummer / Kurstitel:

Kurskosten:

Datum und Unterschrift:

Bitte die Anmeldung an die in der Ausschreibung publizierte Anmeldeadresse schicken. Danke.

✂ ✂ ✂ - - - - -

ANMELDEDETAILON (nur 1 Teilnehmende/r und Kurs pro Anmeldeetalon)

Name und Vorname:

Adresse:

PLZ und Ort:

E-Mail-Adresse:

Mobile / Telefon Privat:

Kursnummer / Kurstitel:

Kurskosten:

Datum und Unterschrift:

Bitte die Anmeldung an die in der Ausschreibung publizierte Anmeldeadresse schicken. Danke.