

Hildener 1.-30.11.08 Genusstage 2008



Ein Programm zum Genießen
mit Wellness, Musik, Vorträgen,
Essen & Trinken, Literatur
und Hochprozentigem.

Hilden



Sparkasse
Hilden-Ratingen-Velbert



www.hildener-genusstage.de

Das Programm zum Genießen

02.11.08

KUNSTSONNTAG

Der verkaufsoffene Sonntag mit Martins-Büchermarkt und Einschalten der Winterbeleuchtung wird begleitet von einem bunten Kulturmenü:

Ausstellungen, Konzerte, Ateliergespräche und Kleinkunstveranstaltungen gestalten das Programm dieses Kunst-Sonntags.

11-16 Uhr

OFFENES ATELIER Atelier Willy L. Bitter, Zur Verlach 13, Hilden

12 Uhr

ALLES AUS DER DOSE Hans-Joachim Uthke, Eröffnung, Artothek in der Stadtbücherei, Nove-Mesto-Platz 3

12-18 Uhr

HAUS HILDENER KÜNSTLER Ausstellung Britta Neumärker, Skulpturengarten (geöffnet 15-18 Uhr), Offene Ateliers einiger Künstler (15-18 Uhr), Hofstraße 6

13-18 Uhr

ARTOTHEK mit Café geöffnet, Artothek in der Stadtbücherei

15 Uhr

LENNART NEVRIN TRIO Jazzkonzert, mit Lenny Nevrin (p), Andy Scheel (b) und Christian Schröder (dr) Eintritt: € 15,-, ermäßigt € 10,-. QQTec, Forststraße 73, Hilden-West

15-16 Uhr

FINISSAGE DER AUSSTELLUNG Brigitte Kurrock, Städt. Galerie im Bürgerhaus Hilden, Mittelstr. 40

17 Uhr

CHORKONZERT Kantorei Hilden, Collegium musicum Hilden, Ltg. Dorothea Haverkamp, Heinrich Schütz: Exequien, Gabriel Fauré: Requiem. Eintritt € 12,- (€ 6,-), Friedenskirche, Molzhausweg, Hilden

17 Uhr

SCHMERZ – EIN PROGRAMM POETISCHER TEXTE mit Barbara Engelmann und Gerhard Ferenschild, musikalisch gestaltet von Axel Fischbacher und Constantin Winstroer. Eintritt: € 10,- / ermäßigt € 5,- (inklusive ein Glas Rotwein oder nichtalkoholisches Getränk). Wilhelm Fabry Museum, Benrather Str. 32a

19 Uhr

ALS DAS WÜNSCHEN NOCH GEHOLFEN HAT... Zum Hören und Genießen bei einem guten Glas Wein: Märchen für Erwachsene erzählt von Walter Held, am Flügel begleitet von Kathrin Eigendorf. Eintritt € 10,- inklusive Getränk (nur Abendkasse). Alter Ratssaal, Bürgerhaus Hilden, Mittelstr. 40

V1515

03.11.08

PARKANLAGEN UND GÄRTEN – MULTIMEDIA-SCHAU

"Narren hasten, Kluge rasten, Weise gehen in den Garten!" Gemäß dieser Maxime des indischen Dichters Tagore zeigt die Multimedia-Schau bekannte Parkanlagen-, Tier- und Landschaftsgärten aus der Umgebung und der ganzen Welt. Die Darbietungen klingen aus mit einem Gedanken

von Alexander Herzen: "Man kann sich an allem in der Welt erfreuen, wenn man nur will!"

16-17.30 Uhr, gebührenfrei. Robert-Gies-Haus, Clarenbachweg 7-9, Hilden, VHS.

V4928

3./5./7.11.08

SAVOIR VIVRE – L'ART ET LE FRANÇAIS

Kunst gestalten und dabei Französisch sprechen. Für alle, die einmal Französisch gelernt haben, aber wenig Gelegenheiten hatten, die Sprache anzuwenden. Eine französische Künstlerin begleitet Sie. In diesem Workshop sollen unterschiedliche Bilder und Materialien als Reise-Collage künstlerisch umgesetzt werden. Die von Ihnen gesammelten

Reisesouvenirs können zu originellen und stilvollen Kompositionen gestaltet werden. Als Abschluss genießen wir den letzten Abend mit einem Glas Wein mit Baguette und Camembert. Jeweils 18.30-22 Uhr, (3 x 4) 12 UStd.; € 36,-. Weiterbildungszentrum "Altes Helmholtz", Gerresheimer Str. 20, Hilden, VHS (Anmeldung Tel. 02103/500530).

3./10./17./24.11.08

MOMENTE IN DER AUBERGINE

An abends 'vier Montagen im Monat November' erhalten Sie mittags und abends (in Verbindung mit einem Hauptgericht) den Spezial-Vorspeisenteller gratis. (Gilt nur bei Reservierung mit dem Stichwort

'Momente') Restaurant Aubergine, Heiligenstr. 8, Hilden, Tel. 02103/978343



V2005

4.11.08

ORTE DER SEHNSUCHT – MIT KÜNSTLERN AUF REISEN

Ausstellungsbesuch in Münster. Was veranlasste Künstler in der Vergangenheit, auf Reisen zu gehen? Welche Beweggründe gibt es heute? Und welche Auswirkungen haben diese Reisen auf das künstlerische Schaffen? "Orte der Sehnsucht", eine Ausstellung des LWL-Landesmuseum Münster, untersucht dieses Phänomen und präsentiert faszinierende Reisen großer Künstler quer durch die Epochen vom ausgehenden Mittelalter bis in die Gegenwart. Die Ausstellung folgt den Spuren der Künstler von Italien und Griechenland über den Orient, Süd- und Nord-

amerika, Paris, Skandinavien, die Alpen bis nach Asien und in die Südsee. In Münster werden wir gemeinsam ein Restaurant besuchen, uns weitere Orte der Kunst und Sehnsucht anschauen, aber auch etwas Zeit für eigene Wege haben. Bitte bequeme Schuhe tragen! 8.15-18.30 Uhr, € 38,-. In der Gebühr enthalten sind die Kosten für Fahrt, Begleitung, Führungen und Museumseintritt. Schriftliche Anmeldung bei der VHS (Tel. 02103/500530) bis 17. Oktober erforderlich!

07.11.08

ZART & BITTER

Süße Stunden im November: Sie lieben das Besondere? Bei uns können Sie erlesene Trinkschokoladen in raffinierten Varietäten mit Ingwer, Minze, Orange, Chili oder Classic probieren. Zu verkosten gibt es auch feinste Pralinen und Marmeladen aus der exquisiten Marmeladenmanufaktur Fruits of the Garden mit exklusiven Geschmacksrichtungen wie

z. B. Kakao-Kirsch oder Olive-Kiwi. Wir freuen uns auf Ihren Besuch. 15-20 Uhr, Chocolaterie Zart & Bitter, Mittelstr. 99, Hilden, Tel. 02103/3958462.



V1713

07.11.08

HEIL DER SEELE ODER SEELENHEIL – DER MENSCH AUF DER SUCHE NACH DEM SINN

Das Modewort Wellness wird meist in Verbindung mit Aktionen zur Steigerung des körperlichen Wohlbefindens gebraucht. Doch wie sieht es in unserer Gesellschaft mit der Wellness für die Seele – oder anders ausgedrückt – dem Heil der Seele aus? Und wer ist kompetenter Ansprechpartner: Therapeut oder Seelsorger? Der Dominikaner Pater Antonin Walter, Düsseldorf, geb. 1967, hat Philosophie und Theologie

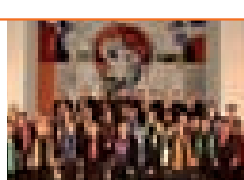
studiert, u.a. am Süddeutschen Institut für Logotherapie und Existenzanalyse. Er ist Mitglied der Düsseldorfer Dominikaner-Gemeinschaft und Cityseelsorger an St. Andreas in der Düsseldorfer Altstadt. 19.30 Uhr, Eintritt frei. Stadtbücherei, Nove-Mesto-Platz 3. Die Vortragsreihe „Anstoß“ ist eine Initiative der kath. Kirche Hilden in Kooperation mit der Stadtbücherei und der VHS Hilden-Haaren.

07.11.08

GOSPEL-KONZERT

Das Lions Hilfswerk Hilden e.V. setzt auch in diesem Jahr seine erfolgreiche Serie der beliebten Benefizkonzerte mit dem Gospelchor "Aufakt" unter der Leitung von Carlos Reigadas fort. Im Rahmen der Genusstage singt und leitet es in der St. Jakobus Kirche, Hilden mit herrlichen Gospels und Spirituals, 45 Chormitgliedern und Begleitband.

20 Uhr, St. Jakobus Kirche Hilden, € 10,-. Vorverkauf: Ticketzentrale (Stadtbücherei), Mode von Gehlen, Buchhandlung Lehr, Fabriciusapotheke Verbindungsstr., Seniorenzentrum, Erikaweg, Elisastift Hofstr., Breidors Frische-Center (Lotto-Annahme).





V3110	08.11.08	GENIESSEN UND ENTSPANNEN IN DEN 'WECHSELHAFTEN JAHREN' <i>Doris Hengesbach/Beate Zastera</i> Ein 'genussvoller' Workshop für Frauen vor, in und nach den Wechseljahren. Diese Zeit bedeutet für viele Frauen Jahre der Verunsicherung, des Aufbruchs und des Neubeginns. Gerade jetzt ist es wichtig, gut für sich zu sorgen. Voraussetzung hierfür ist Gelassenheit und Entspannung, aber auch die richtige Ernährung. In diesem Workshop bieten wir die Gelegenheit, einige Stunden die Seele baumeln und sich kulinarisch verwöhnen zu lassen. Für die Entspannung ist Beate Zastera, Heilpraktikerin und Wechseljahre-Beraterin, verantwortlich. Doris Hengesbach, Diätassistentin, wird das Thema typgerechte Ernährung in Theorie und Praxis vermitteln. Mittagsimbiss und Getränke sind im Preis enthalten. 10-14 Uhr, (1 x 5) 5 UStd.; € 35,-. Weiterbildungszentrum "Altes Helmholtz", Gerresheimer Str. 20, VHS (Anmeldung Tel. 02103/500530).	
	08.11.08	AUSTERN-MATINEE BEI JACQUES' 11-15 Uhr. Jacques' Weindepot, Düsseldorfer Str. 104, Hilden.	
	8./15./22.11.08	WHISKY TASTING Schottland – das Land, in dem die Männer Röcke tragen und mit Baumstämmen werfen, die Hügel majestätisch grün und die Seen mystisch tief sind, ...und das Nationalgetränk der Whisky ist... Begeben Sie sich mit dem 'Hildener Fäßchen' und 5 feinen Single Malts auf eine Reise durch die Highlands, Lowlands und Islands. Es warten auf Sie Informationen zum schottischen 'Aqua vitae', Anleitungen zum Genießen und natürlich auch ein kleiner Imbiss. Ein unterhaltsamer	
	08.11.08	TAG DER WELLNESS – EIN ERLEBNIS FÜR ALLE SINNE Genießen Sie durch sehen, riechen, fühlen, schmecken und hören ... und erhalten Sie einen Einblick in unsere Wellnessangebote. Dazu laden wir Sie ganz herzlich in unsere schönen Räume in die 1. Etage der Adler Apotheke in Hilden ein. Bringen Sie ein wenig Zeit und vielleicht eine Freundin mit, wir verwöhnen Sie mit kleinen Wellnessprogrammen und leckeren Köstlichkeiten. 10 % Rabatt gewähren wir Ihnen auf alle	
	13.11.08	SCHÖNENBORN INNOVATION <i>in Bild und Ton präsentiert HDTV-Highlights ...</i> ... mit erlesenen Weinen. Erleben Sie 'The Art of High Definition' die Zukunft des Fernsehers SLIM-TV in Verbindung mit HDTV.	
V2451	13./27.11.+4.12.08	WEIHNACHTLICHE KÜCHE <i>Rafael Platzbecker</i> Ideen, Tipps und Tricks für schöne kulinarische Festtage. Bitte Schürze und Geschirrtuch mitbringen.	
	13.11.08	FRANZÖSISCHE GENÜSSE <i>Kochen mit Robert Vidovic</i> Kochen wie die Profis: Lernen Sie unter Leitung von Robert Vidovic, Küchenchef im AMBER HOTEL, und seinem Team französische Leckerbissen zuzubereiten. Bei einem Cocktail, den Sie selbst mixen, stimmen Sie sich auf den Abend ein. Robert Vidovic erklärt Ihnen, was in der traditionellen französischen Küche zu beachten ist. Dann geht es über zum praktischen Teil. An drei wechselnden Stationen werden Sie eine Auswahl an französischen Häppchen kreieren. Im Anschluss heißt	
	14.11.08	KULTURGESCHICHTLICHER WEINABEND <i>mit Pfarrer Joachim Rönsch</i> Neben der Rezitation von ausgewählter Literatur zum unerschöpflichen Thema Wein gibt es an diesem Abend wieder ein Potpourri von Wissenswertem und Kaum-zu-Glaubendem, die weinphilosophischen und kulturgeschichtlichen Aspekte des Weines ausleuchtenden Betrachtungen und nicht zu letzt natürlich die kommentierte Verkostung	
V3112	14.11.08	GENUSSTRAINING <i>Yvonne Döpfer</i> Schließen Sie die Augen und genießen Sie das Leben einen Augenblick. Vielfach haben wir genau das verlernt. In diesem Seminar verkosten Sie zum einen erlesene Pralinen und lernen etwas über ihren Charakter. Zum anderen erfahren Sie, wie Sie ihr Leben und den alltäglichen Luxus wieder genießen lernen können und wie Genuss Ihr Leben bereichern kann.	
V1201	15.11.08	WOHIN DES WEGS – MIT NLP ANS ZIEL <i>Workshop mit Jenny Niemann</i> Ein intensiv erlebter Wunsch drängt auf seine zukünftige Verwirklichung. Damit dieser Wunsch in die Tat umgesetzt werden kann, muss er die Gestalt eines konkreten Zieles bekommen. In diesem Workshop werden wir uns mit der klaren Formulierung, der sinnlichen Vorstellung und der präzisen Planung Ihrer Ziele befassen. Außerdem werden wir mögliche Einwände und Folgen wahrnehmen und in die Zielgestaltung integrieren.	
V3230	15.11.08	VHS-WOHLFÜHLTAG – GELASSEN UND VITAL DURCH DEN WINTER <i>Sylvia Hall</i> Ein kleiner Urlaub zwischendurch, einen Tag lang Körper, Geist und Seele etwas Gutes tun bei Qigong, Pilates, Übungen aus der Feldenkraismethode und Yoga den Körper auf die kalte Jahreszeit vorbereiten und die Abwehrkräfte stärken: mit einfach zu praktizierenden Entspannungsmethoden, Massage und Akupressur eine neue Gelassenheit erleben. Das alles erwartet Sie an unserem VHS-Wohlfühltag und sicher	
	15.11.08	SIGNORA BARBARA UND DIE KOCHENDEN WILDSCHWEINE... ...laden ein zum Kochen-Essen-Trinken-Genießen und zum Kennenlernen von A(al) bis Z(ander): Süppchen von der Petersilienwurzel mit Lachsklößchen, warmer Rauchaal auf Wintersalat, Zanderfilet auf der Haut gebraten, Wirsingkugel gefüllt mit Ziegenkäse, Trüffelpürree, Terrine von dunkler und weißer Mousse, auf Sacherboden getränkt	
	16.11.08	VINO ET ARTE VIVACISSIMO Möchten Sie italienische Weine und Kunst in typisch italienischer Atmosphäre erleben? Möchten Sie mehr über Ihre Lieblingsweine erfahren? Möchten Sie bei einem Gläschen Wein und Antipasti die Kunst Italiens "Vivacissimo" erleben? Wein-Prosecco-Degustion, Antipasti-	
	20.11.08	'WIR LESEN VOR' MIT LOKALKOLORIT Oliver Pautsch stellt seinen neuen Jugendroman „Doppeltes Risiko“ vor. Kriminalhauptkommissarin Hanna Broder ermittelt wieder in Hilden: die Zwillingsschwester Isabella und Antonia haben bei „Jugend forscht“ eine vielfältig nutzbare Flüssigkeit entdeckt. Das hat für beide	
	20.11.08	STERNSTUNDEN <i>Chansons, Lieder, Evergreens mit Stefania Adomeit</i> Die Mezzosopranistin stellt in ihrem Jubiläumsprogramm „Sternstunden“ einen Überblick vor über ihre größten Erfolge aus 10 Jahren Premieren mit Evergreens, Songs, Chansons und Liedern, die Stars zu Mythen machten. In ihrem neuen Programm haucht sie internationalen Klassikern wie Piaf, Brel, Brecht, Hollaender u. a. neues Leben ein: eine melancholische Reise, die einen Bogen von Chansons wie „Non, je ne regrette rien“ und „Ne me quitte pas“ über Songs wie „Surabaya-Johnny“ und „Macki Messer“ hin zu Liedern großer Diven „Für mich soll's rote	
V1702	21.11.08	15. PHILOSOPHISCHES CAFÉ – GUT LEBEN NACH PLATON <i>Stephan Siemens</i> Zum guten Leben gehören nach Platon Lust, Vergnügen und Lebensfreude ebenso wie Vernunft und Einsicht. Seiner Auffassung nach kommt es auf die "richtige Mischung" an. Diese richtet sich danach, was das Gute für das menschliche Individuum ist. So beschäftigen Platon entsprechende Fragen: Was lässt sich bestimmen, was Menschen sind? Was ist das Gute für den Menschen? Wie ist die "richtige Mischung" zu	
	22.11.08	ADVENTSZAUBER DER SINNE Wer sagt eigentlich, dass der November trist sein muss? Mit einem Feuerwerk der Sinne präsentieren Livestyle-Caterer Carola Krause von „schmalhauküche“, „Blumenfee“ Silke Cresnar und Ernährungscoach Doris Hengesbach ihren Adventszauber der Sinne: delicate Häppchen, neueste Blumentrends und „Kochen nach den 5 Elementen“. Wenn Sie mehr suchen als Glühwein und Bratwurst und nach neuen Anregungen	
V2450	22.11.08	WEIHNACHTSBÄCKEREI TIEREIWEISSFREI <i>Guudrun Weber / Barbara Essel</i> Naschen ohne Reue – Ein integratives Angebot. Naschen muss nicht Sünde sein, mit schlechtem Gewissen einhergehen oder die Figur verderben. Gewusst wie, erfahren Sie in diesem Seminar. Ein gemütlicher Nachmittag zur Einstimmung auf die Adventszeit mit vielen Rezepten für vollwertige und tierieiweißfreie Plätzchen und Konfekt, die köstlich schmecken und schnell gemacht sind. Von A (wie Apfelbrot) bis Z (wie Zimtbrezeln) bieten wir verschiedene Zubereitungsarten, Geschmacksrichtungen und Formen für abwechslungsreiche süße Köstlichkeiten	
	22.11.08	VON DER WEINKÖNIGIN SERVIERT <i>Im Restaurant Aubergine...</i> ...werden Sie idyllisch empfangen auf der Terrasse mit hausgemachtem weißem Glühwein. Persönlich serviert von der Nahe-Haus-Weinkönigin, zu dem Sie von uns herzlich eingeladen sind. Im Anschluss genießen Sie in gemütlichem Ambiente ein 3-Gänge-Menü, zusammengestellt	
V1201	22.11.08	DIE GÄRTNERIN AUS LIEBE <i>La finta giardiniera – die erste Oper von Wolfgang Amadeus Mozart</i> Was kann man von einem Achtzehnjährigen erwarten? – Eine solche Frage darf man bei Mozart nicht stellen. Die Handlungsfäden der Liebesintrige sind für das Publikum kaum zu entwirren. Langeweile ist ausgeschlossen: sieben Personen suchen ihr Glück. Sie verstellen, belügen, belauern, verirren, verlieren sich, bekämpfen sich hemmungslos, paaren sich kreuz und quer und finden am Ende ein Stück von sich selbst und einen möglichen Partner. Einer bleibt übrig und wartet auf die nächste	
	24.11.08	KULINARISCHE UND KULTURELLE SPEZIALITÄTEN Zum wiederholten Male verwandeln Ewa Stoschek (Gesang) und Katharina Mysona-Rupik (Piano) das Restaurant „Plan B im Margarethenhof“ in eine Begegnungsstätte kulinarischer und kultureller Spezialitäten. Themen sind die bekanntesten Melodien aus Cabaret, Swing und Filmmusik. Um den Vortrag der beiden Musikerinnen kreiert Küchenchef Ahmed Darwish ein gewohnt phantasievolles 3-Gang-Menü.	
V2015	25.11.08	SÜSSE VERSUCHUNG – PRINTEN, SCHOKOLADE, WEIHNACHTSMARKT <i>Dr. Juliane Kerzel-Kohn</i> Zu Besuch in Aachen. Der Besuch in Aachen umfasst die Betriebsbesichtigung in einer Printenbäckerei und führt ins Couven-Museum, das sich mit der Geschichte der Schokolade beschäftigt: 1857 stellte in diesem Haus ein italienischer Chocolatier die erste Tafelschokolade her.	
V1632	27.11.08	ISS ZUCKER UND SPRICH SÜSS <i>Renate Bernhard</i> Zwangsheirat – die sogenannte Familienehre und ihre Opfer – Film und Diskussion. Ein genüsslicher Titel mit schwer verdaulichem Inhalt als Thema der Genusswochen? Warum nicht: Der Film: "Iß Zucker und sprich süß!" – Zwangsheirat, die sogenannte Familienehre und ihre Opfer" veranschaulicht mit beindruckenden Bildern die Problematik erzwungener Ehen. Die Regisseurin Sigrid Dethloff gründetet im Jahr	
	27.-29.11.08	WOHLBEFINDEN FÜR HAUT UND SEELE Verwöhnen Sie sich und Ihre Haut mit einer wunderbar entspannenden Gesichtsbehandlung. Mit den Pflegeprodukten von Shiseido lassen wir die Schönheit Ihrer Haut perfekt zur Geltung kommen. Verwöhnzeit 60 Minuten € 40,-. Der Behandlungspreis wird bei	
V1612	27.11.08	DIE KRAFT DES LOSLASSENS <i>Brigitte Krings</i> Kurs zur Zielfindung besonders zum Beginn des neuen Jahres – die Kunst eines erfüllten Lebens ist die Kunst des Lassens. Zulassen, Weglassen, Loslassen. In diesem Kurs lernen die Teilnehmer/innen mit Hilfe praktischer Meditationsübungen alles und Vergangenes loszu-	
V2491	28.11.08	WEIN AUS ÖSTERREICH <i>Dr. Dietmar Ott</i> Vom Weinskandal in den 80er Jahren bis hin zum Qualitätsvorreiter, das ist der steile Aufstieg Österreichs aus der Sicht der internationalen Qualitätswein-Erzeugung. Wir werden Weine vorstellen, die ihre Herkunft nicht verleugnen wollen und müssen. Aus ausgewählten Anbaugebieten werden wir bekannte und weniger bekannte Weine unseres	
	30.11.08	KONZERT MIT DEN BERGISCHEN SALONLÖWEN – „IM MUSIKANTENLAND“ In ihrem neuen Programm wollen die Salonlöwen das Phänomen der Pfälzer Wandermusikanten ergründen „Musikantenland“, so nennt man einen ehemals sehr armen Landstrich in der Westpfalz. Angesichts großer finanzieller Not entstand dort in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts ein für Deutschland einzigartiges Wandermusikantenstille	
V2101	30.11.08	14. HILDENER TETE-A-TETE – ADVENTSSPITZEN Hans-Dieter Hüschs ganz spezielle Feiertagsvision ist das erste Stück im Programm. Einsiedler Ringelnatz wird „aus burgundener Kehle das Pfannenflickerlied“ singen, Heinz Erhardt sieht „aus so manchem Augena-paar die Träne klettern“ und der Spötter Robert Gernhardt lässt Erika in Vorfreude ausrufen: „Mutti schenkt mir Schallplatten im Wert von 18 Mark, ich bin so gespannt auf Weihnachten!“ Heitere Texte zum Fest	
	1.-30.11.08	HAIR & BEAUTYLOUNGE Im November erhalten Sie auf jede Farb- oder Strähnenbehandlung, ein Augenpaket (Augenbrauen zupfen und färben, Wimpern färben) im Wert	
V3405	30.11.08	SALSA-WORKSHOP <i>Ingo Kellner</i> Salsa ist nicht nur ein moderner Gesellschaftstanz aus den USA und Lateinamerika, der paarweise oder in der Gruppe getanzt wird, sondern	
	1.-30.11.08	AUSZEIT FÜR DEN RÜCKEN Wir sind ein physiotherapeutisches Zentrum und bieten alle klassischen Therapieformen von Krankengymnastik und Manueller Therapie über Lymphdrainage bis zu Massagen an. Wir beraten sie gerne zu unseren Gesundheitsangeboten, wie z. B. Rehasport, Rückentraining, Präven-	
		tionskurse usw. Gönnen Sie Ihrem Rücken eine Auszeit und lassen sie sich bei Fango & Massage an den kalten Tagen bei uns verwöhnen. Fango & Massage zum Genusspreis von nur € 20,-. Terminabsprache bitte unter 02103/958040, Medisport, Kleinhülsen 17.	
Impressum: Für die Richtigkeit der Angaben und die Durchführung ist der jeweilige Veranstalter verantwortlich. Koordination für die öffentlichen Kulturangebote über stadtbuecherei@hilden.de, Tel. 02103/72-310 Gabriele Belloff; für die gewerblichen Anbieter über info@stadmarketing-hilden.de, Tel. 02103/910344 Volker Hillebrand. Gestaltung und Tietloff: Thomas Bernhardt, digitale Produktion: Süßwald Grafik-Design.			