



2/2022 - 41. Jahrgang
Sep. 2021 bis Dez. 2022,



Mitteilungs-Broschüre

VFL - Verein „Familieninitiative Lana“ - EO
Franz Höflerstr. 1 (Mittelschule Lana) - 39011 Lana
Tel. 0473 605649 Telefondienst am Mi. von 9–11 Uhr
www.familieninitiative-lana.org - fam.mahlknecht@gmx.net



Inhaltsverzeichnis

INFORMATIONEN ZUM VEREIN

Seite 3

An- und Abmeldung bei Kursen
Mitgliedschaft
Einzahlung Mitgliedsbeitrag

GESELLIGES - FEIERN

Seite 4

Kindertreff bei der Vormittagsrunde
Familienherbstfest
Preiswatten

ALLES BEWEGUNG

Seite 5

Aquagym - Wassergymnastik
Fit und beweglich
Fit und aktiv durch den Winter - Bodytone
Feldenkrais Methode
Pilates 1
Pilates 2
Pilates am Vormittag
Qi Gong
Selbstverteidigung
Tango Argentino
Treffpunkt Tanz: Seniorentanz
Tanzen bei volkstümlicher Musik
Wirbelsäulengymnastik

BEI UNS IN DER KÜCHE

Seite 11

Food Pairing
Kochen mit Getreideküche
Authentisch Chinesisch kochen mit Miss Wok
Alte Rezepte neu entdeckt

KREATIVES

Seite 13

Kreativ - Lernwerkstatt (monatliches Treffen)
Monatliches Treffen der Patchworkgruppe Flic-Flac
Ausstellung der Patchworkgruppe Flic-Flac

VORTRAG

Seite 14

mit Fr. Dr. Tanja Nart: „Wo kommen meine Falten her?“

VORSCHAU AUF 2023

Seite 14

Preiswatten im Februar
Jahresvollversammlung am 04.03.2023
Kochen für Männer
Vortrag: "Basenfasten" mit Fr. Dr. Mair Maria Luise



Der VFL sucht interessierte MitarbeiterInnen

Sie finden uns auch auf Facebook

INFORMATIONEN ZUM VEREIN

An- und Abmeldung bei Kursen

Anmeldung: Sie können sich zu den angebotenen Kursen telefonisch oder per e-mail anmelden. Ihre **Anmeldung** ist in jedem Fall unmittelbar verbindlich und **verpflichtet zur Bezahlung** der Kursgebühr.

Die Anmeldung ist für den Verein erst nach Einzahlung der Gebühren verpflichtend.

Anmeldeschluss ist spätestens **1 Woche vor Kursbeginn**. Eine frühzeitige Anmeldung wird eindringlich empfohlen, damit Kurse nicht wegen zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden müssen.

Abmeldung: Diese muss spätestens **4 Tage vor Kursbeginn** erfolgen. In diesem Fall und bei Kursausfällen wird der gezahlte Beitrag zurück erstattet.

Bearbeitungsgebühren von Euro 10,00 werden zurückbehalten bzw. eingefordert, sofern angemeldete TeilnehmerInnen nicht beim Kurs erscheinen.

Zahlungsform

Für länger dauernde Kurse wie Wassergymnastik, Bodytone, Pilates, Wirbelsäulengymnastik usw., werden die TeilnehmerInnen gebeten den Kursbeitrag bei der Raika Lana auf das Konto des VFL:

IBAN: IT 75G 08115 58490 000301036530 einzuzahlen.

Der Einzahlungsbeleg muss der Leiterin bei der ersten Einheit vorgezeigt werden.

Bei ein- oder mehrtägigen Kursen kann der Beitrag unmittelbar vor Kursbeginn entrichtet werden.

Es wird darauf hingewiesen, dass der **VFL – Verein „Familieninitiative Lana - EO“ keine Haftung** für Diebstähle, Verluste und/oder Schäden übernimmt, welche beim Besuch eines Kurses entstehen können. Die Teilnahme an Fahrten, Ausflügen, Veranstaltungen usw. erfolgt auf eigene Gefahr.

Mitgliedschaft

Um Aufnahme in den Verein, muss ein schriftliches Ansuchen an den Ausschuss gerichtet werden.

Der Beitrag pro Familie und Kalenderjahr beträgt Euro 15,00. Aus versicherungstechnischen Gründen ist die Mitgliedschaft beim VFL Voraussetzung für die Teilnahme an länger dauernden Kursen.

Zusätzlich zum Kursbeitrag muss deshalb ein Mitgliedsbeitrag von Euro 15,00 eingezahlt werden.

Wer erst im Herbst einen Kurs besucht (neue Mitglieder) bezahlt Euro 7,00.

Einzahlung Mitgliedsbeitrag

Du kannst den Mitgliedsbeitrag folgendermaßen einzahlen: Durch **Banküberweisung:** Mit dem

Januarheft erhältst du eine Zahlungsaufforderung. Diese enthält alle notwendigen Informationen. Du

kannst den Beitrag aber auch zu den Bürozeiten (Mittwoch von 9–11 Uhr) im VFL-Raum einzahlen.

Eine persönliche Betreuung durch die Gebietsvertreter soll in Ausnahmefällen weiterhin möglich sein.

Der Mitgliedsbeitrag sollte bis Ende März entrichtet werden.

Einzahlung Kurse

Bei der Einzahlung für einen Kurs ist es wichtig, dass der Einzahlungsbeleg der Bank folgende Angaben enthält: Name des Kursteilnehmers/ der Kursteilnehmerin

(vor allem, wenn jemand anderes als der/die TeilnehmerIn einzahlt)

Titel des Kurses

Begünstigter



GESELLIGES - FEIERN

Kindertreff bei der Vormittagsrunde

Jeden Mittwoch kannst du dich im VFL-Raum mit Anderen zu einem Frühstück bei Kuchen und Kaffee zusammensetzen und ein wenig plaudern und mit Müttern und Großmüttern Erfahrungen austauschen. Kleine Kinder können sich mittlerweile im Spielraum beschäftigen oder im VFL-Raum herumtoben.

Termin: Mittwoch ab 21.09.2022 von 9–11 Uhr
von September bis Mitte Juni (Schulende)
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Info: Maria Sagmeister, Tel. 0473 563147



Familien - Herbstfest

Wir laden euch ganz herzlich zu einem geselligen Nachmittag bei Kaffee, Kuchen und gebratenen Kastanien ein. Es werden auch verschiedene Tischspiele und Basteln für Kinder angeboten. Bei Regenwetter wird das Fest in den VFL-Raum verlegt.

Termin: Sonntag, 02.10.2022 ab 14 Uhr
Ort: Spielplatz der Mittelschule Lana,
Franz-Höflerstr. 1



Preiswatten für Erwachsene

Termin: Samstag, 19.11.2022 um 14 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Info & Anmeldung: Christine Mahlknecht, Tel. 0473 563754
Anmeldung innerhalb Mittwoch 16.11.2022

Später eintreffende Anmeldungen können nur mit Vorbehalt angenommen werden.

Beitrag: Euro 20,00

Es sind schöne Sachpreise zu gewinnen!!



ALLES BEWEGUNG

Aus versicherungstechnischen Gründen ist die Mitgliedschaft beim VFL Voraussetzung für die Teilnahme an sportlichen Kursen. Zusätzlich zum Kursbeitrag muss deshalb ein Mitgliedsbeitrag von Euro 15,00 eingezahlt werden. Wer erst im Herbst einen Kurs besucht (neue Mitglieder) bezahlt Euro 7,00.

Für die Teilnahme an sämtlichen Veranstaltungen gelten die aktuellen Covid-Sicherheitsmaßnahmen

Aquagym - Wassergymnastik

Leider steht das Schwimmbad St. Anna Heim noch immer nicht zur Verfügung, deshalb können die Kurse nicht ausgeschrieben werden.

Wir hoffen mit dieser Veranstaltung wieder im HERBST 2023 starten zu können.

Wir bitten Sie um Verständnis.

Info: Helga Kinigadner, Tel. 0473 562307
E-Mail: helkinig@gmail.com

Fit und beweglich (10er Block)

In Zusammenarbeit mit URANIA-Lana



Ganzkörpertraining zur Stärkung der Muskulatur und flüssige Bewegung für alle Gelenke.

Termin: Donnerstag ab 29.09.2022 von 10–11 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung: Priska Lunger
Info & Anmeldung: URANIA Bozen, Tel. 0471 061445
Beitrag: 107,00 Euro



Fit und aktiv durch den Winter

Bodytone (Bauch, Bein Po) - 12er Block

Ziel des Kurse ist es, durch Stärkung der Beckenboden-, Rücken- und Bauchmuskulatur die eigene Körperhaltung zu verbessern. Als Hilfsmittel werden Theraband, Pilatesring und -rolle eingesetzt. Begleitet werden die Übungen mit Musik.

1. Termin: Montag vom 19.09.2022 bis 12.12.2022 (fällt aus am 31.10.2022)
von 18.45–19.45 Uhr
2. Termin: Mittwoch vom 21.09.2022 bis 14.12.2022 (fällt aus am 02.11.2022)
von 18.45–19.45 Uhr
- Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana),
Franz-Höflerstr. 1
- Leitung: Petra Gruber Ploner
- Info & Anmeldung: Petra Gruber Ploner,
Tel. 333 4840733
- Beitrag: 110,00 Euro

Der Einzahlungsbeleg muss bei der ersten Stunde der Leiterin gezeigt werden.

Feldenkrais Methode

Beweglich werden, sein und bleiben

Frei von Schmerzen und Einschränkungen zu sein beweglich und dynamisch Alltag und Freizeit genießen zu können, erreichen wir mit einfachen und gezielten Bewegungsabläufen. Wir lenken unsere Aufmerksamkeit auf unseren Körper und lernen dabei achtsam und bewusst mit uns umzugehen. Die Feldenkrais Methode ist wirksam bei: Rückenproblemen, Bewegungseinschränkungen, Schmerzen in Muskeln oder Gelenken, Erschöpfung, Unruhe, Anspannung.

Ein Nachmittag zum Kennenlernen

- Termin: Samstag 24.09.2022 von 9.30–11.30 Uhr
- Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
- Leitung: Brigitte Vorhauser
- Info & Anmeldung: Helga Kinigadner, Tel. 0473 562307
E-Mail: helkinig@gmail.com
- Beitrag: Freiwillige Spende



Melden sich ausreichend Interessierte, wird die Feldenkrais Methode als Kurs angeboten.



Pilates 1 (12er Block)

Termin: Dienstag vom 20.09.2022 bis 13.12.2022 (fällt aus am 01.11.2022)
von 18.30–19.30 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung: Priska Lunger
Info & Anmeldung: Priska Lunger, Tel. 339 3851616
Beitrag: 100,00 Euro

Der Einzahlungsbeleg muss bei der ersten Stunde der Leiterin gezeigt werden.



Pilates 2 (11er Block)

Termin: Dienstag vom 27.09.2022 bis 13.12.2022 (fällt aus am 01.11.2022)
von 20–21 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana),
Franz-Höflerstr. 1
Leitung: Verena Laimgruber
Info & Anmeldung: Verena Laimgruber
Tel. 335 5733612
Beitrag: 100,00 Euro



Der Einzahlungsbeleg muss bei der ersten Stunde der Leiterin gezeigt werden.

Pilates am Vormittag (10er Block)

In Zusammenarbeit mit URANIA-Lana



Pilates ist eine Trainingsmethode, die dem Körper unabhängig von Alter und körperlicher Leistungsfähigkeit mehr Balance und Beweglichkeit verleiht. Körperhaltung, Tiefenatmung und Entspannung erzeugen Muskeln ohne Masse anzusetzen. Durch langsame und konzentrierte Ausführung der verschiedenen Übungen werden Körperhaltung, Koordination und Ausdauer verbessert.

Termin: Donnerstag ab 29.09.2022 von 8.30–9.30 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung: Priska Lunger, Pilatetrainerin
Info & Anmeldung: URANIA Bozen, Tel. 0471 061445
Beitrag: 119,00 Euro

Der Einzahlungsbeleg muss bei der ersten Stunde der Leiterin gezeigt werden.



Qi Gong (10er Block)

Qi Gong besteht aus einfachen Bewegungen kombiniert mit Atmung und hat eine heilende Funktion, dient hauptsächlich der gesund Erhaltung des Körpers. Es ist für alle Altersstufen geeignet. Qi Gong **erhöht die Vitalität, die Konzentration, Lebenskraft und innere Ruhe.** Wirkt Problemen, wie Schlafstörungen Verdauungsstörungen, Bluthochdruck, Rücken- und Gelenksbeschwerden entgegen.

Termin: Montag ab 19.09.2022 von 20.10–21.10 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung: Silvia Prader (ausgebildete Qi Gong-Lehrerin)
Info & Anmeldung: Silvia Prader
E-Mail: pradersilvia5@gmail.com
Tel. 339 8129667
Beitrag: 100,00 Euro
Mit zu nehmen: Bequeme Kleidung, Matte oder Decke

Bei Bedarf werden die Übungen auch in italienischer Sprache erklärt.
Se necessario gli esercizi vengono spiegati in lingua italiana.

Der Einzahlungsbeleg muss bei der ersten Stunde der Leiterin gezeigt werden.



Selbstverteidigung (10 Einheiten)

Die Inhalte der Selbstverteidigung setzen sich aus einfachen, effektiven Formen der Abwehr zusammen. Es werden ausgewählte Elemente des Zweikampfes (Blocken, Hebeln, Tritte, Stöße, Ausweichbewegungen) in Verbindung mit Gegentechniken vermittelt. Im Vordergrund der theoretischen Unterweisung steht, sich einer Gewaltanwendung zu entziehen (suchen nach Fluchtmöglichkeiten, Vermeidung von Kampfsituationen, Kommunikationsmöglichkeiten) während sich die Praxis mit defensiven Abwehrtechniken auseinandersetzt.

Termin: wird noch bekannt gegeben
von 19.30–20.45 Uhr
Ort: LanArena
Leitung: Patrick Bernard,
Fachausbildung für Kampfkunst + Selbstverteidigung
Info & Anmeldung: Patrick Bernard, Tel. 339 5429059
Beitrag: 65 Euro



Tango Argentino mit Franz und Tullia

Jeden Freitag ein einzigartiges Erlebnis – Tango Argentino erlernen und tanzen.
Unsere Unterrichtsmethode haben wir in 12 Jahren gemeinsamer Arbeit entwickelt.

Termin: Ab Freitag 23.09.2022
von 19.30–20.30 Uhr für Fortgeschrittene
von 20.30–21.30 Uhr für Mittelstufe
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung: Franz Weger & Tullia Pedrotti
Info & Anmeldung: Tel. 347 7809349
Beitrag: nach Absprache mit den Referenten

Herzlich Willkommen beim „Treffpunkt Tanz“ (12er Block) „Tanzen ab der Lebensmitte“ - Für ein positives Lebensgefühl

...ist die etwas andere Art zu tanzen. Sie bietet am Tanz interessierten Menschen die optimale Möglichkeit mit oder auch ohne Partner zu tanzen. Jede/r kann sofort mittanzen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Das gemeinsame Tanzen fördert soziale Kontakte, hält geistig und körperlich beweglich. Unbemerkt werden Gedächtnis, Konzentration, Orientierung und Koordination trainiert. Erleben Sie wie Tanzen begeistern kann – in jedem Alter. Erleben Sie die anregende Wirkung der Musik und die Vielfalt der Tänze. Getanzt werden Tänze aus aller Welt, verschiedenen Epochen und Kulturen, sowie Gesellschaftstänze. Dazu gehören: Kreis-, Paar-, Mehrpaar- und Kontratänze, Line dances, Squaredances und Vieles mehr.

„TANZEN ERFRISCHT DIE SEELE UND MACHT SPASS“

Termin: Montag ab 26.09.2022 (fällt aus am 31.10.22)
von 9–10.30 Uhr
Leitung: Maria Öttl Larcher
VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Info & Anmeldung: Maria Öttl Larcher, Tel. 335 7447845
Beitrag: 60 Euro



Tanzen bei volkstümlicher Musik – für Junggebliebene

Unterhaltsame Nachmittage für tanzfreudige Frauen und Männer aus Lana und Umgebung.
Live-Musik mit Ziehharmonika und Gitarre.

Termin: Dienstag ab 20.09.2022
September bis Juni von 14.30–17 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana),
Franz-Höflerstr. 1
Info & Anmeldung: Rosl Moser,
Tel. 347 4123260



Wirbelsäulengymnastik für Männer + Frauen (12er Block)

„Man ist so alt, wie die Wirbelsäule beweglich ist.“ (Joseph Pilates).

Um Rückenproblemen vorzubeugen hilft nur eins, Bewegung. Gezielte Dehn- und Kräftigungsübungen bringen das Rückgrat ins Lot, bauen Verspannungen ab und beugen ernsthaften Problemen vor.

Termin A: Montag ab 19.09.2022 von 15–16 Uhr
Leitung: Christian Zöschg, geprüfter Trainer
VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Info & Anmeldung: Elfi Zuegg, Tel.0473 561798
Beitrag: 90 Euro

Termin B: Montag ab 19.09.2022 von 17–18 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung: Maria Egger, geprüfte Trainerin
Info & Anmeldung: Elfi Zuegg, Tel.0473 561798
Beitrag: 90 Euro



Der Einzahlungsbeleg muss bei der ersten Stunde der Leiterin gezeigt werden.



BEI UNS IN DER KÜCHE

Food - Pairing

In Zusammenarbeit mit URANIA LANA



Warum passt z.B. rote Beete so gut zu Ziegenkäse? Eine Erklärung dafür liefert das Konzept des Food - Pairings. In diesem Kochworkshop lernen Sie welche Lebensmittel man besonders gut miteinander kombinieren kann, um leckere Gerichte zu kreieren. Gemeinsam kochen und verkosten wir verschiedene Speisen.

Termin: Dienstag 04.10.2022 von 18–22 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung: Dott.ssa Mag. Anna Weger, Ernährungstherapeutin und dipl. Köchin
Info & Anmeldung: URANIA Bozen, Tel. 0471 061445
Beitrag: 45 Euro (+ ca. 13 Euro Material, inkl. Rezeptmappe)



Kochen mit Getreide – wahre Kraftpakete!

In Zusammenarbeit mit URANIA LANA



Entdecken Sie die wunderbare Welt rund um das volle Korn und lernen Sie wie vielfältig Getreide in der alltäglichen, vollwertigen und gesunden Küche einsetzbar ist und welche ernährungswissenschaftlichen Vorteile die Getreideküche hat. Wir kochen und genießen ein feines Essen mit den verschiedenen Getreidesorten.

Termin: Donnerstag 13.10.2022 von 18–22 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung: Rita Mairhofer Bernardi
Info & Anmeldung: URANIA Bozen, Tel. 0471 061445
Beitrag: 45 Euro (+ ca. 12 Euro Material, inkl. Rezeptmappe)



Authentisch Chinesisch kochen mit Miss Wok



In Zusammenarbeit mit URANIA LANA

Nach der Präsentation von Basis – Zutaten der chinesischen Küche, erlernen Sie die Zubereitung von regionalen, chinesischen Gerichten aus dem Wok. Frische Zutaten werden mit Saucen und Gewürzen kombiniert, die dann gemeinsam verkostet werden. Auf dem Speiseplan stehen Fleisch, gedämpfter Fisch, Ei, Gemüse und Tofu.

Termin: Mittwoch 09.11.2022 von 18–22 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung: EMBA Estelle Li-Yu Wang Bonora, Köchin
Info & Anmeldung: URANIA Bozen, Tel. 0471 061445
Beitrag: 45 Euro (+ ca. 15 Euro Material, inkl. Rezeptmappe)



Alte Rezepte neu entdeckt (2 Treffen)

Gerichte aus Wald und Feld (Wild, Pilze, Apfel)

Termin: Mittwoch 19.11.2022 und 23.11.2022
von 18–22 Uhr
Ort: VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung: Luise Schöpf, Köchin
Info & Anmeldung: Helga Kinigadner, Tel. 0473 562307
E-Mail: helkinig@gmail.com



KREATIVES

Kreativ - Lernwerkstätte (monatl. Treffen)

Jeden ersten Mittwoch im Monat treffen wir uns, um gemeinsam unsere Kreativität in verschiedenen Bereichen zu entfalten. Du kannst verschiedene Handarbeitstechniken, wie Häkeln, tunesisch Häkeln, Stricken, Nähen, Sticken erlernen oder verbessern. Du kannst dir aber auch neue Anregungen oder Hilfe holen. Außerdem können wir je nach Jahreszeit Verschiedenes basteln, wie z.B. für Weihnachten, Ostern, usw. Fällt der 1. Mittwoch im Monat auf einen schulfreien Tag, findet das Treffen am 2. Mittwoch statt.

Termin:	Mittwoch ab 21.09.2022 von 19–22 Uhr
Ort:	VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung:	Gerda Nicolussi
Info & Anmeldung:	1 Woche vorher bei Gerda Nicolussi, Tel. 0473 563786 (Anrufbeantworter)
Beitrag:	5 Euro



Monatliches Treffen der Patchworkgruppe Flic-Flac

Für alle Interessierten dieses kreativen Nähens organisieren wir einmal monatlich (jeden 2. Freitag im Monat) ein gemeinsames Treffen. Mitzubringen sind die Nähmaschine, Stoffe und Nähutensilien.

Termin:	Freitag vom 23.09.2022 bis Juni von 15–18.30 Uhr
Ort:	VFL-Raum (Mittelschule Lana), Franz-Höflerstr. 1
Leitung:	Christine Mahlknecht
Info & Anmeldung:	Christine Mahlknecht, Tel. 0473 563754
Beitrag:	auf Anfrage



Ausstellung der Patchworkgruppe FLIC-FLAC

vom 8. bis 11. Dezember 2022

im Raiffeisenhaus LANA

Andreas Hoferstr. 9



Vortrag : „Wo kommen meine Falten her?“

mit Frau Dr. Tanja Nart, Apothekerin in Burgstall

Wir alle wissen, dass wir nicht rauchen, viel Wasser trinken und einen hohen UV-Schutz verwenden sollen. Aber was wir sonst noch tun können, um unsere Falten zu glätten, erfahren Sie bei diesem Vortrag. Bestimmte Lebensmittel, Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, aber auch Öle können den Alterungsprozess verlangsamen und die Haut wieder zum Strahlen bringen.

Termin:

Mittwoch 09.11.2022 um 20 Uhr

Ort:

Roter Saal - Raiffeisenhaus LANA, Andreas Hoferstraße 9

Referentin:

Frau Dr. Tanja Nart, Apothekerin in Burgstall

Info:

bei Frau Dr. Tanja Nart, Tel 0473 292500



Vorschau auf 2023

Preiswatten Februar 2023

Jahresvollversammlung 04.03.2023

Kochen für Männer

Vortrag: „Basenfasten“ mit Fr. Dr. Maria Luise Mair, Apothekerin in Algund





VORSTAND

Vorsitzende:	Christine Mahlknecht	Tel. 0473 563754
Vize:	Helga Kinigadner	Tel. 335 7270326
Schriftführerin:	Gerda Nicolussi	Tel. 0473 563786
Kassiererin:	Ivana Niederkofler	Tel. 392 4407504
Beirätin:	Erna Rungger	Tel. 349 5683612

*VFL – Verein „Familieninitiative Lana“- EO
Franz Höflerstr. 1 (Mittelschule Lana) 39011 LANA
Tel. 0473 605649 Telefondienst am Mittwoch von 9–11 Uhr
www.familieninitiative-lana.org
E-mail: fam.mahlknecht@gmx.net*

