



LOM MIT

Neues aus der Stiftung

DAS CURRICULUM AN DER RUDOLF-STEINER-SCHULE LOHELAND - TEIL 1

Liebe Loheland-Gemeinschaft,

in einer neuen Serie möchte ich Ihnen berichten, welche Themen wir dieses Schuljahr angehen, um die Qualität des Curriculums unserer Schule zu verbessern. In dieser Ausgabe starten wir mit dem Themenbereich **Medien und Internet**.

Wir leben in einer Zeit mit vielen Herausforderungen. Eine ist der Umgang mit Sozialen Medien. Das Internet gehört zu unserer Lebensrealität. Wir können uns eine Welt ohne das World Wide Web nicht mehr vorstellen. Aber sowohl Schüler:innen, Eltern als auch Lehrer:innen „kämpfen“ oftmals damit. Viele der Fragen kreisen um die Sozialen Medien.

Wie alt sollte ein Kind sein, bevor es ein Handy bekommt? Welche Apps schalte ich als Eltern frei? Müssen Kinder immer erreichbar sein? Gestatten wir im Unterricht Smart Watches? Wann und wie benutzen wir im Unterricht Tablets? Wie beeinflussen die Medien unsere Kinder? Wie können wir Kinder schützen? Wie weiß ich als Schüler:in, ob das, was ich im Netz lese, „wahr“ ist, oder ob es sogenannte fake news sind? Wie werde ich als Schüler:in beeinflusst durch das Netz? Wie arbeiten wir als Eltern, Lehrer:innen und Schüler:innen zusammen, um einen gesunden Umgang mit Medien zu erreichen?

Auch die ELVE hat uns Rückmeldung gegeben, dass diese Fragen in der Elternschaft leben. Wir sehen es als Auftrag unserer Schule, Medienpädagogik im Curriculum mit aufzunehmen. Rudolf Steiner hat gesagt, dass wir unsere Kinder auf das Leben vorbereiten sollten. Da Soziale Medien zu unserem Leben gehören, ist es wichtig, gemeinsam daran zu arbeiten, einen bewussten Umgang mit Medien zu lernen. Das Thema gehört auch zu unserem Kinderschutzkonzept, weil das Internet eine Tür zur ganzen Welt öffnet - mit Gefahren und Herausforderungen.

Wie werden wir das an unserer Schule gestalten?

Mit Franziska Bosselmann haben wir ein Konzept ausgearbeitet und letztes Schuljahr schon Erfahrungen gesammelt mit Klassen und bei Elternabenden. Frau Bosselmann war selbst Waldorfschülerin und ist Medienpädagogin. Sie wird in diesem Schuljahr mit den Eltern der Klassen 1 bis 4 Elternabende gestalten, damit Sie als Eltern unterstützt werden bei der Begleitung der Mediennutzung Ihrer Kinder. Ab der 5. Klasse geht Frau Bosselmann dann auch in die Klassen, um mit den Schüler:innen den Umgang mit Medien und dem Internet zu üben und zu verstehen. Jede Klasse bekommt jedes Jahr zwei Workshop-tage mit Frau Bosselmann.

Hierzu gehört auch ein Elternabend. Die Lehrer:innen werden in Form von Weiterbildungen in der Konferenz miteinbezogen. So haben wir ein umfangreiches Programm, das bis zur 10. Klasse geht. Dadurch können Schüler:innen, Eltern und Lehrer:innen gemeinsam konsequent an dem Thema arbeiten und miteinander ins Gespräch kommen.

Die Medienausstattung unserer Schule ist auf dem neuesten Stand der Technik. Ressourcen vom Digitalpakt wurden für Hardware und Weiterentwicklung eingesetzt. Durch bewusste, vorsichtige Bildung steigern wir die Medienkompetenz der Schüler:innen, Lehrer:innen und Eltern gleichermaßen. Das Erlernen des verantwortlichen Umganges mit dem Handwerkszeug ist das selbe, ob es ein Hobel ist oder eine App. Das Verstehen und verantwortliche Integrieren der Medien in den Unterricht ist die Aufgabe des modernen Waldorflehrers / der modernen Waldorflehrerin. Dies entspricht der Aufgabe, welche Rudolf Steiner uns stellte: die Kinder zur Freiheit zu erziehen.

Wenn Sie Fragen und / oder Anregungen haben, können Sie sich selbstverständlich bei Ihrer / Ihrem Klassenlehrer:in, der ELVE oder bei mir melden.

Herzliche Grüße,
Ihre Sabine Kully



Realschulabschluss / Abitur in Loheland



Mach als Quereinsteiger:in deinen Realschulabschluss oder dein Abitur an der Rudolf-Steiner-Schule Loheland. Schnuppertag für den Quereinstieg von Klasse 7 bis 13 am

FREITAG, den 25.11.22 / 8.30 Uhr

PROGRAMM

8.30 - 9.30 Uhr	Willkommen & Einführung
9.30 - 10.15 Uhr	Frühstückspause
10.15 - 12.00 Uhr	„Schnuppern“ im Unterricht
12.00 Uhr	Mittagessen in der Mensa

Wir sind anders • Schüler:innen gestalten ihre Schule mit • wir sind persönlich, digital, divers und weltoffen • Unterricht auf Augenhöhe • multikulturelle Lehrende an unserer Schule • wir arbeiten praktisch, künstlerisch und sind immer in Bewegung • kleine Leistungskursgruppen in der gymnasialen Oberstufe • BIO Café+Laden auf dem Gelände • Lernen mitten in der Natur

Anmeldung bis spätestens 22.11.22 unter oeffentlichkeitsarbeit@loheland.de. Bitte gib an, ob du alleine oder mit einem Elternteil kommst.



Samstag, 19.11.2022
von 11 bis 17 Uhr



LOHELAND

MARTINSBAZAR LOHELAND



Veranstalter:
Förderverein Rudolf-Steiner-Schule e. V.
Arbeitsbereich Bazarkreis
Künzell - Loheland

www.loheland.de



AUFRUF ZUR MITHILFE BEI DER GESTALTUNG UND DURCHFÜHRUNG DER DIESJÄHRIGEN JAHRESZEITENSTUBE

Liebe Eltern,

zum diesjährigen Martinsbazar soll es auch wieder die hübsch geschmückte Jahreszeitentube geben.

Hierbei soll der gesamte Jahreskreis mit seinen Jahresfesten in Form von 12. Monatstischen gestaltet werden. Theoretisch sind hierfür die meisten Dekomaterialien schon vorhanden, es dürfen aber auch gerne eigene Ideen und Materialien verwendet werden, um die Jahreszeitentube im individuellen Glanz, abwechslungsreich darzustellen!

Für einige der Monatstische konnte ich bereits Paten finden, würde mich allerdings sehr freuen, wenn sich noch der ein oder andere dazu berufen fühlt, einen weiteren Tisch zu übernehmen. Das dekorieren der Tische wird am 18.11. um 14:30 Uhr in der U3 Gruppe beginnen. Außerdem werden noch liebe Menschen benötigt, welche am Bazartag eine Schicht zur Beaufsichtigung der Jahreszeitentube übernehmen. Hierfür werde ich nochmal gesondert einen Link zum Eintragen per Verteiler verschicken lassen. Wer sich hierüber nicht eintragen kann, dennoch gerne eine Schicht übernehmen möchte oder gerne einen Tisch gestalten möchte, darf sich sehr gerne bei mir melden unter der 0174/9813879 oder eine Mail schreiben an die bazarkreis@loheland.de mit dem Betreff Jahreszeitentube.

Ganz liebe Grüße und vielen Dank für eure Mithilfe
Melanie Maul

KLEIDERSTUBE AM MARTINSBAZAR

Liebe Lohelandgemeinschaft,

die Kleiderstube am Martinsbazar lädt wieder zum Stöbern und Kaufen ein. Hierzu benötigt es gut erhaltene und saubere Kleidungsstücke sowie Schuhe.

Ob für Groß oder Klein, eure Spende hilft vielfach. Zaubert anderen Menschen ein Lächeln ins Gesicht, indem ihr eure Kleidungsstücke und Schuhe am Freitag, den 18.11.22 nach Schulschluss im Eurythmiesaal (Schulhaus 3) abgibt. Oder bringt sie in den Kindergarten zum Tobiashaus.

Stöbert selbst am Bazartag in der Kleiderstube und findet neue Schätze für kleines Geld.

Es werden auch noch fleißige Helfer:innen gesucht, die den Auf- und Abbau sowie den Verkauf unterstützen möchten.

Ansprechpartnerin ist Frau Lisa Nau.

Für den Bazarkreis
Donna Buchner

AUFRUF ZUM WERKELN, BASTELN, FILZEN UND GESTALTEN FÜR DEN MANUFATUR- VERKAUF & KINDER- MANUFATURVER- KAUF

Um den diesjährigen Manufakturverkauf tatkräftig zu unterstützen, werden alle Elternhäuser, Großeltern und Interessierte gebeten, sich tatkräftig ans Werkeln zu machen, um mit vielfältigem Angebot die Manufakturtische mit den unterschiedlichsten Nettigkeiten aus Naturmaterialien zu befüllen! Die entstandenen Werke können in der Woche vorm Martinsbazar, also ab dem 14.11 ab 8:15 Uhr in der alten Weberei bei mir abgegeben werden. Ich freue mich auf eure kreative Unterstützung!

Bei Fragen gerne eine Mail an bazarkreis@loheland.de oder anrufen unter der 0174-9813879 (gerne auch Whatsapp oder Telegram wer möchte)... auch hier nochmal liebe Grüße
Melanie Maul





FORSTPRAKTIKUM DER 9. KLASSEN

Wenn es auf dem Schulgelände schalt: „Achtung, Baum fällt!“, dann ist es wieder soweit – das Forstpraktikum der 9. Klassen startet.

Es wurde fleißig gefällt, gespalten, freigeschnitten, gepflanzt Und es entstand ein neues Holzhaus gegenüber dem Laden. Die Auffahrt nach Loheland wurde gestaltet, alte Pflanzflächen freigeschnitten und neue Stellen mit jungen Stecklingen bepflanzt.

Wie immer wurden wir von Hessen-Forst durch Herrn Lauer und seine Auszubildenden, und in diesem Jahr verstärkt durch Herrn Klinke, beim Fällen der richtig großen Bäume unterstützt und angeleitet. Herr Stumpf, Ranger des Biosphärenreservates, leitete die Arbeiten am Giebelrain und im Roten Moor an.

Viele Eltern beteiligten sich tatkräftig im Praktikum, so dass jede Gruppe täglich mit ausreichender Betreuung im Wald arbeiten konnte. Und nicht zuletzt sei dankend der leckere Snack erwähnt, der den Gruppen das Arbeiten versüßte.

Eingebettet in viel Wissenswertes rund um das Ökosystem Wald erlebten die Schülerinnen und Schüler ein rundum gelungenes Forstpraktikum. Das Wetter meinte es gut mit uns und wir mussten nur in der zweiten Woche unsere Erfahrungen mit Arbeiten im Regen machen.

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Schülerinnen und Schülern für den tatkräftigen Einsatz bedanken und hoffe, dass ihr noch lange und gerne an das Forstpraktikum 2022 denkt.

An alle anderen Schülerinnen und Schüler unserer Schulgemeinschaft ergeht die Bitte, die Arbeit eurer Mitschülerinnen und Mitschüler zu respektieren, indem ihr die neu bepflanzen Bereiche nicht betretet. Das ist ganz einfach: Benutzt ausschließlich die Wege auf Loheland und nicht die Abkürzungen durch den Wald. Ihr tut dem Wald damit einen großen Gefallen.

Für das Forstteam
Diana Klinke





IMPRESSIONEN AUS DEM HANDARBEITSUNTERRICHT

Es ist eine besonders große Freude die Schülerinnen und Schüler im Schafensprozess zu erleben. Hier wird der Sinn für das Schöne zugleich mit dem Sinn für das Praktische erweckt.

Mit herbstlichen Grüßen aus Loheland
Olga Reuter





HEDWIG VON ROHDEN UND LOUISE LANGGAARD GRÜNDETEN VOR 110 JAHREN DAS „SEMINAR FÜR KLASSISCHE GYMNASTIK“

Zur Vorgeschichte von Loheland gehört die Gründung des „Seminars für klassische Gymnastik“ durch Hedwig von Rohden und Louise Langgaard 1912 in Kassel. Ziel war es, im Auftrag der „Mathilde-Zimmer-Stiftung“, Gymnastiklehrerinnen für die Töchterheime dieser Stiftung in Deutschland auszubilden. Zu Beginn des 20. Jahrhunderts war der Lehrerinnenberuf eine gesellschaftlich anerkannte Tätigkeit für Frauen, die aus dem Berufsleben weitestgehend ausgeschlossen waren. Zu jener Zeit war die Gesellschaft in Europa im Umbruch und Frauen erkämpften sich zunehmend die Teilhabe an Bildung und Politik.

Für das Gymnastikseminar entwickelten Rohden und Langgaard ihre eigene Unterrichtsmethode, die sie in Loheland ab 1919 weiterführten. Anatomieunterricht und plastisches Abformen von Knochen waren Bestandteil des ersten Unterrichts und sollten ein tieferes Verständnis des Körpers und seiner Bewegung schaffen. Zum Abschluss eines jeden Schuljahres gab es Vorführungen, die schon bald freie Formen des Ausdruckstanzes

mit phantasievollen Kostümen zeigten, für die Loheland um 1920 in ganz Deutschland berühmt wurde.

Das „Seminar für klassische Gymnastik“ musste mehrfach umziehen: nach Potsdam, Tambach (Thüringen) und Schloss Bieberstein (hessische Rhön), bis es 1919 in Loheland einen dauerhaften Platz erhielt. Aus den ersten Lehrjahren blieben fähige Schülerinnen, die als Lehrerinnen neben den Gründerinnen die „Schule für Körperbildung, Landbau und Handwerk“ in Loheland aufbauten.

Wer mehr über die Anfangsjahre ab 1912 lesen möchte, findet dies in folgendem Buch, welches Sie im Café + Laden erwerben können: *Drei Frauen – drei Geschichten. Perspektiven auf die frühe Siedlungsgemeinschaft Loheland*, Hertha Dettmar-Kohl, Imme Heiner und Elisabeth Hertling, hrsg. v. Loheland-Stiftung, (Schriftenreihe der Loheland-Stiftung, Bd. 4), Künzler 2012 (ISBN 978-3-943873-00-9).

Anett Matl



Plakat zur Semesterabschluss-Vorführung des Seminars für Klassische Gymnastik in Kassel, 1913, © Loheland-Stiftung, Archiv



Hedwig von Rohden und Louise Langgaard (unten in der Mitte) mit frühen Schülerinnen, um 1918, © Loheland-Stiftung, Archiv



Ausdruckstanz „Rufen - Stimme des Frühlings“ - Eva Maria Deinhardt, Edith Sutor, Marie-Therese Commichau, um 1920, © Loheland-Stiftung, Archiv



INFOS ZUR GEMÜSEKISTE

Liebe Abonent:innen der Loheländer Gemüsebox,

seit mehreren Jahren ist unsere Gemüsebox aus Loheland nun auf dem Markt. Es ist an der Zeit, sich weiterzuentwickeln. Wir wollen die Prozesse der An- und Abmeldung digitalisieren. Das bedeutet, dass es ab dem 01.12.2022 nur noch möglich ist, unsere Gemüseboxen entweder per E-Mail an garten@loheland.de oder im Loheland Laden (bis 10:00 Uhr, 3 Tage vor Auslieferung) abzubestellen.

Außerdem wird es ab dem 01.12.2022 nicht mehr möglich sein, die Gemüsebox bar im Loheland Laden zu bezahlen. Das bedeutet, dass alle Kund:innen, die noch keinen schriftlichen Abovertrag abgeschlossen haben, das entsprechende Formular über unsere Homepage www.loheland.de herunterladen und dann entweder mit unterschriebenem Lastschriftmandat per E-Mail an c.boehm@loheland.de zuschicken oder im Loheland Laden abgeben können. Ansonsten gilt die Gemüsebox ab dem 01.12.2022 als gekündigt.

Sollten Sie weitere Fragen haben, gibt es folgende Möglichkeiten:

Fragen zum SEPA – Mandat:

Christina Böhm, 0661 392 – 14, E-Mail c.boehm@loheland.de

Allgemeine Fragen:

Katja Möller, 0151/ 67841620, E-Mail k.moeller@loheland.de

Wir danken für Ihr Verständnis und wünschen Ihnen weiterhin viel Freude mit unserem regionalen Bio – Demeter – Gemüse aus unserer Loheland Gärtnerei.

Herzliche Grüße

Ihr Garten-Team



AB SOFORT FRISCH AUS DER GÄRTNEREI ERHÄLTlich: PALMKOHL

Eine echte Rarität.

Erinnert geschmacklich an Grünkohl, ist aber milder im Geschmack.

Er hat ein nussiges Aroma.

Sein hoher Anteil an Antioxidantien macht ihn zum heimischen SUPERFOOD.

Vielseitig verwendbar.

Pur, angebraten oder gekocht in Eintöpfen, als Beilage zu Pastagerichten, als Smoothie oder feingeschnitten im Salat, als Füllung für herzhaftes Pfannkuchen u. v. m.

Probiert es aus!

500g	3,40€
1 kg	5,80€

Nur bei uns montags am Marktstand oder ab sofort im Laden erhältlich.





Magst Du gerne

- *im Zelt übernachten?*
- *Hütten bauen?*
- *am Lagerfeuer sitzen?*
- *Kanu fahren?*
- *singen, spielen, toben?*
- *in der Natur sein?*
- *in einer Gruppe Freunde finden und Abenteuer erleben?*

*...dann bist Du bei uns richtig!
Wenn Du mindestens 8 Jahre alt bist, kannst Du bei uns mitmachen.*

Wir treffen uns jeden Freitag um 14.30 Uhr für zwei Stunden zu unserer Gruppenstunde am Neubau in Loheland.

Mach mit!



**Pfadfindergruppe
Loheland**

**Kontakt:
Thomas.peffermann@gmx.de
0170-6366293**



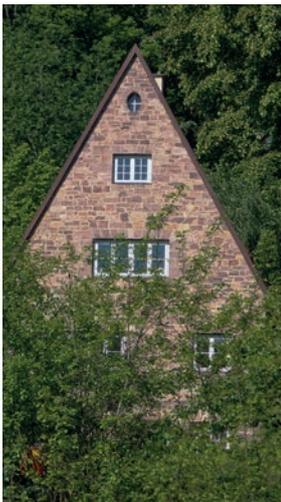


NACHHALTIGKEITSTAGUNG DES DIB - NOCH PLÄTZE FREI

NACHHALTIGE GESELLSCHAFT Ingenieurinnen gestalten Innovatione



dib - Jahrestagung 18. – 20.11. 2022
Regionalgruppe Fulda



Loheland

wurde 1919 als „Schule für Körperbildung, Landbau und Handwerk“ von und für Frauen gegründet und entwickelte sich schnell zum Kern eines Netzwerks der Reformbewegung mit Verknüpfungen zu Bauhaus und Werkbund ebenso wie zu Reformpädagogik, Wandervogel, Naturschutz und vielen anderen Bereichen der Reformbewegung, das mit seinen Einflüssen eine breitgefächerte Ausbildung junger Frauen begründete. Die weit verstreuten Gebäude machen die Siedlung zu einem bewohnten Wald.

Als Tagungsteilnehmerinnen 2022 könnt Ihr Euch auf diese besondere Atmosphäre und den noch immer spürbaren Geist der ältesten Reformsiedlung Deutschlands freuen, in der viele Ideen zu dem heute so wichtigen Thema „Nachhaltigkeit“ verwirklicht sind.

Loheland | Tagungshaus Wiesenhaus
36093 Künzell
www.loheland.de



ZUKUNFTSBIBLIOTHEK SONNERDEN

NACHTGESPRÄCH

buch & espresso

4x freitags - beginn 20.30 uhr

Eröffnungsfeier
der Zukunftsbibliothek SonnErden

Klavierimprovisation Jan Polivka//
„Hä? - Was haben Bücher mit Zukunft zu tun?“ Jonas von der Gathen//Blitzbuchvorstellungen// Bio-Weinverkostung...

11. Nov 2022

No.1: lyrisch & wahr

Herbert Schäfer (Schauspieler) liest Fernando Pessoa//Bodo von Plato (Kulturphilosoph) liest aus „It's all true“ von Carmen Stephan// Eis mit Himbeeren & Espresso...

09. Dez 2022

No.2: wissn & kunst

Gilda Bartel (Künstlerin) liest Texte zur Dekolonisierung des Denkens// Zvi Szir (Maler) Lichtbildvortrag „Erlebnisse mit Gemälden - vom 13. bis ins 21. Jahrhundert“//Demeter Focaccia...

27. Jan 2023

No.3: direkt & demokratisch

Claudine Nerth (Aktivistin) liest aus ihrem Buch „Die Demokratie braucht uns“//Fotoausstellung „Mit Speer & Pferdewagen - Bilder der Frauensiedlung Schwarzerden“// Alkoholfreie Cocktail-Bar...

28. Apr 2023

Geld - Auf Spendenbasis
Ort - Bodenhof 115 - bei Gersfeld
Anmelden - felicitas@sonnerden.de

VIER JAHRESZEITEN UND KLAVIERKONZERTE

Am Sonntag, den 06. November, findet im Barock Saal des Stadtschlusses Fulda ein interessantes Konzert statt. Es ist ein Preisträgerkonzert für den Gewinner der Pianale Junior, einem internationalen Klavierwettbewerb. Das Beethoven Orchester Hessen begleitet den Pianisten unter der Leitung von Damian Ibn Salem in Bachs Klavierkonzert und Turinas Rapsodia Sinfónica. In der zweiten Hälfte des Konzerts spielt das Orchester die gesamten vier Jahreszeiten von Vi-

valdi. Die vier Konzerte gehören zu den bekanntesten Werken der klassischen Musik und leben durch ihre Virtuosität und dem Interpretationspielraum. Alle Schüler*innen der Lohelandschule erhalten Tickets für 5€ (auch die über 18-Jährigen). Außerdem sind billige Familientickets erhältlich.

Tickets unter: www.beethovenorchesterhessen.de
Damian Ibn Salem





November

Do	03.11.	Vorstellung Praktikum Klasse 11	17:00
Mo	07.11.	Elternabend Klassen 10a/n	19:30
Di	08.11.	Frau Bosselmann in Klasse 10n	
-	-		
Mi	09.11.		
Di	08.11.	Vortrag 1, Impuls Versicherung	13:30
Mi	09.11.	Elternabend Klasse 2	19:30
Do	10.11.	Vortrag 2, Impuls Versicherung	15:00
Do	10.11.	Elve-Sitzung	20:00
Fr	11.11.	Martinsumzug Klassen 1 - 3	17:00
Sa	12.11.	Laternenumzug Kita	17:00
Di	15.11.	Frau Bosselmann in Klasse 8n	
-	-		
Mi	16.11.		
Di	15.11.	Teamsitzung Lebensraum Schule	19:00
Do	17.11.	Informationsabend der Rudolf-Steiner-Schule	20:00
Sa	19.11.	Martinsbazar	11:00
			17:00
Sa	19.11.	Ehemaligen-Dinner (AP: Lars Preußer, Kneshecke)	18:30
Di	22.11.	Frau Bosselmann in Klasse 6a	
-	-		
Mi	23.11.		
Di	22.11.	Elternabend Kindergarten, Vorschulkinder	20:00
Fr	25.11.	Open School	08:30
			13:00
Fr	25.11.	Adventsgärtlein Aufbau	15:00

Sa	26.11.	Adventsgärtlein Klassen 1 und 2 (Franziskusbau)	
Di	29.11.	Elternabend Klassen 6a/f	19:30
Mi	30.11.	Info-Elternabend für neue Kitaeltern (Musikraum)	19:30
Mi	30.11.	Frau Bosselmann in Kl. 6b	

Dezember

Do	01.12.	Frau Bosselmann in Kl. 6b	
Mo	05.12.	Elternabend Klasse 5a	20:00
Do	08.12.	Weihnachtskonzerte für die Schule	
Do	08.12.	Weihnachtskonzert	19:30
Do	08.12.	Elve-Sitzung	20:00
Fr	09.12.	Adventfeier Oberstufe Altenschlirf	
Di	13.12.	Teamsitzung Lebensraum Schule	19:00
Di	13.12.	Elternabend Klasse 5b	19:30
Di	13.12.	Elternabend Klasse 10a	19:30
Do	15.12.	Weihnachtsfeier der Mitarbeiter:innen und Bewohner:innen	16:00

Spätere Termine und Terminänderungen sind auf unserer Website unter www.loheland.de/Kalender einzusehen.





Aktuelle Preisliste November der Loheland – Gärtnerei

Kräuter (Petersilie/ Schnittlauch)	Bd.	1,50€
Sommersalate	Stk.	1,50€
Zuckerhut	Stk.	2,00€
Radicchio	kg	7,50€
Feldsalat	100g	2,80€
Postelein	100g	1,80€
Asia und Rucolasalat	Bd.	1,50€
Zucchini groß zum füllen	Stk	2,00€
Tomaten gemischt	500g	3,00€
Paprika	kg	6,50€
Kürbis	kg	3,00€
Broccoli	500g	2,50€
Rot-, Weiß-, Spitzkohl	kg	3,00€
Wirsing	kg	3,50€
Chinakohl	kg	2,50€
Palmkohl	500g	3,40€
Kohlrabi Superschmelz	Stk	2,50€
Herbstrüben	Stk	1,50€
Schwarzer Rettich	kg	4,00€
Rote Bete	kg	2,50€
Möhren gewaschen/ungewaschen	kg	3,00€ / 2,80€
Zwiebeln	kg	3,00 kg
Lauch	kg	4,50€
Sellerie mit Grün	Stk	1,50€
Kartoffeln	2,5 kg	3,00€

**Erhältlich an unserem Marktstand immer montags 12:00 – 13:30 Uhr (außer in den Ferien)
am Wendehammer oder im Loheland – Laden.**