vhs

Volkshochschule
Karlsbad

Volkshochschule
Waldbronn

Programm 1. Semester 2017

... gemeinsam für mehr Bildung

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Volksbank Ettlingen eG
Wilhelmstr. 3-7 • 76275 Ettlingen
Tel.: (0 72 43) 94 74 - 77 77
E-Mail: info@volksbank-ettlingen.de

Volksbank
Ettlingen eG

www.volksbank-ettlingen.de

Grußwort

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Kursteilnehmerinnen und liebe Kursteilnehmer,
liebe Vhs-Interessierte!

Schon neugierig geworden auf die Vielzahl von Kursen, die Ihnen die Volkshochschulen Karlsbad und Waldbronn im Frühjahr / Sommer 2017 in dieser druckfrischen Broschüre anbieten? Für die bunte und große Angebotspalette, welche die beiden Volkshochschulen für Sie zusammengestellt haben, sollten Sie sich zum Durchstöbern ein bisschen Zeit nehmen, es wird sich lohnen. Auch über den gesamten Semesterzeitraum von Januar bis in den Juli hinein, ist es von Interesse immer mal wieder einen Blick in die Broschüre zu werfen, da über die Semesterzeit immer wieder Kurse starten. Selbstverständlich erhalten Sie alle Angebote auch über die Internet-Präsenz der beiden Volkshochschulen und finden dort auch ganz aktuelle Informationen und zusätzliche Offerten. Die beiden Vhs-Teams konnten zusammen mit unseren engagierten Dozentinnen und Dozenten wiederum ein lohnendes Weiterbildungspaket zusammenstellen.

Wie Sie es erwarten können, kumuliert es zu einem gelungenen Mix heimatnaher Weiterbildungsmöglichkeiten. Wir sind stets auf der Suche nach „Themen, die unter den Nägeln brennen“ bzw. die nachgefragt werden und versuchen mit qualifizierten Dozenten hier Hilfen anzubieten. Daher finden Sie Kurse zur „Stressbewältigung “ oder auch Yoga-Kurse für unterschiedliche Zielgruppen. Neu sind ebenfalls „Frau sein, Leben und Lieben“ und „Intuitives Bogenschießen“, eine Möglichkeit innerlich ruhig zu werden. Mit „Pilates am Morgen“ können Sie den Tag flugs mit innerer Ausgeglichenheit beginnen. „Raus in die Natur“ ist das Motto der neu aufgenommenen Unternehmungen „Essbare Wildpflanzen im Frühling“ oder auch „Achtsamkeitsnachmittag in der Natur“. Musikalisch können Sie sich an der Ukulele oder Mandoline versuchen. Kulinarische Genüsse kommen im neuen Semester auch nicht zu kurz.

Mehrere Workshops befassen sich mit noblen Getränken wie „Wein“ und „Gin“ oder auch Honig. Herzhafte Genüsse finden sich dagegen in „Suppen und Eintöpfe“ und „Maultasche & Co“. Ebenfalls können Sie sich über die Herstellung natürlicher Pflegeprodukte kundig machen.

Vielen Berufstätigen dürften unsere Workshops an Wochenenden (Faszien-Yoga, Linux, Gesprächsführung, Lachwanderung, Kreativität, Teambildung, Indian Balance®, Koch- und Ernährungsseminaren) gelegen kommen.

Kindgerecht Englisch lernen oder sich schon auf die schulischen Abschlussprüfungen vorzubereiten steht im Mittelpunkt unserer sprachlichen Teile der „Jungen VHS“. Kreativität sind in den Kochkursen (Osterhasen im Tontopf, Rührkuchen – einfach und lecker) und Upcycling gefragt.

Sicherlich haben wir Interesse geweckt, auf Bildungsreise zu gehen. Dies ist wie in den Jahren zuvor nur durch Anzeigen örtlicher Firmen in unserem Programmheft möglich, denen wir auf diesem Wege unseren herzlichen Dank aussprechen möchten. Zur besseren Unterscheidung werden wir beginnend mit dieser Ausgabe die Semesterkennung auf der Titelseite farblich wechselnd gestalten.

Wir freuen uns, Sie als Teilnehmerin / Teilnehmer an einer der beiden Einrichtung begrüßen zu können und wünschen wir Ihnen, selbstverständlich auch im Namen der beiden Vhs-Teams, viel Spaß, Freude und Erfolg beim Kursbesuch.

Herzliche Grüße
Ihre Bürgermeister

Franz Masino
Gemeinde Waldbronn

Jens Timm
Gemeinde Karlsbad

ERNEUERBARE ENERGIE-SYSTEME
HEIZSYSTEME ◆ BÄDERTECHNIK

... welche Art von Heizung sollen wir auswählen - für unser Zuhause?"

Gerne beraten wir Sie in Ihrer persönlichen Situation.
Rufen Sie einfach an.

Wir bieten mehr, als Sie erwarten!

NEUMAIER & BECKER GmbH
Ostendstr. 9 • 76337 Waldbronn-Busenbach
Tel.: 07243-61710 • neumaier-becker@arcor.de

RNB

INHALTSVERZEICHNIS KARLSBAD

	Seite
Grußwort der Bürgermeister Masino / Timm	1
Inhaltsverzeichnis Karlsbad / Waldbronn	3
Kalender 1. Semester 2017	4

Vhs Karlsbad

Allgemeine Informationen & Vhs-Team, Ansprechpartner	7
Arbeit und Beruf **PC, Handy, Tablet & Seminare Arbeit / Beruf**	8
In der Welt zu Hause **Sprachkurse**	21
Politik, Gesellschaft, Umwelt, Mensch **Seminare und Vorträge**	39
Kulturelle Bildung **Kreativkurse** **Musik**	44 49
Gesundheitsbildung **Gesundheit, Entspannen und Bewegen** **Essen und Trinken**	50 68
Junge Vhs **Kinder und Jugendliche** **Schülerinnen und Schüler**	72 77
Kursräume, Parkmöglichkeiten, Ortsplan	82
Allgemeine Geschäftsbedingungen und Hinweise	84 - 86
Anmeldeformulare Vhs Karlsbad	83 + 86
Dozentenbewerbung Vhs Karlsbad	87

INHALTSVERZEICHNIS WALDBRONN

	Seite
VHS Waldbronn	
Information + Allgemeine Geschäftsbedingungen	102
Sprachen	106
EDV und Beruf	111
Gesellschaft	115
Gesundheit und Bewegung	122
Essen und Trinken	146
Kreativkurse	150
Junge VHS	157
Volkshochschulen der Region	167
Veranstaltungen der PAMINA-VHS	168
Veranstaltungen des Kulturrings Waldbronn	168
Anmeldeformular VHS Waldbronn	167, 169, 170

VHS Karlsbad • www.vhs-karlsbad.de • info@vhs-karlsbad.de • 07202-1793 • 07202-3508

Kalender 1. Semester 2017

Januar 2017		Februar 2017		März 2017		April 2017	
So/F	1	Mi	1	Mi	1	Sa	1
Mo	2	Do	2	Do	2	So	2
Di	3	Fr	3	Fr	3	Mo	3
Mi	4	Sa	4	Sa	4	Di	4
Do	5	So	5	So	5	Mi	5
Fr/F	6	Mo	6	Mo	6	Do	6
Sa	7	Di	7	Di	7	Fr	7
So	8	Mi	8	Mi	8	Sa	8
Mo	9	Do	9	Do	9	So	9
Di	10	Fr	10	Fr	10	Mo	10
Mi	11	Sa	11	Sa	11	Di	11
Do	12	So	12	So	12	Mi	12
Fr	13	Mo	13	Mo	13	Do	13
Sa	14	Di	14	Di	14	Fr/F	14
So	15	Mi	15	Mi	15	Sa	15
Mo	16	Do	16	Do	16	So/F	16
Di	17	Fr	17	Fr	17	Mo/F	17
Mi	18	Sa	18	Sa	18	Di	18
Do	19	So	19	So	19	Mi	19
Fr	20	Mo	20	Mo	20	Do	20
Sa	21	Di	21	Di	21	Fr	21
So	22	Mi	22	Mi	22	Sa	22
Mo	23	Do	23	Do	23	So	23
Di	24	Fr	24	Fr	24	Mo	24
Mi	25	Sa	25	Sa	25	Di	25
Do	26	So	26	So	26	Mi	26
Fr	27	Mo	27	Mo	27	Do	27
Sa	28	Di	28	Di	28	Fr	28
So	29			Mi	29	Sa	29
Mo	30			Do	30	So	30
Di	31			Fr	31		

Mai 2017		Juni 2017		Juli 2017	
Mo/F	1	Do	1	Sa	1
Di	2	Fr	2	So	2
Mi	3	Sa	3	Mo	3
Do	4	So	4	Di	4
Fr	5	Mo/F	5	Mi	5
Sa	6	Di	6	Do	6
So	7	Mi	7	Fr	7
Mo	8	Do	8	Sa	8
Di	9	Fr	9	So	9
Mi	10	Sa	10	Mo	10
Do	11	So	11	Di	11
Fr	12	Mo	12	Mi	12
Sa	13	Di	13	Do	13
So	14	Mi	14	Fr	14
Mo	15	Do/F	15	Sa	15
Di	16	Fr	16	So	16
Mi	17	Sa	17	Mo	17
Do	18	So	18	Di	18
Fr	19	Mo	19	Mi	19
Sa	20	Di	20	Do	20
So	21	Mi	21	Fr	21
Mo	22	Do	22	Sa	22
Di	23	Fr	23	So	23
Mi	24	Sa	24	Mo	24
Do/F	25	So	25	Di	25
Fr	26	Mo	26	Mi	26
Sa	27	Di	27	Do	27
So	28	Mi	28	Fr	28
Mo	29	Do	29	Sa	29
Di	30	Fr	30	So	30
Mi	31			Mo	31

>Angaben ohne Gewähr<

Ferienzeiten bzw. Feiertage (F)

büffelngeh'n
neuesseh'n
mehrversteh'n
ELSERDRUCK unterstützt die regionale Jugend- und Erwachsenenbildung der Volkshochschulen.
Dieses Programmheft wird klimaneutral hergestellt.
Die dabei entstehenden CO_2-Emissionen werden durch den Kauf von ausgewählten Zertifikaten für Klimaschutzmaßnahmen kompensiert.
Nicht nur das Klima sagt Danke!
Karl Elser Druck GmbH
Kißlingweg 35
75417 Mühlacker
elserdruck.de
Niederlassung Karlsbad
Ettlinger Straße 34
76307 Karlsbad
Tel. 07202 9332-0
karlsbad@elserdruck.de
ELSERDRUCK
ELSERGRUPPE · SEIT 1890

Tradition und Fortschritt.
SONOTRONIC. Mit Erfolg verbunden.

Die SONOTRONIC Nagel GmbH aus Karlsbad-Ittersbach ist Marktführer im Ultraschall-Sondermaschinenbau für die Automobilindustrie. Unsere Anlagen kommen weltweit zur Herstellung von Kunststoff-Exterieur- und Interieurteilen zum Einsatz. Darüber hinaus entwickeln und produzieren wir Hightech-Ultraschallsysteme für die Verpackungs-, Lebensmittel-, Textil-, Medizin- und Umweltbranche.

Als Traditionsunternehmen agieren wir mit 350 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern am Hauptsitz in Karlsbad sowie unseren Niederlassungen in Spanien und den USA. Um auch zukünftig hochtechnologische Anlagen und Komponenten zu entwickeln, suchen wir engagierte Schüler, Studierende, Berufseinsteiger und Berufstätige, die daran Interesse haben, kontinuierlich zu wachsen und Innovationen voranzutreiben.

Wir bilden folgende Berufe aus:

- Industriemechaniker/-in
- Elektroniker/-in – Geräte und Systeme
- Mechatroniker/-in
- Technischer Modellbauer/-in
- Zerspanungsmechaniker/-in

SONOTRONIC Nagel GmbH
Becker-Göring-Straße 17-25
76307 Karlsbad-Ittersbach
Tel.: +49 7248 9166-0
Fax: +49 7248 9166-144
info@sonotronic.de
www.sonotronic.de

SONOTRONIC
ULTRASONICS TECHNOLOGY

Volkshochschule Karlsbad

Mitglied des Volkshochschulverbandes Baden-Württemberg e.V.
Kommunale Einrichtung der Gemeinde Karlsbad

Geschäftsstelle	Wikingerstr. 9 76307 Karlsbad-Langensteinbach Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Postanschrift	Postfach 10 01 46, 76298 Karlsbad
Internet / Email:	www.vhs-karlsbad.de / info@vhs-karlsbad.de
Telefon / Fax	0 72 02 - 17 93 / 0 72 02 - 35 08
Öffnungs- und Kontaktzeiten	Mo, Di, Mi + Do von 09:00 bis 12:00 Uhr Montagabend von 17:00 bis 19:00 Uhr Freitag geschlossen Bitte beachten Sie, dass in den Schulferien andere Öffnungszeiten gelten können. Anmeldungen können Sie zu Schulferienzeiten gerne per Post, Fax oder Mail an uns senden.
Anmeldung	⇨ persönlich in der Geschäftsstelle ⇨ schriftlich (Post, Fax, Mail) ⇨ telefonisch zu den Öffnungszeiten Jeweils nur in Verbindung mit einer Einzugsermächtigung gilt auch für SEPA-Lastschriftmandat. Mit Ihrer Anmeldung erkennen Sie die AGBs der VHS an.
Gläubiger-ID	DE32ZZZ00000001915 für SEPA-Lastschriftverfahren

„Wir benachrichtigen Sie“ - Teilnehmer-Service

Sie erhalten nach dem Anmeldeschluss – kurz vor Kursbeginn – in jedem Falle eine Kursbenachrichtigung (Kurszusage bzw. Nachricht bei einer Änderung oder eine Kursabsage bei zu geringer Nachfrage) von uns. Die Benachrichtigung erfolgt entweder per Email oder per Post oder telefonisch.

Öffentliche Verkehrsmittel

Die VHS-Geschäftsstelle ist ca. 3 Gehminuten von der Straßenbahnhaltestelle „Langensteinbach Bahnhof“ – Linie S11 entfernt.

Danke

Ein herzliches Dankeschön gilt **allen Inserenten und Firmen**, die durch ihre Anzeigenschaltung den Druck der Vhs-Broschüre finanziell unterstützen und damit Semester für Semester ihr Interesse an der Fortsetzung der Arbeit unserer Volkshochschule bekunden.

Die Ansprechpartner/innen Ihrer Vhs Karlsbad stellen sich vor:

Brigitte Keßler

Leitung
brigitte.kessler@vhs-karlsbad.de

- Gesamtorganisation
- Alle Fachbereiche, Sprachkurse, Einzel-/Auftragsschulungen sowie Kursangebote in Kooperation

Anette Schmidt

Vhs-Information, Verwaltung
anette.schmidt@vhs-karlsbad.de

- Information, Verwaltung, Anmeldung
- Fachbereiche Gesundheit, Seminare und Vorträge, Musik, Kreativ und Ernährung

Vhs-Beirat - Beratendes Organ der Gemeinde

Vorsitzender:	Jens Timm, Bürgermeister
Stellv. Vorsitzender:	Benedikt Kleiner, Hauptamtsleiter
Mitglieder:	je eine Vertreterin / ein Vertreter der im Karlsbader Gemeinderat vertretenen Fraktionen
VHS-Vertreter:	Brigitte Keßler, Leitung , Anette Schmidt, Verwaltung

Hausmeister

Michael Vogel

Wichtige Informationen

- Es gelten die Geschäftsbedingungen (AGB) und Allgemeinen Hinweise, die in jedem Semesterprogrammheft veröffentlich sind. Sie finden sie auch unter www.vhs-karlsbad.de. Mit Ihrer Anmeldung erkennen Sie diese an.
- Beachten Sie insbesondere die Rücktrittsregelungen. Die VHS kann Kurse bei zu geringer Beteiligung absagen. In Absprache kann die VHS Kurse, die die jeweilige Mindestteilnehmerzahl nicht erreichen, durchführen, wenn ein entsprechender Gebührenaufschlag (Umlage) gezahlt wird, oder wenn die Kursdauer bei gleichbleibender Gebühr verkürzt wird.
- Änderungen bezüglich des Ortes, der Zeit u. der Kursleitung bleiben vorbehalten.
- Für Unfälle während der Veranstaltung und auf dem Weg zu und von der Unterrichtsstätte sowie für den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen übernimmt die VHS keinerlei Haftung.

Info ♿ Kursteilnahme für Menschen mit Handicap

Erfreulicherweise wurden durch den Umbau am Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach an zwei Gebäuden barrierefreie Zugänge geschaffen ⇨ Gebäude 1 (Klassenzimmer) und Gebäude 5 (VHS / Seminarraum). Wir bedauern, dass zwar leider nicht alle unserer Unterrichtsstätten barrierefrei zugänglich sind, versuchen aber selbstverständlich gerne Menschen mit Handicap (Rolli, Gehhilfe) die Kursteilnahme zu ermöglichen. Bitte geben Sie uns eine entsprechende Info, damit wir die Raumorganisation demgemäß mit allen Beteiligten planen und so unser Bestes für Sie geben können. Zusätzlich ist beim Parkplatzbereich am „Gebäude 1“ eine spezielle Parkmöglichkeit ausgewiesen.

Arbeit und Beruf
PC-Kurse, Handy & Co.

Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der Vhs

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Sie setzt an bei Kompetenzen wie der Lernfähigkeit, den Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien stellt einen Schwerpunkt des Programmbereichs „Arbeit und Beruf" dar. Ebenfalls stark vertreten sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Veranstaltungen zu Querschnitts-Themen, die berufliche und persönliche Kompetenzen (Rhetorik, Selbstmarketing, Kreativitätstrainings) stärken, runden das Angebot ab.
Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich aber auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel interkulturelle Kompetenztrainings, Angebote der Betrieblichen Gesundheitsvorsorge, berufsbezogene Sprachkurse oder Vortragsreihen zum Thema Kind und Karriere.

Kursmaterial

Bei PC-Kursen können zur angegebenen Kursgebühr noch Nebenkosten für Kursmaterial (Kopien, Manuskripte, etc.) hinzukommen, was im Kurs besprochen und bekannt gegeben wird.

Teilnehmerzahl

Bei Computerkursen gilt generell: Die **Mindestteilnehmerzahl ist 5-6** die **Höchstteilnehmerzahl ist 8** (falls in der Ausschreibung nichts anderes angegeben ist).

INFO Schulungsort PC-Kurse

Alle Computerkurse finden im PC-Raum der Volkshochschule im Gebäudekomplex der „Grundschule Langensteinbach", Wikingerstraße 9, Gebäude 3, Raum-Nr. 3.3.02, statt!

Einzelunterricht am Computer

Individuelle PC-Schulungen:
Einzelunterricht, Firmenschulung, Schulungen Zuhause
Gerne organisieren wir für Sie Einzelunterricht im PC-Bereich ganz individuell nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen.
Gebühr: ab 39 € bis 50 € pro Stunde
Information: VHS-Büro ☎ 07202-1793 oder 🖷 info@vhs-karlsbad.de

Firmenservice
Betriebliche Weiterbildung + Gesundheitsmanagement

Wir bieten:
Individuelle Mitarbeiterschulungen für Firmen und Verwaltungen
Qualifizierte Leitungen
Jedem Teilnehmer steht ein PC zur Verfügung

Sie bestimmen:
Seminarinhalte
Gruppengröße
Kursdauer und Kurszeiten

Interessiert:
Wir beraten Sie gerne und stellen für Sie ein maßgeschneidertes unverbindliches Angebot zusammen.

Ihre Ansprechpartnerin:
Brigitte Keßler, Telefon 07202-1793 oder brigitte.kessler@vhs-karlsbad.de

Computerkurse in Kleinstgruppen (2-4 Teilnehmer/innen)

Für fast alle unsere EDV-Kurse bieten wir die Schulung auch in einer sogenannten Kleinstgruppen an, vor allem, wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wurde. Damit kommen wir der zunehmenden Spezialisierung im Bereich der Informations- und Kommunikationstechnik entgegen.

Und so geht's: Soll ein Kurs mit weniger als der angegebenen Mindestteilnehmerzahl (in der Regel 5 Personen), also mit 4 oder 3 Teilnehmer/innen durchgeführt werden, erfolgt eine Kürzung der Unterrichtsstunden um maximal ein Drittel bei gleichbleibender Kursgebühr. Im Falle von 2 Teilnehmern/innen – was einer Einzelschulung nahe kommt – wird zusätzlich zu der Kürzung der Unterrichtsdauer pro Teilnehmer/in eine Zusatzgebühr erhoben. Dieser Aufschlag ist für jeden Kurs bereits fest kalkuliert. Bei Kursausschreibungen mit anderer Mindestteilnehmerzahl gelten entsprechende Regelungen nach dem gleichen Prinzip.

Beispiel: Sie buchen den Kurs „Office Grundlagen", der planmäßig für 7 Termine á 2 Stunden zum Preis von 136 € ausgeschrieben ist. Vor Kursbeginn liegen jedoch nur 3 bis 4 Anmeldungen vor. Der Kurs wird dann automatisch als Kleinstgruppe eingestuft und kann mit 6 Abenden á 2 Stunden bei unverändertem Preis aber gleichem Lerninhalt durchgeführt werden. Sie müssen sich um nichts Weiteres kümmern.

Wir informieren Sie rechtzeitig (nach dem Anmeldeschluss) über die Kürzung der Unterrichtsstunden, geben Ihnen die gekürzten bzw. neuen Unterrichtstermine bekannt und klären mit Ihnen ab, ob Sie bereit sind, bei zwei Anmeldung den individuellen Aufschlag zu zahlen.

Ihre Vorteile:
- Das Risiko, dass Ihr gebuchter Kurs ausfällt, verringert sich deutlich.
- Ihr Kurs wird auch noch bei drei - vier Anmeldungen auf jeden Fall durchgeführt.
- Sie bestimmen bei zwei Anmeldungen selbst mit, ob Ihr Kurs stattfindet, wenn Sie mit dem Gebührenaufschlag einverstanden sind.
- In der Kleinstgruppe erleben Sie eine sehr viel intensivere Lernatmosphäre, dadurch müssen die Lerninhalte nicht reduziert werden.

Sie werden in unseren Kursen mit Leichtigkeit in das Know-how der Computerwelt eintauchen!

EDV-Schulungsraum:

Unsere Kursleiterinnen und Kursleiter

- unterrichten mit **Windows 7**
- zeigen Ihnen aber auch gerne **Windows 10**
- und schulen die **Office Version 2013** ⇨ **Word, Excel, Outlook**
- an **8 PC-Arbeitsplätzen**

Jedem Teilnehmenden steht ein PC-Platz zur Verfügung.

Tastaturschulungen - Tastschreiben

50401 Leitung: Roswitha Bader
Tastaturschreiben - Mit 10 Fingern schneller am PC!
Intensivkurs 5 Termine – keine Voraussetzungen – für Teilnehmende von 9-99 Jahren!
5 Abende, 08.02.2017 - 15.03.2017, Mittwoch, 18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine
Gebühr: 79,00 € inkl. Arbeitsmaterial;
Gebührenermäßigung für Schüler/innen, ermäßigt 69,00 €
Wie viele Anschläge schaffen Sie mit dem „Adler-Such-System“ pro Minute? Erlernen Sie in diesem Kurs das 10-Finger-Tastschreiben unter kompetenter Anleitung und Sie werden in Zukunft spürbar weniger Zeit für das „Tippen“ Ihrer Texte und Dokumente aufwenden müssen. Inhalt: Abwechslungsreiche Lernmethoden in entspannter Lernatmosphäre; Praktische Übungen im Kurs und zu Hause sichern das Ergebnis ab. Schon nach wenigen Stunden fühlen Sie sich auf dem gesamten Tastenfeld zu Hause. Info: Gerne stellen wir Ihnen eine Teilnahmebescheinigung aus (bei 80% Teilnahme), die Sie auch beruflich oder für Ihre Bewerbungsmappe nutzen können.

junge vhs

„Flott getippt und flink im Chat“
Tastaturkurse für Kinder, Jugendliche, Schüler/innen finden Sie ab **Seite 72**

Windows 10 – Allgemein und Office Anwendungen

50101 Leitung: Manfred Ertle
VHeSpresso: klein - stark - gut!
"Mein PC läuft jetzt mit WINDOWS 10!"
Neues vom Betriebssystem für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen
2 Vormittage, Donnerstag, 12.01.2017+19.01.2017, 09:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: eigens Notebook mit Windows 10, Ladekabel + Netzteil
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max. 4 Personen)
Ihr PC läuft jetzt mit Windows 10! Wir zeigen Ihnen direkt an Ihrem Notebook wie das neue Betriebssystem funktioniert - was wurde geändert, was ist neu. Sie erfahren mehr zu den Einstellungen und zur Nutzung der "neuen" Windows Apps. Der Kursinhalt richtet sich selbstverständlich auch nach den Fragen, Wünschen und Bedürfnissen der Teilnehmenden.

50102 Leitung: Manfred Ertle
VHeSpresso: klein - stark - gut!
"Mein PC läuft jetzt mit WINDOWS 10!"
Neues vom Betriebssystem für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen
2 Vormittage, Mittwoch, 01.02.2017 + 08.02.2017, 09:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: eigens Notebook mit Windows 10, Ladekabel + Netzteil
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max. 4 Personen)
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50101**

50103 Leitung: Manfred Ertle
VHeSpresso: klein - stark - gut!
"Mein PC läuft jetzt mit WINDOWS 10!"
Neues vom Betriebssystem für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen
2 Vormittage, Dienstag, 07.03.2017 + 14.03.2017, 09:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: eigens Notebook mit Windows 10, Ladekabel + Netzteil
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max. 4 Personen)
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50101**

50104 Leitung: Manfred Ertle
VHeSpresso: klein - stark - gut!
"Mein PC läuft jetzt mit WINDOWS 10!"
Neues vom Betriebssystem für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen
2 Vormittage, Donnerstag, 27.04.2017+04.05.2017, 09:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: eigens Notebook mit Windows 10, Ladekabel + Netzteil
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max. 4 Personen)
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50101**

50105 Leitung: Manfred Ertle

EINSTIEGSKURS NOTEBOOK mit Windows 10, Word, Internet und Email

Wenn Sie noch gar keine Erfahrung im Umgang mit dem Computer haben oder in den Grundlagen erst einmal Sicherheit gewinnen möchten, ist dieser Kurs für Sie richtig!

5 Vormittage, Donnerstag, 26.01.2017 - 23.02.2017, 09:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine - für Anfänger/innen
Mitzubringen: eigenes Notebook inkl. Ladekabel und Netzteil
Gebühr: 84,00 €

Sie lernen mit Maus und Tastatur umzugehen, um Ihren Computer sicher bedienen zu können. Inhalte:
- Windows-Grundlagen, wichtige Einstellungen im Betriebssystem
- Möglichkeiten zur Datensicherung
- Aufgaben und Grundfunktionen der „Office-Büroanwendungen“ insbesondere - Word sowie grundlegende Internet- und E-Mail-Funktionen.
- neue Funktionen mit Windows Apps
- Schutz vor Viren und Schadsoftware

Betriebssystem WINDOWS 7 kombiniert mit OFFICE 2013 Anwendungen

Windows-Word-Excel-Outlook-Internet-PowerPoint

Info: Was gehört eigentlich zu Microsoft Office?

Microsoft Office ist ein Paket verschiedener Programme (Anwendungen). Es beinhaltet das Textverarbeitungsprogramm Word, die Tabellenkalkulation Excel und das Präsentationsprogramm PowerPoint. Je nach Version können auch das Datenbankprogramm Access, das elektronische Notizbuch OneNote oder der Email-, Kalender- und Kontaktmanager Outlook enthalten sein.

Welche Versionen gibt es?

Beim Start eines Ihrer Office-Programme (s.o.). sehen Sie am Bildschirm welche Version Sie installiert haben. Als Nachfolger von Office 2002/2003 sind derzeit Office 2007, 2010 und 2013 sehr verbreitet. Bei den Versionen Office 2007, 2010 und 2013 gibt es zwar Unterschiede, jedoch werden Sie beim geübten Umgang rasch mit den kleinen Unterschieden vertraut. Der Vhs-PC-Raum ist mit Office 2013 ausgestattet. Selbstverständlich können Sie gerne, falls Sie eine andere, ältere Version nutzen Ihr eigenes Notebook zum Unterricht mitbringen. Bitte geben Sie uns hierzu bei der Anmeldung zum Kurs eine Info, danke.

50106 Leitung: Manfred Ertle

EINSTIEGSKURS PC / NOTEBOOK mit Windows 7, Word, Internet und Email

Wenn Sie noch gar keine Erfahrung im Umgang mit dem Computer haben oder in den Grundlagen erst einmal Sicherheit gewinnen möchten, ist dieser Kurs für Sie richtig!

5 Vormittage, Mittwoch, 15.02.17-22.03.17, wöchentl., 9:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine - für Anfänger/innen
Mitzubringen: eigenes Notebook inkl. Ladekabel und Netzteil kann gerne mitgebracht werden.
Gebühr: 84,00 €

Sie lernen mit Maus und Tastatur umzugehen, um Ihren Computer sicher bedienen zu können. Inhalte:
- Windows-Grundlagen, wichtige Einstellungen im Betriebssystem
- Möglichkeiten zur Datensicherung
- Aufgaben und Grundfunktionen der „Office-Büroanwendungen“ insbesondere Word sowie grundlegende Internet- und E-Mail-Funktionen.
- Schutz vor Viren und Schadsoftware

50107 Leitung: Regina Schweiger-Müller

Fit für den Beruf: Office-Grundlagen
WINDOWS 7 + WORD + EXCEL + POWERPOINT

Kompaktkurs für Einsteiger/innen z.B. für den beruflichen Wiedereinstieg / Rückkehr in die Bürowelt

8 Vormittage, Montag, 06.02.17 - 03.04.17, wöchentl., 9:30-11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine bzw. kleine Kenntnisse im Umgang mit dem PC
Gebühr: 136,00 €

In vielen Stellenanzeigen kann man heute lesen: „EDV-Kenntnisse und Kenntnisse in Windows, Word und Excel werden vorausgesetzt". In diesem praxisbezogenen Kompaktkurs können Sie die ersten Grundkenntnisse für Windows 7, Word und Excel 2013 erwerben. Bei Bedarf kann ein Folgekursangebot zur Wissensvertiefung und weiterer Themen (z.B. PowerPoint, Outlook) organisiert werden.

Windows: Desktop Oberfläche; Ordner erstellen, verschieben, kopieren; Task-Switching; Dateien speichern, suchen, öffnen; prakt. Übungen.
Word: Texte erstellen u. speichern; skalierbare Schriften; Standard-Symbolleiste; Standard-Formatleiste; Tabulator; Seite einrichten; Rechtschreibung; Suchen/Ersetzen; Übungen.
Excel: Excel-Bildschirm; Druckbereich festlegen; Tabelle erstellen; einfache Formeln erstellen; Datenelemente kopieren, ausschneiden, einfügen, sortieren; Autofilterfunktion; Datenaustausch Excel/Word; einfache Diagramme; prakt. Übungen.
PowerPoint: Sie erfahren, was Sie mit PowerPoint alles "machen" können, z.B. eine Einladung oder einen Gutschein, wie auch ein kleine Präsentation.

50108 Leitung: Regina Schweiger-Müller

Fit für den Beruf: Office-Grundlagen
WINDOWS 7 + WORD + EXCEL + POWERPOINT

Kompaktkurs für Einsteiger/innen z.B. für den beruflichen Wiedereinstieg / Rückkehr in die Bürowelt

6 Abende, Mittwoch, 18.01. - 22.02.17, wöchentlich, 19:00 - 21:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine bzw. kleine Kenntnisse im Umgang mit dem PC
Gebühr: 136,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **50107**

INFO Schulungsort PC-Kurse

Alle PC-Kurse finden im **PC-Raum der Volkshochschule** im Gebäudekomplex „Grundschule Langensteinbach", Wikingerstraße 9, Gebäude 3, statt!

50109 NEU Leitung: Regina Schweiger-Müller

Fit für's Büro: Office-Grundlagen
WINDOWS 7 + WORD + EXCEL + POWERPOINT

Kompaktkurs für Einsteiger/innen z.B. für den beruflichen Wiedereinstieg / Rückkehr in die Bürowelt

8 Abende, Unterricht zweimal wöchentlich, Mittwoch und Freitag, 19:00 - 21:00 Uhr, Starttermin: 08.03.2017
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine bzw. kleine Kenntnisse im Umgang mit dem PC
Gebühr: 136,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **50107**

50110 NEU Leitung: Regina Schweiger-Müller

Fit für's Büro: Office-Grundlagen
WINDOWS 7 + WORD + EXCEL + POWERPOINT

Kompaktkurs für Einsteiger/innen z.B. für den beruflichen Wiedereinstieg / Rückkehr in die Bürowelt

8 Abende, Unterricht zweimal wöchentlich, Mittwoch und Freitag, 19:00 - 21:00 Uhr, Starttermin: 26.04.2017
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine bzw. kleine Kenntnisse im Umgang mit dem PC
Gebühr: 136,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **50107**

50111 Leitung: Gudrun Baumgartner

VHeSpresso: klein - stark - gut!

Einstieg / Wiedereinstieg in die IT-Welt

Basiswissen zum beruflichen Wiedereinstieg und / oder für Privat
für Anfänger/innen ohne oder sehr weitzurückliegende EDV-Kenntnissen
Themen: WINDOWS, WORD & CO.

3 Abende, Dienstag, 07.02.-21.02.17, wöchentlich, 17:30-19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine
Gebühr: 73,00 € (Kleingruppe - min. 3 Personen max. 5 Personen)

In diesem Kurs geht es um die Grundlagen der Datenverarbeitung, die Bestandteile des Computers, die verschiedenen Speicher u. Laufwerke, sowie um die Verwaltung von Programmen und Dateien. Sie arbeiten mit Maus und Menüs, Symbolen u. Fenstertechnik. Und dabei lernen Sie in praktischen Übungen Schritt für Schritt die Oberfläche von Windows kennen u. erhalten einen Eindruck in die von Windows mitgelieferten Anwenderprogramme. Nach dem Abschluss des Kurses können Sie u.a. einfache Texte erstellen, mit kleinen Bildern versehen u. alles ausdrucken. Kenntnisse in der Bedienung eines PC werden nicht vorausgesetzt.

50112 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
Workshop: Eine Einführung in die Bedienung von WORD
3 Abende, Dienstag, 07.03.17-21.03.17, wöchentlich, 17:30-19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Kenntnisse in der Handhabung des PC oder Kurs "Einstieg in die IT-Welt"
Gebühr: 73,00 € (Kleingruppe - min. 3 Personen, max. 5 Personen)
In diesem Kurs werden Sie in die Anwendung Word eingeführt. Sie erfahren unter anderem, wie Sie Dokumente erstellen, formatieren, abspeichern und ausdrucken können. Der Schwerpunkt des Kurses kann durch die Wünsche der Kursteilnehmer beeinflusst werden. Info: Kursangebot zur Wissensvertiefung siehe unter "Word - Aufbaukurs"

50113 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
WORD - Aufbaukurs
2 Abende, Dienstag, 28.03. + 04.04.17, wöchentl., 17:30-19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Word-Grundkenntnisse oder Kurs Word-Einführung
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min. 3 Personen, max. 5 Personen)
In diesem Kurs werden weitere Hilfsmittel und fortgeschrittene Techniken in der Benutzung von Word erklärt. Der Inhalt hängt stark vom Interesse der Teilnehmer ab, vorgeschlagene Themen wären der Serienbrief, eine eigene Dokumentvorlage nach DIN mit angepassten Kopf- und Fußzeilen, die Anordnung von Grafiken und anderen Objekten oder das Arbeiten mit Formatvorlagen.

50114 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
Workshop: Eine Einführung in die Bedienung von EXCEL
3 Abende, Dienstag, 25.04.17-09.05.17, wöchentl., 17:30 - 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Kenntnisse in der Handhabung des PC oder Kurs "Einstieg in die IT-Welt"
Gebühr: 73,00 € (Kleingruppe - min. 3 Personen, max. 5 Personen)
In diesem Kurs werden Sie in die Anwendung Excel eingeführt. Sie erfahren unter anderem, wie Sie eine Tabellenkalkulation unter Verwendung von Formeln erzeugen und ein dazu gehöriges Diagramm erstellen können. Der Schwerpunkt des Kurses kann durch die Wünsche der Kursteilnehmer beeinflusst werden.
Info: Kursangebot zur Wissensvertiefung siehe unter "Excel - Aufbaukurs"

50115 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
EXCEL - Aufbaukurs
2 Abende, Dienstag, 16.05.2017 + 23.05.2017, 17:30 - 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Kenntnisse in der Bedienung von Excel oder Kurs "Excel-Einführung"
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min. 3 Personen, max. 5 Personen)
In diesem Kurs werden vorhandene Kenntnisse in Excel vertieft. Dabei geht es z. B. um die Anwendung geschachtelter Funktionen oder Verknüpfungen auf andere Tabellenblätter oder Dateien. Auch in diesem Kurs können die Teilnehmer ihre eigenen Wünsche bezüglich des Kursinhalts vorschlagen.

50116 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
Workshop: Eine Einführung in die Bedienung von POWERPOINT
1 Abend, Dienstag, 30.05.2017, 17:30 - 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Kenntnisse in der Handhabung eines PC oder Kurs "Einstieg in die IT-Welt"
Gebühr: 32,00 € (Kleingruppe - min. 3 Personen, max. 5 Personen)
Sie erfahren in diesem Kurs unter anderem, was Sie mit Powerpoint alles machen können, zur Übung wird z.B. eine Einladung oder ein Gutschein wie auch eine kurze Präsentation erarbeitet. Der Schwerpunkt des Kurses kann durch die Wünsche der Kursteilnehmer beeinflusst werden.

50117 Leitung: Manfred Ertle
VHeSpresso: klein - stark - gut!
PC-Probleme? Hilfe am PC - Fragen klären und Probleme lösen im "Computertreff"
1 Vormittag, Dienstag, 21.02.2017, 09:00 - 12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC- und Internetgrundkenntnisse
Gebühr: 29,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max 5 Personen)
Der Kursinhalt wird durch die Fragen und Wünsche der Kursteilnehmer bestimmt. Bitte geben Sie Ihre Themen bei der Anmeldung an.

VHeSpresso – klein, stark, gut!
Kurse in Minigruppen mit Durchführungsgarantie ab 3 Personen!

50118 Leitung: Manfred Ertle
VHeSpresso: klein - stark - gut!
PC-Probleme? Hilfe am PC - Fragen klären und Probleme lösen im "Computertreff"
1 Vormittag, Montag, 24.04.2017, 09:00 - 12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC- und Internetgrundkenntnisse
Gebühr: 29,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max. 5 Personen)
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50117**

WORD

50112 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
Workshop: Eine Einführung in die Bedienung von WORD
3 Abende, Dienstag, 07.03.17-21.03.17, wöchentlich, 17:30-19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Kenntnisse in der Handhabung des PC oder Kurs "Einstieg in die IT-Welt"
Gebühr: 73,00 € (Kleingruppe - min. 3 Personen, max. 5 Personen)
In diesem Kurs werden Sie in die Anwendung Word eingeführt. Sie erfahren unter anderem, wie Sie Dokumente erstellen, formatieren, abspeichern und ausdrucken können. Der Schwerpunkt des Kurses kann durch die Wünsche der Kursteilnehmer beeinflusst werden. Info: Kursangebot zur Wissensvertiefung siehe unter "Word - Aufbaukurs"

50113 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
WORD - Aufbaukurs
2 Abende, Dienstag, 28.03. + 04.04.17, wöchentl., 17:30-19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Word-Grundkenntnisse oder Kurs Word-Einführung
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min. 3 Personen, max. 5 Personen)
In diesem Kurs werden weitere Hilfsmittel und fortgeschrittene Techniken in der Benutzung von Word erklärt. Der Inhalt hängt stark vom Interesse der Teilnehmer ab, vorgeschlagene Themen wären der Serienbrief, eine eigene Dokumentvorlage nach DIN mit angepassten Kopf- und Fußzeilen, die Anordnung von Grafiken und anderen Objekten oder das Arbeiten mit Formatvorlagen.

INFO Schulungsort PC-Kurse

Alle PC-Kurse finden im **PC-Raum der Volkshochschule** im Gebäudekomplex „Grundschule Langensteinbach“, Wikingerstraße 9, Gebäude 3, statt!

EXCEL

50119 Leitung: Irene Wipfler
EXCEL - Grundkurs
"Fit für Beruf und Privat"
1 Termin, Samstag, 04.02.2017, 09:00 - 17:00 Uhr inkl. Pause
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC / Windows
Mitzubringen: USB-Stick
Gebühr: 58,00 €
Tabellenkalkulation Grundbegriffe (Spalte, Zeile, Zelle, Rechnen mit Tabellen, Zellbezug) / Aufbau des Programms / Erstellen einer Tabelle mit einfachen Grundrechenarten (Summe, Prozent) / Formatierungen von Tabellen (Datumsformat, Währungsformat, Zellausrichtung, Rahmen und Schattierung usw.) / Kopierfunktionen / Ein einfaches Diagramm erstellen / Seite einrichten, Seitenansicht, Drucken, praktische Beispiele und Übungen
Info: Auf Teilnehmerwunsch kann im Anschluss ein Folgeworkshop organisiert werden.

50120 Leitung: Irene Wipfler
EXCEL - Grundkurs
"Fit für Beruf und Privat"
1 Termin, Samstag, 11.03.2017, 09:00 - 17:00 Uhr inkl. Pause
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC / Windows
Mitzubringen: USB-Stick
Gebühr: 58,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50119**

50121 Leitung: Irene Wipfler
EXCEL - Grundkurs
"Fit für Beruf und Privat"
1 Termin, Samstag, 20.05.2017, 09:00 - 17:00 Uhr inkl. Pause
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC / Windows
Mitzubringen: USB-Stick
Gebühr: 58,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50119**

VHeSpresso – klein, stark, gut!
Kurse in Minigruppen mit Durchführungsgarantie ab 3 Personen!

50114 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
Workshop: Eine Einführung in die Bedienung von EXCEL
3 Abende, Dienstag, 25.04.17-09.05.17, wöchentl., 17:30 - 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einf. Kenntnisse in der Handhabung des PC oder Kurs "Einstieg in die IT-Welt"
Gebühr: 73,00 € (Kleingruppe - min. 3 Personen, max. 5 Personen)
In diesem Kurs werden Sie in die Anwendung Excel eingeführt. Sie erfahren unter anderem, wie Sie eine Tabellenkalkulation unter Verwendung von Formeln erzeugen und ein dazu gehöriges Diagramm erstellen können. Der Schwerpunkt des Kurses kann durch die Wünsche der Kursteilnehmer beeinflusst werden. Info: Kursangebot zur Wissensvertiefung siehe unter "Excel - Aufbaukurs"

50115 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
EXCEL - Aufbaukurs
2 Abende, Dienstag, 16.05.2017 + 23.05.2017, 17:30 - 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Kenntnisse in der Bedienung von Excel oder Kurs "Excel-Einführung"
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min. 3 Personen, max. 5 Personen)
In diesem Kurs werden vorhandene Kenntnisse in Excel vertieft. Dabei geht es z. B. um die Anwendung geschachtelter Funktionen oder Verknüpfungen auf andere Tabellenblätter oder Dateien. Auch in diesem Kurs können die Teilnehmer ihre eigenen Wünsche bezüglich des Kursinhalts vorschlagen.

EXCEL - Spezial

50123 NEU Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
EXCEL - Spezial - Thema: Pivot-Tabellen
für Teilnehmende mit Grundkenntnissen
2 Abende, Donnerstag, 09.02.2017 + 16.02.2017, 17:30 - 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Kenntnisse in der Bedienung von Excel
Gebühr: 79,00 € (Kleingruppe - min. 2 Personen, max. 5 Personen)
Mit einer Pivot-Tabelle können umfangreiche Datenbestände übersichtlich angezeigt und analysiert werden. Dabei werden die Daten in einer interaktiven Tabellenansicht mit Hilfe verschiedener Gruppierungs-, Filter- und Berechnungsmethoden dargestellt. Eine Pivot-Tabelle zeichnet sich durch eine hohe Flexibilität aus, durch die die Quelldaten aus verschiedenen Blickwinkeln betrachtet und je nach Problemstellung unterschiedlich angeordnet und ausgewertet werden können, ohne dass die Quelldaten dabei verändert werden.
Themen:
- Empfohlene und individuelle Pivot-Tabellen erstellen
- Vorgefertigte Berichtslayouts einsetzen
- Pivot-Tabellendaten filtern / anpassen

50124 NEU Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
EXCEL - Spezial - Thema: Effektives Arbeiten (Modul 1)
⇨ **sortieren, filtern, gliedern**
für Teilnehmende mit Grundkenntnissen in Excel
1 Abend, Dienstag, 06.04.2017, 17:30 - 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Kenntnisse in der Bedienung von Excel
Gebühr: 59,00 € (Kleingruppe - min. 2 Personen, max. 5 Personen)
Es gibt in Excel 2013/2016 viele nützliche Hilfsmittel, die man während der täglichen Arbeit gut gebrauchen könnte, wenn man nur wüsste, dass es sie gibt und wie man sie anwendet. In diesem Semester bieten Ihnen die beiden Excel-Spezial-Module eine Möglichkeit, ein paar dieser Hilfsmittel und Funktionen kennen zu lernen, um damit in Zukunft effektiver mit Excel arbeiten zu können.
Themen Modul 1
- Daten sortieren und filtern u.a. mit Datenschnitten und Spezialfiltern
- Tabellen gliedern und Teilergebnisse einsetzen

50125 NEU Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
EXCEL - Spezial - Thema: Effektives Arbeiten (Modul 2)
⇨ **Namen/Zellbezüge, mehrere Tabellenblätter, große Tabellen**
für Teilnehmende mit Grundkenntnissen in Excel
1 Abend, Donnerstag, 27.04.2017, 17:30 - 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Kenntnisse in der Bedienung von Excel
Gebühr: 59,00 € (Kleingruppe - min. 2 Personen, max. 5 Personen)
Es gibt in Excel 2013/2016 viele nützliche Hilfsmittel, die man während der täglichen Arbeit gut gebrauchen könnte, wenn man nur wüsste, dass es sie gibt und wie man sie anwendet. In diesem Semester bieten Ihnen die beiden Excel-Spezial-Module eine Möglichkeit, ein paar dieser Hilfsmittel und Funktionen kennen zu lernen, um damit in Zukunft effektiver mit Excel arbeiten zu können.
Themen Modul 2
- Namen (statt Zellbezüge) zur besseren Übersicht einsetzen
- Große Tabellen bearbeiten
- Gleichzeitiges Arbeiten auf mehreren Tabellenblättern

VHeSpresso – klein, stark, gut!
Kurse in Minigruppen mit Durchführungsgarantie ab 3 Personen!

INFO Schulungsort PC-Kurse

Alle PC-Kurse finden im **PC-Raum der Volkshochschule** im Gebäudekomplex „Grundschule Langensteinbach“, Wikingerstraße 9, Gebäude 3, statt!

OUTLOOK

50122 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!

OUTLOOK - Kenntnisse festigen und vertiefen!

2 Abende, Dienstag, 17.01.2017 + 24.01.2017, 17:45 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC-, Windows- und Outlook-Grundkenntnisse
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max 5 Personen)
Der Kursinhalt richtet sich nach den Wünschen und Kenntnissen der Teilnehmenden. Zum Start erfolgt eine kleine Einführung bzw. Wiederholung der Grundlagen.

50126 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!

OUTLOOK - Grundlagen

Kalender, Terminverwaltung, Email mit Outlook perfekt organisiert!
2 Abende, Dienstag, 20.06.+27.06.17, wöchentl., 17:45 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC- und Windows-Grundkenntnisse
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max 5 Personen)
Mit MS Outlook können Sie die vielfältigen Aufgaben wie Posteingänge, Nachrichten, Verabredungen, Termine, Aufgabenlisten, Notizen, Kontaktadressen usw., die bei der täglichen Arbeit z. B. im Büro anfallen, mit einem einzigen Programm verwalten. Der Workshop bietet einen Schnelleinstieg in Outlook. Themenschwerpunkte sind wichtige Ansichten, E-Mails (Bilder und Hyperlinks, Anhänge, Sicherheitseinstellungen beim Nachrichtenempfang), E-Mailkonten, Kontakte und Suchfunktionen. Am Ende werden Sie Termine eintragen, Aufgabenlisten und Notizen erstellen können. Vorkenntnisse Grundlagen EDV und Windows Basiswissen werden vorausgesetzt.

50127 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!

OUTLOOK - Grundlagen

Kalender, Terminverwaltung, Email mit Outlook perfekt organisiert!
2 Abende, Donnerstag, 16.03. + 30.03.2017, 17:30 - 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC- und Windows-Grundkenntnisse
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max 5 Personen)
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50126**

VHeSpresso – klein, stark, gut!

Kurse in Minigruppen mit Durchführungsgarantie ab 3 Personen!

POWERPOINT

50128 Leitung: Irene Wipfler
VHeSpresso: klein - stark - gut!

POWERPOINT - Praxisworkshop

"Perfekt präsentieren - Fit für Beruf und Privat"
1 Termin, Samstag, 25.03.2017, 10:00 - 16:00 Uhr inkl. Pause
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC-Grundkenntnisse
Mitzubringen: USB-Stick
Gebühr: 64,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max 5 Personen)
In diesem Praxisworkshop lernen sie nicht nur das Programm PowerPoint kennen, sondern üben alle Elemente einer guten Präsentation. Dies beinhaltet Grundlagen der Foliengestaltung, Visualisierung und der Aufbereitung des Inhaltes. Durch praktische Beispiele und Übungen lernen Sie dabei Grundbegriffe, Arbeitsoberfläche und die wichtigsten Funktionen des Programms kennen und erstellen eine eigene Präsentation.

50129 Leitung: Irene Wipfler
VHeSpresso: klein - stark - gut!

POWERPOINT - Praxisworkshop

"Perfekt präsentieren - Fit für Beruf, Privat und Schulzeit"
1 Termin, Samstag, 13.05.2017, 10:00 - 16:00 Uhr inkl. Pause
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC-Grundkenntnisse
Mitzubringen: USB-Stick
Gebühr: 64,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max 5 Personen)
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50128**

50116 Leitung: Gudrun Baumgartner
VHeSpresso: klein - stark - gut!

Workshop: Eine Einführung in die Bedienung von POWERPOINT

1 Abend, Dienstag, 30.05.2017, 17:30 - 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Kenntnisse in der Handhabung eines PC oder Kurs "Einstieg in die IT-Welt"
Gebühr: 32,00 € (Kleingruppe - min. 3 Personen, max. 5 Personen)
Sie erfahren in diesem Kurs unter anderem, was Sie mit Powerpoint alles machen können, zur Übung wird z.B. eine Einladung oder ein Gutschein wie auch eine kurze Präsentation erarbeitet. Der Schwerpunkt des Kurses kann durch die Wünsche der Kursteilnehmer beeinflusst werden.

DATEIVERWALTUNG / ORGANISATION

50130 Leitung: Manfred Ertle
Ablage und Verwaltung von Dateien, Daten und Dokumenten
„Frühjahrsputz“ - Schaffen Sie Ordnung im PC und sparen Sie sich „ewiges Suchen“ und dadurch Zeit und Nerven…
2 Abende, Donnerstag, 09.03.2017 + 23.03.2017, 19:00 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC-Grundkenntnisse
Gebühr: 39,00 €
Die heutigen Computer und Notebooks speichern Unmengen von Daten. Schnell sind Tausende von Text-, Bild- und Fotodateien vorhanden. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie in der Datenflut den Überblick behalten und Ihre Daten nicht nur suchen, sondern auch finden. Sie erfahren, wie Sie eine sinnvolle Ordnerstruktur anlegen, in diese Ordner Ihre Text-, Bild- und Fotodateien verschieben und gezielt nach bestimmten Daten suchen. Außerdem sichern Sie Ihre Daten mithilfe von USB-Sticks, CDs und DVDs sowie externen Festplatten. Und weil die auf Ihrem Rechner installierten Programme ebenfalls sehr viel Speicherplatz beanspruchen, lernen Sie, wie Sie Ihre Programme sinnvoll verwalten.
Kursinhalte:
- Ordnerstruktur anlegen
- Dateien verwalten
- Schneller Zugriff auf Ihre Dateien (Favoriten, Startmenü, Taskleiste, Verknüpfungen)
- Daten sichern (USB-Stick, Festplatte, CD, DVD)
- Programme verwalten, herunterladen, installieren und entfernen

LINUX - Workshop

50139 NEU Leitung: David Forstner
VHeSpresso: klein - stark - gut!
Linux im Alltag – Linux EveryDay
1 Vormittag, Samstag, 25.03.2017, 10:00 - 13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC-Grundkenntnisse
Mitzubringen: Notebook
Gebühr: 69,00 € - Kleingruppe min. 3 max. 5 Personen
Linux ist eine kostenlose (Free as in Freedom), Quell-offene (transparente) und Ressourcen effiziente Alternative zu Windows. Gerade ältere Laptops (die eigentlich wertlos sind) eigenen sich für den Betrieb von Linux. Somit kann Linux helfen Müll zu vermeiden und Ressourcen zu schonen und eine nachhaltige Entwicklung unterstützen. Im Idealfall kann der Einstieg in Linux direkt im Workshop erfolgen oder zumindest die Angst genommen werden/Möglichkeiten aufgezeigt werden sich dem Thema zu nähern. Ziel ist es auch möglichst individuell auf die Teilnehmer einzugehen, damit ein definitives Lern-Ergebnis – im Idealfall ein im Alltag anwendbares Linux-System – nach Hause mitgenommen werden kann.

SMARTPHONE + TABLET

Mit unseren Kursen verpassen Sie den Anschluss nicht!

50131 Leitung: Manfred Ertle
VHeSpresso: klein - stark - gut!
Meine eigenes iPhone, mein iPadApple
- einfach und sicher nutzen für Einsteiger/innen
2 Vormittage, Dienstag, 07.02. + 14.02.2017, 09:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC-Grundkenntnisse (Windows, Word, Internet-Umgang)
Mitzubringen: Smartphone u./od. Tablet-PC inkl. Netzteil + USB-Kabel
Info: Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung den Namen/Typ Ihres Gerätes mit.
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max 4 Personen)
Das alte Handy hat ausgedient! Sie haben jetzt ein Smartphone! Damit kann man nicht nur telefonieren, sondern auch fotografieren und sogar ins Internet wie mit einem PC oder Laptop. Wie das alles geht mit diesen „Apps“ zeigt Ihnen Herr Ertle - in ruhigem Tempo - in diesem Kurs. Falls Sie ein Tablet-PC haben, können Sie ebenfalls am Kurs teilnehmen und diesen selbstverständlich mitbringen. Inhalt:
- Kamerafunktion
- Kommunikation, Nachrichten senden ohne Zusatzkosten, z.B. WhatsApp
- Navigation: Wo bin ich und wo geht's jetzt lang?
- Einstellungen: Wo kann ich was ändern?
- Kontakte richtig organisieren
- Apps - Wo und wie wähle ich Apps aus? Wie kommen diese auf mein Gerät?

INFO Schulungsort PC-Kurse

Alle PC-Kurse finden im **PC-Raum der Volkshochschule** im Gebäudekomplex „Grundschule Langensteinbach“, Wikingerstraße 9, Gebäude 3, statt!

Anmeldeformulare
➔ **Seite 83 und 86 oder online vhs-karlsbad.de**

50132 Leitung: Manfred Ertle
VHeSpresso: klein - stark - gut!

Mein eigenes Smartphones, mein Tablet besser kennen und bedienen lernen - Kurs für Einsteiger/innen

2 Vormittage, Freitag, 20.01.2017 + 27.01.2017, 09:00 - 12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC-Grundkenntnisse (Windows, Word, Internet-Umgang)
Mitzubringen: Smartphone Android u./od. Tablet inkl. Netzteil + USB-Kabel
Info: Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung den Namen/Typ Ihres Gerätes mit.
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max 4 Personen)
Dieser Praxis-Kurs richtet sich an Einsteiger/innen, die ein Smartphone mit dem Betriebssystem Android haben und diese besser kennen und bedienen lernen möchten. Nicht nur junge Menschen schätzen diese Möglichkeit zur Kommunikation und Information und Information bei Reisen, Sprachen, Wandern, Musik, Fotografie, Lesen, Gesundheit, Navigation und vielem anderen mehr.
Inhalt:
- Kamerafunktion
- Kommunikation, Nachrichten senden ohne Zusatzkosten, z.B. WhatsApp
- Navigation: Wo bin ich und wo geht's jetzt lang?
- Einstellungen: Wo kann ich was ändern?
- Kontakte richtig organisieren
- Apps - Wo und wie wähle ich Apps aus? Wie kommen diese auf mein Gerät?
Wie das alles mit Ihrem neuen Smartphone geht zeigt Ihnen Herr Ertle - in ruhigem Tempo - in diesem Kurs. Falls Sie ein Tablet-PC haben, können Sie ebenfalls am Kurs teilnehmen und diesen selbstverständlich mitbringen. Info: Bei Bedarf führen wir gerne eine separate Schulung für Apple-Geräte durch; bitte melden Sie sich hierzu im VHS-Büro.

50133 Leitung: Manfred Ertle
VHeSpresso: klein - stark - gut!

Mein eigenes Smartphones, mein Tablet besser kennen und bedienen lernen - Kurs für Einsteiger/innen

2 Vormittage, Montag, 13.02.2017 + 20.02.2017, 09:00 - 12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC-Grundkenntnisse (Windows, Word, Internet-Umgang)
Mitzubringen: Smartphone Android u./od. Tablet inkl. Netzteil + USB-Kabel
Info: Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung den Namen/Typ Ihres Gerätes mit.
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max 4 Personen)
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50132**

50134 Leitung: Manfred Ertle
VHeSpresso: klein - stark - gut!

Mein eigenes Smartphone, mein Tablet besser kennen und bedienen lernen - Kurs für Einsteiger/innen.

2 Vormittage, Donnerstag, 09.03.17 + 16.03.17, 09:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC-Grundkenntnisse (Windows, Word, Internet-Umgang)
Mitzubringen: Smartphone Android u./od. Tablet inkl. Netzteil +USB-Kabel
Info: Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung Name u. Typ Ihres Gerätes mit.
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max 4 Personen)
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50132**

50135 Leitung: Manfred Ertle
VHeSpresso: klein - stark - gut!

Mein eigenes Smartphone, mein Tablet besser kennen und bedienen lernen - Kurs für Einsteiger/innen.

2 Termine, Mittwoch, 26.04.17 + Freitag, 28.04.17, je 9:00-11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC-Grundkenntnisse (Windows, Word, Internet-Umgang)
Mitzubringen: Smartphone Android u./od. Tablet inkl. Netzteil +USB-Kabel
Info: Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung Name u. Typ Ihres Gerätes mit.
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max. 4 Personen)
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50132**

Wir zeigen Ihnen, was drin ist…

… in Mobilgeräten – Handy, Tablet, Notebook

Sie sind eine kleine Gruppe von 2 bis 4 Personen und wollen sich ein neues Handy oder Tablet kaufen oder Sie haben bereits ein Gerät und wollen dieses besser nutzen.
Gerne organisieren wir für Sie einen Handy- oder Tablet-Kurs ganz nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen ⇨ 07202-1793

INFO Schulungsort PC-Kurse

Alle PC-Kurse finden im **PC-Raum der Vhs** im Gebäudekomplex „Grundschule Langensteinbach“, Wikingerstr. 9, Gebäude 3, statt!

BILDBEARBEITUNG / DIGITALKAMERA

50136 Leitung: Manfred Ertle

Digitalkamera, digitale Bilder & Bildbearbeitung am PC inkl. Fotobuch

3 Vormittage, Freitag, 03.02.17 - 17.02.17, wöchentl., 9:00-12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: PC-Grundkenntnisse in Windows
Mitzubringen: Kamera, Bedienungsanleitung, evtl. zugehörige Software
Info: Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung Name + Typ Ihrer Kamera mit.
Gebühr: 77,00 €

In diesem praxisbezogenen Kurs lernen Sie ganz ohne Eile und Schritt für Schritt das Einlesen von Bildern aus der Digitalkamera; die Einrichtung einer Datenbank für Ihre Bilder sowie das Zuschneiden und verbessern Ihrer Bilder mit dem kostenlosen Programm „Picasa“ von Google. Außer-dem zeigt Ihnen unser erfahrener Kursleiter, Herr Ertle, wie Sie Ihre digitalen Bilder Schritt für Schritt „bearbeiten“ bis Ihr erstes Fotobuch oder auch gerne ein ganz persönlicher Kalender entstanden ist.

Schulungen für Firmen und Verwaltungen

Qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind heute ein unbestrittener Erfolgsfaktor im wirtschaftlichen Wettbewerb und auch bei Non-Profit-Organisationen.

Qualifikationen vermitteln, Kenntnisse auffrischen, Kompetenzen weiter entwickeln und Horizonte erweitern – sind die Stärken einer guten Fortbildung.

Gerne erarbeiten wir für Sie ein individuelles, maßgeschneidertes Angebot, das präzise auf Ihre Bedürfnisse bzw. Bedarf und Anforderungen zugeschnitten ist – ob „Inhouse“ oder in den Räumlichkeiten der Volkshochschule. Lassen Sie sich Ihr Programm zusammenstellen: Kommunikation und Rhetorik, Büroorganisation, Fremdsprachen, EDV und Internet, Gesundheitsbildung, Teambuilding u.v.a.

☏ 07202-1793, Ihr Ansprechpartner Brigitte Keßler
✉ brigitte.kessler@vhs-karlsbad.de

Einzelunterricht am Computer

Individuelle IT-Schulungen:
Einzelunterricht, Firmenschulung, Schulungen Zuhause

Gerne organisieren wir für Sie Einzelunterricht im IT-Bereich ganz individuell nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen.
Gebühr: ab 39 € bis 50 € pro Stunde
Information: VHS-Büro ☎ 07202-1793 oder 🖷 info@vhs-karlsbad.de

ARBEIT und BERUF
Seminare, Kurse + Workshops

50901 Leitung: Marco Mann

Basiswissen: Erfolgreiches Projektmanagement
Stichworte: Projekte erfolgreich aufsetzen und planen, Projektmanagement Grundlagenwissen

1 Termin – Samstag, 11.03.2017, 09:30-15:00 Uhr inkl. Pause/n
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 49,00 €

Projekte gibt es in allen Industriezweigen, in kleinen, mittelständischen und großen Unternehmen. Auch im privaten Umfeld, lassen sich Herausforderungen mit Projektmanagementmethoden durchführen.
Die Statistik zeigt, dass gerade z.B. im IT-Bereich nur ca. 32 % aller Projekte erfolgreich sind. Die Hauptursachen für das Scheitern vieler Projekte liegen vor allem in der Start- und Planungsphase. In diesem Kompaktseminar gewinnen Sie einen umfassenden Überblick, was Sie von Anfang an beachten müssen, damit Ihr Projekt auf einem soliden Fundament starten kann. Hierbei beleuchten wir u.a. Themen wie z.B. Zieldefinition, Umfeld- und Stakeholderanalyse, Projektorganisation und Steuerung, aber auch "weiche Erfolgsfaktoren", wie z.B. Kommunikation, Feedbackkultur, Motivation und Teamführung.

50902 Leitung: Marco Mann

Aufbauwissen: Erfolgreiches Projektmanagement
Stichworte: Projekte erfolgreich durchführen und abschließen, Persönlichkeitsentwicklung

1 Termin – Samstag, 08.07.2017, 09:30-15:00 Uhr inkl. Pause/n
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 49,00 €

Der Projektauftrag ist geklärt, die Ziele sind definiert und der Projektplan steht. Nun geht es an die Projektumsetzung. Der Kurs gibt Tipps und verrät Tricks, was während der Projektdurchführung zu beachten ist, damit das Projekt erfolgreich zum Abschluss kommt. Hierbei werden Themenbereiche wie Teambuilding, Konflikt- und Krisenmanagement, Fragen- und Kommunikationstechniken, das „Verkaufen" und präsentieren von Projektergebnissen und weitere Themen wie z.B. persönliches Wirken, Gesprächsführung, Umgang mit Reklamationen usw. beleuchtet. Die Seminarinhalte können sowohl auf berufliche und private Projektvorhaben übertragen werden.

Gesamtangebot, aktuelle Informations ⇨ online vhs-karlsbad.de

Anmeldeformulare
⇨ Seite 83 und 86 oder online vhs-karlsbad.de

50903 Leitung: Ulrike-Ebba Gräfin von Sparr

Seminar: Zeitmanagement und Büroorganisation

1 Abend, Montag, 29.05.2017, 19:00 - 21:15 Uhr, Gebühr: 21,00 €
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach

Wer sich effektiv organisiert, tut das Zweckmäßige. Wer sich effizient verhält, tut es zweckmäßig. Effektivität und Effizienz verbinden Büroorganisation und Zeitmanagement. Die Erkenntnis, Ordnung zu erreichen und mit der Zeit sinnvoll umzugehen, ist vor allem eine Frage der Persönlichkeit. Das ultimativ richtige Ordnungssystem für alle gibt es nicht. Ebenso wenig wird ein Diktat zur sinnvollen Zeiteinteilung nicht jedem helfen. Das individuelle Herausfinden, wie die bekömmliche Herangehensweise aussieht, ist Schwerpunkt des Workshops.

10301 Leitung: Ulrike-Ebba Gräfin von Sparr

Workshop: Schwierige Gespräche sicher führen

1 Abend, Mittwoch, 15.03.2017, 19:00 – 21:15 Uhr, Gebühr: 21,00 €
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach

Um schwierige Gespräche erfolgreich zum gewünschten Ziel zu führen, sollte vor allem die momentane Sprachlosigkeit überwunden werden. Die stressigen Situationen sind vielfältig, wie Besprechungen und Meetings, in der Kritik zu stehen, eine Präsentation zu absolvieren oder ein privater Gesprächskonflikt. Die weiterführende Strategie erfordert bedachtes Reagieren und geschicktes Argumentieren. Mit Übung und entsprechenden Tipps verstärkt sich die Erfahrung, sicher durch eine stressfreie Kommunikation zu navigieren.

10302 NEU Leitung: Erika Kaiser-Mihal, Dipl. Ökonomin

Seminar Kommunikationstraining „Gespräche erfolgreich führen“

2 Termine – Mittwoch, 21.06.2017 und 28.06.2017, 17:30-20:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Schreibutensilien und Getränk - Gebühr: 69,50 €

Möchten Sie die Geheimnisse erfolgreicher Kommunikation entdecken, Ihre Kommunikations- und Konfliktfähigkeit stärken? Lernen Sie, Ihre Ziele, Interessen und Bedürfnisse zu vertreten, ohne negative Spannungen zu erzeugen. Hier bekommen Sie das unentbehrliche Rüstzeug, damit Sie in Gesprächen Kompetenz, Sicherheit und Gelassenheit ausstrahlen.

Inhalte:
- Störfaktoren in der Kommunikation
- Die wichtigsten Gesprächsförderer – Wie kann ich Gespräche besser steuern?
- Aktives Zuhören, Fragetechniken
- Konflikte ansprechen – Ich -/ Du-Botschaften
- Kritik konstruktiv formulieren
- Wichtige Gespräche gezielt vorbereiten
- Gesprächsleitfaden für schwierige Gespräche

Methoden: theoretischer Input und viele praxisnahe Übungen

• Teambuilding-Kursangebote

z.B. durch gemeinsame Kochkurse, Firefighter-Training, Seminare oder Bewegungs- und Gesundheitsangebote

Gerne organisieren wir für Sie ganz individuell auf Ihre Bedürfnisse firmeninterne Gruppenschulungen zum Thema „Teambuilding“ wie z.B. Kochkurse Seminare oder Bewegungs- und Gesundheitskurse.
Wir beraten Sie ganz unverbindlich zu den möglichen Teambuilding-Kursen. Vereinbaren Sie einen kostenlosen Beratungstermin zum optimalen Abstimmen Ihrer Wünsche, Bedürfnisse und Ziele.
Info: VHS-Büro ☎ 07202-1793 oder 🖷 info@vhs-karlsbad.de

• Einzelunterricht im Sprachbereich
• Individuelle Firmen-Gruppenkurse

Gerne organisieren wir für Sie ganz individuell auf Ihre Bedürfnisse Einzelunterricht oder firmeninterne Gruppenschulungen im Sprachbereich. Wir beraten Sie ganz unverbindlich zu diesem Angebot. Vereinbaren Sie einen kostenlosen Beratungstermin inkl. Schnupperunterricht zum Kennenlernen und dem optimalen Abstimmen Ihrer Wünsche, Bedürfnisse und Ziele.
Privatpersonen: ab 39 € pro Stunde (60 Min) und ab mind. 5 Terminen
Firmenkurse: nach Absprache
Info: VHS-Büro ☎ 07202-1793 oder 🖷 info@vhs-karlsbad.de

404xy NEU

DEUTSCH als Fremdsprache für Mitarbeiter von Firmen, Verwaltungen, Kliniken…, Niveaustufen A1 bis C1

Welcome to the Volkshochschule Vhs and learn German Level B1 to C1 - You're not alone. Learning together with other people is fun! So come and join us!

Wir bieten und organisieren bei entsprechender Nachfrage Deutschkurse der Niveaustufen B1 bis C1.
Bitte melden Sie Ihr Interesse im Vhs-Büro an. Wir benötigen hierfür:
- Ihre Kontaktdaten
- Angabe zu Ihren Deutschkenntnissen.

We offer and organize demanded German courses of levels A1 to C1
Please sign your interest in Vhs office. We will need some information:
- Your contact details
- Specified to your German language skills.

The Volkshochschule Vhs is for everyone - for women, men and children. It is a place for learning. It doesn't matter what kind of education you have or which country or culture you are coming from. Try and join us - you are welcome!

40615 NEU Leitung: Sabine Müller
Ready for Business - GER A2/B1
Schwerpunkt: Sprechen - Speaking, speaking, speaking...
12 Abende, 08.03.2017 – 28.06.2017, Mittwoch, 19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Englischkenntnisse durch Schule (ca. 4-5 Jahre Schulenglisch) oder durch mehrere VHS-Kurse etc.
Lehrbuch/Material: wird am ersten Kurstermin besprochen
Gebühr: 96,00 €
Your level of English is good but you would like to feel more comfortable when communicating at work. This course provides easyly to apply tools and practice for everyday business situations. Our new coursebook offers a wide range of topics, exercises and phrases you need in your daily business. Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind ganz herzlich willkommen!

40616 NEU Leitung: Sabine Müller
VHeSpresso: klein - stark - gut!
Refresher - Let's talk business - GER B1+
Kompaktkurs an 3 Samstagen mit dem Schwerpunkt: Sprechen
3 Samstag-Vormittage – ab Samstag, 11.03.2017, 10:00 – 13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: allgemeinsprachliches Englisch Anfang B1 bzw. Schulenglisch auf dem Niveau der Mittleren Reife
Info: 3 Termine á 3 Stunden zzgl. 1x30 Minuten "Personal-Coaching in communication skills" - Der Starttermin (=11.03.2017) ist festgelegt, für die Kurstermine 2 und 3 erfolgt die Festlegung in Absprache zwischen Kursleitung und Teilnehmenden.
Gebühr: 149,00 € inkl. Material (Kleingruppe min 3 Pers., max 5 Pers.)
Sie möchten Ihr Geschäftsenglisch sowie Ihr allgemeines Englisch verbessern? Ihre Englischkenntnisse (Wortschatz, Kommunikationsfähigkeit, Grammatik und Hörverstehen) auffrischen, festigen und erweitern? Dann sind Sie hier richtig!
This course is designed to practice everyday language for work, travel and socializing. As well as dealing with how people communicate at work, it also helps learners interact effectively outside of the work environment, enabling them to "get things done" in a variety of situations.

40610 NEU Leitung: Sabine Müller
VHeSpresso: klein - stark - gut!
ENGLISH-Online-Kurs - Kompetenzbereich A2/B1/B2
Keine Zeit zum wöchentlichen Kursbesuch?
Trotzdem Englisch lernen?
Klar ⇨ mit dem betreuten Englisch-Online-Kurs der Vhs Karlsbad
Starten Sie durch mit dem neuen Lernkonzept und bestimmen Sie selbst Zeit, Level und Tempo Ihres Lernens.
Interesse? Weitere Details finden Sie auf Seite 29

30113 Leitung: Heike Schmidt-Schaar
Workshop: Lach-Yoga
1 Abend, Dienstag, 21.03.2017, 18:00 - 20:00 Uhr
Lachen Sie Ihren Stress und Ärger einfach weg… mehr Details auf Seite 54

30118 Leitung: Claudia Rastetter
Workshop: „Lerne 3 Yogastile an einem Vormittag"
Yoga Mix - Einführung in verschiedene Yogastile
Detox-Yoga, Hatha-Yoga und Hormon-Yoga
1 Vormittag, Samstag, 11.03.2017, 10:00 - 12:00 Uhr
„Wer Yoga übt, entfernt das Unkraut aus dem Körper, sodass der Garten wachsen kann" >B.K.S. Iyengar, indischer Yoga-Lehrer, 1918-2014<
Mehr Yoga, mehr Details finden Sie ab Seite 56

30140 Leitung: Christof Then
Workshop: Progressive Muskelentspannung
1 Abend, Mittwoch, 25.01.2017, 19:00 - 21:00 Uhr
„Ein entspannter Mensch ist ein gesunder Mensch." >aus China<
Mehr Kursangebote zu Entspannungstechniken finden Sie ab Seite 59

30234 NEU Leitung: Maria Leue
Ein starker Nacken…
10 Abende, 11.01.17–22.03.17, Mittwoch, wöchentlich, 18-19 Uhr
Dieser Wirbelsäulen-Gymnastikkurs, bei dem besonderes Augenmerk auf den oberen Rücken gelegt wird, möchte Sie für den Nacken- und Schultergürtelbereich sensibilisieren. Mit Übungen nach dem Konzept der „Neuen Rückenschule" (H.-D. Kempf), die kräftigen und beweglich halten, bewältigen wir die Belastungen in Beruf und Alltag mühelos. Dazu gehört ein Entspannungstraining ebenso wie theoretische Erläuterung.
Mehr Bewegungsangebote finden Sie im Fachbereich Gesundheit ab Seite 61

Individuelle Kursangebote für Firmen, Verwaltungen…
Gerne beraten wir Sie zu Angeboten wie
- **Betriebliches Gesundheitsmanagement**
- **IT-Schulungen**
- **Sprachkurse**
- **Softskills / soziale Kompetenzen**

Vereinbaren Sie einen kostenlosen Beratungstermin – wir sind gerne für Sie und ihre Mitarbeiter da!
Volkshochschule Karlsbad - info@vhs-karlsbad.de - 07202-1793

SPRACHKURSE

Mit uns eröffnen sich Ihnen neue Sprachenhorizonte

In der Welt zu Hause

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachenpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.
Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule.

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

Einzelunterricht im Sprachbereich

Gerne organisieren wir für Sie Einzelunterricht im Sprachbereich.
Privatpersonen: ab 39 € pro Stunde (60 Min) und ab mind. 5 Terminen
Information: Vhs-Büro ☎ 07202-1793 oder 🖷 info@vhs-karlsbad.de

Allgemeine Hinweise

Die wesentlichen Lernziele unseres Sprachunterrichts sind:
Hörverständnis und Sprechfähigkeit.

Unsere Sprachkurse sind zur besseren Orientierung in **Stufen** und nach dem **Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER)** in Buchstaben und Ziffern eingeteilt. Für unsere VHS haben wir zum besseren Verständnis für Sie eine weitere Unterteilung in die Schwierigkeitsgrade a, b und c vorgenommen.

A1 = **Anfänger/innen** ohne Vorkenntnisse

A1.2 = **Anfänger/innen, Teilnehmende** mit außerschulisch erworbenen geringen Vorkenntnissen oder ein / zwei Anfängerkurse.

A1.3 = **Anfänger/innen, Teilnehmende** mit kleinen einfachen Vorkenntnissen oder zwei bis drei Anfängerkurse.

A2 = **Teilnehmende** mit einfachen Grundkenntnissen (A1 Niveau abgeschlossen) = Anfängerkurse o. weiter zurückliegende Kenntnisse durch Schule, mehrere Vhs-Kurse oder Ähnliches.

A2.1 = **Teilnehmende** mit soliden Grundkenntnissen (A1 Niveau abgeschlossen, A2 gestartet) = Anfängerkurse oder weiter zurück liegende Kenntnisse durch Schule, mehrere Vhs-Kurse o. Ähnliches.

B1 = **Anfang Mittelstufe:** fortgeschrittene Kenntnisse. Arbeiten in der Regel mit fortgeschrittenen Lehrwerken und dem Einstieg in leichte Lesetexte.

B1.1 = **Mittelstufe:** fortgeschrittene Kenntnisse. Arbeiten in der Regel mit einem weiterführenden Lehrbuch, lebendiger Lektüre.

B2 = **Mittelstufe, Konversation:** Vertieftes Arbeiten mit wechselnden Texten.

B2.1/2 = **Mittelstufe, Konversation:** Gute Kenntnisse in Hören und Sprechen, Lesen, Schreiben. Arbeiten mit freien Texten, Zeitungsartikeln o.Ä.

C1.1 = **Anfang Oberstufe:** Gute Sprachkenntnisse. Es wird ohne Buch gearbeitet, freie Texte und Themen über Aktuelles und Kulturelles, Zeitungsartikel und Hörfunkberichte.

C1.1/2 = **Oberstufe:** Gute Sprachkenntnisse. Es wird ohne Buch gearbeitet, freie Texte und Themen über Aktuelles und Kulturelles, Zeitungsartikel und Hörfunkberichte.

INFO zum KAUF von LEHRBÜCHERN!

Bitte beachten Sie: Lehrbücher sollten erst nach einer Kurszusage bzw. nach dem ersten Kurstermin von den Teilnehmern besorgt werden!

Gebühren: Die angegebene Gebühr beinhaltet nur die reine Kursgebühr pro Person, falls in der Ausschreibung nichts anderes vermerkt ist.

Nebenkosten: Lehrbücher / sonstiges Lernmaterial sind i.d.R. selbst zu besorgen. Evtl. anfallende Kosten für Kopien sind – nach Absprache – direkt an die Kursleitung oder die VHS zu entrichten.

Hinweis zum Kauf von Lehrbüchern: Bitte kaufen Sie das für Ihren Kurs ausgeschriebene Lehrbuch erst nach dem ersten Kurstermin. Da am ersten Termin Buch + Material im Kurs nochmals besprochen werden.

Mindestteilnehmerzahl: Beträgt i.d.R.10 Personen. In Absprache kann die VHS Kurse, die die jeweilige Mindestteilnehmerzahl nicht erreichen, unter Berücksichtigung inhaltlicher und organisatorischer Gesichtspunkte dann durchführen, wenn ein entsprechender Gebührenaufschlag (Umlage) gezahlt wird, oder wenn in geeigneten Fällen die Kursdauer bei gleichbleibender Gebühr entsprechend verkürzt wird. Die Entscheidung hierüber trifft die VHS Karlsbad.

Kursdauer - Siehe jeweilige Kursausschreibung.

Quereinsteiger/innen: Bei laufenden Kursen ist ein Zusteigen jederzeit – nach Absprache – möglich.

Individuelle Einzel-Sprach-Schulungen

Sie möchten eine ganz auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmte individuelle Einzel-Sprach-Schulung. Kein Problem! Gerne beraten wir Sie bei einem Gespräch über die Möglichkeiten hierzu. Bitte sprechen Sie uns an.

Sprachkurse „Klein- / Kleinstgruppen“ (5-8 bzw. 2-4 Personen)

Für alle unsere Sprachangebote bieten wir die Kurse auch in Kleinstgruppen an. Damit kommen wir den Wünschen nach speziellen Sprachschulungen z.B. Business English für verschiedene Arbeitsbereiche oder besonderen Sprachen wie Chinesisch oder Arabisch nach.

Und so geht's:
Soll ein Kurs mit weniger als der angegebenen Mindestteilnehmerzahl (in der Regel 9/10 Personen), also in einer Größenordnung von 5 bis 8 Teilnehmen/innen durchgeführt werden, erfolgt eine Kürzung der Unterrichtsstunden um ein Drittel bei gleichbleibender Kursgebühr. Bei Kursausschreibungen mit anderer Mindestteilnehmerzahl gelten entsprechende Regelungen nach dem gleichen Prinzip.

Im Falle von 2 bis 4 Teilnehmer/innen – was einer Einzelschulung sehr nahe kommt – wird zusätzlich zu der Kürzung der Unterrichtsdauer pro Teilnehmer/in eine Zusatzgebühr erhoben. Dieser Aufschlag ist für jeden Kurs bereits fest kalkuliert.

Beispiel: Sie buchen den Kurs „Englisch für Genießer – leichte Konversation“, der planmäßig mit 15 Terminen á 90 Minuten zum Preis von 79,50 € ausgeschrieben ist. Vor Kursbeginn liegen jedoch nur 5-8 Anmeldungen vor. Der Kurs wird dann automatisch als Kleingruppe eingestuft und kann mit 10-12 Terminen á 90 Minuten bei unverändertem Preis aber gleichem Lerninhalt durchgeführt werden. Sie müssen sich um nichts Weiteres kümmern.

Wir informieren Sie rechtzeitig (nach dem Anmeldeschluss) über die Kürzung der Unterrichtsstunden, geben Ihnen die gekürzten bzw. neuen Unterrichtstermine bekannt und klären mit Ihnen ab, ob Sie bereit sind, bei zwei bis vier Anmeldungen den individuellen Aufschlag zu zahlen.

Ihre Vorteile:
- Das Risiko, dass Ihr gebuchter Kurs ausfällt, verringert sich deutlich.
- Ihr Kurs wird auch noch bei 5 bis 8 Anmeldungen auf jeden Fall durchgeführt.
- Sie bestimmen bei 2 bis 4 Anmeldungen selbst mit, ob Ihr Kurs stattfindet, wenn Sie mit dem Gebührenaufschlag einverstanden sind.
- In der Klein- bzw. Kleinstgruppe erleben Sie eine intensive Lernatmosphäre, ohne dass die Lerninhalte reduziert werden müssen.

Sprachentreff

Hallo! - Hello! - Salut! - Ciao! - ¡Hola!

Kostenlose & unverbindliche Einstufungsberatung
für Anfänger/innen & Fortgeschrittene

Montag, 23. Januar 2017
zwischen 17:30 und 19:00 Uhr
in der Volkshochschule Karlsbad

Unter der Anleitung erfahrener Kursleiter und Kursleiterinnen können Sie an diesem Termin die Sprache Ihrer Wahl kennenlernen oder Ihre vorhandenen Kenntnisse in entspannter Atmosphäre erproben und testen.

Folgende "Sprachen-Tische" stehen dabei zur Auswahl: Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Deutsch und Chinesisch. An welche(n) Tisch(e) Sie sich setzen möchten, entscheiden Sie!

Nutzen Sie diese nette, persönliche Möglichkeit der Kursberatung.

Wir beraten Sie gerne und helfen Ihnen bei der Auswahl des für Sie passenden Sprachkurses.

INFO zum KAUF von LEHRBÜCHERN!

Bitte beachten Sie:
Lehrbücher sollten erst nach einer Kurszusage bzw. nach dem ersten Kurstermin von den Teilnehmern besorgt werden!

DEUTSCH als FREMD- / ZWEITSPRACHE - DaF

40401 NEU

DEUTSCH als Fremdsprache - GER A1
Anfänger/innen ohne / mit ganz geringen Vorkenntnissen
10 Abende, Unterrichtszeit: abends, keine Vorkenntnisse
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch: wird am ersten Kurstermin besprochen!
Gebühr: 53,00 € bei min. 9 Personen
Bitte melden Sie sich hierzu im Vhs Büro. Wir führen ein Anmeldeliste und organisieren bei genügend Nachfrage einen DaF-Anfängerkurs.
Welcome to the Volkshochschule Vhs and learn German - Level A1 - You're not alone. Learning together with other people is fun! So come and join us! We offer and organize demanded German courses of level A1. Please sign your interest in Vhs office. The Volkshochschule Vhs is for everyone - for women, men and children. It is a place for learning. It doesn't matter what kind of education you have or which country or culture you are coming from. Try and join us - you are welcome!

40402 Leitung: Sabine Müller
DEUTSCH als Fremdsprache – Kompetenzbereich A2.1
für Teilnehmende und Zusteiger/innen mit Vorkenntnissen
10 Abende, 24.01.2017 – 04.04.2017, Dienstag, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: kleine Deutschkenntnisse z.B. 3-4 Anfängerkurse
Lehrbuch / Lehrmaterial: wird am ersten Kurstermin besprochen
Gebühr: 53,00 €
In diesem Kurs erweitern und festigen Sie Ihre Kenntnisse der deutschen Alltagssprache, dabei gehen wir speziell auf Themen aus Ihrem beruflichen Umfeld und Ihrem Alltag ein. Sie üben sich im Sprechen, Hör- und Leseverstehen und Schreiben. Ziel des Kurses ist Ihre kleinen Kenntnisse der deutschen Sprache zu erweitern und zu festigen. Um dieses Ziel zu erreichen, ist das Üben Zuhause zwischen den Kursterminen wichtig und erforderlich. Info: Ein Folgekurs ist ab 25.04.2017 geplant – siehe Kurs-Nr. **40403**

Was bedeutet die Abkürzung A1, A2 oder C1 etc. im Kurstitel?
⇨ Hier erfahren Sie die Antwort ⇨ Seite 21 oder online vhs-karlsbad.de

Anmeldeformulare
⇨ Seite **83 und 86** oder online vhs-karlsbad.de

40403 Leitung: Sabine Müller
DEUTSCH als Fremdsprache – Kompetenzbereich A2.1/2
für Teilnehmende und Zusteiger/innen mit Vorkenntnissen
10 Abende, 25.04.2017 – 11.07.2017, Dienstag, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: kleine Deutschkenntnisse z.B. 4-5 Anfängerkurse
Lehrbuch / Lehrmaterial: wird am ersten Kurstermin besprochen
Gebühr: 53,00 € - Folgekursangebot des Kurses **40402**

40404 NEU

DEUTSCH als Fremdsprache - Niveaustufen B1 bis C1
Welcome to the Volkshochschule Vhs and learn German - Level B1 to C1 - You're not alone. Learning together with other people is fun! So come and join us!
Wir bieten und organisieren bei entsprechender Nachfrage Deutschkurse der Niveaustufen B1 bis C1. Bitte melden Sie Ihr Interesse im Vhs-Büro an. Wir benötigen hierfür: Ihre Kontaktdaten und eine Angabe zu Ihren Deutschkenntnissen.
We offer and organize demanded German courses of levels B1 to C1 Please sign your interest in Vhs office. We will need some information: Your contact details + specified to your German language skills.
The Volkshochschule Vhs is for everyone - for women, men and children. It is a place for learning. It doesn't matter what kind of education you have or which country or culture you are coming from. Try and join us - you are welcome!

INFO zum KAUF von LEHRBÜCHERN!
Bitte beachten Sie: Lehrbücher sollten erst nach einer Kurszusage bzw. nach dem ersten Kurstermin besorgt werden!

- **Einzelunterricht im Sprachbereich**
- **Firmenkurse „Inhouse“**

Gerne organisieren wir für Sie ganz individuell auf Ihre Bedürfnisse Einzelunterricht oder firmeninterne Gruppenschulungen im Sprachbereich, z.B. Deutsch als Fremdsprache oder Business-English.
Wir beraten Sie ganz unverbindlich zu diesem Angebot. Vereinbaren Sie einen kostenlosen Beratungstermin inkl. Schnupperunterricht zum Kennenlernen und dem optimalen Abstimmen Ihrer Wünsche, Bedürfnisse und Ziele.

Privatpersonen: ab 39 € pro Stunde (60 Min) und ab mind. 5 Terminen
Firmenkurse: nach Absprache

Information: Vhs-Büro ☎ 07202-1793 oder 🖷 info@vhs-karlsbad.de

ENGLISCH – *Hello!*

40601 NEU Leitung: Heike Tinkloh
ENGLISCH START A1
Ein neues Kursangebot "Englisch von Anfang an…"
für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
Schwerpunkte: Sprechen + Hörverständnis - angenehmes Lerntempo
12 Vormittage, 14.02.2017 - 23.05.2017, Dienstag, 09:00 - 10:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine
Lehrbuch: Easy English, mit Audio-CDs, Phrasebook, Aussprachetrainer und Video-DVD, ISBN 978-3-06-520805-5, Cornelsen-Verlag
Gebühr: 64,00 €
Sie sind gerne unterwegs und wollen auf Ihren Reisen oder im Alltag auf Englisch "mitreden"? Dann sind Sie in unserem Anfängerkurs ohne Vorkenntnisse genau richtig: Hier können Sie in einem gemütlichen Tempo, mit regelmäßigen Wiederholungen und vielen Übungen die englische Sprache kennen lernen und so Schritt für Schritt erlernen! Der Kurs ist für alle gedacht, die noch keine Gelegenheit hatten Englisch zu lernen und dies nun ändern möchten. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie!

40602 NEU Leitung: N.,N.
ENGLISCH START A1
Ein neues Kursangebot "Englisch von Anfang an…"
für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
Schwerpunkte: Sprechen + Hörverständnis - angenehmes Lerntempo
10 Abende, 25.04.2017 – 11.07.2017, Dienstag, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine
Lehrbuch: wird am ersten Kurstermin besprochen / vorgestellt
Gebühr: 53,00 €
Sie sind gerne unterwegs und wollen auf Ihren Reisen oder im Alltag auf Englisch "mitreden"? Dann sind Sie in unserem Anfänger-Schnupperkurs ohne Vorkenntnisse genau richtig: Hier können Sie in einem gemütlichen Tempo, mit regelmäßigen Wiederholungen und vielen Übungen die englische Sprache kennen lernen und so Schritt für Schritt erlernen! Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie!

INFO zum KAUF von LEHRBÜCHERN!

Bitte beachten Sie:
Lehrbücher sollten erst nach einer Kurszusage bzw. nach dem ersten Kurstermin von den Teilnehmern besorgt werden.

40603 Leitung: Tanja Delgorge-Engelhardt
Coffee, Tea, and ENGLISH
für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit kleinen Kenntnissen - GER Ende A 1.2
Schwerpunkt: Sprechen und Hörverständnis, ruhiges Lerntempo
10 Vormittage, 09.03.16 – 01.06.2017, Donnerstag, 10:30-12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Anfängerkurs o. außerschulisch erworbene Kenntnisse
Lehrbuch: Sterling Silver 1, Kursbuch inkl. 2 CDs, Lektion ca. ab 8, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20410-8, Gebühr: 53,00 €
Dieser Kurs eignet sich speziell für Lernende mit noch kleinen Kenntnissen der engli schen Sprache (z.B. aus einem Anfängerkurs o.ä.).
Wir starten zunächst mit einer kleinen Wiederholungseinheit, um das bisher Erlernte nach der Winterpause und dem Jahreswechsel wieder aufzufrischen und zu festigen sowie um neuen Kursteilnehmenden (Quereinsteiger/innen) einen guten Einstieg zu ermöglichen. Danach gehen wir ohne Eile, aber mit viel Abwechslung und Spaß Schritt für Schritt an den Ausbau Ihrer Englischkenntnisse heran. Zwischendurch werden wir das bisher Erlernte immer mal wieder wiederholen, um Ihre Kenntnisse zu festigen und abzusichern. Sie üben sich vor allem in der gesprochenen Sprache, erweitern so Ihren Wortschatz und gewinnen immer mehr an Sprechsicherheit. Selbstverständlich gehört etwas Grammatik auch dazu und zwar so viel wie nötig bzw. so wenig wie möglich. So genießen Sie bei einer Tasse Coffee oder Tea die Englischstunden und lernen mit Genuss und Muse. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie! Info: Fortführung eines Anfängerkurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind herzlich willkommen.

40604 Leitung: Heike Tinkloh
ENGLISCH, der Anfang ist geschafft!
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen – GER A1.2
Schwerpunkte: Sprechen + Hörverständnis - angenehmes Lerntempo
12 Abende, 13.02.2017 - 29.05.2017, Montag, 19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: geringe Vorkenntnisse z.B. aus 2-3 Anfängerkursen
Lehrbuch: Easy English A1.2, Audio-CDs, Phrasebook, Aussprachetrainer, Video-DVD, ISBN 978-3-06-520807-9, ca. ab Lek. 2
Gebühr: 64,00 €
Dieser Kurs eignet sich speziell für Lernende mit noch kleinen Kenntnissen der englischen Sprache (z.B. aus Anfängerkursen o.ä.).
Wir starten zunächst mit einer kleinen Wiederholungseinheit, um das bisher Erlernte nach der Winterpause wieder aufzufrischen und zu festigen sowie um neuen Kursteilnehmenden (Quereinsteiger/innen) einen guten Einstieg zu ermöglichen. Danach gehen wir ohne Eile, aber mit viel Abwechslung und Spaß Schritt für Schritt an den Ausbau Ihrer Englischkenntnisse heran, die Gruppe bestimmt das Tempo. Zwischendurch werden wir das bisher Erlernte immer mal wieder wiederholen, um Ihre Kenntnisse zu festigen und abzusichern. Sie üben sich vor allem in der gesprochenen Sprache, erweitern so Ihren Wortschatz und gewinnen immer mehr an Sprechsicherheit. Selbstverständlich gehört etwas Grammatik auch dazu und zwar so viel wie nötig bzw. so wenig wie möglich. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie!

40605 NEU Leitung: N.,N.

ENGLISCH "Intermezzo"

für Wiedereinsteiger/innen mit Vorkenntnissen - GER A1-(beendet)

8 Vormittage, 21.03.2017 - 23.05.2017, Dienstag, 09:00 - 10:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Vorkenntnisse, Niveau A1 abgeschlossen
Lehrbuch: geplant ist "Intermezzo A1", Buchbesprechung am 1.Kurstermin
Gebühr: 48,00 €
Sie haben bereits einen Anfängerkurs (A1) abgeschlossen und möchten Ihre Kenntnisse, bevor Sie sich neuem Lehrstoff der Niveaustufe A2 widmen, nochmals wiederholen und festigen. Oder Sie haben früher schon einmal Englisch (Anfänger) gelernt und eine längere Zeit nicht genutzt und möchten jetzt Ihre Kenntnisse wieder aktivieren und auffrischen? In diesem Kurs können Sie in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß genau diese Ziele (Wiederholen, Aktivieren, Auffrischen, Festigen) erreichen. Sie üben das Hören, das Lesen, das Schreiben und vor allem das Sprechen. Dadurch gewinnen Sie die notwendige Sicherheit, um sich gut in der „fremden" Sprache z.B. im nächsten Urlaub bewegen zu können.

40606 NEU Leitung: Tanja Delgorge-Engelhardt

"Brush up" – English Refresher

für Wiedereinsteiger/innen mit Vorkenntnissen - GER A2

10 Abende, 07.03.2017 – 23.05.2017, Dienstag, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Grundkenntnisse, z.B. durch Schule oder mehrere Kurse
Lehrbuch: wird am ersten Kurstermin vorgestellt / besprochen
Gebühr: 53,00 €
Sie haben früher bereits Englisch gelernt und eine längere Zeit nicht genutzt!? Sie möchte Ihre verschütteten Sprachkenntnisse wieder aktivieren und auffrischen? Dann sind Sie in diesem Englisch-Kurs genau richtig. In entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß können Sie genau dieses Ziel – wiederholen, aktivieren, auffrischen, festigen, und erweitern – erreichen. Sie üben sich vor allem in der gesprochenen Sprache, erweitern so Ihren Wortschatz, vergessene Vokabeln „tauchen" wieder auf und so können Sie mit etwas Übung immer mehr an Sprechsicherheit gewinnen. Sie trainieren das Hör-Verstehen, das Lesen und Schreiben. Selbstverständlich gehört auch etwas Grammatik dazu und zwar so viel wie nötig bzw. so wenig wie möglich. Ein besonderes Augenmerk legen wir im Unterricht auf vielseitige Themen, vor allem aber auf natürliche Alltagssprache, die es Ihnen leicht macht, sich schnell und sicher wieder in der englischen Sprache zurechtzufinden – zuhause, im Ausland oder auch beruflich. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie!

NEUEINSTEIGER/innen - QUEREINSTEIGER/innen ERWÜNSCHT!
Bei allen Sprachkursen sind Neueinsteiger/innen, sogenannte „Quereinsteiger/innen, Zusteiger/innen ganz herzlich willkommen.

40607 Leitung: Renate Martin

ENGLISCH ohne Eile
für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit Grundkenntnissen - GER A 2.1

Schwerpunkt: Sprechen und Hörverständnis, ruhiges Lerntempo

5 Vormittage, 07.02.2017 – 14.03.2017, Dienstag, 09:00-10:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: mehrere Anfängerkurse o.ä
Lehrbuch: Sterling Silver 2, Kursbuch inkl. 2 CDs, Lektion erfragen
Gebühr: 28,00 €
Dieser Kurs eignet sich speziell für ältere Lerner mit Grundkenntnissen der englischen Sprache. Inhaltlich befasst sich das Lehrwerk mit realistischen Situationen, in denen die englische Sprache benötigt wird. Besondere Aufmerksamkeit wird dabei den Wörtern und Redewendungen geschenkt, die auf Reisen von Nutzen sind. In diesem Lehrwerk begleiten Sie das Ehepaar Inge und Bruno auf einer Urlaubsreise nach Großbritannien und in die USA. Das klare Layout macht es einfach, sich in Sterling Silver 2 zurechtfinden. Die CD liefert sämtliche Dialoge und Hörverstehens-Übungen. Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind herzlich willkommen.

INFO zum KAUF von LEHRBÜCHERN!
Lehrbücher sollten erst nach einer Kurszusage bzw. nach dem 1. Kurstermin besorgt werden.

40608 Leitung: Almuth Pfleging

ENGLISCH für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit einfachen Englischkenntnissen - GER A2.1

15 Abende, 09.03.2017 – 20.07.2017, Donnerstag, 19:15 - 20:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Englischkenntnisse, z.B. durch 4 Vhs-Kurse (Ende A1 Bereich, Start A2) od. außerschulisch erworbene Kenntnisse
Lehrbuch: English NEXT A2/1, ca. ab Lektion 2
Gebühr: 79,50 €

Der Kurs startet zunächst mit einer kleinen Wiederholung, um das bisher Erlernte zu festigen und geht dann ohne Eile, aber viel Spaß Schritt für Schritt an den Ausbau, der z.B. in Anfängerkursen (A1) erworbenen einfachen Englischkenntnisse, heran. Dabei wird zwischendurch immer mal wieder das bereits Erlernte wiederholt. Sie üben sich vor allem in der gesprochenen Sprache, erweitern so Ihren Wortschatz und gewinnen an Sprechsicherheit. Aber ohne etwas Grammatik geht es natürlich auch nicht!
Info: Fortführung eines Kurses, neue Teilnehmende sind willkommen!

40609 Leitung: Ingrid Hoffmann

ENGLISCH ohne Eile für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit einfachen Grundkenntnissen GER A2

Schwerpunkte: Sprechen und Hörverständnis - angenehmes Lerntempo
12 Vormittage, 14.02.2017 - 23.05.2017, Dienstag, 09:30 - 11:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: gute Vorkenntnisse Niveau A1 abgeschlossen, Start A2 Level z.B. durch mehrere Vhs-Anfängerkurse
Lehrbuch: Going for Gold, Cornelsen, ISBN 978-3-8109-2049-2, ca. ab Lektion 4, Gebühr: 64,00 €

Mit Englisch geht vieles leichter, das gilt für den Alltag und erst recht auf Reisen. Warum also nicht wieder – vielleicht nach einer Pause und vor dem nächsten Urlaub – sich der englischen Sprache widmen und Ihre Grundkenntnisse (Anfang A2) auffrischen, festigen und ausbauen. Der Kurs ist für Teilnehmende gedacht, die bereits Anfängerkurse der Niveaustufe A1 abgeschlossen und mit Level A2 angefangen haben und Ihre Kenntnisse nun festigen, auffrischen und weiter ausbauen möchten. In ruhiger, entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß gehen Sie in diesem Kurs das Englischlernen weiter oder wieder an und trainieren das Hören, das Lesen, das Schreiben und vor allem das Sprechen. Auf diese Weise festigen und Sie Ihre vorhanden Grundkenntnisse, bauen diese weiter aus und gewinnen immer mehr Sicherheit im Sprachgebrauch. Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

Was bedeutet die Abkürzung A1, A2 oder C1 etc. im Kurstitel?
⇨ Hier erfahren Sie die Antwort ⇨ Seite21 oder online vhs-karlsbad.de

INFO zum KAUF von LEHRBÜCHERN!

Lehrbücher sollten erst nach einer Kurszusage bzw. nach dem 1. Kurstermin besorgt werden.

Gemeindebücherei Karlsbad

Hirtenstraße 45 (im neuen Rathaus)
76307 Karlsbad (OT Langensteinbach)

Telefon	**0 72 02 - 93 04 -460**
Fax	**0 72 02 - 93 04 -461**
E-Mail	**buecherei@karlsbad.de**
Internet	**www.karlsbad.de**

40610 NEU Leitung: Sabine Müller
VHeSpresso: klein - stark - gut!

ENGLISH-Online-Kurs - Kompetenzbereich A2/B1/B2

Keine Zeit zum wöchentlichen Kursbesuch?
Trotzdem Englisch lernen?
Klar ⇨ mit dem betreuten Englisch-Online-Kurs der Vhs Karlsbad
Starten Sie durch mit dem neuen Lernkonzept und bestimmen Sie selbst Zeit, Level und Tempo Ihres Lernens.

- Einführungsseminar: Montag, 30.01.17, 19:00-20:30 Uhr, 19,00 €
- Online-Kurs = 3 Termine nach Absprache und Email-Betreuung während der gesamten Laufzeit über ca. ein ½ Jahr, 119,00 € zzgl. ca. 17,00 € für den Zugang zum Online-Kurs der entsprechenden Niveaustufe A2 / B1 / B2

This course is designed to practice Business English (e.g. small talk, socializing, everyday language for work, telephoning, presentations etc.) in a group on Saturday mornings and at home or on the sofa. Which means you will log in to complete resources from an online course. Which allows you the freedom to access the tools and language materials wherever you are, whenever you want. And you can exchange messages with your teacher whenever you want.

Kosten:
- 19,00 € für das Einführungsseminar
- 119,00 € Kursgebühr zzgl. ca. 17,00 € für den Online-Zugang
- Rabatt i.H.v. 9,00 € - bei der Buchung beider Angebote (Einführungsseminar und Kurs erhalten Sie 9,00 € vergütet.
- Info zur Kursgebühr: Diese beinhaltet die Onlinebetreuung durch die Kursleitung während der Kurslaufzeit von ca. einem ½ Jahr sowie die 3 Präsenztreffen.

Termine:
- 3 Anwendertreffen in der Vhs á 1 ½ Stunden, welche in Absprache mit den Teilnehmenden terminiert werden.

Kursdauer/Laufzeit:
- ca. 6 Monate

Vorkenntnisse:
- Englischkenntnisse durch Schule (ca. 4 Jahre Schulenglisch) oder mehrere Vhs-Kurse

Schulungsort:
- Das Einführungsseminar und die 3 Präsenztermine finden im Gebäudekomplex der Grundschule Langensteinbach in der Vhs statt.
- Der Online-Kurs inkl. Emailbetreuung - ganz nach Ihrem Bedarf: Zuhause, auf dem Sofa, in der Mittagspause – wo, wann und so oft Sie wollen!

Besonderheiten:
- Kleingruppe min. 3 Personen mit individueller Betreuung

VHeSpresso – klein, stark, gut!

Kurse in Minigruppen mit Durchführungsgarantie ab 3 Personen!

40611 Leitung: Sabine Müller

GOOD - BETTER - GREAT!

Englisch für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit soliden, fortgeschrittenen Grundkenntnissen - GER B1.1

15 Abende, 06.02.2017 – 26.06.2017, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: solide, fortgeschrittene Grundkenntnisse, z.B. durch Schule oder mehrere Vhs-Kurse (A2 Niveau abgeschlossen, Start B1)
Lehrbuch: Great B1, ca. ab Lektion 5/6, ISBN 978-3-12-501-484-8
Gebühr: 79,50 €
Haben Sie Lust, Ihre bisherigen Englischkenntnisse wiederzuentdecken, vorhandene Kenntnisse zu aktivieren, zu festigen und auszubauen, um dadurch mehr Sicherheit – vor allem im Sprechen – zu gewinnen und so Ihre Kenntnisse auch aktiv anzuwenden? Dann machen Sie sich auf den Weg, um mitreden zu können – auf Englisch, ob in privaten Situationen, im Urlaub oder auch am Arbeitsplatz Info: Fortführung eines Kurses, neue Teilnehmende (Quereinsteiger/innen) sind herzlich willkommen!

40612 Leitung: Sabine Müller

ENGLISCH B1 / B1+ mit Schwerpunkt Sprechen

If it is a "challenge" for you to SPEAK English, then join us: we practice every Thursday!

15 Abende, 16.02.2017 - 06.07.2017, Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Englischkenntnisse durch Schule, VHS-Kurse o.ä.
Lehrbuch: Great B1, Lektion erfragen, ISBN 978-3-12-501-484-8
Gebühr: 79,50 €
We will activate and extend vocabulary and speaking skills by reading, discussing short texts, listening and working with a Coursebook. And not to forget: It is a great possibility to brush up your English skills in a relaxed atmosphere. Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind herzlich willkommen!

NEUEINSTEIGER/innen - QUEREINSTEIGER/innen ERWÜNSCHT!
Bei allen Sprachkursen sind Neueinsteiger/innen, sogenannte „Quereinsteiger/innen, Zusteiger/innen ganz herzlich willkommen.

INFO zum KAUF von LEHRBÜCHERN!
Lehrbücher sollten erst nach einer Kurszusage bzw. nach dem 1. Kurstermin besorgt werden.

40613 Leitung: Barbara Ring-Rohr

ENGLISCH für Genießer - Leichte Konversation - GER B1.2

15 Vormittage, 16.02.2017–06.07.2017, Donnerstag, 09:00-10:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: gute, solide Kenntnisse, Einstieg in leichte Lesetexte
Lehrbuch: Freie Texte, Lektüre und Lehrbuch werden am ersten Kurstermin besprochen - Gebühr: 79,50 €

In entspannter Atmosphäre startet der Kurs zunächst mit einer kleinen Wiederholung, um das bisher Erlernte aufzufrischen und festigen und so auch neuen Teilnehmenden einen guten Einstieg zu ermöglichen. Danach geht es ohne Eile in entspannter Atmosphäre und mit Spaß Schritt für Schritt an den Ausbau Ihrer Englischkenntnisse heran. Zwischendurch wird dabei immer mal wieder das bereits Erlernte wiederholt. Sie üben sich vor allem in der gesprochenen Sprache, erweitern und festigen Ihren Wortschatz und gewinnen dadurch an Sicherheit im Sprechen und Hör-Verstehen.

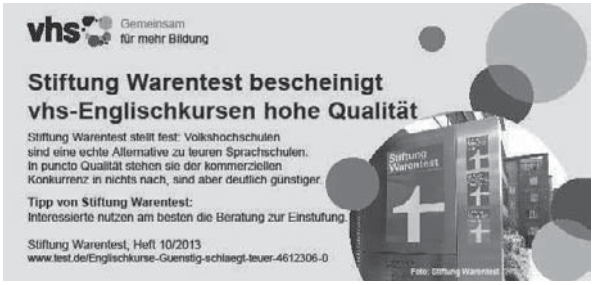
40614 NEU Leitung: Erika Pfeil

„Have a chat in the morning"- leichte Konversation - C1
Sprechen, Lesen und mit Spaß und Freude Englisch reden!

8 Vormittage, 09.03.2017 - 11.05.2017, Donnerstag, 10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: fortgeschrittene, gute Kenntnisse
Lehrbuch: freie Texte und leichte Schriften zum Lesen, Nacherzählen
Gebühr: 64,00 € (Kleingruppe)

Sie sprechen schon gut Englisch und möchten nicht aus der Übung kommen? Dann ist dieser kleine Konversationskurs richtig für Sie! Ausgangspunkt des Unterrichts sind freie Texte, Lektüren und Schriften, die zu fröhlicher Konversation zu jedem Thema die Teilnehmenden in ihren jeweils eigenen Fähigkeiten abholen und anregen. Durch den freien und selbstständigen Umgang mit der gesprochenen Sprache bleiben Sie fit im Sprechen wie auch im Lese- und Hörverstehen, üben dabei auch grammatikalische Strukturen und festigen, erweitern Ihren Wortschatz.

INFO zum KAUF von LEHRBÜCHERN!
Lehrbücher sollten erst nach einer Kurszusage bzw. nach dem 1.Kurstermin besorgt werden!



Business English

40615 NEU Leitung: Sabine Müller

Ready for Business
Englisch Kompetenzbereich GER A2/B1
Schwerpunkt: Sprechen - Speaking, speaking, speaking...

12 Abende, 08.03.2017 – 28.06.2017, Mittwoch, 19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Englischkenntnisse durch Schule (ca. 4-5 Jahre Schulenglisch) oder durch mehrere VHS-Kurse etc.
Lehrbuch/Material: wird am ersten Kurstermin besprochen
Gebühr: 96,00 €

Your level of English is good but you would like to feel more comfortable when communicating at work. This course provides easily to apply tools and practice for everyday business situations. Our new coursebook offers a wide range of topics, exercises and phrases you need in your daily business. Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind ganz herzlich willkommen!

40616 NEU Leitung: Sabine Müller
VHeSpresso: klein - stark - gut!

Refresher - Let's talk business - GER B1+
Kompaktkurs an 3 Samstagen mit dem Schwerpunkt: Sprechen

3 Samstag-Vormittage – ab Samstag, 11.03.2017, 10:00 – 13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: allgemeinsprachliches Englisch Anfang B1 bzw. Schulenglisch auf dem Niveau der Mittleren Reife
Info: 3 Termine à 3 Stunden zzgl. 1x30 Minuten "Personal-Coaching in communication skills" - Der Starttermin (=11.03.2017) ist festgelegt, für die Kurstermine 2 und 3 erfolgt die Festlegung in Absprache zwischen Kursleitung und Teilnehmenden.
Gebühr: 149,00 € inkl. Material (Kleingruppe min 3 Pers., max 5 Pers.)

Sie möchten Ihr Geschäftsenglisch sowie Ihr allgemeines Englisch verbessern? Ihre Englischkenntnisse (Wortschatz, Kommunikationsfähigkeit, Grammatik und Hörverstehen) auffrischen, festigen und erweitern? Dann sind Sie hier richtig!

This course is designed to practice everyday language for work, travel and socializing. As well as dealing with how people communicate at work, it also helps learners interact effectively outside of the work environment, enabling them to "get things done" in a variety of situations.

NEUEINSTEIGER/innen - QUEREINSTEIGER/innen ERWÜNSCHT!
Bei allen Sprachkursen sind Neueinsteiger/innen, sogenannte „Quereinsteiger/innen, Zusteiger/innen ganz herzlich willkommen.

Neue Medien – English online

40610 NEU Leitung: Sabine Müller
VHeSpresso: klein - stark - gut!

ENGLISH-Online-Kurs - Kompetenzbereich A2/B1/B2

Keine Zeit zum wöchentlichen Kursbesuch?
Trotzdem Englisch lernen?
Klar ⇨ mit dem betreuten Englisch-Online-Kurs der Vhs Karlsbad
Starten Sie durch mit dem neuen Lernkonzept und bestimmen Sie selbst Zeit, Level und Tempo Ihres Lernens.

- Einführungsseminar: Montag, 30.01.17, 19:00-20:30 Uhr, 19,00 €
- Online-Kurs = 3 Termine nach Absprache + Email-Betreuung während der gesamten Laufzeit über ca. ein ½ Jahr, 119,00 € zzgl. ca. 17,00 € für den Zugang zum Onlinekurs der entsprechenden Niveaustufe A2, B1, B2

This course is designed to practice Business English (e.g. small talk, socializing, everyday language for work, telephoning, presentations etc.) in a group on Saturday mornings and at home or on the sofa. Which means you will log in to complete resources from an online course. Which allows you the freedom to access the tools and language materials wherever you are, whenever you want. And you can exchange messages with your teacher whenever you want.

Kosten:
- 19,00 € für das Einführungsseminar
- 119,00 € Kursgebühr zzgl. ca. 17,00 € für den Online-Zugang
- Rabatt i.H.v. 9,00 € - bei der Buchung beider Angebote (Einführungsseminar und Kurs erhalten Sie 9,00 € vergütet.
- Info zur Kursgebühr: Diese beinhaltet die Onlinebetreuung durch die Kursleitung während der Kurslaufzeit von ca. einem ½ Jahr sowie die 3 Präsenztreffen.

Termine:
- 3 Anwendertreffen in der Vhs á 1 ½ Stunden, welche in Absprache mit den Teilnehmenden terminiert werden.

Kursdauer/Laufzeit:
- ca. 6 Monate

Vorkenntnisse:
- Englischkenntnisse durch Schule (ca. 4 Jahre Schulenglisch) oder mehrere Vhs-Kurse

Schulungsort:
- Das Einführungsseminar und die 3 Präsenztermine finden im Gebäudekomplex der Grundschule Langensteinbach in der Vhs statt.
- Der Online-Kurs inkl. Emailbetreuung - ganz nach Ihrem Bedarf: Zuhause, auf dem Sofa, in der Mittagspause – wo, wann und so oft Sie wollen!

Besonderheiten:
- Kleingruppe min. 3 Personen mit individueller Betreuung

VHeSpresso – klein, stark, gut!
Kurse in Minigruppen mit Durchführungsgarantie ab 3 Personen!

FRANZÖSISCH – *Salut!*

40801 NEU Leitung: Isabelle Käßer

FRANZÖSISCH START – *Bonjour France!*
für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse - GER A1

10 Vormittage, Dienstag, 07.03.2017 - 23.05.2017, 08:30 - 10:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch: Perspectives neue Ausgabe A1, ISBN 978-3-06-520159-9
Gebühr: 53,00 €

In diesem Kurs können Sie schrittweise in einer ruhigen, angenehmen Lernatmosphäre die französische Sprache kennen und lieben lernen. Durch einen lebendigen Unterricht mit unserer Muttersprachlerin, Frau Isabelle Käßer, werden Sie Schritt für Schritt vertraut mit Aussprache und Intonation, lernen wichtige grammatischen Grundlagen, trainieren elementare, praktische Redewendungen und "erschaffen" sich einen Wortschatz für Begegnungen. Durch viele Übungen trainieren Sie das Hör-Verstehen und die Aussprache. So beginnen Sie mit einem systematischen Sprachaufbau. Informationen zur französischen Kultur und Tradition, zu Land und Leuten runden Ihren Kursbesuch ab. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Ihre Kursteilnahme!

40802 NEU Leitung: N.,N.

FRANZÖSISCH START – für Reisen, Hobbies…
für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse - GER A1

10 Abende, Montag, 06.03.2017 - 29.05.2017, 19:30 – 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch: Perspectives neue Ausgabe A1, ISBN 978-3-06-520159-9
Gebühr: 53,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **40801**

40803 Leitung: Christine Rogoll

FRANZÖSISCH
für Anfänger/innen mit geringen Kenntnissen - GER A1.2
- ruhiges Lerntempo -

12 Abende, 14.02.2017 - 23.05.2017, Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: geringe Kenntnisse z.B. 1 Anfängerkurs o.ä.
Lehrbuch: Perspectives neue Ausgabe A1, ab Lektion 4, Cornelsen
Gebühr: 64,00 €

Der Kurs bietet eine ruhige, nette Lernatmosphäre, um Ihre geringen Französischkenntnisse zu festigen und zu erweitern. Mit vielen abwechslungsreichen Übungen wird Ihnen der Sprachaufbau in der Gruppe Freude machen. Sie üben sich im freien Sprechen und erweitern Ihren Wortschatz. Gute Voraussetzungen für das Weiterlernen bzw. den Wiedereinstieg in die Sprache auf diesem Kursniveau sind Kenntnisse z.B. aus 1 Vhs-Anfängerkurs. Info: Fortführung eines Anfängerkurses; Zusteiger/innen willkommen! Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie!

40804 Leitung: Isabelle Käßer
FRANZÖSISCH - GER A1.2
für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen –
ruhiges Lerntempo - Französisch lernen mit Muße am Vormittag
12 Vormittage, 14.02.2017 - 23.05.2017, Dienstag, 10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: geringe Vorkenntnisse z.B. 1 Vhs-Kurs o.ä.
Lehrbuch: Perspectives A1 neue Ausgabe, ca. ab Lektion 4,
Gebühr: 64,00 €, Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **40803**

40805 Leitung: Isabelle Käßer
FRANZÖSISCH
für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit kleinen Vorkenntnissen - GER A1.2/3
12 Abende, 13.02.2017 - 29.05.2017, Montag, 17:45 - 19:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: kleine Kenntnisse z.B. 1-2 Vhs-Kurse
Lehrbuch: Perspectives 1 neue Ausgabe, ca. ab Lektion 5
Gebühr: 64,00 €, Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **40803**

40806 Leitung: Christine Rogoll
FRANZÖSISCH - GER A1.3
für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit einfachen Vorkenntnissen
12 Abende, 13.02.2017 - 29.05.2017, Montag, 18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: kleine Vorkenntnisse z.B. 3-4 VHS-Kurse
Lehrbuch: Perspectives A1, ca. ab Lek. 8, ISBN 978-3-06-520159-9
Gebühr: 64,00 €
Dieser Kurs eignet sich für Lernende mit kleinen Kenntnissen (z.B. aus 3-4 Anfängerkursen o.ä.) und startet zunächst mit einer kleinen Wiederholungseinheit, um das bisher Erlernte nach der Winterpause und dem Jahreswechsel wieder aufzufrischen und zu festigen sowie um neuen Kursteilnehmenden (Quereinsteiger/innen) einen guten Einstieg zu ermöglichen. Danach gehen Sie ohne Eile, aber mit viel Abwechslung und Spaß Schritt für Schritt an den Ausbau Ihrer Englischkenntnisse heran. Zwischendurch wird das bisher Erlernte immer mal wieder wiederholt, um die Kenntnisse zu festigen und abzusichern. Sie üben sich vor allem in der gesprochenen Sprache, erweitern so Ihren Wortschatz und gewinnen immer mehr an Sprechsicherheit. Selbstverständlich gehört etwas Grammatik auch dazu und zwar so viel wie nötig bzw. so wenig wie möglich. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie! Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind herzlich willkommen.

INFO zum KAUF von LEHRBÜCHERN!
Lehrbücher sollten erst nach einer Kurszusage bzw. nach dem 1. Kurstermin besorgt werden.

40807 Leitung: Isabelle Käßer
FRANZÖSISCH für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit Vorkenntnissen - GER Ende A1
12 Abende, 13.02.2017 - 29.05.2017, Montag, 19:45 - 21:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Vorkenntnisse z.B. mehrere Vhs-Kurse od. weiterzurückliegende Schulkenntnisse o.ä.
Lehrbuch: Perspectives, wird am ersten Kurstermin besprochen
Gebühr: 64,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **40806**

40808 Leitung: Isabelle Käßer
Aktivieren - Vertiefen - Wiederholen - Kommunizieren
FRANZÖSISCH ohne Eile - GER A2
für Teilnehmende + Wiedereinsteiger/innen mit Vorkenntnissen
12 Vormittage, 15.02.2017 - 24.05.2017, Mittwoch, 10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Kenntnisse z.B. durch mehrere Vhs-Kurse, weiterzurückliegende Kenntnisse z.B. aus der Schulzeit
Lehrbuch: Perspectives 2, ab Lektion 1, Cornelsen-Verlag
Gebühr: 64,00 €
Der Kurs bietet eine ruhige, nette Lernatmosphäre, um Ihre Französischkenntnisse zu festigen und sich im gesprochenen Französisch zu üben. Mit vielen abwechslungsreichen Übungen und gezielten Einheiten zum Wiederholen wird Ihnen der systematische Sprachaufbau in der Gruppe Freude machen. Sie üben sich im freien Sprechen und erweitern Ihren Wortschatz. Info: Fortführung eines Kurses, neue Teilnehmende (Quereinsteiger/innen) sind herzlich willkommen!

40809 Leitung: Christine Rogoll
FRANZÖSISCH MITTELSTUFE - GER B1/B2
für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit fortgeschrittenen, soliden Kenntnissen
12 Abende, 14.02.2017 - 23.05.2017, Dienstag, 19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: mittlere Kenntnisse, Einstieg in freie Lesetexte
Lehrbuch: wird am ersten Kurstermin besprochen!
Gebühr: 64,00 €
Dieser Kurs bietet eine gesellige Lernatmosphäre, um Ihre soliden Französischkenntnisse zu festigen und sich im gesprochenen Französisch zu üben. Mit vielen abwechslungsreichen Übungen (z.B. Lernkrimi, Lehrbuch, aktuelle Artikel) wird Ihnen der systematische Sprachaufbau in der Gruppe Freude machen. Sie üben sich im freien Sprechen und erweitern Ihren Wortschatz. Info: Der Kurs würde sich über „Verstärkung“ freuen, neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind herzlich willkommen! Gerne geben wir Ihnen hierzu im VHS-Büro weitere Informationen - Trauen Sie sich!

40810 Leitung: Christine Rogoll
FRANZÖSISCH KONVERSATION
Conversation française - GER B2
12 Abende, 13.02.2017 - 29.05.2017, Montag, 19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: gute Kenntnisse
Lehrmaterial: freie Texte, Lernkrimi - wird am 1. Termin besprochen!
Gebühr: 64,00 €
Vous voulez réviser votre français, approfondir vos connaissances, en acquérir de nouvelles? Des articles de journaux ou des romans (courts!) vous offriront des thèmes de discussion pour mieux connaître la France actuelle.
Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind herzlich willkommen!

ITALIENISCH – *Ciao!*

40901 NEU Leitung: Laura Marchesini-Buchwald
ITALIENISCH START - Kompetenzbereich A1
für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
10 Vormittage, 15.02.2017 - 10.05.2017, Mittwoch, 10:30 - 12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine
Lehrbuch: Insieme A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-06-20157-0
Gebühr: 53,00 €
Sie lieben Italien!? Verbringen dort Ihre schönsten Tage im Jahr und wollen im Urlaub nun endlich mehr sagen können als „buongiorno“, dann starten Sie durch und bleiben nicht länger „Sprachenlos“ mit unserem neuen Sprachangebot! Lernen Sie gemeinsam mit unserer erfahrenen Kursleiterin Frau Marchesini-Buchwald (Muttersprachlerin) in diesem Kurs die italienische Sprache kennen und lieben. Werden Sie vertraut mit der Aussprache und Intonation. Sie lernen neben ersten elementaren Redewendungen auch die ersten grammatischen Grundlagen sowie den Wortschatz für Begegnungen und üben sich im Hörverstehen. So beginnen Sie ganz leicht mit einem systematischen Sprachaufbau. Daneben erhalten Sie Informationen zu Land und Leuten und dies alles abwechslungsreich miteinander kombiniert.

40902 NEU Leitung: Paola Lierz
ITALIENISCH START - Kompetenzbereich A1
für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
10 Abende, 14.02.2017 - 09.05.2017, Dienstag, 20:00 – 21:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch: Insieme A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-06-20157-0
Gebühr: 53,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nr. **40901 NEU**

40903 NEU Leitung: Paola Lierz
ITALIENISCH START - Kompetenzbereich A1
für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
10 Abende, 16.02.2017 - 11.05.2017, Donnerstag, 18:30 – 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch: Insieme A1, ab Lektion 1, ISBN 978-3-06-20157-0
Gebühr: 53,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nr. **40901 NEU**

HÄRING
Birkelweg 5 76337 Waldbronn
Neuinstallation und Reparatur
Satellitenanlagen • Kabelfernsehen
Groß - Gemeinschaftsantennenanlagen
Verkauf von TV - Geräten
Tel : 07243/ 61592 Fax : 07243/ 66431
e-mail : haeringtv@gmx.de

40904 Leitung: Paola Lierz

ITALIENISCH, der Einstieg ist geschafft! – GER A1.2
für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

12 Abende, 07.02.2017 – 16.05.2017, Dienstag, 18:15 - 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: geringe Vorkenntnisse, z.B. 1-2 Vhs-Kurse o.ä.
Lehrbuch: Insieme A1, ca. ab Lektion 4, ISBN 978-3-06-20157-0
Gebühr: 64,00 €

Gute Voraussetzungen für das Weiterlernen oder den Wiedereinstieg in die Sprache auf diesem Kursniveau sind Kenntnisse z.B. aus 1-2 Vhs-Kursen oder anderweitig erworbene geringe Italienischkenntnisse - auf der Niveaustufe Anfang A1. Der Kurs startet zum Semesterbeginn mit einer kleinen Wiederholung, um das bisher Erlernte zu festigen und auch um Quereinsteigern/innen einen guten Einstieg zu ermöglichen. Danach geht die Gruppe ohne Eile, aber mit viel Spaß, Schritt für Schritt an den Ausbau Ihrer Sprachkenntnisse heran. Dabei wird zwischendurch immer mal wieder das bereits Erlernte wiederholt, um die Kenntnisse abzusichern. Sie üben sich vor allem im Hör-Verstehen und Sprechen, erweitern so Ihre Kenntnisse und gewinnen an Sprechsicherheit. Selbstverständlich gehört auch etwas Grammatik dazu und zwar so viel wie nötig bzw. so wenig wie möglich. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie!

40905 Leitung: Mario Sicca

ITALIENISCH
für Kursteilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit kleinen Vorkenntnissen - GER A1.3

12 Abende, 13.02.2017 – 29.05.2017, Montag, 18:30 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: kleine Vorkenntnisse, z.B. aus 4 Vhs-Anfängerkursen
Lehrbuch: Buongiorno 1, ca. ab Lektion 9 Klett-Verlag
Gebühr: 64,00 €

Beste Voraussetzungen für das Weiterlernen oder den Wiedereinstieg in die Sprache auf diesem Kursniveau sind Kenntnisse z.B. aus 4 Vhs-Anfängerkursen oder anderweitig erworbene kleine Italienischkenntnisse - auf der Niveaustufe Mitte A1. Unser erfahrener Muttersprachler, Herr Sicca, startet zunächst mit einer kleinen Wiederholung, um Ihnen den Einstieg zum Semesterstart bzw. den Zustieg für neue Teilnehmende optimal zu gestalten. Danach bauen Sie Schritt für Schritt Ihre kleinen Sprachkenntnisse systematisch weiter aus und üben sich vor allem in der gesprochenen Sprache. Sie gewinnen immer mehr Sprechsicherheit und im Hör-Verstehen.
Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind herzlich willkommen!

Was bedeutet die Abkürzung A1, A2 oder C1 etc. im Kurstitel?
⇨ Hier erfahren Sie die Antwort ⇨ Seite 21 oder online vhs-karlsbad.de

40906 Leitung: Mario Sicca

ITALIENISCH für fortgeschrittene Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit kleinen, einfachen Vor-kenntnissen – Niveau GER Ende A1

12 Abende, 10.02..2017 – 19.05.2017, Freitag, 18:30 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Vorkenntnisse z.B. Anfängerkurse, Ende A1 Niveau
Lehrbuch: Buongiorno 1, ca. ab Lektion 14, Klett-Verlag
Gebühr: 64,00 €

Der Kurs bietet eine ruhige, nette Lernatmosphäre, um Ihre kleinen, einfachen Italienischkenntnisse zu festigen und auszubauen sowie sich im Sprechen zu üben. Unser erfahrener Muttersprachler, Herr Sicca, startet zum Semesterbeginn zunächst mit einer kleinen Wiederholungseinheit, um das bisher Erlernte zu festigen sowie neuen Kursteilnehmenden (Quereinsteiger) einen guten den Kurseinstieg zu ermöglichen. Danach geht es mit vielen abwechslungsreichen Übungen anhand des Lehrwerkes weiter. So wird Ihnen der systematische Sprachaufbau in der Gruppe Freude machen. Sie üben sich im freien Sprechen und erweitern Ihren Wortschatz. Eine gute Voraussetzung für das Weiterlernen auf diesem Niveau sind z.B. Kenntnisse aus Vhs-Anfängerkursen (Ende A1 Niveau). Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind herzlich willkommen!

40907 Leitung: Verena Tomczyk

ITALIENISCH
für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit einfachen Vorkenntnissen – Start A2

12 Abende, 20.02.2017 – 19.06.2017, Montag, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Vorkenntnisse z.B. Vhs-Kurse A1 beendet
Lehrbuch: Insieme A2 Kurs- und Arbeitsbuch mit Hörtexte-CDs und Sprachtrainer im Paket, ISBN 978-3-06-020357-4
Gebühr: 64,00 €

Beste Voraussetzungen für das Weiterlernen oder den Wiedereinstieg in die Sprache auf diesem Kursniveau sind Kenntnisse z.B. aus mehreren Vhs-Anfängerkursen mit abgeschlossener Niveaustufe A1 oder anderweitig erworbene einfache (vergleichbare) Italienischkenntnisse. In kleinen Schritten bauen Sie Ihre elementaren Sprachkenntnisse systematisch weiter auf und üben sich vor allem in der gesprochenen Sprache. Info: Fortführung eines Kurses, neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind herzlich willkommen! Trauen Sie sich, Sie sind herzlich willkommen!

INFO zum KAUF von LEHRBÜCHERN!

Bitte beachten Sie: Lehrbücher sollten erst nach einer Kurszusage bzw. nach dem ersten Kurstermin von den Teilnehmern besorgt werden!

40908 NEU Leitung: Laura Marchesini-Buchwald

ITALIENISCH „Intermezzo am Vormittag“ - GER A1

für Wiedereinsteiger/innen mit einfachen Grundkenntnissen

10 Vormittage, 15.02.2017 – 10.05.2017, Mittwoch, 09:00 - 10:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Grundkenntnisse z.B. durch mehrere Vhs-Kurse mit abgeschlossener Niveaustufe A1
Lehrbuch: geplant Intermezzo – wird am 1. Kurstermin besprochen
Gebühr: 53,00 €

Sie haben bereits einen Anfängerkurs (A1) abgeschlossen und möchten Ihre Kenntnisse, bevor Sie sich neuem Lehrstoff der Niveaustufe A2 widmen, nochmals wiederholen und festigen. Oder Sie haben früher schon einmal Englisch (Anfänger) gelernt und eine längere Zeit nicht genutzt und möchten jetzt Ihre Kenntnisse wieder aktivieren und auffrischen? In diesem Kurs können Sie in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß genau diese Ziele (Wiederholen, Aktivieren, Auffrischen, Festigen) erreichen. Sie üben das Hören, das Lesen, das Schreiben und vor allem das Sprechen. Dadurch gewinnen Sie die notwendige Sicherheit, um sich z.B. bei vor es im Sommer wieder nach Italien geht, in der „fremden“ Sprache besser bewegen zu können. Nebenbei erhalten Sie von unserer Muttersprachlerin, Frau Laura Marchesini-Buchwald, viele Informationen über Italien, die Kultur und Traditionen des Landes. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie!

40909 Leitung: Laura Marchesini-Buchwald

ITALIENISCH ohne Eile - "Wiederholung und Vertiefung" für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit einfachen Vorkenntnissen - GER A2

10 Vormittage, 13.02.2017 - 15.05.2017, Montag, 11:00 - 12:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: einfache Vorkenntnisse, z.B. aus VHS-Anfängerkursen (A1 Niveau beendet, Start A2-Bereich)
Lehrbuch: Lehrmaterial wird am 1. Kurstermin vorgestellt/besprochen.
Gebühr: 53,00 €

Italienisch? Alles vergessen? Haben Sie Lust, Ihre bisherigen Italienischkenntnisse endlich wiederzuentdecken und aktiv anzuwenden – vor allem im Sprechen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. In einem gemütlichen Tempo und mit regelmäßigen Wiederholungen anhand eines aktuellen, lebendigen Unterrichts frischen wir Ihr Italienisch wieder auf und bauen Ihre elementaren Sprachkenntnisse weiter systematisch auf. Im Vordergrund stehen Sprechen und Verstehen. Zum Semesterbeginn startet Frau Marchesini-Buchwald (Muttersprachlerin) mit einer kleinen Wiederholungseinheit, um das bisher Erlernte zu festigen und neuen Teilnehmenden (Quereinsteigern) einen guten Zustieg zu ermöglichen.
Sie erhalten während des Kursverlaufs nebenbei Informationen über das Land Italien, seine Kultur und die Traditionen. Gute Voraussetzungen für das Weiterlernen auf diesem Kursniveau sind Kenntnisse z.B. aus Vhs-Anfänger-kursen mit abgeschlossener Niveaustufe A1, Start A2.

40910 NEU Leitung: Laura Marchesini-Buchwald

ITALIENISCH

Lektüre & Konversation - Kompetenzbereich GER B1

An 5 Vormittagen – im 14-Tage-Rhythmus – frischen wir Ihre Kommunikationsfähigkeit z.B. für den nächsten Italienaufenthalt auf unterhaltsame Weise auf und trainieren das freie Sprechen und Hör-Verstehen
5 Vormittage, Starttermin: Donnerstag, 16.02.17, 14-tägl., 11:30-13 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch: freie Texte, Kopien
Vorkenntnisse: gute Italienischkenntnisse - Niveaubereich A2-B1
Gebühr: 42,00 € (Kleingruppe min/max. 5-6 Personen)

Diese neue Kursangebot ist für Teilnehmende, die das freie Sprechen üben möchten. Der Wortschatz und die Sprechfähigkeit werden mit Hilfe ausgewählter Lektüre (z.B. Zeitungsartikel, freie Texte, Liedtexte) systematisch trainiert und erweitert, ein bisschen Grammatik gehört ebenfalls mit dazu. So bleiben Sie auf abwechslungsreiche und unterhaltsame Weise in Übung und trainieren Ihre Sprachkenntnisse. Der Kurs startet am Donnerstag, 16.02.2017 und findet im 14-Tage-Rhythmus statt – geplant ist als letzter Kurstag Donnertag, 11.05.2017.

40911 NEU Leitung: Laura Marchesini-Buchwald

Parliamo Italiano - GER B2/C1

6 Vormittage, 14.03.2017 – 02.05.2017, Dienstag, 11:00 - 12:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: gute bis sehr gute Sprachkenntnisse
Material: freie Texte, wird im Kurs bekanntgegeben
Gebühr: 49,00 € (Kleingruppe min/max. 5-6 Personen)

In questo corso, prendendo spunto da articoli della stampa italiana, analizziamo e discutiamo temi di economia, cultura, politica e socità. Inoltre ripassiamo la grammatica arricchiamo il nostro vocabolario. Si presuppone una buona conoscenza attiva della lingua italiana.

Sprachkurs- und Einstufungsberatung
Montag, 23. Januar 2017, 17.30 – 19:00 Uhr, Vhs Karlsbad

40912 Leitung: Mario Sicca
ITALIENISCHE KONVERSATION in kleiner Gruppe
Conversazione italiana - GER C1
10 Abende, 08.03.2017 - 24.05.2017, Mittwoch, 18:30 – 19:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: gute Sprachkenntnisse
Lehrbuch: freie Texte, Kopien
Gebühr: 69,00 €/TN bei 5-6 Personen; ab 7-8 Personen 59,00 €/TN
Sie sprechen schon gut Italienisch und möchten sich mit anderen gerne austauschen? Wir arbeiten mit freien Texten aus Büchern oder Zeitungsartikeln auf abwechslungsreiche und unterhaltsame Weise und erweitern unsere Sprachkenntnisse. Neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind ganz herzlich willkommen.

„Bella Italia" Italienisch - Besondere Angebote

40913 NEU Leitung: Laura Marchesini-Buchwald
Ein kleiner Vorgeschmack auf Sonne, Urlaub, Italien - einfach zum Genießen!
Cucinare, mangiare, parlare italiano: BUON APPETITO!
Ein Koch-Sprach-Kurs für italienischlernende Feinschmecker oder solche, die es werden möchten!
1 Abend, Freitag, 17.03.2017, 19:00 - 22:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Getränk, evtl. Behälter für Reste, Geschirrtuch
Info: Der Kurs findet zweisprachig „Deutsch/Italienisch" statt!
Gebühr: 21,00 € zzgl. Lebensmittelkosten (8-10 €) direkt im Kurs zu bezahlen!
Lassen Sie sich von der typischen Küche Italiens – wie Sie alltäglich in einer italienischen Familie auf dem Tisch steht – verzaubern und genießen Sie die Kombination aus Koch- und Sprachkurs. Sie kochen gemeinsam mit Frau Marchesini-Buchwald nach italienischen Rezepten und finden so vielleicht nicht nur Geschmack an der Italienischen Küche sondern auch an der italienischen Sprache. Buon appetito!

40914 NEU Leitung: Laura Marchesini-Buchwald
Ein bisschen Urlaubsfeeling...
... schaffen Sie mit "Cucinare, mangiare, parlare italiano!
Ein Koch-Sprach-Kurs für italienischlernende Feinschmecker oder solche, die es werden möchten!
1 Abend, Freitag, 28.04.2017, 19:00 - 22:00 Uhr
Kursinhalt und Details siehe Kurs-Nummer **40912**

Was bedeutet die Abkürzung A1, A2 oder C1 etc. im Kurstitel?
⇨ Hier erfahren Sie die Antwort ⇨ Seite 21 oder online vhs-karlsbad.de

SPANISCH - *¡Hola!*

42201 NEU Leitung: Montserrat Gerstner
SPANISCH START für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse A1
12 Vormittage, 13.02.2017-29.05.2017, Montag, 09:30 - 11:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch: Caminos neu A1, ISBN 978-3-12-514954-0, Klett-Verlag
Gebühr: 64,00 €
Sie lieben Spanien!? Verbringen dort Ihre schönsten Tage im Jahr und wollen im Urlaub nun endlich mehr sagen können als „¡Hola!", dann starten Sie durch und bleiben Sie nicht länger „sprachenlos" mit unserem neuen Sprachangebot! Lernen Sie gemeinsam mit unserer erfahrenen Muttersprachlerin Frau Montserrat Gerstner in diesem Kurs die spanische Sprache kennen und lieben. Werden Sie vertraut mit der Aussprache und Intonation. Sie lernen neben ersten elementaren Redewendungen auch die ersten grammatischen Grundlagen sowie den Wortschatz für Begegnungen und üben sich im Hörverstehen. So beginnen Sie ganz leicht mit einem systematischen Sprachaufbau.

42202 NEU Leitung: Teresa Breidenbach
SPANISCH START für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse A1
10 Vormittage, 26.04.2017-12.07.2017, Mittwoch, 11:00 - 12:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch: eñe A1, Hueber Verlag – Info: Bitte das Buch nicht kaufen, da es zwei Varianten gibt – Besprechung am ersten Kurstermin
Gebühr: 53,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **42201**

42203 NEU Leitung: Ivonne Barreto de Lichtenfels
SPANISCH START für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse A1
12 Abende, 15.02.2017-31.05.2017, Mittwoch, 17:15 – 18:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch: eñe A1, Hueber Verlag – Info: Bitte das Buch nicht kaufen, da es zwei Varianten gibt – Besprechung am ersten Kurstermin
Gebühr: 64,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **42201**

42204 NEU Leitung: N.,N.
SPANISCH START für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse – A1
10 Abende, 30.03.2017-06.07.2017, Donnerstag, 19:30 – 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch: eñe A1, Hueber Verlag – Info: Bitte das Buch nicht kaufen, da es zwei Varianten gibt – Besprechung am ersten Kurstermin
Gebühr: 53,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **42201**

42205 Leitung: Teresa Breidenbach

SPANISCH - ¡sigamos adelante!

für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnisse - GER A1.2

12 Vormittage, 08.02.2017 – 17.05.2017, Mittwoch, 09:30 - 11:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: geringe Vorkenntnisse, z.B. 1-2 Vhs-Kurse o.ä.
Lehrbuch: eñe A1, ca. ab Lektion 3/4, Hueber Verlag – Info: Bitte das Buch nicht kaufen, da es zwei Varianten gibt und die beiden Möglichkeiten am ersten Kurstermin besprochen werden.
Gebühr: 64,00 €

Beste Voraussetzungen für das Weiterlernen oder den Wiedereinstieg in die Sprache auf diesem Kursniveau sind geringe Kenntnisse z.B. aus 1-2 Anfängerkursen oder anderweitig erworbene kleine Spanischkenntnisse auf dem Anfängerniveau A1.1. Gemeinsam mit unserer erfahrenen Muttersprachlerin, Teresa Breidenbach, starten Sie zum Semesterbeginn mit einer kleinen Wiederholung – auch um Quereinsteigern/innen einen guten Start zu ermöglichen und gehen dann Schritt für Schritt an der Ausbau Ihrer Sprachkenntnisse heran. Dabei gibt das Lehrbuch eñe A1 Orientierung, Sie machen viele Übungen und trainieren so das Hör-Verstehen, die Aussprache und erweitern Ihren Wortschatz. Selbstverständlich gehört auch die Grammatik dazu und zwar so viel wie nötig und so wenig wie möglich. Mit diesem lebendigen Unterricht steht dem systematischen Sprachaufbau nichts im Wege. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie. Info: Fortführung eines Anfängerkurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind willkommen.

42206 Leitung: Teresa Breidenbach

SPANISCH - ¡sigamos adelante!

für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnisse - GER A1.2

12 Abende, 13.02.2017 – 29.05.2017, Montag, 19:45 - 21:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: geringe Vorkenntnisse, z.B. 1-2 Vhs-Kurse o.ä.
Lehrbuch: eñe A1, ca. ab Lektion 3/4, Hueber Verlag – Info: Bitte das Buch nicht kaufen, da es zwei Varianten gibt und die beiden Möglichkeiten am ersten Kurstermin besprochen werden.
Gebühr: 64,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **42205**

INFO zum KAUF von LEHRBÜCHERN!

Lehrbücher sollten erst nach einer Kurszusage bzw. nach dem 1.Kurstermin besorgt werden!

Willkommen – Welcome - Bienvenue – Bienvenida – Benvento
Bei allen Sprachkursen sind Neueinsteiger/innen, sogenannte „Quereinsteiger/innen, Zusteiger/innen ganz herzlich willkommen. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf auf Sie!

42207 Leitung: Silvia Seibold

SPANISCH für Anfängerinnen und Anfänger mit geringen Vorkenntnissen - GER A1.2

- ruhiges Lerntempo & mit Muße lernen -

13 Vormittage, 15.02.2017 – 31.05.2017, Mittwoch, 08:45 - 10:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: geringe Kenntnisse z.B. ein Anfängerkurs o.ä.
Lehrbuch: eñe A1, ca. ab Lektion 3, Hueber Verlag – Info: Bitte das Buch nicht kaufen, da es zwei Varianten gibt und die beiden Möglichkeiten am ersten Kurstermin besprochen werden.
Gebühr: 69,50 €

Der Kurs bietet eine angenehme Lernatmosphäre, um Ihre kleinen Spanischkenntnisse mit Hilfe unserer erfahrenen Kursleiterin, Frau Seibold, in ruhigem Tempo und mit vielen Übungen und Wiederholungen zu festigen und zu erweitern. So wird Ihnen der systematische Sprachaufbau in der Gruppe Freude machen und auch gelingen. Sie üben sich im freien Sprechen und erweitern Ihren Wortschatz. Gute Voraussetzungen für das Weiterlernen bzw. den Wiedereinstieg in die Sprache auf diesem Kursniveau sind Kenntnisse z.B. aus 1-2 Anfängerkursen. Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind herzlich willkommen!

42208 NEU Leitung: Montserrat Gerstner

Wieder da...

... SPANISCH mit Mona Gerstner

für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit kleinen, einfachen Vorkenntnissen – GER A1.2/3

12 Abende, 14.02.2017 - 23.05.2017,Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: kleine Kenntnisse z.B. aus 2-3 Anfängerkursen
Lehrbuch: Caminos neu 1, ca. ab Lektion 6, ISBN 978-3-12-514954-0
Gebühr: 64,00 €

Beste Voraussetzungen für das Weiterlernen oder den Wiedereinstieg in die Sprache auf diesem Kursniveau sind kleine Kenntnisse z.B. aus 2-3 Anfängerkursen oder anderweitig erworbene kleine Spanischkenntnisse auf dem Anfängerniveau A1.2/3 . Gemeinsam mit unserer erfahrenen Muttersprachlerin, Montserrat Gerstner, starten wir zum Semesterbeginn mit einer kleinen Wiederholung – auch um Quereinsteigern/innen einen guten Start zu ermöglichen und gehen dann Schritt für Schritt an der Ausbau unserer Sprachkenntnisse heran. Dabei orientieren wir uns am Lehrbuch Caminos neu, machen viele Übungen und trainieren so das Hör-Verstehen, unsere Aussprache und erweitern unseren Wortschatz. Selbstverständlich gehört auch die Grammatik dazu und zwar so viel wie nötig und so wenig wie möglich. Mit diesem lebendigen Unterricht steht dem systematischen Sprachaufbau nichts im Wege. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie.

42209 Leitung: Teresa Breidenbach

SPANISCH ¡sigamos adelante! – GER Ende A1
für Anfänger/innen mit kleinen Vorkenntnissen

12 Abende, 13.02.2017 – 29.05.2017, Montag, 18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: kleine Kenntnisse z.B. 3-4 Anfängerkurse bis Ende A1
Lehrbuch: eñe A1, ca. ab Lektion 8/9, Hueber Verlag – Info: Bitte das Buch nicht kaufen, da es zwei Varianten gibt und die beiden Möglichkeiten am ersten Kurstermin besprochen werden.
Gebühr: 64,00 €

Der Kurs bietet eine ruhige, nette Lernatmosphäre, um Ihre kleinen Spanischkenntnisse zu festigen und zu erweitern. Mit vielen abwechslungsreichen Übungen wird Ihnen der systematische Sprachaufbau in der Gruppe Freude machen. Sie üben sich im freien Sprechen und erweitern Ihren Wortschatz. Gute Voraussetzungen für das Weiterlernen bzw. den Wiedereinstieg in die Sprache auf diesem Kursniveau sind Kenntnisse z.B. aus Anfängerkursen bis Mitte / Ende A1-Niveau - Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind herzlich willkommen!

42210 Leitung: Ivonne Barreto de Lichtenfels

SPANISCH
für Wiedereinsteiger/innen mit Grundkenntnissen – A2.2

12 Abende, 13.02.2017 – 29.05.2017, Montag, 20:00 - 21:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Kenntnisse A1 Niveau abgeschlossen, A2 angefangen
Lehrbuch: Intermezzo, Hueber Verlag ISBN Nr. 978-3-19-309600-5
Gebühr: 64,00 €

Sie haben früher schon einmal Spanisch z.B. in Anfängerkursen (bis Ende Niveau A1 / Anfang A2) gelernt, aber lange nicht mehr genutzt und nun…? Spanisch? Alles vergessen? Haben Sie Lust, Ihre bisherigen Spanischkenntnisse endlich wiederzuentdecken und aktiv anzuwenden – vor allem im Sprechen? Dann bietet Ihnen dieser Kurs beste Voraussetzungen für das Weiterlernen oder den Wiedereinstieg in die Sprache. Gemeinsam mit unserer erfahrenen Muttersprachlerin, Ivonne Barreto de Lichtenfels, starten Sie zum Semesterbeginn mit einer kleinen Wiederholung – auch um Quereinsteigern/innen einen guten Einstieg zu ermöglichen und gehen dann Schritt für Schritt an der Ausbau Ihrer Sprachkenntnisse heran. Dabei gibt das Lehrbuch eñe A2 Orientierung, Sie machen viele Übungen und trainieren so das Hörverstehen, die Aussprache und erweitern Ihren Wortschatz. Selbstverständlich gehört auch die Grammatik dazu und zwar so viel wie nötig und so wenig wie möglich. Mit diesem lebendigen Unterricht steht dem systematischen Sprachaufbau nichts im Wege. Trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie. Info: Fortführung eines Kurses; neue Teilnehmende (Quereinsteiger) sind willkommen.

ARABISCH

40101 NEU Leitung: Mouloud Bedrici

ARABISCH START
für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse – GER A1

10 Abende, Unterrichtszeit: abends, keine Vorkenntnisse
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch+CD: "Salam neu" Anfänger A1-A2, Klett, 978-12-528835-5
Vorkenntnisse: keine Vorkenntnisse
Gebühr: 53,00 € bei min. 9 Personen

Wir führen ein Anmeldeliste und organisieren bei genügend Nachfrage einen neuen Arabisch-Anfängerkurs, welcher für alle Interessierten, die sich für die arabische Sprache begeistern - sei es beruflich, für Reisen oder als ehrenamtliche Helfer, gedacht ist. Er ist ohne Vorkenntnisse konzipiert und setzt keinerlei Sprachkenntnisse voraus. Er bietet einen ersten Einstieg in die hocharabische Sprache. Sie lernen einfachste Redewendungen: sich zu begrüßen, sich zu bedanken und zu verabschieden. Sie üben nach dem Namen, dem Befinden, dem Herkunftsland und dem Beruf Ihres Gegenübers zu fragen. Sie erhalten eine kurze Einführung in die Aussprache und Betonung arabischer Wörter und erfahren das Wichtigste über unterschiedliche Sitten und Gebräuche, um Ihnen eine Basis für einen leichteren und vertrauensvollen Erstkontakt - sei es beruflich, privat oder im ehrenamtlichen Engagement - zu ermöglichen. Bitte melden Sie Ihr Interesse im Vhs Büro an.

40102 Leitung: Mouloud Bedrici

VHeSpresso: klein - stark - gut!

ARABISCH - für Teilnehmende und Anfänger/innen mit kleinen Vorkenntnissen – Niveau GER A1.2

10 Abende, 06.02.2017 – 08.05.2017, Montag, 19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch+CD: "Salam neu" Anfänger A1-A2, Klett, 978-12-528835-5
Vorkenntnisse: kleine Vorkenntnisse z.B. 2-3 Anfängerkurse
Gebühr: 94,00 € Kleingruppe (94 € bei 5 TN; 118 € bei 4 TN & 156€ bei 3 TN)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit noch kleinen Kenntnissen der arabischen Sprache (z.B. aus 2-3 Anfängerkursen o.ä.).
Zum Semesterbeginn startet Herr Bedrici zunächst mit einer kleinen Wiederholungseinheit, um das bisher Erlernte festigen sowie um neuen Kursteilnehmenden (Quereinsteiger/innen) einen guten Einstieg zu ermöglichen.
Der Kurs bietet modernes Lernkonzept, das sich dank zahlreicher Übungen flexibel variieren lässt, ein gezieltes Training der Aussprache und des Lese-Hörverstehens beinhaltet und dabei traumhafte Bildmotive und inspirierende Einblicke in die arabische Lebensweise ermöglicht. Das vermittelte Hocharabisch und eine moderne Aussprache, erleichtern das spätere Erlernen von Dialekten. Zusätzlich erhalten Sie detaillierte Informationen über Kultur und Geschichte der arabischen Länder.

LATEIN – *Ave!*

41101 NEU Leitung: Barbara Ring-Rohr
VHeSpresso: klein - stark - gut!
LATEIN - Die Mutter der Muttersprachen - GER A1
Kennen-Lern-Workshop für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse -
1 Termin, Samstag, 18.02.2017, 10:00 - 13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine
Gebühr: 39,00 € inkl. Kopien; Kleingruppe min 3 Personen, max. 5 Personen
Sie haben sich schon immer für die lateinische Sprache interessiert? Oder Ihr Kind lernt in der Schule Latein und Sie möchten einen kleinen Einblick in diese Sprache bekommen?
Dann ist dieses Kursangebot vielleicht genau richtig: An einem Samstagvormittag können Sie „Latein schnuppern" und diese interessante Sprache kennen lernen!

41102 Leitung: Barbara Ring-Rohr
LATEIN für Teilnehmende und Wiedereinsteiger/innen mit einfachen, kleinen Kenntnissen - GER Ende A1, Start A2
kleine Gruppengröße max. 6 Personen & individuelle Betreuung
10 Vormittage, 09.03.17 - 01.06.17, Donnerstag, 10:30 - 12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: kleine Vorkenntnisse, z.B. weitzurückliegende Kenntnisse durch die Schulzeit
Lehrbuch: Material wird am ersten Kurstermin besprochen!
Gebühr: 99,00 € (Kleingruppe mit individueller Betreuung)
Sie haben zu Ihrer Schulzeit oder im späteren Leben z.B. in VHS-Kursen die lateinische Sprache erlernt und wollen nun Ihre vielleicht verschütteten Sprachkenntnisse wieder entdecken und auffrischen, dann bietet sich in diesem Kurs jetzt die Gelegenheit dafür.

Sprachkurs- und Einstufungsberatung
durch unsere Kursleitungen
für Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Deutsch, Chinesisch und Arabisch
Montag, 23. Januar 2017, 17.30 – 19:00 Uhr
in der Vhs Karlsbad

Anmeldeformulare
➔ **Seite 83 und 86 oder online vhs-karlsbad.de**

CHINESISCH – „你好！*nǐ hǎo!*"

40201 NEU Leitung: Tsai Yi Fang Rossi Rauenbühler
CHINESISCH für Interessierte ohne Vorkenntnisse, GER A1
Der Workshop setzt keinerlei Kenntnisse voraus und bietet einen ersten Einblick in die Sprache!
1 Vormittag, Samstag, 04.02.2017, 09:30 - 13:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 29,00 € Kleingruppe
Vorkenntnisse: keine, Material: es wird mit Kopien gearbeitet
Dieser Workshop ist für alle gedacht, die sich für die chinesische Sprache interessieren - sei es beruflich, für Reisen oder einfach aus Interesse, um sich geistig weiterzubilden und fit zu halten. Er ist ohne Vorkenntnisse konzipiert und setzt keinerlei Sprach und Schriftkenntnisse voraus. Er bietet einen ersten Einblick in die chinesische Sprache und Schriftzeichen. Unsere Muttersprachlerin, Frau Tsai Yi Fang (Rossi Rauenbühler) übt mit Ihnen kleine Redewendungen, die Begrüßung und zeigt Ihnen "die Kunst" der chinesischen Schriftzeichen. Selbstverständlich stehen auch Informationen zur chinesischen Kultur mit auf dem Programm des Workshops.

40202 NEU Leitung: Tsai Yi Fang Rossi Rauenbühler
CHINESISCH START
Kompaktkurs Konversation und Schriftzeichen
für Anfängerinnen und Anfänger ohne Vorkenntnisse - GER A1
12 Vormittage, 15.02.2017 – 31.05.2017, Mittwoch, 09:30 - 11:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühreninfo: 8-9 Pers. = 96 €; 6-7 Pers. = 122 €; 4-5 Pers. = 172 €
Vorkenntnisse: keine
Material: Lehrbuch / Arbeitsbuch werden am 1.Kurstermin vorgestellt.
Dieses neue Kursangebot ist für alle gedacht, die
- neugierig sind auf die chinesische Kultur und Sprache
- in einer internationalen Firma arbeiten und beim nächsten Besuch der chinesischen Geschäftspartner mehr als nur „你好！ nǐ hǎo!" sagen möchten
- oder einfach gerne Chinesisch sprechen und schreiben lernen möchten.

Der Kurs setzt keine Kenntnisse voraus und ist für Anfänger/innen konzipiert. Er bietet einen ersten Einblick in die chinesische Sprache (Konversation und Schriftzeichen). Als roter Faden dienen ein geplantes Lehr- sowie Arbeitsbuch, welche am ersten Kurstermin vorgestellt werden. Ziel ist es, dass Sie nach dem Kurs in der Lage sein sollten, sich vorzustellen, einfache Fragen zu stellen und kleine Dialoge zu führen und einfache Wörter und Sätze (z.B. zur Begrüßung, Mengenangaben, Fragewörter, Essen etc.) schreiben können. Unsere Muttersprachlerin, Frau Tsai Yi Fang (Rossi Rauenbühler) freut sich auf Ihre Kursteilnahme. Also trauen Sie sich, wir freuen uns auf Sie!

40203 NEU Leitung: Tsai Yi Fang Rossi Rauenbühler
CHINESISCH START
Kompaktkurs Konversation und Schriftzeichen
für Anfängerinnen und Anfänger ohne Vorkenntnisse - Kompetenzbereich GER A1
6 Vormittage, 11.02.2017 – 01.04.2017, Samstag, 10:00 – 12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühreninfo: 8-9 Pers. = 80 €; 6-7 Pers. = 99 €; 4-5 Pers. = 139 €
Vorkenntnisse: keine
Material: Lehrbuch / Arbeitsbuch werden am 1. Kurstermin vorgestellt.
Kursinhalt siehe bei Kurs-Nummer **40202 NEU**

NEUGRIECHISCH – *γειά σου*

41201 NEU Leitung: Konstantinus Georgeadis
NEUGRIECHISCH für Interessierte ohne Vorkenntnisse A1
Der Workshop setzt keinerlei Kenntnisse voraus und bietet einen ersten Einblick in die Sprache!
10 Abende, Unterrichtszeit: abends, keine Vorkenntnisse
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Lehrbuch: wird am ersten Kurstermin besprochen/vorgestellt
Vorkenntnisse: keine Vorkenntnisse
Gebühr: 53,00 € bei min. 9 Personen
Wir führen ein Anmeldeliste und organisieren bei genügend Nachfrage einen Neu-Griechisch-Anfängerkurs, welcher für alle Interessierten, die sich für die griechische Sprache begeistern - sei es beruflich oder für Reisen, gedacht ist. Er ist ohne Vorkenntnisse konzipiert und setzt keinerlei Sprachkenntnisse voraus. Er bietet einen ersten Einstieg in die neugriechische Sprache. Bitte melden Sie Ihr Interesse im Vhs Büro an.

Sprachkurs- und Einstufungsberatung
Montag, 23. Januar 2017, 17.30 – 19:00 Uhr, Vhs Karlsbad

vhs Gemeinsam für mehr Bildung

Vhs Karlsbad
Vhs Waldbronn

Wir suchen Sie!
Kursleitungen gesucht!

Sie haben eine tolle Idee zur Erweiterung unseres Angebotes, fachliche Referenzen und Geschick im Umgang mit Menschen? Anderen Ihr Wissen, Ihre Fertigkeiten beizubringen macht Ihnen Freude? Sie sind aufgeschlossen sich fachlich und persönlich fortzubilden? Dann werden Sie Kursleiterin / Kursleiter an unseren Einrichtungen. Unsere Dozenten sind freiberuflich auf Honorarbasis tätig. Didaktische und fachliche Weiterbildungen sind über den vhs Verband BWK sowie die Regionale Fortbildung möglich. Wir freuen uns über eine aussagefähige Kurz-bewerbung und / oder ein persönliches Gespräch.

Kontakt:

Brigitte Keßler
Tel. 07202-1793
Fax 07202-3508
info@vhs-karlsbad.de

Christian Steigert
Tel. 07243-609091
Fax 07243-63267
vhs@waldbronn.de

Bleiben Sie neugierig, wissensbegeistert und fit…
⇨ …QR „enträtseln“
⇨ …vhsApp nutzen
⇨ …ganz leicht, mit Ihrer Vhs

Gesellschaft - Politik - Umwelt

SEMINARE und VORTRÄGE

Vhs: Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden. Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor. Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden.

Gesundheitsbildung und Wohlbefinden

Workshops & Schnupperstunden

30115 NEU Leitung: Heike Schmidt-Schaar
Lachwanderung „Wir Lachen uns einen Ast!“
1 Vormittag, Samstag, 06.05.17, 10:30 - 14:30 Uhr
Treffpunkt: St.-Barbara Ruine (bei Regen → Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach)
Mitzubringen: Vesper und Getränk - Gebühr: 28,00 €
Lachen Sie Ihren Stress und Ärger einfach weg…
… mehr Details siehe Seite 55

30130 NEU Leitung: Angelika Kurz-Gushurst
Workshop: Abnehmen beginnt im Kopf
1 Termin, Samstag, 18.02.2017, 10:00 - 17:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Block und Stift, Kalender, Getränk und Vesper für die Pause
Gebühr: 57,00 € individuelle Kleingruppe min 5 max. 8 Personen
Details zum Workshop finden Sie auf Seite 57

30132 NEU Leitung: Irene Wipfler
VHeSpresso: klein - stark - gut!
Workshop: Meditation und Energiearbeit
Nutzen Sie die Chancen des Sonnenjahres 2017 für Loslassen, Entfaltung der Persönlichkeit und Bewusstseinsentwicklung!
1 Termin, Samstag, 28.01.2017, 10:00 - 15:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Kissen und Decke, Isomatte oder Meditationskissen
Info: Auf Wunsch kann Begleitmaterial direkt bei der Kursleitung erworben werden.
Gebühr: 69,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max 5 Personen)
Details zum Workshop finden Sie auf Seite 58

30145 Leitung: Christof Then
Workshop: Entspannung für Körper, Seele und Geist durch Progressive Muskelentspannung
1 Termin, Samstag, 04.02.2017, 14:00 - 18:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Lockere Kleidung, Isomatte, Decke
Gebühr: 29,50 € - Details zum Workshop finden Sie auf Seite 59

30146 NEU Leitung: Christof Then
Workshop: Die innere Kreativität entdecken
1 Termin, Samstag, 06.05.2017, 14:00 - 18:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Lockere Kleidung, Isomatte, Decke
Gebühr: 29,50 € - Details zum Workshop finden Sie auf Seite 60

Weitere **Yoga-Workshops** - Lach-Yoga, Detox-Yoga, Yoga-Mix …. zum Kennenlernen, zum Schnuppern finden Sie Sie ab Seite 53

Gesundheitstreff

Infoabende SRH Klinikum Karlsbad-Langensteinbach

Der Gesundheitstreff ist eine Info- und Vortragsreihe in Kooperation mit dem SRH Klinikum Karlsbad-Langensteinbach.

Alle Veranstaltungen finden im SRH Klinikum Karlsbad- Langensteinbach, statt. Der Weg zum Vortragsraum ist jeweils ausgeschildert.

Anmeldung: keine Anmeldung erforderlich
Die Veranstaltungen sind gebührenfrei!

30401 NEU
Schief und krumm: Veränderungen an der Wirbelsäule
Donnerstag, 19.01.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30402 NEU
Unsere Venen: Krankheitsbilder und Therapieoptionen
Donnerstag, 16.02.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30403 NEU
Schmerzen: K(l)eine Ursache, große Wirkung?
Donnerstag, 16.03.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30404 NEU
Schlechtes Bauchgefühl: Reizdarm und Co.
Donnerstag, 06.04.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30405 NEU
Vom Schlag getroffen: Chance auf Heilung?
Donnerstag, 18.05.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30406 NEU
Knochenjob: Prävention und Behandlung der Arthrose
Donnerstag, 22.06.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30407 NEU
Stent by me: Herzinfarkt vermeiden!
Donnerstag, 13.07.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

Gesundheitswandern

30262 Leitung: Ingrid Becker
Gesundheitswandern „Frühlingserwachen“ mit Natur- und Landschaftsführerin Frau Ingrid Becker
Samstag, 18.3., 25.03. und 01.04.17, 14 - 16 Uhr, Gebühr 24,00 €
Treffpunkt: Beckerhalle in Langensteinbach
Mitzubringen: festes Schuhwerk, Kleidung je nach Witterung, evtl. Getränk.
Details zum Gesundheitswandern finden Sie auf Seite 66

Eat Smarter

In Kooperation mit der

30712 NEU Leitung: Dirk Effenberger
Koch- und Ernährungsseminar: „Fitness-Kochen nicht nur für Sportler“
1 Nachmittag, Samstag, 13.05.2017, 13:00 – 17:30 Uhr
Ort: Lehrküche der Realschule Karlsbad, Am Schelmenbusch
Mitzubringen: Getränk, Schürze, Geschirrtuch, Behälter für Reste
Gebühr: 36,00 € inkl. Lebensmittelkosten

Anmeldeformulare
➔ **Seite 83 und 86 oder online vhs-karlsbad.de**

Kommunikation – Organisation – Management

50901 Leitung: Marco Mann

Basiswissen: Erfolgreiches Projektmanagement

Stichworte: Projekte erfolgreich aufsetzen und planen, Projektmanagement Grundlagenwissen

1 Termin – Samstag, 11.03.2017, 09:30-15:00 Uhr inkl. Pause/n
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 49,00 €

Projekte gibt es in allen Industriezweigen, in kleinen, mittelständischen und großen Unternehmen. Auch im privaten Umfeld, lassen sich Herausforderungen mit Projektmanagementmethoden durchführen.
Die Statistik zeigt, dass gerade z.B. im IT-Bereich nur ca. 32 % aller Projekte erfolgreich sind. Die Hauptursachen für das Scheitern vieler Projekte liegen vor allem in der Start- und Planungsphase. In diesem Kompaktseminar gewinnen Sie einen umfassenden Überblick, was Sie von Anfang an beachten müssen, damit Ihr Projekt auf einem soliden Fundament starten kann. Hierbei beleuchten wir u.a. Themen wie z.B. Zieldefinition, Umfeld- und Stakeholderanalyse, Projektorganisation und Steuerung, aber auch "weiche Erfolgsfaktoren", wie z.B. Kommunikation, Feedbackkultur, Motivation und Teamführung.

50902 Leitung: Marco Mann

Aufbauwissen: Erfolgreiches Projektmanagement

Stichworte: Projekte erfolgreich durchführen und abschließen, Persönlichkeitsentwicklung

1 Termin – Samstag, 08.07.2017, 09:30-15:00 Uhr inkl. Pause/n
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 49,00 €

Der Projektauftrag ist geklärt, die Ziele sind definiert und der Projektplan steht. Nun geht es an die Projektumsetzung. Der Kurs gibt Tipps und verrät Tricks, was während der Projektdurchführung zu beachten ist, damit das Projekt erfolgreich zum Abschluss kommt. Hierbei werden Themenbereiche wie Teambuilding, Konflikt- und Krisenmanagement, Fragen- und Kommunikationstechniken, das „Verkaufen" und präsentieren von Projektergebnissen und weitere Themen wie z.B. persönliches Wirken, Gesprächsführung, Umgang mit Reklamationen usw. beleuchtet. Die Seminarinhalte können sowohl auf berufliche und private Projektvorhaben übertragen werden.

Alle Kurse + aktuelle Informationen + online anmelden
⇨ www.vhs-karlsbad.de – einfach mal anklicken & reinschauen

50903 NEU Leitung: Ulrike-Ebba Gräfin von Sparr

Seminar: Zeitmanagement und Büroorganisation

1 Abend, Montag, 29.05.2017, 19:00 - 21:15 Uhr, Gebühr: 21,00 €
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach

Wer sich effektiv organisiert, tut das Zweckmäßige. Wer sich effizient verhält, tut es zweckmäßig. Effektivität und Effizienz verbinden Büroorganisation und Zeitmanagement. Die Erkenntnis, Ordnung zu erreichen und mit der Zeit sinnvoll umzugehen, ist vor allem eine Frage der Persönlichkeit. Das ultimativ richtige Ordnungssystem für alle gibt es nicht. Ebenso wenig wird ein Diktat zur sinnvollen Zeiteinteilung nicht jedem helfen. Das individuelle Herausfinden, wie die bekömmliche Herangehensweise aussieht, ist Schwerpunkt des Workshops.

10301 NEU Leitung: Ulrike-Ebba Gräfin von Sparr

Workshop: Schwierige Gespräche sicher führen

1 Abend, Mittwoch, 15.03.2017, 19:00 – 21:15 Uhr, Gebühr: 21,00 €
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach

Um schwierige Gespräche erfolgreich zum gewünschten Ziel zu führen, sollte vor allem die momentane Sprachlosigkeit überwunden werden. Die stressigen Situationen sind vielfältig, wie Besprechungen und Meetings, in der Kritik zu stehen, eine Präsentation zu absolvieren oder ein privater Gesprächskonflikt. Die weiterführende Strategie erfordert bedachtes Reagieren und geschicktes Argumentieren. Mit Übung und entsprechenden Tipps verstärkt sich die Erfahrung, sicher durch eine stressfreie Kommunikation zu navigieren.

10302 NEU Leitung: Erika Kaiser-Mihal, Dipl. Ökonomin

Seminar Kommunikationstraining „Gespräche erfolgreich führen“

2 Termine – Mittwoch, 21.06.2017 und 28.06.2017, 17:30-20:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Schreibutensilien und Getränk - Gebühr: 69,50 €

Möchten Sie die Geheimnisse erfolgreicher Kommunikation entdecken, Ihre Kommunikations- und Konfliktfähigkeit stärken? Lernen Sie, Ihre Ziele, Interessen und Bedürfnisse zu vertreten, ohne negative Spannungen zu erzeugen. Hier bekommen Sie das unentbehrliche Rüstzeug, damit Sie in Gesprächen Kompetenz, Sicherheit und Gelassenheit ausstrahlen.
Inhalte:
- Störfaktoren in der Kommunikation
- Die wichtigsten Gesprächsförderer – Wie kann ich Gespräche besser steuern?
- Aktives Zuhören, Fragetechniken
- Konflikte ansprechen – Ich -/ Du-Botschaften
- Kritik konstruktiv formulieren
- Wichtige Gespräche gezielt vorbereiten
- Gesprächsleitfaden für schwierige Gespräche

Methoden: theoretischer Input und viele praxisnahe Übungen

Lebensqualität Karlsbader Bienensommer

Töpferwerkstatt: Keramikbienen

Unterschlupf für Nützlinge und toller Hingucker für Garten oder Balkon

20608 NEU Leitung: Hielta Schlifkowitz
2 Vormittag, Dienstag, 07.03.17 + 28.03.17, je 10:30 - 12:00 Uhr
Gebühr: 15,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)

20609 NEU Leitung: Hielta Schlifkowitz

Töpferwerkstatt: Keramikbienen

Unterschlupf für Nützlinge und toller Hingucker für Garten oder Balkon
2 Abende, Donnerstag, 09.03.17 + 30.03.17, je 18:30 - 20:00 Uhr
Gebühr: 15,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)

20610 NEU Leitung: Hielta Schlifkowitz

Töpferwerkstatt: Keramikbienen

Unterschlupf für Nützlinge und toller Hingucker für Garten oder Balkon
2 Abende, Donnerstag, 29.06.17 + 20.07.17, je 18:30 - 20:00 Uhr
Gebühr: 15,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)

20611 NEU Leitung: Hielta Schlifkowitz

Töpferwerkstatt: Keramikbienen

Unterschlupf für Nützlinge und toller Hingucker für Garten oder Balkon
2 Vormittage, Dienstag, 20.06.17 + 11.07.17, je 10:30 - 12:00 Uhr
Gebühr: 15,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)

Eine detaillierte Kursbeschreibung „Töpferwerkstatt Keramikbienen" finden Sie auf Seite 47.

Sie finden das komplette Vhs-Semesterprogramm
sowie aktuelle Informationen online unter
www.vhs-karlsbad.de
und können sich dort **online** oder per
eMail **info@vhs-karlsbad.de**
anmelden

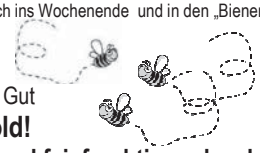
30716 NEU Leitung: Claudia Zwietasch

„Kleines Naschbuffet aus Wildblüten und Honig"

Wissenswertes zu Wildblüten / Wildkräutern verbunden mit einem kleinen Kochkurs

1 Abend, Freitag, 12.05.2017, 17:30 - 20:30 Uhr
Gebühr: 28,00 € inkl. Lebensmittelkosten
Ort: Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Getränk, Geschirrtuch, evtl. kleines scharfes Messer

Auf unseren Streuobstwiesen gibt es viele fleißigen Bienen, die ihren Nektar von den heimischen Wildblumen sammeln und zu leckerem Honig verarbeiten. Wir wollen diese wilden Blüten besser kennenlernen und zu einem kleinen „Wildblüten-Honig-Menü" verarbeiten. Dabei werden wir neben den schon bekannten Vertretern wie Gänseblümchen, Löwenzahn und Rotklee auch mehr über andere essbaren Blüten erfahren. Zum Abschluss werden wir unser kleines „Gourmetbuffet" mit einem „Blüten-Gin-Bee"-Cocktail genießen. Freuen Sie sich auf einen interessanten und informativen Freitagabend und starten Sie kulinarisch mit unserer Wildkräuter-Expertin, Frau Claudia Zwietasch, und dem kleinen Naschbuffet köstlich ins Wochenende und in den „Bienensommer 2017".



30717 NEU Leitung: Beate Gut

HONIG - das süße Gold!

Herzhaftes und Süßes, mal feinfruchtig und mal herb rauchig – Geschmackserlebnis Honig!

1 Abend, Donnerstag, 06.07.2017, 18:30 - 21:30 Uhr
Gebühr: 32,00 € inkl. Lebensmittelkosten

Honig bietet ein breites Aromen-Spektrum, von feinfruchtig bis streng rauchig.
Honig – ein leckeres Geschmackserlebnis und pure Genussvielfalt.
Honig – goldener Saft der Wunder schafft!? Bereits Hippokrates schwur auf die Heilkraft des Honigs! Gemeinsam mit Ihnen möchte Frau Beate Gut – Ernährungsfachkraft – die wunderbare Sortenvielfalt des Honigs in raffinierten süßen und herzhaften Schmankerln und Gerichten erleben. Lassen Sie sich überraschen, riechen, schmecken und genießen Sie mit unserem Kochkurs einen köstlichen Part des „Bienensommer 2017"!

MESSAROS
Ihre Albtal Metzgerei
Geniessen mit gutem Gewissen!
info@messaros.de
www.messaros.de
Hohbergstr. 21
76337 Waldbronn-Etzenrot
Tel.: 0 72 43 / 60 62 34
Fax: 0 72 43 / 60 62 35
Weierer Str. 7
76275 Ettlingen-Schöllbronn
Tel.: 0 72 43 / 52 72 12
Fax: 0 72 43 / 60 62 35

Lebensqualität – Genuss für Leib und Seele

Wein-Seminar

30713 Leitung: Gerhard Neye
WEIN-SEMINAR
Mit dem Ökowinzer draußen im Weinberg und anschließender großen Weindegustation mit frisch gebackener Quiche und einem Bio-Käseteller auf dem Weingut. Nehmen Sie sich eine Auszeit und gönnen Sie sich diesen genussvollen Tag mit dem Ökowinzer des Kuckuckshofs Gerhard Neye!
1 Termin, 24.06.2017, Samstag, 14:00 - 22:00 Uhr
Ort: Treffpunkt Öko-Weingut Neye, Ittersbach
Gebühr: 45,00 € inkl. große Weindegustation, frisch gebackener Quiche und Biokäseteller – Seminardetails siehe Seite 70

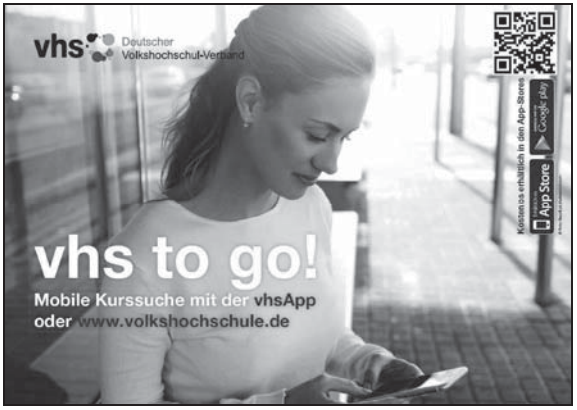
Rum-Tasting

30714 NEU Leitung: Cyrus Ardjomandi
Tasting: Rum und Rhum aus der Karibik
Eine kleine, exzellente Auswahl, lassen Sie sich genussvoll überraschen!
1 Abend, Samstag, 15.07.2017, 19:00 - 21:30 Uhr, Langensteinbach
Gebühr: 63,00 € inkl. Rumverkostung (5 Stück) und Leckerbissen
Details des Tastings siehe Seite 70

Whisky-Tasting

30715 NEU Leitung: Cyrus Ardjomandi
Whisky - Inhouse - Tasting:
Especially for you and your friends – surprice enjoyment
1 Abend, Dauer ca. 3 Stunden, ab 8 Personen
Thema und Termin für diese exklusive Whisky-Verkostung stimmen wir individuell für Sie ab. Details des Tastings siehe Seite 70

Immer eine gute Idee ⇨ Vhs-*Geschenkgutschein*
Telefonische Beratung und Bestellung ⇨ **0 72 02 – 17 93**



Kulturelle Bildung KREATIVKURSE

Kultur macht stark

In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden. Im Bereich der kulturellen Medienbildung finden Sie Angebote, in denen Sie lernen, sich den vielfältigen Herausforderungen im Prozess der Digitalisierung der Gesellschaft zu stellen und sich in allen Lebensbereichen zu orientieren. Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland" in ihrem Abschlussbericht.

Malen und Zeichnen

„Kunst-Werkstatt-Kurse“
in Kooperation mit der
Kunst- und Musikschule Karlsbad

20501 Leitung: Hans Singbartl
Kunst-Werkstatt am Nachmittag:
Malen und Zeichnen mit Hans Singbartl für Anfänger und Fortgeschrittene mit verschiedenen Techniken
8 Nachmittage, 16.02.2017-27.04.2017, Donnerstag, 14:00-16:00 Uhr
Ort: Kunst-Atelier Kunst- und Musikschule Karlsbad
Mitzubringen: wird beim ersten Kurstermin besprochen! Falls vorhanden: Malutensilien jeglicher Art.
Gebühr: 82,00 € (Kleingruppe max. 5 Pers.)
Die Kunst wischt den Staub des Alltags von der Seele!
>Pablo Picasso, 1881-1973, spanischer Grafiker, Maler und Bildhauer<
In unserer Kunst-Werkstatt können Sie es Pablo Picasso gleich tun: lassen Sie Ihrer künstlerischen Ader freien Lauf - verwirklichen Sie diese nach Lust und Laune oder entdecken Sie diese ganz neu!

20502 Leitung: Hans Singbartl
Kunst-Werkstatt am Nachmittag:
Malen und Zeichnen mit Hans Singbartl für Anfänger und Fortgeschrittene mit verschiedenen Techniken
8 Nachmittage, 11.05.2017-20.07.2017, Donnerstag, 14:00-16:00 Uhr
Ort: Kunst-Atelier Kunst- und Musikschule Karlsbad
Mitzubringen: wird beim ersten Kurstermin besprochen! Falls vorhanden: Malutensilien jeglicher Art.
Gebühr: 82,00 € (Kleingruppe max. 5 Pers.), Kursinhalt siehe **20501**

20503 NEU Leitung: Hans Singbartl
Kunst-Wochenende in den Faschingsferien
Acryl-Kurs mit Hans Singbartl für Anfänger und Fortgeschrittene mit verschiedenen Techniken
2 Termine, Freitag, 03.03., 18-22 Uhr + Samstag, 04.03.17, 10-17 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen falls vorhanden: Malutensilien jeglicher Art sowie Maluntergrund (Papier, Keilrahmen etc.), Vesper, Getränk
Material: Farben (besorgt der Kursleiter) werden direkt nach Verbrauch im Workshop abgerechnet.
Gebühr: 58,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch
Die Kunst wischt den Staub des Alltags von der Seele!
>Pablo Picasso, 1881-1973, spanischer Grafiker, Maler und Bildhauer<
Im Kunst-Wochenende mit Hans Singbartl können Sie es Pablo Picasso gleich tun: lassen Sie Ihrer künstlerischen Ader freien Lauf - verwirklichen Sie diese nach Lust und Laune oder entdecken Sie diese ganz neu!

20504 NEU Leitung: Hans Singbartl
Kunst-Werkstatt am Wochenende
Starten Sie „bunt“ in den Frühling im Acryl-Kurs mit Hans Singbartl für Anfänger und Fortgeschrittene
2 Termine, Freitag, 24.03., 18-22 Uhr + Samstag, 25.03.17, 10-17 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen falls vorhanden: Malutensilien jeglicher Art sowie Maluntergrund (Papier, Keilrahmen etc.), Vesper, Getränk
Material: Farben (besorgt der Kursleiter) werden direkt nach Verbrauch im Workshop abgerechnet.
Gebühr: 58,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch
Kursinhalt siehe **20503**

20505 NEU Leitung: Angela Wetterauer
Wochenend-Workshop:
Drunter und Drüber – in die Tiefe geschaut
Mischtechnik in Acryl – für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
Dienstag, 07.02.2017 Besprechungsabend, 18:30 - 20:00 Uhr
Freitag, 10.02.2017 "Malen", 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 11.02.2017 "Malen", 10:00 - 16:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 58,00 €
Verschiedene Alltagsmaterialien werden mit Farben und Füllmaterial verbunden. Durch collagieren, schichten, malen, abwaschen und abkratzen entstehen spannende abstrakte Bildkompositionen auf Leinwand, Holz, Pappkarton und ähnlichen Untergründen.
Mitzubringen: Alltagsmaterialien wie Papiere, Stoffreste, Rinde, Bast, Texte…, Acrylfarben und Pinsel und Leinwand/Untergrund
Info XL-Keilrahmen: Soll die Kursleitung Ihren XL-Keilrahmen/Untergrund besorgen, können Sie ihn am Besprechungsabend bestellen.
Info Material: Spachtelmasse und Füllmaterial - werden gestellt und direkt mit der Kursleitung im Kurs nach Verbrauch in bar abgerechnet.

20506 Leitung: Franz Peter Maag
Wochenend-Workshop:
Der Weg zur Abstraktion
Malen in Acryl / Pastell - Mischtechnik
In diesem Workshop können Sie Ihre künstlerische Ader nach Lust und Laune verwirklichen oder ganz neu entdecken.
2 Termine, Freitag, 28.04.2017, 19:00-22:00 Uhr und Samstag, 29.04.2017, 09:30 bis 16:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 58,00 €
Mitzubringen: Leinwand / Malkarton mind. DIN A3, Bleistift 4B und Zeichenkohle, Borstenpinsel und sonstige Malutensilien (z.B. Wasserbehälter, Palette etc.) sowie Acrylfarben (rot, reines gelb, blau, weiß und schwarz) und ein Sortiment Ölpastellfarben.
Der schöpferische Prozess beginnt mit Chaos. Aus dem Bauch heraus und aus bestimmten Gefühlssituationen entstehen Bewegungen mittels Farbe auf der Leinwand. Jetzt kommt der rationale Bildaufbau. Mit Grundstrukturen der Bildgestaltung und Symbolen setzt man sich nun mit dem Bild auseinander, um dadurch die Komposition voranzutreiben.

20507 Leitung: Franz Peter Maag
Wochenend-Workshop:
Empfindungen - Malen in Acryl / Pastell - Mischtechnik
In diesem Workshop können Sie Ihre kreative Seite mit Lust und Spaß ausleben oder ganz neu entdecken.
2 Termine, Freitag, 17.03.2017, 19:00 – 22:00 Uhr und Samstag, 18.03.2017, 09:30 - 16:30 Uhr, Gebühr: 58,00 €
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Leinwand / Malkarton mind. DIN A3, Bleistift 4B und Zeichenkohle, Borstenpinsel und sonstige Malutensilien (z.B. Wasserbehälter, Palette etc.) sowie Acrylfarben (rot, reines gelb, blau, weiß und schwarz) und ein Sortiment Ölpastellfarben.
Ende der Winterzeit, Frühjahresbeginn, Frühling, Neubeginn - all dies kann unter künstlerischer Anleitung, naturell oder abstrakt, in diesen Workshop umgesetzt werden. Kompositionen und Bildgestaltung stehen dabei im Vordergrund.

20508 NEU Leitung: N.,N.
Kunst-Werkstatt: Malen am Vormittag - für Anfänger und Fortgeschrittene mit verschiedenen Techniken
5 Vormittage, 07.03.2017 – 04.04.2017, Dienstag, 09:30 - 11:30 Uhr
Ort: Kunst-Atelier Kunst- und Musikschule Karlsbad
Mitzubringen: wird beim ersten Kurstermin besprochen! Falls vorhanden: Malutensilien jeglicher Art.
Gebühr: 62,00 € (Kleingruppe max. 5 Pers.)
"Zeichnen ist die Kunst Striche spazieren zu führen"
>Paul Klee, 1879-1940, deutscher Maler und Grafiker<
In unserem Vormittagskurs können Sie es Paul Klee gleich tun: lassen Sie Ihrer künstlerischen Ader freien Lauf. Führen Sie mit Pinsel und Stift Striche spazieren und "gehen" Sie auf Ihren ganz persönlichen Kunst-Spaziergang. Entdecken Sie Wege, Straßen, Gassen, Autobahnen und neue Pfade der Kunst.

Wir sind gerne für Sie da!

Kontakt- und Öffnungszeiten der Vhs-Geschäftsstelle:

- Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag von 09:00 bis 12:00 Uhr
- Montagabend von 17:00 bis 19:00 Uhr

Jederzeit: vhs-karlsbad.de / info@vhs-karlsbad.de

Töpferkurse

Kursinhalt: Sie möchten in einer kleinen Gruppe (Höchstteilnehmerzahl: 6 Personen) Ihre kreativen Ideen in Ton verwirklichen. Ob Sie sich nun für einen Vormittags-, Nachmittags- oder Abendtermin entscheiden, Sie werden dieses Ziel unter fachlicher Anleitung erreichen. Unsere Kursleitung gibt Ihnen individuelle Hilfeleistung bei der Planung und Umsetzung Ihrer Objekte. Wir arbeiten mit weißem Ton und ausschließlich mit lebensmittelechten Glasuren. Die fertigen Stücke sind wasserdicht, spülmaschinen- und mikrowellengeeignet und bedingt frostfest. Alle Kurse sind sowohl für Anfänger/innen als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach, Vhs, Wikingerstr. 9, Gebäude 5, KG
Mitzubringen: Schürze oder bitte „Arbeits"-Kleidung anziehen

20601 Leitung: Heike Müller
Kreativ ins Wochenende starten...
After-Work-Töpfern
2 Abende, Freitag, 13.01.2017+ 03.02.2017, je 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 30,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)

20602 Leitung: Hielta Schlifkowitz
After-Work-Töpfern
2 Abende, 26.01.2017, 16.02.2017
Donnerstag, 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 30,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)

20603 Leitung: Heike Müller
Kreativ ins Wochenende starten...
After-Work-Töpfern
2 Abende, Freitag, 17.02.2017+ 17.03.2017, je 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 30,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)

20604 Leitung: Hielta Schlifkowitz
Töpfern am Vormittag
2 Vormittage, 21.02.2017, 14.03.2016
Dienstag, 10:00 - 12:30 Uhr
Gebühr: 25,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)

20605 Leitung: Heike Müller
Kreativ ins Wochenende starten...
After-Work-Töpfern
2 Abende, Freitag, 12.05.2017+ 02.06.2017, je 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 30,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)

20606 Leitung: Heike Müller
Kreativ ins Wochenende starten...
After-Work-Töpfern
2 Abende, Freitag, 23.06.2017+ 14.07.2017, je 18:00 - 21:00 Uhr
Gebühr: 30,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)

20607 Leitung: Heike Müller
Töpfern am Samstag-Nachmittag
2 Nachmittage, Samstag, 08.04.17 + 06.05.17, je 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 30,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)

Karlsbader Bienensommer
Kreativ-Angebote

20608 NEU Leitung: Hielta Schlifkowitz
Töpferwerkstatt: Keramikbienen
Unterschlupf für Nützlinge und toller Hingucker für Garten oder Balkon
2 Vormittage, Dienstag, 07.03.17 + 28.03.17, je 10:30 - 12:00 Uhr
Gebühr: 15,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)
Natürlich kann man auch einen einfachen Tontopf mit Holzwolle gefüllt als Unterschlupf für viele Nützlinge in die Obstbäume oder in den Garten hängen. Aber die lustigen, geringelten Keramikbienen sind nicht nur ein viel schönerer Blickfang, sondern ziehen durch ihre gelbe Farbe die nützlichen Tierchen auch noch magisch an.
Sie lassen sich in Bäume hängen, aber auch auf Pfähle stecken oder leisten in Balkonkästen den Sommerblumen Gesellschaft.
Unter der Leitung unserer Keramikerin, Frau Hielta Schlifkowitz, können Sie mit etwas Geschick die lustigen Bienchen leicht selbst gestalten. Beim ersten Termin werden die Tierchen getöpfert, nach ca. 3 Wochen Trocknungsphase und dem Schrühbrand geht's beim zweiten Termin ans Bemalen und Glasieren. Nach dem abschließenden Glasurbrand können die Bienen zum Heimflug in Ihren Garten oder auf Ihren Balkon starten.

Foto privat

Lustige Nützlingsparade – die Keramikbienen im Einsatz

Töpfern in der VHS

Sie sind eine kleine Gruppe mit maximal 6 Personen und möchten gemeinsam töpfern.

Gerne organisieren wir für Sie einen Kurs zu Ihrem Wunschtermin.

Interesse? Informieren Sie sich ganz unverbindlich bei der Vhs Geschäftsstelle Telefon 07202-1793 oder Email info@vhs-karlsbad.de

20609 NEU Leitung: Hielta Schlifkowitz

Töpferwerkstatt: Keramikbienen

Unterschlupf für Nützlinge und toller Hingucker für Garten oder Balkon

2 Abende, Donnerstag, 09.03.17 + 30.03.17, je 18:30 - 20:00 Uhr
Gebühr: 15,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)
Kursinhalt siehe Kursnummer: **20608**

20610 NEU Leitung: Hielta Schlifkowitz

Töpferwerkstatt: Keramikbienen

Unterschlupf für Nützlinge und toller Hingucker für Garten oder Balkon

2 Abende, Donnerstag, 29.06.17 + 20.07.17, je 18:30 - 20:00 Uhr
Gebühr: 15,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)
Kursinhalt siehe Kursnummer: **20608**

20611 NEU Leitung: Hielta Schlifkowitz

Töpferwerkstatt: Keramikbienen

Unterschlupf für Nützlinge und toller Hingucker für Garten oder Balkon

2 Vormittage, Dienstag, 20.06.17 + 11.07.17, je 10:30 - 12:00 Uhr
Gebühr: 15,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch (10 €/kg Ton inkl. Glasuren, Schrüh- und Glasurbrand)
Kursinhalt siehe Kursnummer: **20608**

Immer eine gute Idee ⇨ Vhs-*Geschenkgutschein*

Telefonische Beratung und Bestellung ⇨ **0 72 02 – 17 93**

Dorwarth & Partner
Steuerberatungsgesellschaft mbB

Erfolg braucht Kompetenz

Unsere Kanzlei ist kompetent und erfolgreich für gewerbliche Unternehmen, Tankstellenunternehmer, Freiberufler und Privatpersonen tätig. Mit individueller Beratung stehen wir unseren Mandanten zur Seite in den Bereichen:

- Steuerberatung
- Betriebswirtschaftliche Beratung
- Lohn- und Finanzbuchhaltung
- Existenzgründung
- Erben und Schenken

Christian Dorwarth
Dipl.-Kaufmann
Wirtschaftsprüfer
Steuerberater

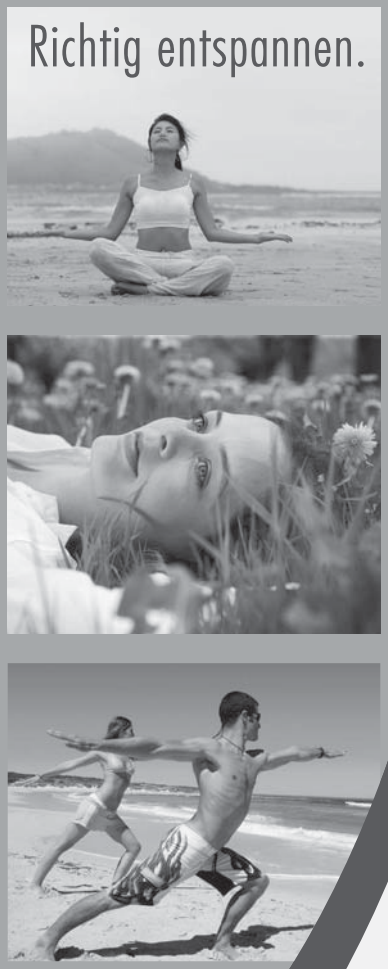
Eric Großmann
Dipl.-Betriebswirt (FH)
Steuerberater

Talstr. 9a • 76337 Waldbronn
Tel. 0 72 43 / 56 88-0 • Fax 0 72 43 / 56 88-99
www.steuerbuero-dorwarth.de
info@steuerbuero-dorwarth.de

VERKAUF
LIEFERUNG
VERLEGUNG
MONTAGE

ALLION
BODENBELÄGE im Design

Torsten Allion
Friedenstraße 34
76337 Waldbronn-Reichenbach
Telefon 07243 3240970
Telefax 07243 3240971
Mobil 0170 4841318



GEMEINSAM AOK vhs AUF KURS Richtung Gesundheit

AOK Die Gesundheitskasse.

Die AOK bietet in Kooperation mit der vhs attraktive Gesundheitskurse im Bereich Entspannung an:

- Yoga
- Qi Gong
- Tai Chi

Bei regelmäßiger Teilnahme (mind. 80 %) ist ein Gesundheitskurs für Sie einmal im Jahr kostenfrei. Einfach Versichertenkarte vorlegen.

Weitere Informationen erhalten Sie bei der vhs oder bei Ihrer AOK.

AOK – Die Gesundheitskasse Mittlerer Oberrhein
Kriegsstraße 41 • 76133 Karlsruhe
Dr. Petra Lücke
Telefon 0721 3711-172
www.aok-bw.de/mor

Kulturelle Bildung
MUSIKalische Praxis

Gitarrenkurse

Wer hat Lust Gitarre zu lernen? In aufeinanderfolgenden Kursen werden bei mir Songs aus den Bereichen Rock, Pop und Liedermacher erarbeitet. Kurs 1 richtet sich an Anfänger ohne Vorkenntnisse. Mit leichten Liedern beginnend, steigt der Schwierigkeitsgrad „Stück für Stück“: von leichten Schlagtechniken und Akkorden bis hin zu komplexen Fingerpicking. Auch Quereinsteiger mit entsprechenden Kenntnissen sind herzlich willkommen.

Info/Fragen: 07244-609544
Volker Langendörfer, Dozent

Mitzubringen:	Gitarre (wenn vorhanden, sonst bitte Rücksprache)
Leitung:	Volker Langendörfer, Gitarrenlehrer
Ort:	Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Preis:	49,50 € / 10 Termine á 60 Minuten in der Gruppe

20801 Leitung: Volker Langendörfer
Gitarre / Kurs 25
10 Abende, 17.01.2017 – 28.03.2017
Dienstag, wöchentlich, 18:40 - 19:40 Uhr

20802 NEU Leitung: Volker Langendörfer
Gitarre für Anfänger ohne Vorkenntnisse
10 Abende, 21.02.2017 – 16.05.2017
Dienstag, wöchentlich, 19:50 - 20:50 Uhr

20803 Leitung: Volker Langendörfer
Gitarre / Kurs 4
10 Abende, 17.01.2017 – 28.03.2017
Dienstag, wöchentlich, 21:00 - 22:00 Uhr

20804 Leitung: Volker Langendörfer
Gitarre / Kurs 5
10 Abende, 20.01.2017 – 31.03.2017
Freitag, wöchentlich, 16:00 - 17:00 Uhr

Musikalische Grundausbildung
auf der Melodica

Neue Kurse ab April
in Langensteinbach und Reichenbach

- **Freude am Instrumentalspiel entwickeln**
- **Elementare Noten- und Pausenwerte lernen**
- **Viele Kinderlieder und Vorspielstücke spielen**
- **Erste Aufführungen erleben**
- **Schulkompetenz fördern**

Info: **Christiane Becker**
Tel. 07202 40071
christiane.becker@accomusica.de

AccoMusica
www.accomusica.de

20805 Leitung: Volker Langendörfer
Gitarre / Kurs 16
10 Abende, 20.01.2017 – 31.03.2017
Freitag, wöchentlich, 17:10 - 18:10 Uhr

20806 Leitung: Volker Langendörfer
Gitarre / Kurs 11
10 Abende, 20.01.2017 – 31.03.2017
Freitag, wöchentlich, 18:20 - 19:20 Uhr

20807 Leitung: Volker Langendörfer
Gitarre / Kurs 2
10 Abende, 20.01.2017 – 31.03.2017
Freitag, wöchentlich, 19:30 - 20:30 Uhr

20808 NEU **Zupfmusik-Werkstatt**
Ukulele – Mandoline – keltische Harfe – Liedbegleitung
unter der Leitung von Michael Ariel Friedmann
Gerne organisieren wir für Sie als Kleingruppe oder auch ganz individuell als Einzelunterricht ⇨ Musikstunden für Ukulele, Mandoline, keltische Harfe für Anfänger/innen und Fortgeschrittene – auch zur Liedbegleitung „Singen & Musizieren“. Gebühr: ab 27,50 €.
Interesse? Wir beraten Sie gerne ganz unverbindlich, Ihre Vhs Karlsbad
Telefon 07202-1793 oder Email info@vhs-karlsbad.de

Gesundheitsbildung
Entspannung & Bewegung

„Vhs macht gesünder!“

belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig. Der Hirnforscher Gerald Hüther ist überzeugt, dass „Begeisterung Dünger für das Gehirn“ ist und weist in seinen Schriften immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnis. Hier werden Sachinformation und Lernen mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte... wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.

Info - Hinweis:
Bei (akuten) Erkrankungen sollten Sie die Teilnahme am Kurs bitte zuerst mit Ihrem Arzt klären, ggf. dessen Zustimmung einholen.

BONUSREGELUNGEN BEI DEN KRANKENKASSEN
Die gesetzlichen Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie den Versicherten im Rahmen des Bonus-Systems anerkennen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse am Ort vor der Anmeldung! Mit der Teilnahmebescheinigung der Volkshochschule und dem Zahlungsbeleg können Sie bei Ihrer Krankenkasse den Stempel für Ihr Bonusheft erhalten.

Orientalischer Tanz

20901 Leitung: Petra Offermanns
Entspannung und orientalischer Tanz
für Einsteigerinnen und Fortgeschrittene
10 Abende, 27.01.2017 – 07.04.2017
Freitag, wöchentlich, 18:00 - 19:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 46,00 €

20902 Leitung: Petra Offermanns
Entspannung und orientalischer Tanz
für Einsteigerinnen und Fortgeschrittene
8 Abende, 05.05.2017 – 14.07.2017
Freitag, wöchentlich, 18:00 - 19:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 36,80 €

Line-Dance

20903 Leitung: Jutta Barocke
Line-Dance für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen (in Auerbach)
für alle tanzbegeisterten Menschen aller Altersgruppen
6 Abende, 11.01.2017 - 05.04.2017
Termine: 11.01., 01.02., 15.02., 08.03., 22.03. und 05.04.2017
Mittwoch, 18:00 - 18:45 Uhr
Ort: Grundschule Auerbach, Gymnastikraum, EG
Mitzubringen: bequeme, leichte Schuhe mit sauberer (Leder)Sohle, Getränk
Gebühr: 26,00 €
Line Dance ist eine Tanzart, die in "lines", also in Reihen, neben- und hintereinander in einer Gruppe, synchron getanzt wird. Bei dieser Art zu tanzen ist kein Partner erforderlich. Jeder einzelne Tanz besteht aus speziellen, kurzen Schrittfolgen -- getanzt wird zu allen Rhythmen, wie z.B. Cha cha, Rumba, Disco Fox, Boogie, Rock'n Roll, Walzer, - zu Schlager, Pop und jeder Art Musik, (Freestyle). Die Tänze sind für alle Altersstufen geeignet, Kondition und Konzentration werden dabei trainiert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich - Hauptsache ist, man hat Freude am Tanzen und möchte etwas für das Wohl von Körper, Seele und Geist tun.

Immer eine gute Idee ⇨ Vhs-*Geschenkgutschein*
Telefonische Beratung und Bestellung ⇨ **0 72 02 – 17 93**

20904 Leitung: Jutta Barocke
Line-Dance für Fortgeschrittene (in Auerbach)
für alle tanzbegeisterten Menschen aller Altersgruppen
6 Abende, 11.01.2017 - 05.04.2017
Termine: 11.01., 01.02., 15.02., 08.03., 22.03. und 05.04.2017
Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Grundschule Auerbach, Gymnastikraum, EG
Mitzubringen: bequeme, leichte Schuhe mit sauberer (Leder)Sohle, Getränk
Gebühr: 48,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nr. **20903**

20905 Leitung: Jutta Barocke
Line-Dance für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen (in Auerbach)
für alle tanzbegeisterten Menschen aller Altersgruppen
6 Abende, 26.04.2017 - 19.07.2017
Termine: 26.04., 10.05., 24.05., 21.06., 05.07. und 19.07.2017
Mittwoch, 18:00 - 18:45 Uhr
Ort: Grundschule Auerbach, Gymnastikraum, EG
Mitzubringen: bequeme, leichte Schuhe mit sauberer (Leder)Sohle, Getränk
Gebühr: 26,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nr. **20903**

20906 Leitung: Jutta Barocke
Line-Dance für Fortgeschrittene (in Auerbach)
für alle tanzbegeisterten Menschen aller Altersgruppen
6 Abende, 26.04.2017 - 19.07.2017
Termine: 26.04., 10.05., 24.05., 21.06., 05.07. und 19.07.2017
Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Grundschule Auerbach, Gymnastikraum, EG
Mitzubringen: bequeme, leichte Schuhe mit sauberer (Leder)Sohle, Getränk
Gebühr: 48,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nr. **20903**

20907 Leitung: Claudia Schuster
Line-Dance für Fortgeschrittene
für alle tanzbegeisterten Menschen aller Altersgruppen
6 Abende, 20.01.2017 – 07.04.2017, Freitag; 18:00 - 19:00 Uhr
Termine: 20.01., 03.02., 17.02., 10.03., 24.03. und 07.04.2017
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme, leichte Schuhe mit sauberer (Leder)-Sohle, Getränk
Voraussetzungen: Vorkenntnisse erforderlich
Gebühr: 32,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nr. **20903**

20908 Leitung: Claudia Schuster
Line-Dance für Fortgeschrittene
für alle tanzbegeisterten Menschen aller Altersgruppen
6 Abende, 20.01.2017 – 07.04.2017, Freitag; 19:15 - 20:45 Uhr
Termine: 20.01., 03.02., 17.02., 10.03., 24.03. und 07.04.2017
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme, leichte Schuhe mit sauberer (Leder)-Sohle, Getränk
Voraussetzungen: Vorkenntnisse erforderlich
Gebühr: 48,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **20903**

20909 Leitung: Claudia Schuster
Line-Dance für Fortgeschrittene
für alle tanzbegeisterten Menschen aller Altersgruppen
6 Abende, 28.04.2017 – 07.07.2017, Freitag; 18:00 - 19:00 Uhr
Termine: 28.04., 05.05., 19.05., 02.06., 23.06. und 07.07.2017
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme, leichte Schuhe mit sauberer (Leder)-Sohle, Getränk
Voraussetzungen: Vorkenntnisse erforderlich
Gebühr: 32,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nr. **20903**

20910 Leitung: Claudia Schuster
Line-Dance für Fortgeschrittene
für alle tanzbegeisterten Menschen aller Altersgruppen
6 Abende, 28.04.2017 – 07.07.2017, Freitag; 19:15 - 20:45 Uhr
Termine: 28.04., 05.05., 19.05., 02.06., 23.06. und 07.07.2017
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme, leichte Schuhe mit sauberer (Leder)-Sohle, Getränk
Voraussetzungen: Vorkenntnisse erforderlich
Gebühr: 48,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **20903**

Wir sind gerne für Sie da!

Kontakt- und Öffnungszeiten der Vhs-Geschäftsstelle:

- Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag von 09:00 bis 12:00 Uhr
- Montagabend von 17:00 bis 19:00 Uhr

Jederzeit: vhs-karlsbad.de / info@vhs-karlsbad.de

Zumba® - Fitness und Tanz

30212 Leitung: Charlene Durst
Zumba® - Fitness und Tanz (in Mutschelbach)
10 Abende, 16.01.2017 – 27.03.2017
Montag, wöchentlich, 19:00 - 20:00 Uhr
Ort: Grundschule Mutschelbach, Raum: Aula, Mutschelbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 42,00 €

30213 Leitung: Charlene Durst
Zumba® - Fitness und Tanz (in Mutschelbach)
10 Abende, 16.01.2017 – 27.03.2017
Montag, wöchentlich, 20:15 - 21:15 Uhr
Ort: Grundschule Mutschelbach, Raum: Aula, Mutschelbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 42,00 €

30214 Leitung: Charlene Durst
Zumba® - Fitness und Tanz (in Mutschelbach)
10 Abende, 24.04.2017 – 17.07.2017
Montag, wöchentlich, 19:00 - 20:00 Uhr
Ort: Grundschule Mutschelbach, Raum: Aula, Mutschelbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 42,00 €

30215 Leitung: Charlene Durst
Zumba® - Fitness und Tanz (in Mutschelbach)
10 Abende, 24.04.2017 – 17.07.2017
Montag, wöchentlich, 20:15 - 21:15 Uhr
Ort: Grundschule Mutschelbach, Raum: Aula, Mutschelbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 42,00 €

30216 Leitung: Liane Bichler
Zumba® – Fitness und Tanz (in Ittersbach)
10 Abende, 10.01.2017 – 21.03.2017
Dienstag, wöchentlich, 19:15 - 20:15 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG, Ittersbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 42,00 €

30217 Leitung: Liane Bichler
Zumba® – Fitness und Tanz (in Ittersbach)
10 Abende, 10.01.2017 – 21.03.2017
Dienstag, wöchentlich, 20:30 - 21:30 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG, Ittersbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 42,00 €

30218 Leitung: Liane Bichler
Zumba® – Fitness und Tanz (in Ittersbach)
10 Abende, 04.04.2017 – 04.07.2017
Dienstag, wöchentlich, 19:15 - 20:15 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG, Ittersbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 42,00 €

30219 Leitung: Liane Bichler
Zumba® – Fitness und Tanz (in Ittersbach)
10 Abende, 04.04.2017 – 04.07.2017
Dienstag, wöchentlich, 20:30 - 21:30 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG, Ittersbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 42,00 €

30220 Leitung: Alexandra Eberhardt
Zumba® – Fitness und Tanz
10 Abende, 19.01.2017 - 30.03.2017
Donnerstag, wöchentlich, 20:15 - 21:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 42,00 €

30221 Leitung: Alexandra Eberhardt
Zumba® – Fitness und Tanz
7 Abende, 11.05.2017 - 13.07.2017
Donnerstag, wöchentlich, 20:15 - 21:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 29,40 €

Vhs-Angebot für das 2. Semester 2017
Ab Anfang Juli 2017 erhalten Sie die neuen Kursangebote online
⇨ vhs-karlsbad.de - Die Broschüre 2.2017 erscheint Mitte Juli 2017

Yoga

Hatha, Detox, Hormon, Lach, Vinyasa Flow, Mama Flow

Im Gegensatz zu anderen, eher spirituellen Yoga-Richtungen steht im Hatha-Yoga der Körper im Mittelpunkt. Bestimmte Körperhaltungen (Asanas), Atemtechniken (Pranayamas) und Entspannungsübungen stärken Körper und Geist und bringen beides in Einklang. Hatha-Yoga trainiert Kraft, Flexibilität und Ausdauer und hat eine beruhigende, ausgleichende Wirkung. Die Asanas zentrieren die Gedanken auf das Hier und Jetzt, mit jedem Atemzug und jeder Bewegung rückt der Alltag weiter weg. Yoga hat die Gesundheit als einheitliches Ganzes zum Ziel, es löst Spannungen und führt zu besserem Allgemeinbefinden. Sie können sich in jedem Alter mit Yoga befassen.

30101 Leitung: Hans-Joachim Gerstner
Hatha-Yoga in Langensteinbach am Morgen
10 Vormittage, 06.03.2017 – 29.05.2017
Montag, wöchentlich, 09:15 - 10:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Legere, bequeme Kleidung, Iso-Matte, Decke
Gebühr: 63,00 €

30102 Leitung: Hans-Joachim Gerstner
Hatha-Yoga
10 Abende, 06.03.2017 – 29.05.2017
Montag, wöchentlich, 19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Decke, kleines Kissen, Isomatte
Gebühr: 63,00 €

30103 Leitung: Hans-Joachim Gerstner
Hatha-Yoga
10 Abende, 09.03.2017 – 01.06.2017
Donnerstag, wöchentlich, 19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Decke, kleines Kissen, Isomatte
Gebühr: 63,00 €

30104 Leitung: Hans-Joachim Gerstner
Hatha-Yoga in Langensteinbach am Morgen
6 Vormittage, 19.06.2017 – 24.07.2017
Montag, wöchentlich, 09:15 - 10:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Legere, bequeme Kleidung, Iso-Matte, Decke
Gebühr: 37,80 €

30105 Leitung: Hans-Joachim Gerstner
Hatha-Yoga
6 Abende, 19.06.2017 – 24.07.2017
Montag, wöchentlich, 19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Decke, kleines Kissen, Isomatte
Gebühr: 37,80 €

30106 Leitung: Hans-Joachim Gerstner
Hatha-Yoga
6 Abende, 22.06.2017 – 27.07.2017
Donnerstag, wöchentlich, 19:30 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Decke, kleines Kissen, Isomatte
Gebühr: 37,80 €

30107 Leitung: Verena La Spina
Schwangeren-Yoga - Mama flow
4 Abende, 30.01.2017 - 20.02.2017
Montag, wöchentlich, 20:00 - 21:30 Uhr
Ort: Grundschule Auerbach, Gymnastiksaal, EG
Mitzubringen: Isomatte, Decke, kleines Kissen
Gebühr: 28,00 €
Schwangeren Yoga ist eine wunderschöne Möglichkeit, den eigenen, sich in der Schwangerschaft verändernden Körper bewusst kennenzulernen. Selbst wenn Du zuvor noch kein Yoga gemacht hast, helfen die sanften Übungen das eigene, sowie das Wohlbefinden Deines Kindes zu steigern, den Kontakt und die innere Bindung zu Deinem Kind ganz liebevoll und intensiv zu vertiefen und aufkommende Gedanken, Gefühlen und Ängsten mit mehr Ruhe und Ausgeglichenheit zu begegnen. Sanfte , ruhige und entspannende Flows zu harmonischer Musik.

Info - Hinweis:
Bei (akuten) Erkrankungen sollten Sie die Teilnahme am Kurs bitte zuerst mit Ihrem Arzt klären, ggf. dessen Zustimmung einholen.

BONUSREGELUNGEN BEI DEN KRANKENKASSEN
Die gesetzlichen Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie den Versicherten im Rahmen des Bonus-Systems anerkennen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse am Ort vor der Anmeldung! Mit der Teilnahmebescheinigung der Volkshochschule und dem Zahlungsbeleg können Sie bei Ihrer Krankenkasse den Stempel für Ihr Bonusheft erhalten.

30108 Leitung: Verena La Spina
Schwangeren-Yoga - Mama flow
4 Abende, 06.03.2017 - 27.03.2017
Montag, wöchentlich, 20:00 - 21:30 Uhr
Ort: Grundschule Auerbach, Gymnastiksaal, EG
Mitzubringen: Isomatte, Decke, kleines Kissen
Gebühr: 28,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **30107**

30109 Leitung: Verena La Spina
Schwangeren-Yoga - Mama flow
4 Abende, 08.05.2017 - 29.05.2017
Montag, wöchentlich, 20:00 - 21:30 Uhr
Ort: Grundschule Auerbach, Gymnastiksaal, EG
Mitzubringen: Isomatte, Decke, kleines Kissen
Gebühr: 28,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **30107**

30110 NEU Leitung: Verena La Spina
Yoga-Vinyasa Flow… suchst Du Leichtigkeit, Kraft, Beweglichkeit, aber auch Entspannung in Deinem Leben?
8 Abende, 03.02.2017 - 31.03.2017
Freitag, 18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Grundschule Auerbach, Gymnastiksaal, EG
Mitzubringen: Isomatte, Decke, kleines Kissen
Gebühr: 56,00 €
Vinyasa Flow Yoga ist ein dynamischer Yogastil mit fließenden, fast Tanz ähnlichen Sequenzen aus verschiedenen Körperhaltungen, die dem Fluss des Atems folgen und von diesem angeleitet werden. Die wohl bekannteste Vinyasa ist der Sonnengruß. Bewegung und Atem verschmelzen im Flow zu einem Erlebnis, halten die Gedanken im "Hier & Jetzt", beruhigen den Geist, öffnen das Herz und entspannen somit körperlich und emotional. Es entsteht ein besseres Körpergefühl, sowie Kraft, Flexibilität und Ausdauer. Geübt wird mit Musik, Lebensfreude und viel Spaß an Bewegung, immer mit abschließender Entspannungseinheit.

Info - Bitte beachten:
Kurse in unserem Programm zu evtl. folgenden Themen / Angeboten finden grundsätzlich „Ohne wissenschaftliche Grundlage“ statt:
Positives Denken, mentale Methoden zur Harmonisierung von Körper und Geist, Klopftechnik, Hildegard von Bingen, Heilsteine etc.

30111 NEU Leitung: Verena La Spina
Yoga-Vinyasa Flow… suchst Du Leichtigkeit, Kraft, Beweglichkeit, aber auch Entspannung in Deinem Leben?
6 Abende, 05.05.2017 - 30.06.2017
Freitag, 18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Grundschule Auerbach, Gymnastiksaal, EG
Mitzubringen: Isomatte, Decke, kleines Kissen
Gebühr: 42,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **30110**

30112 Leitung: Heike Schmidt-Schaar
Workshop: Lach-Yoga
1 Abend, Dienstag, 21.02.2017, 18:00 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Decke, kleines Kissen, Isomatte, Wasser zum Trinken
Gebühr: 14,00 €
Kinder lachen spontan bis zu 400-mal am Tag. Erwachsene bringen es mitunter nur noch auf 10-mal am Tag. Dabei gehört Lachen zu den schönsten Dingen der Welt, stärkt das Immunsystem und setzt einen ganzen Cocktail von Glückshormonen im Gehirn frei ohne zu denken. Die Lungenflügel weiten sich, das Zwerchfell vibriert in höchsten Tönen. Die Auswirkungen von Stress lösen sich auf. Lachen macht glücklich, bringt neue Energie und verhilft zu positiver Grundeinstellung, mit der Folge einer merkbar besseren Ausstrahlung. Warum das so ist und vor allen Dingen, wie das funktioniert, erfahren Sie in diesem Workshop. Fortan lassen sich Elemente und Ideen aus dem Lach-Yoga und aus der Laughter Wellness spielend leicht in die Seminare integrieren. Sei es zum Auflockern, Aufheiterung oder einfach nur so für Zwischendurch, denn lachende Menschen lernen leichter. Die Übungen des Lach-Yogas sind einfach zu erlernen und erfordern keinerlei Vorkenntnisse. Es winken gute Laune und mehr Energie...

30113 Leitung: Heike Schmidt-Schaar
Workshop: Lach-Yoga
1 Abend, Dienstag, 21.03.2017, 18:00 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Decke, kleines Kissen, Isomatte, Wasser zum Trinken
Gebühr: 14,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **30112**

Immer eine gute Idee ⇨ Vhs-*Geschenkgutschein*
Telefonische Beratung und Bestellung ⇨ **0 72 02 – 17 93**

30114 Leitung: Heike Schmidt-Schaar
Workshop: Lach-Yoga
1 Abend, Freitag, 07.04.2017, 18:00 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Decke, kleines Kissen, Isomatte, Wasser zum Trinken
Gebühr: 14,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **30112**

30115 NEU Leitung: Heike Schmidt-Schaar
Lachwanderung „Wir Lachen uns einen Ast!“
1 Vormittag, Samstag, 06.05.17, 10:30 - 14:30 Uhr
Treffpunkt: St.-Barbara Ruine (bei Regen → Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach)
Mitzubringen: Vesper und Getränk
Gebühr: 28,00 €
Nach einer kleinen Einführung am Treffpunkt starten wir, genießen angeregt plaudernd die Natur, freuen uns darüber, mit interessanten Menschen zusammen zu sein - und zwischendurch sorgen Lach-Übungen für Spaß und gute Laune. Kichern Sie mit beim Begrüßungs-Lachen, laufen Sie mit der Humorbrille durch den Wald, giggeln Sie ins Handy beim Handy-Lachen... Durch die Bewegung an der frischen Luft und die Tiefenatmung beim Lach-Yoga versorgen wir unseren Organismus mit einer ordentlichen Portion Sauerstoff - eine Wohltat für Körper, Geist und Seele.
Die Wanderung dauert 4 Stunden und ist für jeden, der einigermaßen gut zu Fuß ist, geeignet. Sie sollten im Rucksack eine kleine Brotzeit dabei haben und vor allem: ausreichend zu trinken. Eine kleine Decke würde die Sache abrunden.
Die Wanderung findet nur bei trockenem Wetter statt! Bei Regen werden wir Ausweichen in die Vhs ausweichen und einen Workshop durchführen!

30116 Leitung: Claudia Rastetter
Workshop: Detox-Yoga
1 Vormittag, Samstag, 18.02.2017, 10:00 - 13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 36,00 €
Spezielle Asanas (Übungen) verbunden mit Pranayama (Atemübungen) sind hier angesagt. Genieße danach einen frisch zubereiteten "Grünen Smoothie", der den ganzen Körper wieder mineralisiert, entgiftet und entschlackt, die Zellen auf Trab bringt und für mehr Leichtigkeit sorgt. Erhalte wertvolles Wissen, was das Grünzeug alles für eine Power und welche Wirkung es auf unseren Körper hat. Gerade das Chlorophyll im Pflanzengrün ist die beste Therapie und um ein vielfaches wirksamer, nur ohne Nebenwirkungen.

30117 Leitung: Claudia Rastetter
Workshop: Detox-Yoga
1 Vormittag, Samstag, 01.04.2017, 10:00 - 13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 36,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **30116**

30118 Leitung: Claudia Rastetter
Workshop: „Lerne 3 Yogastile an einem Vormittag“
Yoga Mix - Einführung in verschiedene Yogastile
Detox-Yoga, Hatha-Yoga und Hormon-Yoga
1 Vormittag, Samstag, 11.03.2017, 10:00 - 12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 25,00 €
Lerne 3 Yogastile am Vormittag
Bei **DETOX-Yoga** werden mehr Drehübungen gemacht, die ganzen Organe erhalten durch die Übungen eine Massage, die den Stoffwechsel anregen Der Abtransport von giftigen Schlacken wird angeregt und neue Energie geschenkt. Yoga entgiftet nicht nur den Körper, sondern auch Geist und Seele.
HORMON-Yoga ist eine sehr wirkungsvolle Yogapraxis, die auf den Körper verjüngend wirkt. Diese Übungsreihe hat sich bei Frauen bewährt, die nicht schwanger werden konnten, oder bei Wechseljahresbeschwerden. Durch Asanas (Übungen), verbunden mit Pranayama (Atemübungen) und Energielenkung kann man den Körper wieder aufladen und energetisieren.
HATHA-Yoga ist eine Form des Yoga, bei der das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist vor allem durch körperliche Übungen, durch Atemübungen und Meditation angestrebt wird. Ha heißt Sonne (Kraft, erhitzend) und Tha heißt Mond (Stille, kühlend).

30119 Leitung: Claudia Rastetter
Workshop: Workshop: „Lerne 3 Yogastile an einem Vormittag“
Yoga Mix - Einführung in verschiedene Yogastile
Detox-Yoga, Hatha-Yoga und Hormon-Yoga
1 Vormittag, Samstag, 20.05.2017, 10:00 - 12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 25,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **30118**

Info - Hinweis: Bei (akuten) Erkrankungen sollten Sie die Teilnahme an einem Kurs bitte zuerst mit Ihrem Arzt klären, ggf. dessen Zustimmung einholen.

Gesamtangebot + aktuelle Informationen ⇨ vhs-karlsbad.de

30120 Leitung: Claudia Rastetter
Workshop: Hormon-Yoga
1 Vormittag, Samstag, 18.03.2017, 10:00 - 13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Matte, Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung
Gebühr: 36,00 €
Bei dem **Hormon-Yoga** handelt es sich um eine verjüngende Yoga-Reihe, die besonders für Frauen geeignet ist. Durch die spezifischen Körperübungen, verbunden mit wirkungsvollen Atemtechniken und konzentrierter Energielenkung zeige ich dir in meinem Workshop einen Weg, wie du deinen Hormonhaushalt harmonisieren kannst und deinen Beckenboden nachhaltig stärkst. Durch die aufgebaute Energie und die verbesserte Durchblutung im Unterleib konnte schon vielen Frauen mit Hormonschwankungen, Wechseljahrbeschwerden, Kinderwunsch uvm. entscheidend auf natürliche Weise geholfen werden. Die erste Kurshälfte besteht aus Theorie und die andere Hälfte aus praktischen Übungen. Eine Teilnahme bei Schwangerschaft, Endometriose oder Östrogen bedingtem Brustkrebs ist nicht erlaubt. Ggf. klären Sie bei sonstigen Beeinträchtigungen die Teilnahme vorher mit Ihrem Arzt ab.

30121 Leitung: Claudia Rastetter
Workshop: Hormon-Yoga
1 Vormittag, Samstag, 22.07.2017, 10:00 - 13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Matte, Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung
Gebühr: 36,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **30120**

Qigong

Das aus China stammende Qigong kann auf eine jahrtausend alte Entwicklung zurückblicken. Die langsamen, konzentrierten Bewegungsabläufe führen uns innerlich zur Ruhe, verhelfen uns zu größerer Beweglichkeit (Wirbelsäule), bewahren und mehren unsere Lebensenergie. Gemäß dem ganzheitlichen Ansatz der TCM (Traditionelle chinesische Medizin) sind die Übungen darauf abgestimmt Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Sie sind leicht erlernbar und können jederzeit zu Hause geübt werden.

Info Mitzubringen: Bitte bei allen Qigong-Kursen bequeme Kleidung, Iso-Matte, warme Socken mitbringen/anziehen.

Info „Unterrichtsort“: Alle Qigong-Kurse finden in Räumlichkeiten im Gebäudekomplex der Grundschule Langensteinbach statt.

30122 Leitung: Heike Zimmermann
Qigong – ein Weg…
zu mehr Gelassenheit, Präsenz, Achtsamkeit und Gesundheit
10 Abende, 01.02.2017 - 26.04.2017
Mittwoch, wöchentlich, 19:30 - 21:00 Uhr - Gebühr: 63,00 €

30123 Leitung: Heike Zimmermann
Qigong – ein Weg…
zu mehr Gelassenheit, Präsenz, Achtsamkeit und Gesundheit
8 Abende, 10.05.2017 – 12.07.2017
Mittwoch, wöchentlich, 19:30 - 21:00 Uhr - Gebühr: 50,40 €

30124 Leitung: Manuela Erbrecht
Qigong am Vormittag
10 Vormittage, 13.02.2017 – 15.05.2017
Montag, wöchentlich, 11:00 – 12:15 Uhr - Gebühr: 54,00 €

Info - Hinweis: Bei (akuten) Erkrankungen sollten Sie die Teilnahme an einem Kurs bitte zuerst mit Ihrem Arzt klären, ggf. dessen Zustimmung einholen.

Mit Herz und Verstand...
... für Ihre Gesundheit!
Unser Leistungsspektrum:
- Beratung rund um das Arzneimittel
- Homöopathie und Naturheilverfahren
- Anmessen von Bandagen und Kompressionsstrümpfen
- Impfberatung
- Individuelle Rezepturen
- Blutuntersuchungen (Cholesterin, Blutzucker)
- Geräte-Verleihservice
Und vieles mehr!
St. Barbara Apotheke
Ilse Denninger
Apothekerin, Heilpraktikerin
Hauptstr. 29
76307 Karlsbad
Tel 07202 / 7122
Fax 07202 / 3346
www.st-barbara-apotheke-karlsbad.de
Wir sind nach DIN ISO 9001-2008 qu.int.as zertifiziert.

Entspannung, Meditation; Autogenes Training

30125 Leitung: Katja Bronner-Niebergall
Schnupperabend: Einführung in die Entspannungstechniken autogenes Training und Meditation
1 Abend, 26.01.2017, Donnerstag, 17:30 - 19:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Iso-Matte, kleines Kissen, warme Socken, Decke
Gebühr: 10,50 €
Sie suchen schon seit einiger Zeit eine Entspannungsmethode? Wissen aber nicht welche Methode zu Ihnen passt ? Dieser Schnupperabend soll Ihnen erste praktische und theoretische Einblicke in das autogene Training und in die Meditationstechniken geben. Beide Methoden fördern die innere Ruhe, Gelassenheit und Gesundheit und lassen sich gut miteinander kombinieren.

30126 Leitung: Katja Bronner-Niebergall
Schnuppervormittag: Einführung in die Entspannungstechniken autogenes Training und Meditation
1 Vormittag, 28.01.2017, Samstag, 10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Iso-Matte, kleines Kissen, warme Socken, Decke
Gebühr: 10,50 €
Kursinhalt siehe bei Kurs-Nummer: **30125**

30127 Leitung: Katja Bronner-Niebergall
Entspannung und Konzentration durch Meditation für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen
8 Abende, 09.02.2017 – 06.04.2017
Donnerstag, wöchentlich, 17:30 - 19:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Iso-Matte, kleines Kissen, warme Socken
Gebühr: 50,40 €
„Einfach nur das Sein und den Augenblick erleben." In diesem Kurs werden wir unterschiedliche Meditationshaltungen und verschiedene M-Techniken kennen lernen und einüben. Meditation kann im Sitzen auf dem Kissen oder Stuhl aber auch im Gehen ausgeübt werden. Die Kursstunde beenden wir immer mit einer geführten Entspannung und Fantasiereise im Liegen. Meditation fördert die innere Ruhe und Gelassenheit. Sie führt zu einer besseren Konzentration und Klarheit. Durch die Meditation können wir unsere alten eingefahrenen Denkmuster und Verhaltensweisen erkennen und verändern. Angesprochen sind Anfänger und Wiedereinsteiger. Meditation ist in jedem Alter möglich.

Anmeldeformulare
⇨ **83 und 86 oder online vhs-karlsbad.de**

30128 Leitung: Katja Bronner-Niebergall
Entspannung und Konzentration durch Meditation für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen
6 Abende, 04.05.–29.06.17, Donnerstag, wöchentl., 17:30-19:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Iso-Matte, kleines Kissen, warme Socken
Gebühr: 37,80 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30127**

30129 Leitung: Katja Bronner-Niebergall
Entspannung, Meditation und Autogenes Training
8 Vormittage, 11.02. – 01.04.17, Samstag, wöchentl., 10:00-11:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Iso-Matte, kleines Kissen, warme Socken
Gebühr: 50,40 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30127**

30130 NEU Leitung: Angelika Kurz-Gushurst
Workshop: Abnehmen beginnt im Kopf
1 Termin, Samstag, 18.02.2017, 10:00 - 17:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Block, Stift, Kalender, Getränk, Vesper
Gebühr: 57,00 € individuelle Kleingruppe min 5 max. 8 Personen
Mit Hilfe eines Coaching-Ansatzes werden wir das Thema "Wunschgewicht" einmal aus einer anderen Perspektive betrachten. Es ist erstaunlich, wie Gedanken und Gefühle das Essverhalten bestimmen. Es sind die eigenen unbewussten Gedanken, verdrängte oder verletzte Gefühle, aber auch unbewusst von anderen übernommene Denk- und Verhaltensmuster, die es uns manchmal schwer machen, das eigene Wohlfühlgewicht zu erreichen und vor allem zu halten. Diese Faktoren verursachen eine Form von Stress, der uns meist nicht bewusst ist, aber uns trotzdem sehr erfolgreich in diesem Teufelskreis festhält. Bei Interesse und ausreichender Teilnehmerzahl bieten wir in der Folge einen fortlaufenden Kurs mit 5 Terminen an, in dem die neuen Erkenntnisse praktisch umgesetzt werden. Ziel ist es, neue Gewohnheiten zu üben, die uns helfen, das Leben "leichter" zu genießen. Die Kursstunden (pro Termin 3 Zeitstunden) finden alle vier Wochen statt. Bitte evtl. Kalender mitbringen.

Info - Hinweis „Entspannung und Bewegung"
Bei (akuten) Erkrankungen sollten Sie die Teilnahme am Kurs bitte zuerst mit Ihrem Arzt klären, ggf. dessen Zustimmung einholen.

Info - Bitte beachten:
Kurse in unserem Programm zu evtl. folgenden Themen / Angeboten finden grundsätzlich „Ohne wissenschaftliche Grundlage" statt:
Positives Denken, mentale Methoden zur Harmonisierung von Körper und Geist, Klopftechnik, Hildegard von Bingen, Heilsteine etc.

30131 Leitung: Irene Wipfler
VHeSpresso: klein - stark - gut!

"Im Zentrum des Sturms herrscht Stille"
Meditation für Einsteiger/innen
In Ruhe und Gelassenheit ins Neue Jahr starten mit Entspannungsübungen und geführten Meditationen.
2 Abende, Freitag, 20.01.2017 + 27.01.2017, 19:00 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 59,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max. 5 Personen)
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Kissen und Decke, Isomatte oder Meditationskissen
Wenn wir es schaffen in unserer Mitte zu bleiben, können äußere Stürme uns nicht mehr so einfach durchrütteln. Meditation ist ein Zustand entspannter Zentriertheit und hilft uns den Alltag wacher und lebendiger zu erleben, Zugang zu inneren Ressourcen zu finden und Stress besser zu bewältigen. Ein meditativer Zustand muss erfahren werden, deshalb ist es wichtig, dass Sie ihren persönlichen Zugang finden und unter verschiedenen Techniken wählen können. In diesem Workshop lernen Sie Atemtechniken und Konzentrationsübungen kennen, sowie eine Technik der "Inneren Schau" über die Augen. Sie erleben Entspannungsmeditation, Energieübungen und geführte Meditationen. Begleitmaterial kann bei der Kursleitung erworben werden.

30132 NEU Leitung: Irene Wipfler
VHeSpresso: klein - stark - gut!

Workshop: Meditation und Energiearbeit
Nutzen Sie die Chancen des Sonnenjahres 2017 für Loslassen, Entfaltung der Persönlichkeit und Bewusstseinsentwicklung!
1 Termin, Samstag, 28.01.2017, 10:00 - 15:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Kissen und Decke, Isomatte oder Meditationskissen
Info: Auf Wunsch kann Begleitmaterial direkt bei der Kursleitung erworben werden.
Gebühr: 69,00 € (Kleingruppe - min 3 Personen, max. 5 Personen)
Laut Hundertjährigem Kalender steht 2017 astrologisch unter dem Einfluss des Planten Sonne. Die Sonne bringt Licht und Wärme, wirkt helfend und heilend. Ihre Kraft setzt jede Menge positive Energie frei, die wir nutzen können um Altes loszulassen, unser Bewusstsein zu öffnen und unsere Persönlichkeit zu entfalten. Zu diesen Themen lernen Sie Übungen und Meditationen kennen: Loslassen, Vergeben, "Heilen", Reinigen und Stärken des Energiekörpers.

Klangmassage

Durch die Klangmassage werden körperliche und seelische Belastungen sanft und doch effektiv abgebaut. Die obertonreiche Klangschale versetzt den gesamten Körper in harmonische Schwingungen, jede Zelle wird massiert. Die daraus neu gewonnene innere Ordnung zeigt sich in der ganzen Persönlichkeit, im Körperausdruck, in der Gesundheit und in äußerer Schönheit. Genießen Sie diese ruhigen, entspannenden Stunden und lassen Sie sich von sanften Klängen umhüllen.

Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Isomatte, Decke, kleines Kissen

30133 Leitung: Irmgard Doll-Völkel
Klangmassage: Zeit haben - Ruhe finden - Entspannen
6 Abende, 06.02.2017 - 20.03.2017, Montag, 18:00 - 19:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach, Gebühr: 39 €

30134 Leitung: Irmgard Doll-Völkel
Klangmassage: Zeit haben - Ruhe finden - Entspannen
6 Abende, 06.02.2017 - 20.03.2017, Montag, 19:30 - 20:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach, Gebühr: 39 €

30135 Leitung: Irmgard Doll-Völkel
Klangmassage: Zeit haben - Ruhe finden - Entspannen
6 Abende, 08.05.2017 - 26.06.2017, Montag, 18:00 - 19:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach, Gebühr: 39 €

30136 Leitung: Irmgard Doll-Völkel
Klangmassage: Zeit haben - Ruhe finden - Entspannen
6 Abende, 08.05.2017 – 26.06.2017, Montag, 19:30 - 20:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach, Gebühr: 39 €

Progressive Muskelentspannung

30140 Leitung: Christof Then
Workshop: Progressive Muskelentspannung
1 Abend, Mittwoch, 25.01.2017, 19:00 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Lockere Kleidung, Isomatte, Decke
Gebühr: 12,50 €
Wir kennen es alle, dass wir uns nachts von einer Seite auf die andere wälzen, die Geschehnisse des Tages mit ihrer schönen oder auch mit ihren unschönen Seiten vorbeiziehen, immer wieder und wieder, und wir nicht zur Ruhe kommen können. Darum soll es in diesem Workshop gehen, wie wir mit Hilfe der progressiven Muskelentspannung zur Ruhe und Entspannung kommen können und wie wir dadurch zu einem gesünderen, wohltuendem Schlaf kommen können. Ich möchte Ihnen mit dem Workshop einen Einblick und eine Einführung in die PMR geben und mit Ihnen erste Übungen zur progressiven Muskelentspannung machen.

30141 Leitung: Christof Then
Workshop: Progressive Muskelentspannung
1 Vormittag, Samstag, 11.03.2017, 10:00 - 12:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Lockere Kleidung, Isomatte, Decke
Gebühr: 12,50 €- Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30140**

30142 Leitung: Christof Then
Workshop: Progressive Muskelentspannung
1 Abend, Mittwoch, 26.04.2017, 19:00 - 21:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Lockere Kleidung, Isomatte, Decke
Gebühr: 12,50 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30140**

30143 Leitung: Christof Then
Progressive Muskelentspannung
8 Abende, 01.02.2017 - 29.03.2017
Mittwoch, wöchentlich, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Lockere Kleidung, Isomatte, Decke - Gebühr: 50,40 €
Die Progressive Muskelentspannung ist ein einfach zu erlernendes Entspannungsverfahren, dessen Wirksamkeit in vielen Studien belegt ist. Ihre positive Wirkung zeigt sich vor allem in der Vermeidung und Minderung von Stress in seinen unterschiedlichen Erscheinungsformen. Durch das bewusste Anspannung und Entspannen bestimmter Muskelgruppen können wir lernen, unseren Körper so zu entspannen, dass auch unsere seelisch-geistige Befindlichkeit davon profitiert. So können wir ausgeglichener und mehr mit uns in Einklang leben und arbeiten.

30144 Leitung: Christof Then
Progressive Muskelentspannung
8 Abende, 03.05.2017 - 05.07.2017
Mittwoch, wöchentlich, 19:00 - 20:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Lockere Kleidung, Isomatte, Decke
Gebühr: 50,40 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30143**

30145 Leitung: Christof Then
Workshop: Entspannung für Körper, Seele und Geist durch Progressive Muskelentspannung
1 Termin, Samstag, 04.02.2017, 14:00 - 18:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Lockere Kleidung, Isomatte, Decke
Gebühr: 29,50 €
Dieser Workshop soll Ihnen einen Einblick in die Wirkweise der Progressiven Muskelentspannung geben. Durch das bewusste Anspannen und Entspannen bestimmter Muskelgruppen können wir lernen, unseren Körper so zu entspannen, dass auch unsere seelisch-geistige Befindlichkeit davon profitiert. So können wir ausgeglichener und mehr mit uns in Einklang leben und arbeiten. Sie werden mit der Progressiven Muskelentspannung in Berührung kommen und Ihre entspannende und beruhigende Wirkung kennen lernen.

30146 NEU Leitung: Christof Then
Workshop: Die innere Kreativität entdecken
1 Termin, Samstag, 06.05.2017, 14:00 - 18:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Lockere Kleidung, Isomatte, Decke
Gebühr: 29,50 €
Im Vordergrund dieses Workshops stehen dabei nicht „schriftstellerische Techniken“, sondern der Sehnsucht nach eigener künstlerischen Kreativität nachzugehen, sie zu entdecken, zu entfalten und ihr einen Ausdruck zu geben. In dem Workshop nehmt Ihr Handwerkszeug mit, wie Ihr Euch Eurem inneren Raum der Poesie und Kreativität nähern könnt.

Wir sind gerne für Sie da!
Kontakt- und Öffnungszeiten der Vhs-Geschäftsstelle:
- Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag von 09:00 bis 12:00 Uhr
- Montagabend von 17:00 bis 19:00 Uhr

Jederzeit: vhs-karlsbad.de / info@vhs-karlsbad.de

Feldenkrais®

Mit sanften und achtsamen Bewegungseinheiten lernen Sie eigene Verhaltens- und Bewegungsgewohnheiten kennen. Sie lernen Bewegungsabläufe neu zu koordinieren. Sie entdecken Ihre Stressmuster und spüren wie Sie überflüssige Spannungen und Einschränkungen langfristig vermeiden können.

Mitzubringen: Lockere Kleidung, Wolldecke, warme Socken

30137 Leitung: Dr. Rudolf Haller
Feldenkrais®: Bewusstheit durch Bewegung
12 Abende, 20.02.2017 – 19.06.2017
Montag, wöchentlich, 17:45 - 19:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 84,00 €

30138 Leitung: Dr. Rudolf Haller
Feldenkrais®: Bewusstheit durch Bewegung
12 Vormittage, 22.02.2017 – 31.05.2017
Mittwoch, wöchentlich, 09:00 - 10:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 84,00 €

30139 NEU Leitung: Dr. Rudolf Haller
Feldenkrais®: Bewusstheit durch Bewegung
11 Nachmittage, 08.03.2017 – 31.05.2017
Mittwoch, wöchentlich, 16:30 - 17:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 77,00 €

Seit über 150 Jahren
TREFFPUNKT FÜR GESUNDHEIT
central apotheke
ute greiner
Ettlingerstraße 2
76307 Karlsbad-Langensteinbach
Telefon 0 72 02 / 21 85 - Fax 0 72 02 / 38 04

Step-Aerobic und Aerobic

30223 Leitung: Susanne Hug
Aerobic
10 Abende, 11.01.2017 – 22.03.2017
Mittwoch, wöchentlich, 20:15 - 21:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 52,50 €
Ausdauertraining und Muskelkräftigung zu fetziger Musik für alle Altersklassen - für Anfänger & Könner. Nach dem Aufwärmen bringen wir mit einfachen Schrittkombinationen den Kreislauf in Schwung. Danach kräftigen wir im Workout die Rumpfmuskulatur, Bauch, Beine und Po. Ein entspanntes Stretching rundet die Stunde ab.

30224 Leitung: Susanne Hug
Aerobic
10 Abende, 05.04.2017 – 05.07.2017
Mittwoch, wöchentlich, 20:15 - 21:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 52,50 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30223**

30225 Leitung: Nadine Wacker
Step-Aerobic
10 Abende, 12.01.2017 – 23.03.2017
Donnerstag, wöchentlich, 19:20 - 20:20 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG
Gebühr: 42,00 €

30226 Leitung: Nadine Wacker
Step-Aerobic
10 Abende, 06.04.2017 – 13.07.2017
Donnerstag, wöchentlich, 19:20 - 20:20 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG
Gebühr: 42,00 €

Info - Hinweis:
Bei (akuten) Erkrankungen sollten Sie die Teilnahme an einem Kurs bitte zuerst mit Ihrem Arzt klären, ggf. dessen Zustimmung einholen.

Gymnastik und Fitness

30227 Leitung: Bettina Lindner
Mit Fit-Gymnastik in die neue Woche...
12 Vormittage, 09.01.-03.04.17, Montag, wöchentl., 10:00-11:00 Uhr
Ort: Berghalle Spielberg, Raum: Aula, Spielberg
Mitzubringen: Iso-Matte, Handtuch, evtl. Getränk, Gebühr: 50,40 €
Wir starten in die neue Woche mit einem abwechslungsreichen Mix aus Ausdauer-, Koordinations- und Kräftigungsübungen. Bei moderner Musik - unter gelegentlichem Einsatz von diversen Handgeräten - trainieren und stärken wir die Muskulatur des gesamten Körpers. Dehn- u. Entspannungsübungen runden die Fit-Gymnastikstunde ab.

Info Wirbelsäulengymnastik – Angebote bei Frau Leue
Mit Übungen, die kräftigen und beweglich halten, ist unser Rücken allen Belastungen des täglichen Lebens gewachsen und dient uns noch lange ohne Beschwerden. Trainiert wird nach dem Konzept der „Neuen Rückenschule" (H.-D.-Kempf). Wir lernen Verhaltenstechniken, die uns den Alltag erleichtern, und uns zu entspannen, um wieder neue Energie zu sammeln.

Ort:	Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen.	Rutschfeste Schuhe, bequeme Gymnastikbekleidung, Handtuch (50x100), Isomatte
Gebühr:	42,00 €, 10 Abende

30228 Leitung: Maria Leue
Wirbelsäulengymnastik
10 Abende, 10.01.2017 – 21.03.2017
Dienstag, wöchentlich, 18:45 - 19:45 Uhr

30229 Leitung: Maria Leue
Wirbelsäulengymnastik
10 Abende, 10.01.2017 – 21.03.2017
Dienstag, wöchentlich, 20:00 - 21:00 Uhr

30230 Leitung: Maria Leue
Wirbelsäulengymnastik
10 Abende, 12.01.2017 – 23.03.2017
Donnerstag, wöchentlich, 17:30 - 18:30 Uhr

30231 Leitung: Maria Leue
Wirbelsäulengymnastik
10 Abende, 04.04.2017 – 04.07.2017
Dienstag, wöchentlich, 18:45 - 19:45 Uhr

30232 Leitung: Maria Leue
Wirbelsäulengymnastik
10 Abende, 04.04.2017 – 04.07.2017
Dienstag, wöchentlich, 20:00 - 21:00 Uhr

30233 Leitung: Maria Leue
Wirbelsäulengymnastik
10 Abende, 06.04.2017 – 13.07.2017
Donnerstag, wöchentlich, 17:30 - 18:30 Uhr

30234 NEU Leitung: Maria Leue
Ein starker Nacken
10 Abende, 11.01.2017 – 22.03.2017
Mittwoch, wöchentlich, 18:00 - 19:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen. Rutschfeste Schuhe, bequeme Gymnastikbekleidung, Handtuch (50x100), Isomatte, Gebühr: 42,00 €
Dieser Wirbelsäulen-Gymnastikkurs, bei dem besonderes Augenmerk auf den oberen Rücken gelegt wird, möchte Sie für den Nacken- und Schultergürtelbereich sensibilisieren. Mit Übungen nach dem Konzept der „Neuen Rückenschule" (H.-D. Kempf), die kräftigen und beweglich halten, bewältigen wir die Belastungen in Beruf und Alltag mühelos. Dazu gehört ein Entspannungstraining ebenso wie theoretische Erläuterung.

30235 NEU Leitung: Maria Leue
Ein starker Nacken
10 Abende, 05.04.2017 – 05.07.2017
Mittwoch, wöchentlich, 18:00 - 19:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen. Rutschfeste Schuhe, bequeme Gymnastikbekleidung, Handtuch (50x100), Isomatte, Gebühr: 42,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30234**

30236 Leitung: Ruth Jestadt
Gymnastik in Kooperation mit der Rheumaliga Karlsbad
12 Abende, 12.01.2017 – 06.04.2017
Donnerstag, wöchentlich, 18:45 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Turnkleidung, bequeme weiche Schuhe
Gebühr: 3,50 € pro Termin (Info: für Mitglieder der Rheumaliga vergünstigt = 2,00 €/Termin), die Bezahlung erfolgt direkt im Kurs!

30237 Leitung: Ruth Jestadt
Frauengymnastik 50plus (in Ittersbach)
10 Abende, 11.01.2017 – 22.03.2017
Mittwoch, wöchentlich, 17:15 - 18:15 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG, Ittersbach
Mitzubringen: Legere Kleidung - Gebühr: 42,00 €

30238 Leitung: Ruth Jestadt
Frauengymnastik 50plus (in Ittersbach)
10 Abende, 05.04.2017 – 05.07.2017
Mittwoch, wöchentlich, 17:15 - 18:15 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG, Ittersbach
Mitzubringen: Legere Kleidung - Gebühr: 42,00 €

30239 Leitung: Ruth Jestadt
Frauengymnastik für Ältere (In Ittersbach)
10 Abende, 15.02.2017 – 10.05.2017
Mittwoch, wöchentlich, 18:15 - 19:15 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG, Ittersbach
Mitzubringen: Legere Kleidung - Gebühr: 42,00 €

30240 Leitung: Christiane Eisenmenger
Elemente aus Brust-Bauch-Beine-Po inklusive Faszientraining & Yoga
10 Abende, 16.01.2017 – 27.03.2017
Montag, wöchentlich, 18:45 – 20:15 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG, Ittersbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Sportbekleidung und Handtuch
Gebühr: 63,00 €
Faszien durchziehen den Körper wie ein Netz. Sie beeinflussen die Haltung und Körperwahrnehmung, umhüllen jede Muskelfaser, jeden Knochen und jedes Organ. In diesem Kurs wollen wir die Wirbelsäule aufrichten. Faszienverklebungen lösen und Atem- und Entspannungsübungen unterstreichen dieses Workout.

Kursleiterin, Kursleiter werden...
Sie haben eine interessante Kursidee?
Sie haben Freude am Umgang mit Menschen? Sie können Ihr Wissen, Ihre Fertigkeiten gut an andere weitergeben? Selbstverständlich sind Sie zuverlässig, haben eine entsprechende Ausbildung, Fähigkeiten sowie Kenntnisse auf "Ihrem Spezialgebiet". Idealerweise verfügen Sie bereits schon über Kurserfahrung oder haben pädagogische Kenntnisse. Gerne unterstützen wir Sie im Rahmen Ihrer Kursleitertätigkeit an unserer Vhs aber auch beim Erlangen von weiteren Kursleiter-Qualifikationen. Wir freuen uns, Sie, Ihre Fähigkeiten und Ihre Kursidee bei einem persönlichen Gespräch kennenzulernen. Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf unter Telefon 07202-1793 oder schreiben Sie eine E-Mail an info@vhs-karlsbad.de

30241 Leitung: Christiane Eisenmenger
Elemente aus Brust-Bauch-Beine-Po inklusive Faszientraining & Yoga
10 Abende, 24.04.2017 – 17.07.2017
Montag, wöchentlich, 18:45 – 20:15 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG, Ittersbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Sportbekleidung und Handtuch
Gebühr: 63,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30240**

30242 Leitung: Nicole Schaffhauser
Bauch, Beine, Po
10 Abende, 23.01.2017 – 03.04.2017
Montag, wöchentlich, 17:15 - 18:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Sportkleidung, Handtuch
Gebühr: 42,00 €
Ein Kraft- und Kraftausdauertraining zur Straffung der typischen „Problemzonen". Durch gezielt ausgesuchte Kräftigungsübungen werden Bauch, Bein- und Gesäßmuskulatur gestrafft, sowie die Rückenmuskulatur gestärkt

30243 Leitung: Nicole Schaffhauser
Bauch, Beine, Po
10 Abende, 23.01.2017 – 03.04.2017
Montag, wöchentlich, 18:20 - 19:20 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Sportkleidung, Handtuch
Gebühr: 42,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30242**

30244 Leitung: Nicole Schaffhauser
Bauch, Beine, Po
10 Abende, 24.04.2017 – 17.07.2017
Montag, wöchentlich, 17:15 - 18:15 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Sportkleidung, Handtuch
Gebühr: 42,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30242**

30245 Leitung: Nicole Schaffhauser
Bauch, Beine, Po
10 Abende, 24.04.2017 – 17.07.2017
Montag, wöchentlich, 18:20 - 19:20 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Sportkleidung, Handtuch
Gebühr: 42,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30242**

30246 Leitung: Robin Anderer
Move your Body - Power Bauch, Beine, Po
10 Abende, 13.01.2017 – 24.03.2017
Freitag, wöchentlich, 16:50 – 17:50 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch, Isomatte und Getränk
Gebühr: 42,00 €
Ein Ganzkörpertraining mit Schwerpunkt auf Bauch, Beine und Po zur Stärkung der Muskulatur und Straffung, speziell der Problemzonen. Einfache, aber effektive Übungen ermöglichen es JEDEM spielerisch in Form zu kommen.

30247 Leitung: Robin Anderer
Move your Body - Power Bauch, Beine, Po
10 Abende, 07.04.2017 – 14.07.2017
Freitag, wöchentlich, 16:50 – 17:50 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch, Isomatte und Getränk
Gebühr: 42,00 € - Kursinhalt siehe Kurs-Nummer: **30246**

DeepWork

DeepWork ist ein fernöstlich angewandtes funktionelles Ganzkörpertraining, dessen Prinzip auf An- und Entspannung basiert. Ausdauertraining und Kraft kommen gleichermaßen zum Einsatz, was tiefliegende Muskeln in Form bringt und die Fettverbrennung auf Hochtouren laufen lässt.

30248 Leitung: Melanie Hoeft
DeepWork
10 Abende, 09.01.2017 – 20.03.2017
Montag, wöchentlich, 19:45 - 20:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Isomatte, Handtuch, ausreichend Getränk.
Gebühr: 42,00 €

30249 Leitung: Melanie Hoeft
DeepWork
10 Vormittage, 14.01.2017 – 01.04.2017
Samstag, wöchentlich, 10:00 - 11:00 Uhr
Mitzubringen: Sportoutfit, Isomatte, Handtuch, ausreichend Getränk.
Gebühr: 42,00 €

30250 Leitung: Melanie Hoeft
DeepWork
10 Abende, 03.04.2017 – 10.07.2017
Montag, wöchentlich, 19:45 - 20:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Isomatte, Handtuch, ausreichend Getränk.
Gebühr: 42,00 €

30251 Leitung: Melanie Hoeft
DeepWork
8 Vormittage, 29.04.2017 – 15.07.2017
Samstag, wöchentlich, 10:00 - 11:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Isomatte, Handtuch, ausreichend Getränk.
Gebühr: 33,60 €

Pilates

Pilates ist ein effektives, aber sanftes Muskeltraining. Die Methode besteht aus Dehn- und Kräftigungsübungen insbesondere der tiefer liegenden Muskulatur. Die Bewegungen werden kraftvoll und konzentriert ausgeführt. Körper und Geist arbeiten zusammen. Das Körperbewusstsein wird sensibilisiert, die Muskeln werden gestärkt und geformt und die Haltung verbessert. Pilates eignet sich für jedes Alter und jeden Fitnessstand, da die Übungen individuell einsetzbar sind.

30252 Leitung: Bettina Anderer
Pilates mit Power
10 Nachmittage, 10.01.2017 – 21.03.2017
Dienstag, wöchentlich, 16:30 - 17:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Kleidung
Gebühr: 46,00 €

30253 Leitung: Bettina Anderer
Pilates Intensiv
10 Abende, 10.01.2017 – 21.03.2017
Dienstag, wöchentlich, 17:30 - 19:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Kleidung
Gebühr: 70,00 €

30254 Leitung: Bettina Anderer
Pilates mit Power
10 Nachmittage, 10.01.2017 – 31.03.2017
Dienstag, wöchentlich, 19:00 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Kleidung
Gebühr: 46,00 €

30255 Leitung: Bettina Anderer
Pilates mit Power
10 Nachmittage, 04.04.2017 – 04.07.2017
Dienstag, wöchentlich, 16:30 - 17:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Kleidung
Gebühr: 46,00 €

30256 Leitung: Bettina Anderer
Pilates Intensiv
10 Abende, 04.04.2017 – 04.07.2017
Dienstag, wöchentlich, 17:30 - 19:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Kleidung
Gebühr: 70,00 €

30257 Leitung: Bettina Anderer
Pilates mit Power
10 Nachmittage, 04.04.2017 – 04.07.2017
Dienstag, wöchentlich, 19:00 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Kleidung
Gebühr: 46,00 €

30258 Leitung: Simone Schatz
Pilates für Fortgeschrittene
12 Abende, 11.01.2017 – 05.04.2017
Mittwoch, wöchentlich, 19:00 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Kleidung
Gebühr: 50,40 €

Anmeldeformulare
⇨ **Seite 83 und 86 oder online vhs-karlsbad.de**

30259 Leitung: Simone Schatz
Pilates für Fortgeschrittene
10 Abende, 26.04.2017 – 12.07.2017
Mittwoch, wöchentlich, 19:00 - 20:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Isomatte, bequeme Kleidung
Gebühr: 42,00 €

Aquafitness / Wassergymnastik

Allgemeine Informationen zu den Aqua-Fit-Kursen:

Aquafit ist eine Wassergymnastik (Wassertiefe 1,20 m) zur Steigerung Ihres allgemeinen Wohlbefindens. Die besonderen Eigenschaften des Wassers, wie Antriebskraft, Wasserwiderstand und Wasserdruck haben positive Wirkungen auf den Körper. Ihr Gewicht wird im Wasser um 2/3 verringert, dadurch werden die Gelenke entlastet, der Stoffwechsel angeregt und Ihre Mobilität gesteigert. Natürlich soll auch der Spaß dabei nicht zu kurz kommen. Hinweis: Sollten Ihrerseits gesundheitliche Beeinträchtigungen vorliegen, wird um ärztliche Abklärung vor Anmeldung/Kursteilnahme gebeten.

Kursort: Schwimmhalle der Ludwig-Guttmann-Schule (Schule für Körperbehinderte), Guttmannstr. 8, Karlsbad-Langensteinbach, Nähe SRH-Klinik

Mitzubringen: Schwimmkleidung, Handtuch etc.

30201 Leitung: Christiane Eisenmenger
Aquafit: Funktionelle Wassergymnastik 60plus für Frauen
15 Abende, 16.01.2017 – 22.05.2017
Montag, wöchentlich, 16:15 - 17:15 Uhr, Gebühr: 127,50 €

30202 Leitung: Christiane Eisenmenger
Aquafit (Aqua-Power/Aquarobic) für Frauen
15 Abende, 16.01.2017 – 22.05.2017
Montag, wöchentlich, 17:15 - 18:15 Uhr, Gebühr: 127,50 €

30203 Leitung: Thorsten Greiner
Aquafit (Aqua-Power/Aquarobic) für Frauen
10 Abende, 16.01.2017 – 27.03.2017
Montag, wöchentlich, 18:50 - 19:50 Uhr, Gebühr: 85,00 €

30204 Leitung: Thorsten Greiner
Aquafit (Aqua-Power/Aquarobic) für Frauen und Männer
10 Abende, 16.01.2017 – 27.03.2017
Montag, wöchentlich, 20:00 - 21:00 Uhr, Gebühr: 85,00 €

30205 Leitung: Hannelore Scholl
Aquafit/Aqua-Power/Aquarobic für Frauen
13 Abende, 17.01.2017 – 02.05.2017
Dienstag, wöchentlich, 17:50 - 18:50 Uhr
Gebühr: 110,50 €

30206 Leitung: Hannelore Scholl
Aquafit/Aqua-Power/Aquarobic für Frauen
13 Abende, 17.01.2017 – 02.05.2017
Dienstag, wöchentlich, 18:50 - 19:50 Uhr
Gebühr: 110,50 €

30211 NEU Leitung: Thorsten Greiner
Aquafit (Aqua-Power/Aquarobic) für Frauen und Männer
10 Abende, 17.01.2017 – 28.03.2017
Dienstag, wöchentlich, 20:00 - 20:45 Uhr, Gebühr: 64,00 €

30207 Leitung: Christiane Eisenmenger
Aquafit: Funktionelle Wassergymnastik 60plus für Frauen und Männer
15 Nachmittage, 18.01.2017 – 17.05.2017
Mittwoch, wöchentlich, 15:45 - 16:45 Uhr
Gebühr: 127,50 €

30208 Leitung: Christiane Eisenmenger
Aqua Zumba® mit Aquafitness
15 Abende, 18.01.2017 – 17.05.2017
Mittwoch, wöchentlich, 17:00 - 17:45 Uhr
Gebühr: 97,50 €
Aqua Zumba® ist ein dem Zumba-Konzept angepasstes Aqua-Fitness-Training. Dabei trainieren Sie Ihr Herz-Kreislauf-System und verbessern Ihre Kondition

30209 Leitung: Kathrin Gollong
Aquafit (Aqua-Power/Aquarobic) für Frauen
15 Abende, 18.01.2017 – 17.05.2017
Mittwoch, wöchentlich, 17:50 - 18:50 Uhr
Gebühr: 127,50 €

30210 Leitung: Kathrin Gollong
Aquafit (Aqua-Power/Aquarobic) für Frauen
15 Abende, 18.01.2017 – 17.05.2017
Mittwoch, wöchentlich, 19:00 - 20:00 Uhr
Gebühr: 127,50 €

Kooperation Freibad Langensteinbach

Info für die Aquafit-Kurse im Freibad:
Ort: Freibad Langensteinbach
Mitzubringen: Schwimmkleidung, Handtuch
Gebühr: 59,00 € / Kurs

30260 Leitung: Sina Köhl
In Kooperation mit dem Freibad Langensteinbach
Aquafit (Aqua-Power/Aqua-Jogging/Aquarobic) 2-mal wöchentlich
10 Abende, 24.05.2017 – 07.07.2017
Mittwoch und Freitag, 20:15 - 21:00 Uhr

30261 Leitung: Sina Köhl
In Kooperation mit dem Freibad Langensteinbach
Aquafit (Aqua-Power/Aqua-Jogging/Aquarobic) 2-mal wöchentlich
10 Abende, 19.07.2017 – 18.08.2017
Mittwoch und Freitag, 20:15 - 21:00 Uhr

Anmeldeformulare
⇨ **Seite 83 und 86 oder online vhs-karlsbad.de**

Info - Hinweis:
Bei (akuten) Erkrankungen sollten Sie die Teilnahme an einem Kurs bitte zuerst mit Ihrem Arzt klären, ggf. dessen Zustimmung einholen.

Nordic-Walking

Nordic-Walking ist eine sanfte Ausdauersportart. Der Unterschied zum herkömmlichen Walking besteht darin, dass Stöcke den Bewegungsablauf unter-stützen (ähnlich wie beim Skilanglauf) und die Muskulatur des Oberkörpers dabei effektiv mittrainiert wird. Die Gelenke werden durch den Stockeinsatz entlastet, Verspannungen im Muskel- und Nackenbereich lösen sich bei sauber ausgeführter Walkingtechnik. Da die Belastung individuell gesteuert werden kann, ist Nordic Walking für alle Alters- und Leistungsklassen geeignet. Für Einsteiger werden bei Bedarf Stöcke gestellt. Bitte die Bekleidung den Temperaturen anpassen und sofern vorhanden – Sportschuhe mit gedämpfter Sohle mitbringen.

Information zu allen Nordic-Walking-Kursangeboten:

Treffpunkt/Ausgangspunkt: Waldparkplatz gegenüber der Straßenbahnhaltestelle „Industriegebiet Ittersbach“

Mitzubringen: Bequeme (Sport-)Kleidung je nach Witterung, festes Schuhwerk, Nordic-Walking-Stöcke

30271 Leitung: Iris Dietz
Nordic-Walking für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger
15 Nachmittage, 10.02.2017 – 30.06.2017
Freitag, wöchentlich, 16:30 - 18:00 Uhr / Gebühr: 94,50 €

30272 Leitung: Iris Dietz
Nordic-Walking Schnupperkurs am Vormittag
4 Vormittage, 18.03., 25.03., 01.04. und 08.04.2017
Samstag, wöchentlich, 10:00 - 11:30 Uhr / Gebühr: 28,50 €

30273 Leitung: Iris Dietz
Nordic-Walking Schnupperkurs am Nachmittag
4 Nachmittage, 22.04., 29.04., 06.05. und 13.05.2017
Samstag, wöchentlich, 14:00 - 15:30 Uhr / Gebühr: 28,50 €

302XX
Einzel-, Partner- oder Freunde- /Freundinnentraining Nordic-Walking für Einsteiger/innen oder zum Wiedereinstieg mit Nordic-Walking-Coach Iris Dietz
Möchten Sie Einzel- bzw. Personaltraining für Nordic-Walking?
Dann melden Sie sich bitte in der VHS-Geschäftsstelle.
Gerne übernehmen wir die Organisation und Terminabsprache für Sie.

Anmeldeformulare
⇨ **Seite 83 und 86 oder online vhs-karlsbad.de**

Gesundheitswandern

30262 Leitung: Ingrid Becker
Gesundheitswandern „Frühlingserwachen“ mit Natur- und Landschaftsführerin Frau Ingrid Becker
Samstag, 18.3., 25.03. und 01.04.17, 14 - 16 Uhr, Gebühr 24,00 €
Treffpunkt: Beckerhalle in Langensteinbach
Mitzubringen: festes Schuhwerk, Kleidung je nach Witterung, evtl. Getränk.

Gesundheitswandern gehört zu „Let`s go – jeder Schritt hält fit“, dem ganzheitlichen Bewegungsprogramm des deutschen Wanderverbandes (DWV) und wurde gemeinsam mit der FH Osnabrück, Fachbereich Physiotherapie entwickelt. Gesundheitswandern erfüllt die Anforderungen an den Gesundheitssport:

- Stärkung von Koordination, Kraft, Ausdauer und Entspannung
- Minderung von Risikofaktoren
- Bessere Bewältigung von Beschwerden
- Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens
- Stärkung psychosozialer Ressourcen
- Verbesserung der Bewegungsverhältnisse

Sie erhalten Infos zu Gesundheitsthemen und erfahren nebenbei, wie man mehr Bewegung in den Alltag integrieren kann. Und: in der Gruppe macht es einfach Spaß! Interessenten, die Herz- Kreislaufprobleme haben oder in ihrer Beweglichkeit stark eingeschränkt sind, sollten die Teilnahme an diesem Kurs mit ihrem Arzt abklären. Kursleiterin: Ingrid Becker

Regelmäßiges Wandern wird belohnt: mit dem Deutschen Wanderabzeichen in Bronze, Silber und Gold. Gesundheitswanderungen punkten für das Deutsche Wanderabzeichen pauschal mit 10 km. Über 60 Krankenkassen erkennen das Deutsche Wanderabzeichen in ihren Bonusprogrammen an.

Wir sind gerne für Sie da!
Kontakt- und Öffnungszeiten der Vhs-Geschäftsstelle:
- Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag von 09:00 bis 12:00 Uhr
- Montagabend von 17:00 bis 19:00 Uhr

Jederzeit: vhs-karlsbad.de / info@vhs-karlsbad.de

Gesamtangebot + aktuelle Informationen + zusätzliche Angebote
⇨ **vhs-karlsbad.de oder ⇨ vhsApp**

Gesundheitstreff

Infoabende SRH Klinikum Karlsbad-Langensteinbach

Der Gesundheitstreff ist eine Info- und Vortragsreihe in Kooperation mit dem SRH Klinikum Karlsbad-Langensteinbach.

Alle Veranstaltungen finden im SRH Klinikum Karlsbad- Langensteinbach, statt. Der Weg zum Vortragsraum ist jeweils ausgeschildert.

Anmeldung: keine Anmeldung erforderlich
Die Veranstaltungen sind gebührenfrei!

30401 NEU
Schief und krumm: Veränderungen an der Wirbelsäule
Donnerstag, 19.01.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30402 NEU
Unsere Venen: Krankheitsbilder und Therapieoptionen
Donnerstag, 16.02.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30403 NEU
Schmerzen: K(l)eine Ursache, große Wirkung?
Donnerstag, 16.03.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30404 NEU
Schlechtes Bauchgefühl: Reizdarm und Co.
Donnerstag, 06.04.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30405 NEU
Vom Schlag getroffen: Chance auf Heilung?
Donnerstag, 18.05.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30406 NEU
Knochenjob: Prävention und Behandlung der Arthrose
Donnerstag, 22.06.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

30407 NEU
Stent by me: Herzinfarkt vermeiden!
Donnerstag, 13.07.2017, 19:00 - 20:30 Uhr, 1 Abend

Selbstverteidigung

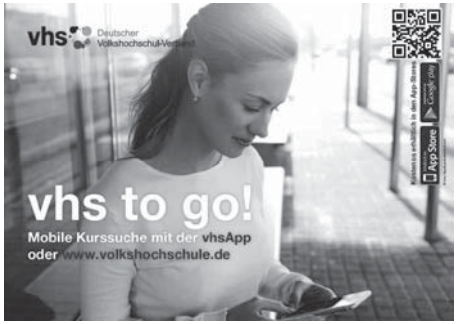
In Kooperation mit der KAMPFSPORT AKADEMIE KARLSBAD

30263 Leitung: Dirk Effenberger / Ramin Abtin
Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen ab 13 Jahren
4 Abende, Mittwoch, 08.03.2017 – 29.03.2017, 21:00 - 22:30 Uhr
Ort: Kampfsport Akademie, Becker-Göring-Straße 8, Karlsbad-Itt.
Mitzubringen: saubere Hallenschuhe, Wasser zum Trinken, Alltagskleidung, Gebühr: 69,00 €
Abwehr von Angriffen mit Hilfe von Befreiungstechniken, Schlägen und Tritten sowie der Gebrauch von Alltagsgegenständen zur Verteidigung.

Fitness-Boxen

In Kooperation mit der KAMPFSPORT AKADEMIE KARLSBAD

30264 Leitung: Dirk Effenberger / Ramin Abtin
Wochenendkurs: Fitness-Boxen von 18-99 Jahren
4 Vormittage, Samstag, 04.02. – 25.02.2017, 11:00 - 12:00 Uhr
Ort: Kampfsport Akademie, Becker-Göring-Straße 8, Karlsbad-Itt.
Mitzubringen: Sportkleidung, saubere Hallenschuhe, Handtuch und Wasser zum Trinken, Gebühr: 49,00 €
Kurs zur Steigerung der persönlichen Fitness, Ausdauer und Koordinationsfähigkeit.



Gesundheitsbildung
ERNÄHRUNG ESSEN TRINKEN

Vhs-Kochstudio

Information Kochkurse mit Frau Gut / Frau Seiler-Budiman

Kursort:
Schulzentrum Karlsbad-Langensteinbach, Schulküche Werkrealschule Hauptschule

Mitzubringen:
Getränk, Schürze, Geschirrtuch, Behälter für Reste

Allergien / Unverträglichkeiten:
Selbstverständlich klären unsere Kursleitungen jeweils zu Beginn der Kurse mit den Teilnehmenden die Thematik Unverträglichkeiten / Allergien ab, damit der Kochkurs für alle ein leckeres und gut verträgliches Koch- und Genusserlebnis wird.

30701 NEU Leitung: Beate Gut
Himmlisch leichte Desserts
1 Abend, Donnerstag, 27.04.2017, 18:30 - 21:30 Uhr
Gebühr: 28,00 € inkl. Lebensmittelkosten
Das Beste kommt zum Schluss: himmlisch leichte Desserts, die der Figur nicht schaden. Ob leckere Zartbitter-Mousse, Cappuccino-Amaretto-Creme oder Himbeer-Sorbet – hier finden Sie Ihren Favoriten.

30702 NEU Leitung: Beate Gut
Vegetarisch mediterrane Küche
1 Abend, Mittwoch, 10.05.2017, 18:30 - 21:30 Uhr
Gebühr: 28,00 € inkl. Lebensmittelkosten
Vegetarier sind kreative Köche und die Küche rund um´s Mittelmeer bietet in verschwenderischer Fülle, was für kulinarische Genüsse gebraucht wird. Frisches Gemüse, Olivenöl, provenzalische Kräuter und die fruchtigen Aromen der Orange und Zitronen bereichern unser Menü.

30703 NEU Leitung: Beate Gut
Leichte Sommergerichte
1 Abend, Donnerstag, 22.06.2017, 18:30 - 21:30 Uhr
Gebühr: 28,00 € inkl. Lebensmittelkosten
Wir kochen ein Menü bei dem Sie auch an heißen Tagen nicht lange in der Küche stehen müssen. Die leichten Sommergerichte mit vielen frischen Kräutern, Gemüse, Fleisch und saftigem Obst werden Sie begeistern.

30704 NEU Leitung: Sylivia Seiler-Budiman
Asiatische Nudeln
1 Abend, Dienstag, 07.02.2017, 18:00 - 22:00 Uhr
Gebühr: 29,50 € inkl. Lebensmittelkosten
Die würzige Ramen-Nudelsuppe, das herzhafte Bakmie Goreng aus dem WOK oder die berühmte Pho, in Asien gehören Nudeln fast immer auf den Speiseplan in der asiatischen Küche. Besonders beliebt sind sie für die Suppen, WOK-Gerichten oder als Salat. Die Nudeln dürfen bei keinem Geburtstag und bei keiner Feier fehlen. Diese werden wir an dem Abend kennen lernen und gemeinsam schmackhaft zubereiten. Wir kombinieren die Nudeln dabei mit Gemüse, Pilzen, Fleisch und Meeresfrüchten.

30705 NEU Leitung: Sylivia Seiler-Budiman
Curry-Kochkurs
1 Abend, Dienstag, 28.03.2017, 18:00 - 22:00 Uhr
Gebühr: 29,50 € inkl. Lebensmittelkosten
Was ist eigentlich ein Curry? Woraus besteht es und in welchen Variationen kann man es schmackhaft zubereiten? Wir bereiten Spezialitäten mit selbst gemachten Gewürzpasten verschiedener Länder Südostasiens wie z.B. diverse Currygerichten mit Gemüsen, Fisch, Fleisch und teilweise auch mit Kokosmilch zu.

30706 Leitung: Claudia Rastetter
Sündenfreie Rohkost-Traum-Desserts
1 Vormittag, Samstag, 08.04.2017, 10:00 - 13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen, Schürze, Messer, Geschirrhandtuch, kleines Gefäß für Essensproben
Gebühr: 28,00 € inkl. Lebensmittelkosten
Desserts ohne weißen Zucker, Milch, glutenhaltiges Mehl usw. ?! Geht das? Und ob. Immer mehr Menschen vertragen diese Nahrungsmittel nicht mehr und suchen nach Alternativen. Wir zaubern in diesem Workshop in Minutenschnelle traumhaft köstliche Cremes/ Puddings, bestehend aus Früchten, Nüssen, Kakao und Trockenfrüchten. Diese Zutaten sind alle basisch bis neutral, und dazu auch noch vegan und vor allem vorwiegend in Rohkost-Qualität. Hier braucht niemand Verzicht zu üben - eben sündenfrei.

Kursinhalte: Bei allen Kursen zur Gesundheitsbildung des Themenbereiches „Essen und Trinken“ werden selbstverständlich auch Fragen der gesunden Lebensweise thematisiert sowie Ernährungs- und Lebensmittelkunde und evtl. auch Landeskunde behandelt.

Kochen mit dem Thermomix

30707 NEU Leitung: Susanne Schröder
Low Carb- Es geht auch leichter
1 Abend, Montag, 06.02.2017, 18:00 - 21:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Getränk, Schürze, Geschirrtuch, Behälter für Reste
Gebühr: 29,50 € inkl. Lebensmittelgebühren
Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit raffinierten Rezepten gesund genießen und somit überflüssige Pfunde loswerden können. Vom Frühstück bis zum Abendessen ein leichter Genuss.

30708 NEU Leitung: Susanne Schröder
Suppengrün – der Wärmeschmeichler
1 Abend, Montag, 13.03.2017, 18:00 - 21:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Getränk, Schürze, Geschirrtuch, Behälter für Reste
Gebühr: 29,50 € inkl. Lebensmittelgebühren
Tauchen Sie ein in die Vielfalt des Suppenglücks. Lernen Sie, wie man mit ein paar Handgriffen einfache, exotische und schmackhaften Suppen zubereitet. Kommen Sie zu unsrer Löffelparty.

30709 NEU Leitung: Susanne Schröder
Leckereien zum Verschenken
1 Abend, Montag, 03.04.2017, 18:00 - 21:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Getränk, Schürze, Geschirrtuch, Behälter für Reste
Gebühr: 29,50 € inkl. Lebensmittelgebühren
Lassen Sie sich inspirieren und schaffen Sie kulinarische Geschenke für Ihre Freunde. Alles mit Liebe zubereitet und kreativ verpackt. Ob Herzhaftes oder Süßes – es ist für jeden etwas dabei.

30710 NEU Leitung: Susanne Schröder
Mein perfektes Dinner – Kochen für Freunde
1 Abend, Montag, 08.05.2017, 18:00 - 21:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Getränk, Schürze, Geschirrtuch, Behälter für Reste
Gebühr: 29,50 € inkl. Lebensmittelgebühren
Viele Kleinigkeiten machen ein Essen perfekt. Mit unserem Rundum-Glücklich-Paket verwöhnen Sie ganz entspannt Ihre Gäste. Kochen Sie mit uns Ihr 3-Gänge-Menü.

30711 NEU Leitung: Susanne Schröder
Arabische Küche – Arabische Nächte
1 Abend, Montag, 26.06.2017, 18:00 - 21:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Getränk, Schürze, Geschirrtuch, Behälter für Reste
Gebühr: 29,50 € inkl. Lebensmittelgebühren
Kreieren Sie mit uns Köstlichkeiten aus Tausend und einer Nacht. Tauchen Sie ein in die orientalische Welt mit exotischen Gerichten und traumhaften Gewürzen. Lassen Sie sich kulinarisch verzaubern.

Eat Smarter

In Kooperation mit der KAMPFSPORT AKADEMIE KARLSBAD

30712 NEU Leitung: Dirk Effenberger
Koch- und Ernährungsseminar:
„Fitness-Kochen nicht nur für Sportler“
1 Nachmittag, Samstag, 13.05.2017, 13:00 – 17:30 Uhr
Ort: Lehrküche der Realschule Karlsbad, Am Schelmenbusch
Mitzubringen: Getränk, Schürze, Geschirrtuch, Behälter für Reste
Gebühr: 36,00 € inkl. Lebensmittelkosten

Kursinhalte: Bei allen Kursen zur Gesundheitsbildung des Themenbereiches „Essen und Trinken“ werden selbstverständlich auch Fragen der gesunden Lebensweise thematisiert sowie Ernährungs- und Lebensmittelkunde und evtl. auch Landeskunde behandelt.

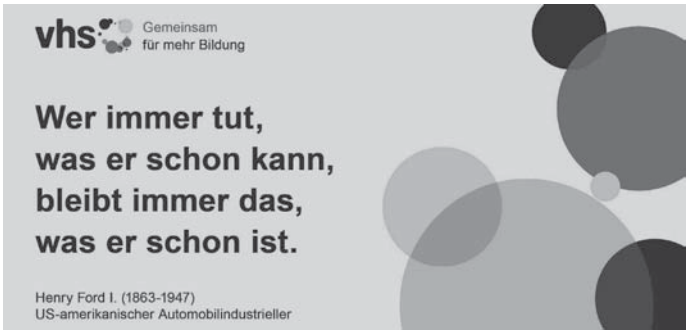
Wein-Seminar

30713 Leitung: Gerhard Neye

WEIN-SEMINAR

Mit dem Ökowinzer draußen im Weinberg und anschließender großen Weindegustation mit frisch gebackener Quiche und einem Bio-Käseteller auf dem Weingut. Nehmen Sie sich eine Auszeit und gönnen Sie sich diesen genussvollen Tag mit dem Ökowinzer des Kuckuckshofs Gerhard Neye!

1 Termin, 24.06.2017, Samstag, 14:00 - 22:00 Uhr
Ort: Treffpunkt Öko-Weingut Neye, Ittersbach
Gebühr: 45,00 € inkl. große Weindegustation, frisch gebackener Quiche und Biokäseteller
Mit Karlsbads erstem Öko-Winzer wandern Sie durch die Weinberge Kelterns. Aufklärung und Information bringen noch mehr Freude am Wein. Aber wir wollen Sie auch sensibel machen für das Öko-System Weinberg – das segensreiche Zusammenwirken von Flora und Fauna. Daraus erkennen Sie die Verantwortung der Landwirtschaft in der heutigen Zeit. Und: Wir werden eine Spatendiagnose machen, uns das Prinzip von Menge und Güte vergegenwärtigen und eine Junganlage mit „wirklichen" Öko-Reben besichtigen. Anschließend geht's zum Weingut zurück nach Ittersbach. Dort können Sie in einer großen Öko-Weindegustation kritisch alles „neu Gelernte" mit Mund und Nase überprüfen. Als Grundlage vorweg: eine frisch gebackene „Quiche". Anschließend traditionell unseren großen Biokäseteller.



Immer eine gute Idee ⇨ Vhs-*Geschenkgutschein*
Telefonische Beratung und Bestellung ⇨ **0 72 02 – 17 93**

Rum-Tasting

30714 NEU Leitung: Cyrus Ardjomandi

Tasting: Rum und Rhum aus der Karibik
Eine kleine, exzellente Auswahl, lassen Sie sich genussvoll überraschen!

1 Abend, Samstag, 15.07.2017, 19:00 - 21:30 Uhr, Langensteinbach
Gebühr: 63,00 € inkl. Rumverkostung (5 Stück) und Leckerbissen
Rund um den Globus wird Rum in verschiedenen Sorten hergestellt und getrunken. Bei Ihrem Rum-Tasting in Langensteinbach stellen wir Ihnen Rumsorten aus der bekanntesten ursprünglichen Rumregion, der Karibik vor. Sie erfahren Wissenswertes rund um die besondere Spirituose. Die Reise durch die Welt des Rums führt sie durch Nationen, deren Einflüsse durch die frühen Kolonien geprägt sind. Dementsprechend lernen Sie die unterschiedlichen Geschmacksprofile durch den Einfluss der französisch, britisch und spanisch geprägten Kolonialstaaten kennen. Sie erhalten einen Einblick in die Geschichte und Herstellung des beliebten Getränks, untermalt durch Bilder und Informationen zu den Destillen und Inseln. Das Rum Tasting besteht aus 5 aufeinander abgestimmten, exklusiven Premium Rums, die Einsteigern einen hervorragenden Start in die Geschmacks- und Aromenvielfalt dieses einzigartigen Getränks ermöglicht. Auch für das leibliche Wohl wird nebenbei gesorgt und Snacks zur Probe gereicht. Gönnen Sie sich selbst - oder verschenken Sie - diese aromatische Reise in die unglaubliche, vielfältige Welt des Premium-Rums.

Whisky-Tasting

30715 NEU Leitung: Cyrus Ardjomandi

Whisky - Inhouse - Tasting:
Especially for you and your friends – surprice enjoyment

1 Abend, Dauer ca. 3 Stunden, ab 8 Personen
Thema und Termin für diese exklusive Whisky-Verkostung stimmen wir individuell für Sie ab.
pro Person 60 € inkl. Whiskyverkostung (5 Stück)
Unser Whisky-Profi kommt zu Ihnen nach Hause und bringt nahezu alles mit. Lediglich Brot, Wasser und eventuell einen Snack stellen Sie für sich und Ihre Gäste bereit. In der Gebühr enthalten sind die Whisky-Tastings (5 Stück pro Person) und die Ausführungen dazu, die Anfahrtskosten und das Honorar. Die weiteren Einzelheiten das Tasting betreffend legen wir selbstverständlich in Absprache mit Ihnen fest. Neben den Whiskys, die Sie und Ihre Gäste im Tasting verkosten, lernen Sie viel Wissenswertes über das faszinierende „Wasser des Lebens". Dieser Abend wird unter Garantie ein voller Erfolg und Ihnen und Ihren Freunden lange in Erinnerung bleiben.

Leckere Angebote zum Karlsbader Bienensommer

30716 NEU Leitung: Claudia Zwietasch

„Kleines Naschbuffet aus Wildblüten und Honig“

Wissenswertes zu Wildblüten / Wildkräutern verbunden mit einem kleinen Kochkurs

1 Abend, Freitag, 12.05.2017, 17:30 - 20:30 Uhr
Gebühr: 28,00 € inkl. Lebensmittelkosten
Ort: Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Getränk, Geschirrtuch, evtl. kleines scharfes Messer

Auf unseren Streuobstwiesen gibt es viele fleißigen Bienen, die ihren Nektar von den heimischen Wildblumen sammeln und zu leckerem Honig verarbeiten. Wir wollen diese wilden Blüten besser kennenlernen und zu einem kleinen „Wildblüten-Honig-Menü“ verarbeiten. Dabei werden wir neben den schon bekannten Vertretern wie Gänseblümchen, Löwenzahn und Rotklee auch mehr über andere essbaren Blüten erfahren. Zum Abschluss werden wir unser kleines „Gourmetbuffet“ mit einem „Blüten-Gin-Bee“-Cocktail genießen.
Freuen Sie sich auf einen interessanten und informativen Freitagabend und starten Sie kulinarisch mit unserer Wildkräuter-Expertin, Frau Claudia Zwietasch, und dem kleinen Naschbuffet köstlich ins Wochenende und in den „Bienensommer 2017“.

30717 NEU Leitung: Beate Gut

HONIG - das süße Gold!

Herzhaftes und Süßes, mal feinfruchtig und mal herb rauchig – Geschmackserlebnis Honig!

1 Abend, Donnerstag, 06.07.2017, 18:30 - 21:30 Uhr
Gebühr: 32,00 € inkl. Lebensmittelkosten

Honig bietet ein breites Aromen-Spektrum, von feinfruchtig bis streng rauchig. Honig – ein leckeres Geschmackserlebnis und pure Genussvielfalt.
Honig – goldener Saft der Wunder schafft!? Bereits Hippokrates schwur auf die Heilkraft des Honigs!
Gemeinsam mit Ihnen möchte Frau Beate Gut – Ernährungsfachkraft – die wunderbare Sortenvielfalt des Honigs in raffinierten süßen und herzhaften Schmankerln und Gerichten erleben. Lassen Sie sich überraschen, riechen, schmecken und genießen Sie mit unserem Kochkurs einen köstlichen Part des „Bienensommer 2017“!

Immer eine gute Idee ⇨ Vhs-*Geschenkgutschein*
Telefonische Beratung und Bestellung ⇨ **0 72 02 – 17 93**

Meisterhaft
Deutsche Bauwirtschaft

Mit uns bauen Sie besser:

Dieses Siegel setzt Maßstäbe in Sachen Qualität, Kompetenz und Zuverlässigkeit.

-Neubauarbeiten
-Um- und Anbau
-Renovierungen rund ums Haus
-Altbausanierungen
-Außenanlagen
-Minibaggerarbeiten
-Pflasterarbeiten

Seit über 80 Jahren

KRAFT GmbH & Co.KG
BAUGESCHÄFT
Pfinzstr. 7
76337 Waldbronn
Telefon 0 72 43 / 53 27 27
Telefax 0 72 43 / 53 27 28

www.gute-bauunternehmen.de
www.meisterhaftbauen.de

Internet: www.kraft-bau.de e-Mail: info@kraft-bau.de

GARTNER
GARTEN U. LANDSCHAFTSBAU
MEISTERBETRIEB
RENCHSTRAßE 4
76337 WALDBRONN
TEL. 07243- 6 39 33 / FAX 6 79 91

Angebote für Kinder & Jugendliche

Mitmachen möglich machen

… dafür gibt es seit 2011 das Bildungs- und Teilhabepaket für bedürftige Kinder.

Die Teilhabe an Kultur, Sport und anderen Freizeitangeboten soll auch für Kinder aus finanzschwachen Familien selbstverständlich sein. In der Regel stehen einem Kind oder Jugendlichen 120 € pro Jahr zur Verfügung.

Die Volkshochschule bietet vielfältige Möglichkeiten, Neues auszuprobieren oder vorhandene Interessen zu vertiefen.

Mitmachen ist möglich, z. B. bei folgenden VHS-Angeboten:
- Kurse mit den Themen „Bewegung, Entspannung, Sport, Kreativität“
- PC- und Tastaturschreibkurse
- und viele weitere Kurse

Wer hat einen Anspruch auf Leistungen aus dem Bildungs- / Teilhabepaket?
Das sind Kinder und Jugendliche bis zum Alter von 18 Jahren, die selbst bzw. deren Eltern

- Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld nach dem Sozialgesetzbuch (SGB) II
- Sozialhilfe nach dem SGB XII
- Wohngeld nach dem Wohngeldgesetz oder
- Kinderzuschlag nach dem Bundeskindergeldgesetz

erhalten. Auch wenn die Familie keine dieser Leistungen erhält aber nur über ein geringes Einkommen verfügt, besteht möglicherweise ein Anspruch.

Wie kommt eine Familie an die Leistungen?
Die Leistungen müssen beantragt werden. Antragsformulare gibt es beispielsweise bei der Gemeinde, beim Landratsamt oder im Internet unter www.landkreis-karlsruhe.de. Zum Teilhabeantrag gehören eine Kopie des Leistungsbescheides über Wohngeld, Kinderzuschlag etc. Die Antragsunterlagen gibt man dann bei der Gemeinde oder im Landratsamt ab bzw. schickt sie dorthin.

Fragen Sie bei Ihrer Vhs nach oder bei Heike Jung im Landratsamt Karlsruhe, Amt für Grundsatz und Soziales, Telefon 0721 936-65650, E-Mail: heike.jung@landratsamt-karlsruhe.de – beide helfen Ihnen gerne weiter.

Sie finden das VHS-Semesterprogramm auch unter
www.vhs-karlsbad.de im Internet
und können sich dort direkt oder per
eMail **info@vhs-karlsbad.de**
anmelden.

Tastaturschulungen

50401 Leitung: Roswitha Bader
Tastaturschreiben - Mit 10 Fingern schneller am PC!
Intensivkurs 5 Termine – keine Voraussetzungen – für Teilnehmende von 9-99 Jahren!
5 Abende, 08.02.2017 - 15.03.2017, Mittwoch, 18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine, Gebühr: 79,00 € inkl. Arbeitsmaterial;
Gebührenermäßigung für Schüler/innen, ermäßigt 69,00 €
Wie viele Anschläge schaffen Sie mit dem „Adler-Such-System“ pro Minute? Erlernen Sie in diesem Kurs das 10-Finger-Tastschreiben unter kompetenter Anleitung und Sie werden in Zukunft spürbar weniger Zeit für das „Tippen“ Ihrer Texte und Dokumente aufwenden müssen. Inhalt: Abwechslungsreiche Lernmethoden in entspannter Lernatmosphäre; Praktische Übungen im Kurs und zu Hause sichern das Ergebnis ab. Schon nach wenigen Stunden fühlen Sie sich auf dem gesamten Tastenfeld zu Hause. Info: Gerne stellen wir Ihnen eine Teilnahmebescheinigung aus (bei 80% Teilnahme), die Sie auch beruflich oder für Ihre Bewerbungsmappe nutzen können.

50402 Leitung: Regina Schweiger-Müller
Kompaktkurs in den Faschingsferien
Die Tastatur voll im Griff und flott getippt!
Tastatur- / Zehnfingerschreiben am PC für junge Menschen ab 9 Jahren
3 Vormittage, jeweils von 10:00 bis 13:00 Uhr
Mittwoch, 01.03.17 & Donnerstag, 02.03.17 & Samstag, 04.03.2017
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Schreibsachen, Buntstifte (rot, gelb, grün, blau), Vesper, Getränk
Material: Arbeitsheft inkl. Tastschreibtrainer auf CD (im Preis inbegriffen)
Gebühr: 69,00 € inkl. Arbeitsheft +Tastschreibtrainer-CD i.W. von ca. 16 €
Bereits im Grundschulalter spielen und lernen Kinder mit dem Computer, können jedoch zu diesem Zeitpunkt die Tastatur nur nach dem „Adler-Such-System“ bedienen. Lernen Kids schon in diesem Alter das 10-Finger-Tastschreiben, so haben sie einen entscheidenden Vorteil im weiteren schulischen Alltag. Durch die ganzheitliche, assoziative Lernmethode des 10-Fingersystems lernen die Schüler/-innen über Vorstellungsbilder und Lerngeschichten die Lage der einzelnen Tasten Reihe für Reihe kennen. Das Arbeitsheft ist dabei das Leitmedium für den Unterricht. Nach der Erarbeitung der Vorstellungsbilder festigen die Schüler/-innen in abwechslungsreichen und spielerischen Übungen die Verknüpfung von Bildern und Farben mit den jeweiligen Tasten und Fingern. Als integrierter Bestandteil des Lernsystems ist im Preis des Arbeitsheftes eine Einzelplatzlizenz für den Tastschreibtrainer enthalten. Diese Software ermöglicht individuelles Üben zu Hause. Ab der ersten Übung werden sinnvolle Wörter geschrieben, die sich am Grundwortschatz orientieren. Gleichzeitig fördert das konzentrierte Schreiben nachweislich die Rechtschreibung und Konzentrationsfähigkeit. Ihre Vorteile:
- Das Zehnfingerschreiben wird in sehr kurzer Zeit gelernt
- Hohe Motivation der Schüler/innen durch rasche Lernerfolge
- Förderung von Rechtschreibung, Konzentrationsfähigkeit und Feinmotorik

50403 Leitung: Regina Schweiger-Müller
Kompaktkurs in den Osterferien
Die Tastatur voll im Griff und flott getippt!
Tastatur- / Zehnfingerschreiben am PC für junge Menschen ab 9 Jahren
3 Vormittage, jeweils von 10:00 bis 13:00 Uhr
Dienstag, 18.04.2017 & Donnerstag, 20.04.2017 & Samstag, 22.04.2017
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Schreibsachen, Buntstifte (rot, gelb, grün, blau), Vesper, Getränk
Material: Arbeitsheft inkl. Tastschreibtrainer auf CD (im Preis inbegriffen)
Gebühr: 69,00 € inkl. Arbeitsheft +Tastschreibtrainer-CD i.W. von ca. 16 €
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nummer: **50402**

50404 NEU Leitung: Roswitha Bader
Tastaturschreiben - Mit 10 Fingern schneller am PC!
Intensivkurs in den Pfingstferien 4 Termine – keine Voraussetzungen – für Kinder, Jugendliche, Schüler/innen ab 9 Jahren
4 Vormittage, Dienstag, 06.06.2017 + Donnerstag, 08.06.2017 + Montag, 12.06.2017 + Mittwoch, 14.06.17, je 10-12 Uhr inkl. Pause/n
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine - Gebühr: 69,00 € inkl. Arbeitsmaterial
Wie viele Anschläge schaffst Du mit dem „Adler-Such-System" pro Minute? Erlerne in diesem Kurs das 10-Finger-Tastschreiben unter kompetenter Anleitung und benötige so in Zukunft spürbar weniger Zeit für das „Tippen" Deiner Texte.
Inhalt: Abwechslungsreiche Lernmethoden in entspannter Lernatmosphäre; Praktische Übungen im Kurs und zu Hause sichern das Ergebnis ab. Schon nach wenigen Stunden fühlst Du dich auf dem gesamten Tastenfeld zu Hause. Info: Gerne stellen wir eine Teilnahmebescheinigung aus (bei 80% Teilnahme), die Du auch für Deine Bewerbungsmappe nutzen kannst.

Kreativ sein in der Vhs

Ihr Kind und seine Freunde (maximal 6 Kinder) möchten gern gemeinsam **töpfern, basteln oder nähen**?
Gerne organisieren wir einen Kurs für Kinder ab 9 Jahren zu Ihrem Wunschtermin.
Informieren Sie sich ganz unverbindlich:
Vhs Geschäftsstelle, Telefon 07202-1793 oder e-Mail info@vhs-karlsbad.de

Geburtstag feiern in der Vhs

Gerne organisieren wir für Sie einen Nachmittag (2 bis 3 Std.) als Geburtstagsevent (z.B. töpfern, basteln mit Perlen, nähen) für Ihr Geburtstags-Kind (ab 9 Jahren) und seine Gäste. Interesse?
Informieren Sie sich ganz unverbindlich im Vhs-Büro
Telefon 07202-1793 oder E-Mail an info@vhs-karlsbad.de

Neue Akkordeon-Kurse ab April
in Langensteinbach und Reichenbach

- **mit einem faszinierenden Instrument die ganze Vielfalt der Musik entdecken**
- **individueller Einzel- und Gruppenunterricht**
- **für Kinder ab 6 Jahre und Jugendliche**
- **Wiedereinsteigerkurs für Erwachsene**
- **Mietinstrument auf Wunsch**

Info: **Uwe Müller**
Tel. 07202 40071
unterricht@accomusica.de

AccoMusica
www.accomusica.de

Kreativ sein… töpfern

20612 Leitung: Hielta Schlifkowitz
Töpfern in den Faschingsferien für Kinder ab 8 Jahren
1 Nachmittag, Donnerstag, 02.03.2017, 14:00 - 16:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Schürze oder „Dreck-Spatz-Klamotten" anziehen!
Gebühr: 15,00 € inkl. Material (max. 6 Kinder)
Wer mit seinen eigenen Händen aus Ton die unterschiedlichsten Kunstwerke nach Lust und Laune formen möchte ist hier genau richtig. Und Frau Hielta Schlifkowitz, eine erfahrene Keramikerin, sorgt dafür, dass ihr Eure eigenen Ideen umsetzen könnt und gibt Euch Tipps, damit Eure Werke auch gut gelingen. Wir modellieren mit weißem Ton. Die fertigen Tonarbeiten werden nach ca. 2 Wochen gebrannt und können dann in der Vhs abgeholt werden. Der Termin wird im Kurs bekannt gegeben.

20613 Leitung: Hielta Schlifkowitz
Töpfern in den Osterferien für Kinder ab 8 Jahren
1 Nachmittag, Donnerstag, 20.04.2017, 14:00 - 16:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Schürze oder „Dreck-Spatz-Klamotten" anziehen!
Gebühr: 15,00 € inkl. Material (max. 6 Kinder)
Kursinhalt Sieh Kurs-Nummer **20612**

20614 Leitung: Hielta Schlifkowitz
Töpfern für den Muttertag für Kinder ab 8 Jahren
1 Nachmittag, Samstag, 29.04.2017, 14:00 - 16:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Schürze oder „Dreck-Spatz-Klamotten" anziehen!
Gebühr: 15,00 € inkl. Material (max. 6 Kinder)
Kursinhalt Sieh Kurs-Nummer **20612**

Kreativ sein… Nähen für Kids

21401 Leitung: Manuela Becker

UPCYCLING - Aus Alt mach Neu

Kinder & Jugendliche mit kleinen Nähkenntnissen ab 12 Jahren

3 Termine - Freitag, 27.01.17., 15:30-18:30 Uhr, Samstag, 28.01.17, 10:00-13:00 Uhr und Freitag, 03.02.2017, 15:30–18:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 59,00 € Kleingruppe - min 3 max 4 Personen
Viele Lieblingsstücke verkümmern im Schrank, weil sie nicht mehr passen oder doch nicht mehr ganz aktuell sind. In diesem Kurs könnt ihr eure Lieblingsteile aufpeppen oder etwas Neues daraus nähen und schon habt ihr ein neues Lieblingsteil erschaffen! Tipp: Aus alten Jeans lassen sich auch tolle Taschen nähen!
Mitzubringen: Lieblingsstück (Hemd, Bluse, Jeans etc.), Stoffreste, Stoff- und Papierschere, Bleistift, Papier, Stecknadeln, alte Knöpfe, passendes Nähgarn und ganz wichtig: Wasser zum Trinken!
Info: Die Kursleitung bringt einiges Material mit. Dieses kann - bei Bedarf - verwendet werden und wird im Kurs - nach Verbrauch - abgerechnet.

21402 NEU Leitung: Manuela Becker

UPCYCLING - Aus Alt mach Neu

Kinder & Jugendliche mit kleinen Nähkenntnissen von 9-11 Jahren

2 Termine - Freitag, 10.02.17., 15:00-18:30 Uhr und Samstag, 11.02.17, 10:00-13:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 39,00 € Kleingruppe - min 3 max 4 Personen
Viele Lieblingsstücke verkümmern im Schrank, weil sie nicht mehr passen oder doch nicht mehr ganz aktuell sind. In diesem Kurs könnt ihr eure Lieblingsteile aufpeppen oder etwas Neues daraus nähen und schon habt ihr ein neues Lieblingsteil erschaffen! Tipp: Aus alten Jeans lassen sich auch tolle Taschen nähen!
Mitzubringen: Lieblingsstück (Hemd, Bluse, Jeans etc.), Stoffreste, Stoff- und Papierschere, Bleistift, Papier, Stecknadeln, alte Knöpfe, passendes Nähgarn und ganz wichtig: Wasser zum Trinken!
Info: Die Kursleitung bringt einiges Material mit. Dieses kann - bei Bedarf - verwendet werden und wird im Kurs - nach Verbrauch - abgerechnet.

Immer eine gute Idee ⇨ Vhs-*Geschenkgutschein*
Telefonische Beratung und Bestellung ⇨ **0 72 02 – 17 93**

21403 Leitung: Manuela Becker

"Ein Tag in der Monster AG" (Faschingsferien-Kurs)
Kinder nähen ein Kuschelmonster!
Anfänger/innen mit kleinen Nähkenntnissen von 7-10 Jahren

1 Termin, Samstag, 04.03.2017, 10:00 - 13:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 27,00 € Kleingruppe - min 3 max 4 Kinder
Kuscheltiere hat jeder, aber wer hat schon ein selbst entworfenes und selbst gefertigtes Monster? In diesem Nähkurs können ungeheuer liebe Monster nach eigenen Vorstellungen genäht werden. Der Kurs ist für Kinder von 7-10 Jahren, welche schon etwas Nähkenntnisse haben, gedacht.
Mitzubringen: Stoffreste (Baumwollstoff, Frotteehandtuch o.ä.) oder gebrauchte Kleidung (Bluse, Hemd, Jeans etc.), Stoff- und Papierschere, Bleistift, Papier, Stecknadeln, alte Knöpfe, passendes Nähgarn und ganz wichtig: Wasser zum Trinken! Info: Die Kursleitung bringt einiges Material mit. Dieses kann - bei Bedarf - verwendet werden und wird im Kurs - nach Verbrauch - abgerechnet.

21404 NEU Leitung: Manuela Becker

Schnupperkurs für "Schneiderlehrlinge“
ohne Vorkenntnisse – Altersklasse 7 bis 10 Jahre

2 Termine, Freitag, 17.03.2017, 15:00-18:00 Uhr und Samstag, 18.03.2017, 10:00 - 13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 39,00 € Kleingruppe - min 3 max. 4 Kinder
Du hast noch keine Erfahrung im Umgang mit einer Nähmaschine? Findest das "Teil" und was man damit alles Nähen kann aber klasse! Dann wird es Zeit, bei unserem Schnupperkurs für "Schneiderlehrling" teilzunehmen! Wie alle Lehrlinge starten wir mit kleinen, einfachen Übungen und "Nähsachen". Frau Manuela Becker, unsere Kursleiterin, zeigt Euch alles ganz genau, erklärt und gibt die richtigen Tipps, damit Eure ersten selbstgenähten Werke auch gut gelingen.
Der Kurs ist für Kinder von 7-10 Jahren, welche noch keine Erfahrung im Umgang mit einer Nähmaschine haben, gedacht.
Mitzubringen: Stoffreste (Baumwollstoff, Frotteehandtuch o.ä.) oder gebrauchte Kleidung (Bluse, Hemd, etc.), bitte kein Jerseystoff (T-Shirt etc.), da dieser für Anfänger/innen zu schwierig zu verarbeiten ist, Stoff- und Papierschere, Bleistift, Papier, Stecknadeln, alte Knöpfe, passendes Nähgarn und ganz wichtig: Wasser zum Trinken!
Info: Die Kursleitung bringt einiges Material mit. Dieses kann - bei Bedarf - verwendet werden und wird im Kurs - nach Verbrauch - abgerechnet.

21405 NEU Leitung: Manuela Becker

„Taschenkreationen“ (Osterferien-Kurs)

Designe deine eigene Tasche! Kosmetiktäschchen, Handy- oder Schlüsselmäppchen, Etuis, Beutel, Utensilos…

Anfänger/innen (9-12 Jahre) mit kleinen Nähkenntnissen

1 Vormittag, Mittwoch, 19.04.2017, 10:00 - 13:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 27,00 € Kleingruppe - min 3 max 4 Kinder

Taschen, Beutel, Täschchen fürs Handy, den Schlüssel, Kosmetiksachen, Utensilos gibt es jede Menge und in vielen Varianten zu kaufen. Taschen... hat jeder, aber wer hat schon ein selbst entworfenes und selbst gefertigtes "Taschen-Teil"! In diesem Nähkurs können tolle Taschen, Beutel, Täschchen, Utensilos nach eigenen Vorstellungen designet werden. Der Kurs ist für Kinder von 9 bis 12 Jahren, welche schon etwas Nähkenntnisse haben, gedacht. Mitzubringen: Stoffreste (Baumwollstoff, Frotteehandtuch o.ä.) oder gebrauchte Kleidung (Bluse, Hemd, Jeans etc.), Stoff- und Papierschere, Bleistift, Papier, Stecknadeln, alte Knöpfe, passendes Nähgarn und ganz wichtig: Wasser zum Trinken! Info: Die Kursleitung bringt einiges Material mit. Dieses kann - bei Bedarf - verwendet werden und wird im Kurs - nach Verbrauch - abgerechnet.

21406 Leitung: Manuela Becker

UPCYCLING - Aus Alt mach Neu

Kinder & Jugendliche mit kleinen Nähkenntnissen ab 12 Jahren

3 Termine - Freitag, 28.04.17., 15:30-18:30 Uhr, Samstag, 29.04.17, 10:00-13:00 Uhr und Samstag, 06.05.2017, 10:00–13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 59,00 € Kleingruppe - min 3 max. 4 Personen

Viele Lieblingsstücke verkümmern im Schrank, weil sie nicht mehr passen oder doch nicht mehr ganz aktuell sind. In diesem Kurs könnt ihr eure Lieblingsteile aufpeppen oder etwas Neues daraus nähen und schon habt ihr ein neues Lieblingsteil erschaffen! Tipp: Aus alten Jeans lassen sich auch tolle Taschen nähen!
Mitzubringen: Lieblingsstück (Hemd, Bluse, Jeans etc.), Stoffreste, Stoff- und Papierschere, Bleistift, Papier, Stecknadeln, alte Knöpfe, passendes Nähgarn und ganz wichtig: Wasser zum Trinken!
Info: Die Kursleitung bringt einiges Material mit. Dieses kann - bei Bedarf - verwendet werden und wird im Kurs - nach Verbrauch - abgerechnet.

Geburtstag feiern in der Vhs

Gerne organisieren wir für Sie einen Nachmittag (2 bis 3 Std.) als Geburtstagsevent (z.B. töpfern, basteln mit Perlen, nähen) für Ihr Geburtstags-Kind (ab 9 Jahren) und seine Gäste.
Informieren Sie sich ganz unverbindlich im Vhs-Büro, Telefon 07202-1793 oder E-Mail an info@vhs-karlsbad.de

21407 NEU Leitung: Manuela Becker

Schnupperkurs für "Schneiderlehrlinge“

ohne Vorkenntnisse – Altersklasse 7 bis 10 Jahre

2 Termine, Freitag, 19.05.2017, 15:00 - 18:00 Uhr und Samstag, 20.05.2017, 10:00 – 13:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 39,00 € Kleingruppe - min 3 max. 4 Kinder
Kursinhalt siehe bei Kurs-Nr. **21404 NEU**

21408 NEU Leitung: Manuela Becker

Überraschungs-Nähen

Kinder und Jugendliche mit kleinen Nähkenntnissen

Altersklasse 9 bis 12 Jahre

1 Vormittag, Samstag, 08.07.2017, 10:00 - 13:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 27,00 € Kleingruppe - min 3 max. 4 Kinder

In diesem Kurs nähen wir nach Lust und Laune ein "Überraschungsstück"! Mitzubringen: Stoffe, Stoffreste, Stoff- und Papierschere, Bleistift, Papier, Stecknadeln, passendes Nähgarn und ganz wichtig: Wasser zum Trinken! Info: Die Kursleitung bringt einiges Material mit. Dieses kann - bei Bedarf - verwendet werden und wird im Kurs - nach Verbrauch - abgerechnet.

Kreativ sein in der Vhs

Ihr Kind und seine Freunde (maximal 6 Kinder) möchten gern gemeinsam **töpfern, basteln oder nähen**?
Gerne organisieren wir einen Kurs für Kinder ab 9 Jahren zu Ihrem Wunschtermin.
Interesse?
Informieren Sie sich ganz unverbindlich bei der VHS Geschäftsstelle, Telefon 07202-1793 oder E-Mail an info@vhs-karlsbad.de

Aktiv sein… Sportive Kids

Sportive-Kids ist ein spezielles Sportkonzept für Kinder von 6-14 Jahren, das Fitness, Koordination, Sozialkompetenz, Selbstvertrauen und die Ausgeglichenheit der Kinder fördert sowie Selbstbehauptung und Selbstverteidigung aufbaut.

Warum Fitness?
Weil Bewegung wichtig ist für Lebensfreude und ein positives Körpergefühl. Kinder haben den angeborenen Instinkt zu spielen und zu entdecken. Dies unterstützt ihr Wohlbefinden, ihr Selbstbewusstsein und fördert ihre sozialen Kontakte.

Warum Koordination?
Weil alles, was wir tun, koordiniert werden muss. Wir haben ein Gehirn, welches z.B. unsere Arme und Beine steuern muss. Nur ein trainiertes Gehirn schafft das mit Leichtigkeit.

Warum Sozialkompetenz?
Weil dies für unseren Alltag, für unser Zusammenleben, für unser Wohl enorm wichtig ist. In der Gruppe erwerben Kinder ganz unkompliziert und mit Spaß Kompetenzen, die für das gemeinschaftliche Miteinander unabdingbar sind, wie Rücksichtnahme, Hilfsbereitschaft, Toleranz und Zusammenhalt.

Warum Selbstvertrauen?
Kinder brauchen Herausforderungen und Motivation. Nur so bauen sie ein gesundes Selbstvertrauen auf und wachsen mit ihren Aufgaben.

Warum Ausgeglichenheit?
Weil auch Kinder Stress empfinden und deshalb als Gegengewicht Ruhe und Entspannung brauchen. So können sie ihren „Kinderalltag" meistern.

Warum Selbstverteidigung?
Weil es Situationen gibt, wo ein Kind sich auch einmal behaupten muss. Damit solch eine Situation nicht eskaliert, lernen Sportive Kids sich zu schützen und sich mit einfachen Mitteln aus der Situation zurück zu ziehen. Selbstverteidigung ist kein Kampfsport und wird nicht zum Angriff verwendet.

30269 Leitung: Oliver Seib
Schnupperstunde zum Kennenlernen und Ausprobieren!
Sportive-Kids für Kinder von 6-10 Jahren
1 Nachmittag, 23.02.2017 Donnerstag, 15:45 - 16:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Getränk (am besten Wasser ohne Kohlensäure), gute Laune - Gebühr: gebührenfrei (min. 10 / max. 20 Kinder)

30270 Leitung: Oliver Seib
Sportive-Kids für Kinder von 6-10 Jahren
Fitness - Koordination - Sozialkompetenz - Selbstvertrauen – Ausgeglichenheit - Selbstbehauptung - Selbstverteidigung
15 Nachmittage, 9.3.-20.7.17, Donnerstag, wöchentl. 15:45-16:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: bequeme Sportkleidung, Getränke (am besten Wasser ohne Kohlensäure), gute Laune – Gebühr: 100,00 €

Aktiv sein…Zumba® Kids

30265 Leitung: Liane Bichler
Zumba® – Kids von 7 bis 13 Jahren
10 Nachmittage, 13.01.-24.03.17, Freitag, wöchentl., 15:00-16:00 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG, Ittersbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 39,00 €

30266 Leitung: Liane Bichler
Zumba® – Kids von 7 bis 13 Jahren
10 Nachmittage, 31.03.-07.07.17, Freitag, wöchentl., 15:00-16:00 Uhr
Ort: Grundschule Ittersbach, Raum: Gymnastikhalle, EG, Ittersbach
Mitzubringen: Sportoutfit, Handtuch und Getränk
Gebühr: 39,00 €

Aktiv sein… Judo

Kooperation
Vhs + Judo Club Ettlingen e.V.

Trainerin
Heike Plummer

Inhalt: Spielerische Bewegungsschulung mit Fallelementen, Judowürfen und Griffen. Selbstverteidigung, Selbstvertrauen, Disziplin und Konzentration stehen im Fokus.

Mitzubringen: Falls noch kein Judoanzug vorhanden, bitte Sportbekleidung und Wasser zum Trinken. Schuhe sind nicht erforderlich, da das Training barfüßig stattfindet.

Ort: Gymnastikhalle, Grundschule Langensteinbach

30267 NEU **Judo – für Anfänger/innen ab 7 Jahren**
Montag, ab 09.01.2017 fortlaufend, wöchentlich 15:00-16:00 Uhr
Info Gebühren: Schnuppern für max. 2 Termine gebührenfrei, ab der 3. Stunde ⇨ monatlich 25 € zzgl. einmalig 35 € Verwaltungsgebühr

30268 NEU **Judo – für Fortgeschrittene gemischt bis 18 Jahre**
Montag, ab 09.01.2017, wöchentlich, fortlaufend, 16:00-17:00 Uhr
Info Gebühren: Schnuppern für max. 2 Termine gebührenfrei, ab der 3. Stunde ⇨ monatlich 25 € zzgl. einmalig 35 € Verwaltungsgebühr

Angebote für Schülerinnen, Schüler…

… der Grundschulstufe

Tastaturschulungen

50401 Leitung: Roswitha Bader
Tastaturschreiben - Mit 10 Fingern schneller am PC!
Intensivkurs 5 Termine – keine Voraussetzungen – für Teilnehmende von 9-99 Jahren!
5 Abende, 08.02.2017 - 15.03.2017, Mittwoch, 18:00 - 19:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine, Gebühr: 79,00 € inkl. Arbeitsmaterial;
Gebührenermäßigung für Schüler/innen, ermäßigt 69,00 €
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nummer: **50401** Seite 72

50402 Leitung: Regina Schweiger-Müller
Kompaktkurs in den Faschingsferien
Die Tastatur voll im Griff und flott getippt!
Tastatur- / Zehnfingerschreiben am PC für junge Menschen ab 9 Jahren
3 Vormittage, jeweils von 10:00 bis 13:00 Uhr
Mittwoch, 01.03.17 & Donnerstag, 02.03.17 & Samstag, 04.03.2017
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Schreibsachen, Buntstifte (rot, gelb, grün, blau), Vesper, Getränk
Material: Arbeitsheft inkl. Tastschreibtrainer auf CD (im Preis inbegriffen)
Gebühr: 69,00 € inkl. Arbeitsheft +Tastschreibtrainer-CD i.W. von ca. 16 €
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nummer: **50402** Seite 72

50403 Leitung: Regina Schweiger-Müller
Kompaktkurs in den Osterferien
Die Tastatur voll im Griff und flott getippt!
Tastatur- / Zehnfingerschreiben am PC für junge Menschen ab 9 Jahren
3 Vormittage, jeweils von 10:00 bis 13:00 Uhr
Dienstag, 18.04.2017 & Donnerstag, 20.04.2017 & Samstag, 22.04.2017
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Schreibsachen, Buntstifte (rot, gelb, grün, blau), Vesper, Getränk
Material: Arbeitsheft inkl. Tastschreibtrainer auf CD (im Preis inbegriffen)
Gebühr: 69,00 € inkl. Arbeitsheft +Tastschreibtrainer-CD i.W. von ca. 16 €
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nummer: **50403** Seite 73

50404 NEU Leitung: Roswitha Bader
Tastaturschreiben - Mit 10 Fingern schneller am PC!
Intensivkurs in den Pfingstferien 4 Termine – keine Voraussetzungen – für Kinder, Jugendliche, Schüler/innen ab 9 Jahren
4 Vormittage, Dienstag, 06.06.17 + Donnerstag, 08.06.17 + Montag, 12.06.17 + Mittwoch, 14.06.17, jeweils 10 bis 12 Uhr inkl. Pause/n
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: keine - Gebühr: 69,00 € inkl. Arbeitsmaterial
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nummer: **50404** Seite 73

… der Weiterführenden Schulen

EDV-Kurse – Präsentationen mit PowerPoint

50137 Leitung: Irene Wipfler
„Von der Idee zur Präsentation“
Professionell gestalten und präsentieren mit PowerPoint - Referat, Vortrag, GFS: Präsentationen und Co. im Schulalltag!
Zielgruppe: Klassenstufe 6 bis 8
1 Termin (Faschingsferien), Freitag, 03.03.2017, 10:00 - 15:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC
Mitzubringen: USB-Stick / Gebühr: 49,00 €
Inhalt des Workshops:

- Unterschiede Referat - Präsentation
- Den Inhalt auf den Punkt bringen
- Struktur und Aufbau einer Präsentation
- Gestaltungselemente (Foliendesign, Farbe, Form und Sound)
- Technik (PowerPoint - was kann das Programm)
- Wir üben den Vortrag

50138 Leitung: Irene Wipfler
„Von der Idee zur Präsentation“
Professionell gestalten und präsentieren mit PowerPoint - Referat, Vortrag, GFS: Präsentationen und Co. im Schulalltag!
Zielgruppe: Klassenstufe 6 bis 8
1 Termin (Osterferien), Freitag, 21.04.2017, 10:00 - 15:00 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Vorkenntnisse: Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC
Mitzubringen: USB-Stick / Gebühr: 49,00 €
Kursinhalt siehe Kurs-Nummer **50137**

Sprachen

40617 NEU Leitung: Sabine Müller

Individuelles Einzelcoaching zur Vorbereitung auf Referate, Vorträge, Präsentation, Prüfungen im Fach Englisch

Coaching-Einheiten 3 x 90 Minuten (6 UE) sowie Begleitung durch Emailkontakt bis zum entsprechenden Termin; Terminfestlegung und Schulungsort nach Absprache, Mitzubringen: Schreibsachen
Gebühr: 139,00 € inkl. Material

Du möchtest dich ganz individuell, gut und gezielt auf ein Referat, einen Vortrag, eine Präsentation, eine Prüfung vorbereiten, dann nutze dieses Einzelcoaching für Dich!

Vorbereitungsphase:

- Wissenslücken schließen
- z.B. den freien Vortrag üben, Ablauf zur Präsentation
- Sicherheit und Routine durch Trainingseinheiten im Hör-Verstehen, zur Kommunikation, Wortschatzübungen
- Tipps, Strategien und aktive Übungen zum Umgang mit Prüfungssituationen

Zeitraum bis zur Prüfung:

- Unterstützenden Emailaustausch als erweitere Begleitung und Betreuung für deine Vorbereitungen und Fragen durch unsere Kursleitung.

Kompetenzen für Schule und Alltag

10603 NEU Leitung: Irene Wipfler

Was passiert beim Lernen im Gehirn?

Workshop für Schüler und Schülerinnen von 10-12 Jahren: Entspannt und trotzdem intensiv Lernen

1 Termin, 11.03.2017, Samstag, 10:00 - 15:00 Uhr, inkl. Pause/n
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Getränk, Vesper für die Pause, Kissen, Decke und/oder Isomatte
Gebühr: 39,00 €

Hast du dich schon mal gefragt oder hat dir schon mal jemand erklärt, was beim Lernen im Gehirn passiert? Willst Du wissen, was die neusten Forschungen zum Thema Lernen sagen und warum die kreative Seite, Bewegung und Entspannung beim Lernen eine Rolle spielen? Dann ist dieser Workshop richtig für Dich. Lerne Dein Gehirn besser kennen und nutze alle Deine Möglichkeiten. Einfache Übungen, die auch Spaß machen, können Dir helfen, leichter, besser und schneller zu lernen. Inhalte:

- Gehirnhälften und Aufgabenverteilung
- Warum Verknüpfungen und Bilder beim Lernen wichtig sind
- Ohne Bewegung geht gar nichts beim Lernen
- Welche Rolle spielt Musik beim Lernen
- Sinnvolle Entspannungsübungen
- MindMapping und Gedächtnistraining

10601 NEU Leitung: Erika Kaiser-Mihal, Diplom-Ökonomin

Lernen - aber wie?!

Effektiver lernen - Klassenarbeiten, Prüfungen, Tests - den Schulalltag gut meistern!

Workshop für Schülerinnen und Schüler der Klassenstufen 5-7

1 Nachmittag, Dienstag, 11.04.2017, 14:00 - 17:45 Uhr
Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Mitzubringen: Schreibmaterial, Getränk, Vesper für die Pause
Gebühr: 49,00 € inkl. Unterlagen

Die Noten könnten oft viel besser sein, wenn man bei Klassenarbeiten, Tests und mündlichen Abfragen nicht so aufgeregt wäre. „Vorhin wusste ich es noch und jetzt ist es weg!" Gegen dieses Dilemma lässt sich etwas machen! Ihr bekommt viele Tipps, wie man das Brett vor dem Kopf beiseiteschiebt. Außerdem erfahrt Ihr, wie man in entscheidenden Situationen die Ruhe behält und konzentriert bleibt. Und Ihr könnt effektive Lernstrategien kennen lernen und ausprobieren. Der Spaß kommt nicht zu kurz, denn der entspannt. Zur Kursleiterin, Frau Erika Kaiser-Mihal: Diplom-Ökonomin, Coach, Systemische Beraterin / und Therapeutin, Gesprächstherapeutin, Supervisorin, Trainerin
Themen:
- Lernen besser planen und organisieren
- Konzentrationstraining
- Lerntechniken und ihre Umsetzung im Schulalltag
- positive Lernmotivation
- sinnvolle Vorbereitung auf Klassenarbeiten und Prüfungen
- Techniken zur Bewältigung von Prüfungsstress
- „Sahnehäubchen" – Dein kleines ganz persönliches Lerncoaching

10602 NEU Leitung: Erika Kaiser-Mihal, Diplom-Ökonomin

Lernen - aber wie?!

Effektiver lernen - Klassenarbeiten, Prüfungen, Tests - den Schulalltag gut meistern!

Workshop für Schülerinnen und Schüler ab Klassenstufe 8

1 Nachmittag, Mittwoch, 12.04.2017, 14:00 - 17:45 Uhr
Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach, Gebäude 5 "VHS", 5.1.01, Vhs Seminarraum, EG, Wikingerstr. 9, Karlsbad
Gebühr: 49,00 € inkl. Unterlagen
Inhalt und Kursleiterinfo siehe bei Kurs-Nummer **10601 NEU**

Wir sind gerne für Sie da!

Kontakt- und Öffnungszeiten der Vhs-Geschäftsstelle:

- Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag von 09:00 bis 12:00 Uhr
- Montagabend von 17:00 bis 19:00 Uhr

Jederzeit: vhs-karlsbad.de / info@vhs-karlsbad.de

Mathematik - Prüfungsvorbereitung

60201 Leitung: Peter Merwitz
MATHEMATIK – Prüfungsvorbereitung
Abschlussprüfung REALSCHULE
10 Nachmittage, 23.01.2017 - 03.04.2017
Montag, 15:15 - 16:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Gebühr: 99,00 €
Material: aktuell in der Schule verwendete Bücher werden mitverwendet; Kopien werden bei Bedarf direkt mit dem Kursleiter abgerechnet!
Info: Tag und Uhrzeit können bei Bedarf (z.B. dem Stundenplan angeglichen) angepasst werden. Bitte teilen Sie uns Ihren Terminvorschlag mit, wir organisieren den Kurs passend für Sie.
In diesem Kurs (Teil2) werden die in der Schule neu behandelten Themen (vor allem Parabeln, trigonometrische Funktionen (Sinus, Kosinus, Tangens), Berechnungen von Pyramide, Kegel.., sowie Statistik) vertieft. Wir tun dies anhand von Prüfungsarbeiten der vergangenen Jahre. (denn wer die bisher geschriebenen Prüfungen gut lösen kann, der kann auch die kommende Prüfung 2017 spielend rechnen).
Neben den neuen Themen des Jahres 2017 werden auch die Themen des ersten Kurses (Wahrscheinlichkeitsrechnung, lin. Funktionen, Bruchgleichungen) anhand von Prüfungsaufgaben kurz wiederholt.
Wir rechnen in diesem Teil 2 der Prüfungsvorbereitungen somit alle Aufgabenarten, die auch Bestandteil der Prüfung 2017 sein werden.
Die kleinen Gruppen (durchschnittlich bis zu 7 Schülern, vorwiegend aus der gleichen Schule) ermöglichen es, auf jeden Schüler bestmöglich einzugehen. Wir erarbeiten uns die Aufgaben in Team- und Einzelarbeit. Die Aufgabenstellungen passen wir jeweils individuell an die aktuelle Gruppe an.

Mathematikkurse für Schüler/innen der Realschule
Gerne organisieren wir für Euch Mathematikkurse, z.B. zur Stoffwiederholung und/oder Prüfungsvorbereitung.
Informationen erhalten Sie über die Vhs-Geschäftsstelle
☎ 07202-1793, 🖷 info@vhs-karlsbad.de

Gesamtangebot + aktuelle Informationen + zusätzliche Angebote
⇨ vhs-karlsbad.de oder ⇨ vhsApp

60202 Leitung: Peter Merwitz
MATHEMATIK – Prüfungsvorbereitung
Abschlussprüfung REALSCHULE
10 Nachmittage, 19.01.2017 - 30.03.2017
Donnerstag, 15:15 - 16:45 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Material: aktuell in der Schule verwendete Bücher werden mitverwendet; Kopien werden bei Bedarf direkt mit dem Kursleiter abgerechnet!
Gebühr: 99,00 €
Kursinhalt: siehe Kurs-Nr. **60201**

60401 NEU Leitung: Regina Schweiger-Müller
MATHEMATIK - Vorbereitungskurs auf die Abiturprüfung (Weihnachtsferien)
4 Termine, 02.01.2017 - 05.01.2017
Montag, 02.01.2017, 09:00 - 13:00 Uhr
Dienstag, 03.01.2017, 09:00 - 14:00 Uhr
Mittwoch, 04.01.2017, 10:00 - 13:00 Uhr
Donnerstag, 05.01.2017, 12:30-16:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Material / Mitzubringen: Schreibzeug, Taschenrechner, Formelsammlung und das Buch aus dem Stark-Verlag "Abitur 2017: Prüfungsaufgaben mit Lösungen Gymnasium Baden-Württemberg".
Gebühr: 99,00 €
Die Abitur-Prüfungen rücken näher und stehen schon bald vor der Tür. Da gibt es sicherlich noch manche offene Fragen und auch noch einiges zu tun. Der Mathe-Vorbereitungskurs mit dem Abiturstoff der allgemeinbildenden Gymnasien kommt da vielleicht gerade recht, um sich gezielt auf das schriftliche Abi in Mathe vorzubereiten und die noch offenen Fragen zu klären. Der Kurs behandelt und bearbeitet Abituraufgaben zum Pflicht- und Wahlteil der letzten Jahre.

junge vhs

Du hast dein persönliches Kursangebot in Sachen Schule & lernen nicht gefunden? Kein Problem!

Sag' uns deine Wünsche, Probleme, Fragen und wir finden den passenden Rahmen für deine Unterstützung, Förderung und Motivation… Ganz unverbindlich informieren ⇨ VHS Geschäftsstelle Telefon 07202-1793 oder info@vhs-karlsbad.de

60402 NEU Leitung: Regina Schweiger-Müller

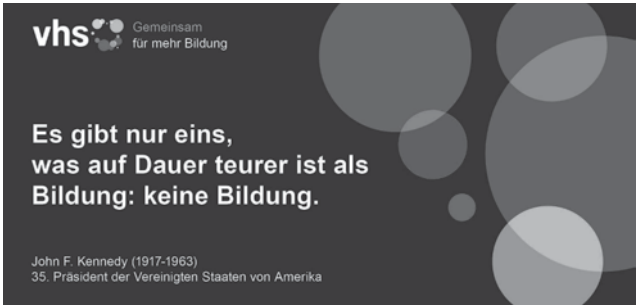
MATHEMATIK - Vorbereitungskurs auf die Abi-Prüfung

6 Abende, 16.01.2017 - 20.02.2017
Montag, wöchentlich, 17:00 - 18:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Material / Mitzubringen: Schreibzeug, Taschenrechner, Formelsammlung und das Buch aus dem Stark-Verlag "Abitur 2017: Prüfungsaufgaben mit Lösungen Gymnasium Baden-Württemberg".
Gebühr: 69,00 € - Kursinhalt: siehe Kurs-Nr. **60401**

60403 NEU Leitung: Regina Schweiger-Müller

MATHEMATIK - Vorbereitungskurs auf die Abiturprüfung (Faschingsferien)

4 Termine
Montag, 27.02.2017, 13:30 - 17:30 Uhr
Mittwoch, 01.03.2017, 13:30 - 17:30 Uhr
Donnerstag, 02.03.2017, 13:30 - 17:30 Uhr
Freitag, 03.03.2017, 13:30 - 17:30 Uhr
Ort: Gebäudekomplex Grundschule Langensteinbach
Material / Mitzubringen: Bitte Schreibzeug, Taschenrechner, Formelsammlung und das Buch aus dem Stark-Verlag "Abitur 2017: Prüfungsaufgaben mit Lösungen Gymnasium Baden-Württemberg" mitbringen.
Gebühr: 99,00 €
Die Abitur-Prüfungen stehen direkt vor der Tür. Da gibt es sicherlich noch manche offene Frage. Der Mathe-Vorbereitungskurs mit dem Abiturstoff der allgemeinbildenden Gymnasien kommt da vielleicht gerade noch recht, um sich gezielt den noch offenen Fragen zu widmen und sich abschließend auf das schriftliche Abi in Mathe vorzubereiten. Der Kurs behandelt und bearbeitet Abituraufgaben zum Pflicht- und Wahlteil der letzten Jahre.

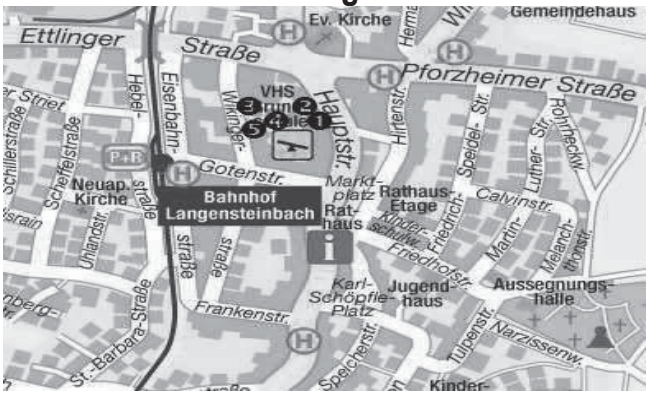


Dozentenverzeichnis	Fachgebiet
Anderer, Bettina	Pilates
Anderer, Robin	Move your Body
Ardjomandi,Cyrus	Whisky-Tasting
Bader, Roswitha	Tastaturschulungen
Barocke, Jutta	Line-Dance
Barreto de Lichtenfels, Ivonne	Spanisch
Baumgartner, Gudrun	EDV-Anwendungen
Becker, Ingrid	Gesundheitswandern
Becker, Manuela	Nähen für Kinder und Jugendliche
Bedrici Mouloud	Arabisch
Bichler, Liane	Zumba®
Breidenbach, Teresa	Spanisch
Bronner-Niebergall, Katja	Autogenes Training, Meditation
Delgorge-Engelhardt, Tanja	Englisch
Dietz, Iris	Nordic-Walking, Hormon-Yoga
Doll-Völkel, Irmgard	Klangschalenmassage
Durst, Charlene	Zumba®
Eberhardt, Alexandra	Zumba®
Effenberger, Dirk	Kampfsport Akademie Karlsbad
Eisenmenger, Christiane	Aqua-Fit, Aqua-Zumba®
Erbrecht, Manuela	Qi Gong
Ertle, Manfred	EDV-Anwendungen, Smartphone
Forstner, David	Linux
Friedmann, Michael Ariel	Ukulele, Mandoline
Georgeadis, Konstantinus	Neugriechisch
Gerstner, Hans-Joachim	Hatha-Yoga
Gerstner, Montserrat	Spanisch
Gollong, Kathrin	Aqua-Fit
Gräfin von Sparr, Ulrike-Ebba	Kommunikation, Rhetorik, Präsentation
Greiner, Thorsten	Aqua-Fit
Gut, Beate	Ernährung
Dr. Haller, Rudolf	Feldenkrais®
Hoeft, Melanie	DeepWork
Hoffmann, Ingrid	Englisch
Hug, Susanne	Aerobic
Jestadt, Ruth	Gymnastik
Käßer, Isabelle	Französisch
Kaiser-Mihal, Erika	Kompetenztraining
Köhl, Sina	Aqua-Fit
Kurz-Gushurst, Angelika	Entspannung, Achtsamkeit
Langendörfer, Volker	Gitarrenkurse
La Spina, Verena	Yoga
Leue, Maria	Wirbelsäulengymnastik
Lierz, Paola	Italienisch
Lindner, Bettina	Gymnastik
Maag, Franz Peter	Malen und Zeichnen
Mann, Marco	Projektmanagement
Marchesini-Buchwald, Laura	Italienisch
Martin, Renate	Englisch
Merwitz, Peter	Mathematik Realschulabschluss
Müller, Heike	Töpfern
Müller, Sabine	Englisch, Business-English, Deutsch DaF
Neye, Gerhard	Weinseminar
Offermanns, Petra	Orientalischer Tanz
Pfeil, Erika	Englisch
Pfleging, Almuth	Englisch
Plummer, Heike	Judo – Kooperation Judo Club Ettlingen
Rastetter, Claudia	Yoga, Detox-Yoga, Ernährung
Rauenbühler, Rossi - Tsai Yi Fang	Chinesisch
Ring-Rohr, Barbara	Englisch, Latein
Rogoll, Christine	Französisch
Schaffhauser, Nicole	Bauch-Beine-Po
Schatz, Simone	Pilates
Schlifkowitz, Hielta	Töpfern
Schmidt-Schaar, Heike	Lach-Yoga
Scholl, Hannelore	Aqua-Fit
Schröder, Susanne	Kochen mit dem Thermomix
Schuster, Claudia	Line-Dance
Schweiger-Müller, Regina	EDV-Anwendungen, Mathematik Abitur
Seib, Oliver	Sportive-Kids
Seibold, Silvia	Spanisch
Seiler-Budiman, Sylvia	Ernährung
Sicca, Mario	Italienisch
Singbartl, Hans	Kunstkurse
Then, Christof	PME, Gesundheitsseminare
Tinkloh, Heike	Englisch
Tomczyk, Verena	Italienisch
Wacker, Nadine	Aerobic / Step-Aerobic
Wetterauer, Angela	Malkurse
Wipfler, Irene	EDV-Anwendungen, Gesundheit
Zimmermann, Heike	Qigong
Zwietasch, Claudia	Wildblüten / Kräuter

Dank an unsere Kursleiterinnen und Kursleiter

Die Dozentinnen und Dozenten geben unserer Volkshochschule ein unverwechselbares Gesicht. Ohne ihre Kursangebote wäre das gute und umfassende Programm unserer Einrichtung nicht möglich und so sagen wir Ihnen allen an dieser Stelle herzlichen Dank für Ihren Einsatz und die gute Zusammenarbeit.

KURSRÄUME / Parkmöglichkeiten



Gebäudekomplex „Grundschule Langensteinbach“
Wikingerstr. 9, 76307 Karlsbad-Langensteinbach

❶ **Gebäude 1 Haus Frühling**
EG Zimmer-Nummer: 1.1.02, 1.1.03 und 1.1.01
1. Stock Zimmer-Nummer: 1.2.03, 1.2.03 und 1.2.01

❷ **Gebäude 2 Haus Sommer**
EG Zimmer-Nummer: 2.1.01 und 2.1.01
1. Stock Zimmer-Nummer: 2.2.01 und 2.2.02

❸ **Gebäude 3 Haus Herbst**
UG Gymnastikhalle: 3.1.01
EG Zimmer-Nummer: 3.2.01 und 3.2.02 und 3.2.03
DG Zimmer-Nummer: 3.3.01 und 3.3.02

❹ **Gebäude 4 Haus Winter**
EG Schulverwaltung: 4.1.01 ff.
DG Kernzeitbetreuung: 4.2.01 und 4.2.02

❺ **Gebäude 5 Volkshochschule Karlsbad, Wikingerstraße 9**
EG VHS-Geschäftsstelle: 5.1.02
EG VHS-Seminarraum: 5.1.01

Weitere Unterrichtsorte / Kursräume der Vhs:
Schulküche der **Werkrealschule** Schulzentrum Langensteinbach / **Grundschulen Auerbach, Ittersbach**, **Langensteinbach, Mutschelbach, Spielberg / Berghalle Spielberg,** Hinter der Kirche / **Talblickhalle Auerbach,** Am Rain / **Ludwig-Guttmann-Schule (Schwimmhalle)** Guttmannstraße 8, Langensteinbach

Parkmöglichkeiten „Vhs und Grundschule“
- **Parkfläche vor dem Gebäude 3** (Zufahrt Wikingerstraße)
- **Parkfläche vor dem Gebäude 1** (Zufahrt Hauptstraße)
- **Entlang der Wikingerstraße (gekennzeichnete Parkplätze)**
- **Entlang der Hauptstraße in den Parkbuchten**
- **Entlang der Eisenbahnstraße in den Parkbuchten**
- **Auf dem Rathausplatz / Marktplatz (Hirtenstraße)**
- **Auf dem Karl-Schöpfle-Platz/ Speicherstraße**

UP PAMINA VHS

Université Populaire PAMINA Volkshochschule
Palatinat - Mittlerer Oberrhein - Nord Alsace

UP PAMINA VHS

Université Populaire Pamina Volkshochschule
2 Place des Carmes
F-67160 Wissembourg
Tel.: 0(033)3 88 94 95 64
Fax: 0(033)3 68 03 61 51
E-Mail: info@up-pamina-vhs.org
Internet: www.up-pamina-vhs.org

Die UP Pamina VHS ist eine deutsch-französische Einrichtung der Erwachsenenbildung mit Sitz in Weißenburg/Elsass.

Wir veranstalten grenzüberschreitende Exkursionen und Kurse, die sich an alle Bürger/innen des PAMINA-Raums (PA: Pfalz, MI: Mittlerer Oberrhein, NA: Nord Alsace) und darüber hinaus richten.

Unser Veranstaltungsangebot deckt verschiedene Themengebiete wie Kunst & Kultur, Sprachen & Landeskunde, Natur & Technik, Gesundheit & Kreativität, u.v.m. ab.

Durch unsere Arbeit wollen wir ein grenzüberschreitendes Bildungsprogramm im Pamina-Raum entwickeln und die deutsch-französische Zusammenarbeit mit den benachbarten Volkshochschulen unterstützen.

Das aktuelle Programmheft liegt für Sie in den VHS Karlsbad und Waldbronn bereit oder kann Ihnen auf Anfrage durch die UP Pamina VHS kostenlos zugeschickt werden.

physiofit
Petra Bodemer

Praxis für Physiotherapie und Fitness

POWERPLATE

= das intelligente Ganzkörpertraining der Zukunft

In kürzester Zeit (max. 20 Min.) werden hier durch gezielte Übungen bis zu 97 % aller Muskelfasern aufgebaut.

Indoorcycling / Nordic Walking

= die ideale Ergänzung für den Fettstoffwechsel

Indoorcycling ist ein gezieltes Ausdauertraining wo zu motivierender Musik auf stationären Fahrrädern, Berg- + Talfahrten simuliert werden.

Kräuterstempel-Thaimassage: 60 Min.

= die optimale Entspannung danach.

Petra Bodemer | Schulstraße 36
76307 Karlsbad | Tel 07202/2221

www.spath-mediendesign.de

Immer eine gute Idee ⇨

Vhs-*Geschenkgutschein*

Telefonische Beratung und Bestellung

⇨ 0 72 02 – 17 93

Sie finden das VHS-Semesterprogramm auch unter **www.vhs-karlsbad.de** im Internet und können sich dort direkt oder per E-Mail **info@vhs-karlsbad.de** anmelden.

Anmeldung

Nur gültig mit der unterschriebener Einzugsermächtigung / SEPA-Lastschriftmandat

An die Volkshochschule Karlsbad
Geschäftsstelle: Wikingerstraße 9, 76307 Karlsbad-La.
Postanschrift: Postfach 10 01 46, 76298 Karlsbad
Telefon: 0 72 02-17 93 / Fax: 0 72 02-35 08
e-mail: info@vhs-karlsbad.de / Internet: www.vhs-karlsbad.de

Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

Telefon/Fax _____

E-Mail _____

Geburtsjahr ☐ Angaben zum Geburtsjahr für statistische Zwecke sind freiwillig. Auswertung erfolgt anonym. ☐ männlich ☐ weiblich

Kurs-Nr. _____ € _____

Kurstitel _____

Mit der Anmeldung erkenne ich die allg. Hinweise und die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS Karlsbad an, veröffentlicht im Programmheft und unter www.vhs-karlsbad.de. Ihre persönlichen Daten werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich Zwecken der VHS, einschließlich ihrer werblichen Ansprache.

Einzugsermächtigung / SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Gemeinde Karlsbad, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Gemeinde Karlsbad auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. **Hinweis:** Der Widerspruch berührt nicht den Vertrag (Ihre Anmeldung), den Sie mit der VHS geschlossen haben. Dieser bleibt auch bei einem evtl. Widerspruch weiterhin bestehen.

Bank / BIC _____

IBAN _____

_____

Datum _____

Unterschrift _____

Falls abweichend vom Kursteilnehmer
Name und Anschrift des Kontoinhabers: _____

_____

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) der Vhs Karlsbad, eine Einrichtung der Gemeinde Karlsbad nachfolgend VHS genannt.

1. Allgemeines

(1) Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule Karlsbad (VHS), auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.
(2) Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der VHS. Insoweit tritt die VHS nur als Vermittlerin auf.
(3) Rechtsgeschäftliche Erklärungen (z.B. Anmeldungen und Kündigungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB oder aus dem dem/der Verbraucher/-in zustehenden Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften nichts anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail). Erklärungen der VHS genügen der Schriftform, wenn eine nicht unterschriebene Formularbestätigung verwendet wird.

2. Zustandekommen des Vertrags

(1) Der Vertrag kommt durch die schriftliche, telefonische oder online durchgeführte Anmeldung des/der Teilnehmer/-in bei der VHS zustande, ohne dass es einer ausdrücklichen Annahmeerklärung durch die vhs bedarf. Eine Ablehnung des Vertragsangebotes durch die vhs (z.B. wenn eine Veranstaltung bereits belegt ist oder nicht zustande kommt) erfolgt schriftlich oder telefonisch (auf Verlangen kann diese auch schriftlich erfolgen).
(2) Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch diese Regelung nicht berührt.
(3) Der Vertrag begründet Rechte und Pflichten nur zwischen der VHS als Veranstalterin und dem/der Anmeldenden (Vertragspartner/-in). Die Anmeldung kann auch für eine dritte Person (Teilnehmer/-in) vorgenommen werden. Diese ist der VHS namentlich zu benennen.
(4) Die AGB sind Bestandteil dieses Vertrages.

3. Entgelt

(1) Das Veranstaltungsentgelt/Preis ergibt sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der VHS (Programm, Homepage, Aushang, Preisliste etc.); ggf. können zu dem angegebenen Preis noch Sachkosten (Lehrbücher, Kopien, Manuskripte, Material- / Lebensmittelkosten etc.) hinzukommen.
(2) Das Entgelt wird mit dem Zustandekommen des Vertrages zur Zahlung fällig.
(3) Bei vorliegender Einzugsermächtigung (gilt auch für SEPA-Lastschriftmandat) wird 10 Tage vor Veranstaltungs-/Kursbeginn anhand der eingegangenen Anmeldungen entschieden, ob die Veranstaltung/der Kurs stattfinden kann. In diesem Falle wird das Kursentgelt mittels Einzugsermächtigung (gilt auch für SEPA-Lastschriftmandat) eingezogen. Die angegebene Kursgebühr ist lediglich bei Erreichen der Mindestteilnehmerzahl gültig (ggf. greift Ziffer 8).

4. Entgeltermäßigung

(1) Sind im Einzelfall in der Kursausschreibung aufgeführt.

5. Teilnahmebescheinigung

(1) Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch ausgestellt, wenn mindestens 80% der Kursstunden besucht wurden. Diese werden innerhalb eines Jahres (laufendes und letztes Semester) nach Kursende kostenlos ausgestellt. Für die davor liegenden zwei Semester wird ein Entgelt von 10,- € berechnet. Weiter zurückliegende Bescheinigungen werden grundsätzlich nicht ausgestellt, bzw. es wird der tatsächlich entstandene Aufwand in Rechnung gestellt.

6. Rücktritt und Kündigung durch die Vhs

(1) Veranstaltungen und Kurse können in der Regel nur stattfinden, wenn sie die im Einzelfall festgelegte Mindestteilnehmerzahl erreicht haben. Wird diese nicht erreicht, kann die VHS vom Vertrag zurücktreten. Kosten entstehen der Vertragspartner/-in/dem Vertragspartner nicht.
(2) Die VHS kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die VHS nicht zu vertreten hat (z.B. Ausfall eines Dozenten/einer Dozentin) nicht stattfinden kann.
(3) In diesen Fällen werden geleistete Zahlungen erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen die VHS sind ausgeschlossen.
(4) Die VHS kann bei Vorliegen wichtiger Gründe den Vertrag fristlos kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor: Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen, trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch den/die Kursleiter/-in insbesondere Störung des Veranstaltungsbetriebes durch Lärm- und Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten, Ehrverletzungen aller Art gegenüber dem/der Kursleiter/-in, gegenüber Teilnehmer/-innen oder Beschäftigten der VHS, Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.), Missbrauch der Veranstaltungen für partei-politische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art, Verstöße gegen die Hausordnung.

7. Kündigung und Widerruf durch den/die Vertragspartner/-in

(1) Der/Die Vertragspartner/-in kann den Vertrag durch mündliche oder schriftliche Erklärung kündigen. Die Erklärung muss spätestens 10 Tage vor Beginn der Veranstaltung bei der VHS eingegangen sein. Bei späterer Kündigung erfolgt ein Einbehalt von 50% des Entgelts zzgl. einer Bearbeitungsgebühr i.H.v. 10,-- €.
Bei einmaligen Veranstaltungen und Wochenendseminaren erfolgt keine Erstattung des Entgelts.
(2) Kündigungen gegenüber Kursleitenden sind unwirksam. Fernbleiben gilt nicht als Kündigung.

8. Durchführung von unterbelegten Kursen / Veranstaltungen

In Absprache kann die VHS Kurse/Veranstaltungen, die die jeweilige Mindestteilnehmerzahl nicht erreichen, unter Berücksichtigung inhaltlicher und organisatorischer Gesichtspunkte dann durchführen, wenn ein entsprechender Gebührenaufschlag (Umlage) gezahlt wird, oder wenn in geeigneten Fällen die Kursdauer bei gleichbleibender Gebühr entsprechend verkürzt wird. Die Entscheidung hierüber trifft die VHS Karlsbad.

9. Organisatorische Änderungen

(1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine/n bestimmte/n Kursleiter/-in durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen des Kursleiters/der Kursleiter/-in angekündigt wurde.
(2) Die VHS kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

10. Haftung

Die VHS haftet für die gewissenhafte Vorbereitung der Kurse, Auswahl und Kontrolle der Kursleiter/-innen sowie für die Richtigkeit der Leistungsbeschreibung im Programm. Die Haftung ist auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz beschränkt. Haftungsansprüche sind auf die Höhe des jeweiligen Kursentgeltes beschränkt.
Für Unfälle während der Veranstaltung, auf dem Weg zur und von der Veranstaltungsstätte für Diebstahl, Verlust oder Beschädigung von Gegenständen übernimmt die VHS auch bei Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche keine Haftung.

11. Hausordnung

(1) Mit Vertragsabschluss verpflichtet sich der Vertragspartner bzw. der/die Teilnehmer/-in die jeweilige Hausordnung der genutzten Gebäude einzuhalten.
(2) In den Veranstaltungen ist das Fotografieren und Filmen in der Regel nicht gestattet. Über Ausnahmen entscheidet die Schulleitung, ggfs. in Absprache mit den Betroffenen.

12. Datenschutz

Die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt auf freiwilliger Basis und ist für die Bearbeitung der Anmeldung notwendig. Die Daten werden für innerbetriebliche Zwecke verwendet. Die Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken und damit einer besseren Planung des Programms. Dem Datenschutz wird entsprechend den gesetzlichen Bestimmungen (Bundesdatenschutzgesetz, BDSG) Rechnung getragen. Die Teilnehmenden verpflichten sich, jede Nutzung ihnen bekannt werdender Daten anderer Teilnehmender zu unterlassen.

Hinweise zum Widerrufsrecht

(1) Widerrufsbelehrung (Warenkauf) - Widerrufsrecht
Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen.
Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag, an dem Sie oder ein von Ihnen benannter Dritter, der nicht der Beförderer ist, die letzte Ware in Besitz genommen haben bzw. hat.
Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns - VHS Karlsbad, Wikingerstraße 9, 76307 Karlsbad, E-Mail: info@vhs-karlsbad.de, Fax 07202-3508, Tel. 07202-1793 - mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular (siehe Seite 87) verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist.
Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.
Folgen des Widerrufs
Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, dass Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Wir können die Rückzahlung verweigern, bis wir die Ware wieder zurückerhalten haben oder bis Sie den Nachweis erbracht haben, dass Sie die Ware zurückgesandt haben, je nachdem, welches der frühere Zeitpunkt ist. Sie haben die Waren unverzüglich und in jedem Fall spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag, an dem Sie uns über den Widerruf dieses Vertrags unterrichten, an uns zurückzusenden oder zu übergeben. Die Frist ist gewahrt, wenn Sie die Waren vor Ablauf der Frist von vierzehn Tagen absenden. Sie tragen die unmittelbaren Kosten der Rücksendung der Waren. Sie müssen für einen etwaigen Wertverlust der Waren nur aufkommen, wenn dieser Wertverlust auf einen zur Prüfung der Beschaffenheit, Eigenschaften und Funktionsweise der Waren nicht notwendigen Umgang mit ihnen zurückzuführen ist. Vordruck „Widerrufsformular“ siehe Seite 87.

(2) Widerrufsbelehrung (Dienstleistung)- Widerrufsrecht
Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen.
Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses.
Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns - VHS Karlsbad, Wikingerstraße 9, 76307 Karlsbad, E-Mail: info@vhs-karlsbad.de, Fax 07202-3508, Tel. 07202-1793 - mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular (siehe Seite 87) verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist.
Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.
Folgen des Widerrufs
Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, dass Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.
Einen Vordruck „Widerrufsformular“ finden Sie auf Seite 87.

ALLGEMEINE HINWEISE

Bekanntmachungen
In der örtlichen Presse und im Mitteilungsblatt der Gemeinde Karlsbad wird das Programm der VHS mit Veranstaltungen und Kursen sowie etwaigen Änderungen regelmäßig angekündigt. Außerdem ist die VHS Karlsbad mit einer benutzerfreundlichen Homepage im Internet unter http://www.vhs-karlsbad.de vertreten. Dort finden Sie neben unseren Angeboten auch aktuelle Informationen zu den Veranstaltungen, z.B. ob sich am Kursbeginn etwas geändert hat.

Öffnungszeiten der Vhs-Geschäftsstelle
Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag von 09:00 bis 12:00 Uhr sowie Montagabend von 17:00 bis 19:00 Uhr. Bitte beachten Sie, dass in den Schulferien andere Öffnungszeiten gelten können.

Unterrichtszeiten
Während der Schulferien finden in der Regel keine Kurse/Veranstaltungen statt; Ausnahme spezielle Ferienkursangebote. Ausgefallene Stunden werden nachgeholt.

Mindestteilnehmerzahl
Die Mindestteilnehmerzahl beträgt in der Regel 10 Personen. Eine evtl. abweichende Mindestteilnehmerzahl ist in der Kursausschreibung angegeben. Ausnahme: PC-Kurse haben zum Starten des Kurses eine Mindestteilnehmerzahl von 5-6 Personen. Bitte beachten Sie zusätzlich die Kursausschreibung.

Eine freundliche Bitte
Die Volkshochschule ist nur Gast in den Veranstaltungsgebäuden. Bitte behandeln Sie daher die Einrichtungsgegenstände schonend und verlassen Sie Ihren Raum, wie Sie ihn vorgefunden haben. Bitte haben Sie Verständnis, dass Schulen rauchfreie Zonen sind.

Wir suchen geeignete Kursleiter/innen
In fast allen Fachbereichen suchen wir ständig gute Kursleiter/innen. Wollen Sie in den genannten Fachbereichen für uns tätig werden? Haben Sie einen interessanten Kursvorschlag? Dann schicken Sie uns doch Ihre Kursausschreibung zu, damit wir mit Ihnen in Verbindung treten können.

Wünsche und Kritik
Haben Sie VORSCHLÄGE, WÜNSCHE oder KRITIK vorzubringen, so wenden Sie sich bitte an das VHS-Team.

Rechtsträgerschaft
Die Volkshochschule Ihrer Gemeinde ist eine öffentliche Einrichtung der Weiterbildung, vornehmlich für Erwachsene, aber auch für Kinder und Jugendliche. Sie ist seit 01.01.1996 selbständig unter der Rechtsträgerschaft der der Gemeinde Karlsbad und ist Mitglied des Volkshochschulverbandes Baden-Württemberg e.V.

Anmeldung
Nur gültig mit der unterschriebener Einzugsermächtigung / SEPA-Lastschriftmandat

An die Volkshochschule Karlsbad
Geschäftsstelle: Wikingerstraße 9, 76307 Karlsbad-La.
Postanschrift: Postfach 10 01 46, 76298 Karlsbad
Telefon: 0 72 02-17 93 / Fax: 0 72 02-35 08
e-mail: info@vhs-karlsbad.de / Internet: www.vhs-karlsbad.de

Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

Telefon/Fax _____

E-Mail _____

Geburtsjahr ☐ Angaben zum Geburtsjahr für statistische Zwecke sind freiwillig. Auswertung erfolgt anonym. ☐ männlich ☐ weiblich

Kurs-Nr. _____ € _____

Kurstitel _____

Mit der Anmeldung erkenne ich die allg. Hinweise und die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS Karlsbad an, veröffentlicht im Programmheft und unter www.vhs-karlsbad.de. Ihre persönlichen Daten werden in der EDV gespeichert und dienen ausschließlich Zwecken der VHS, einschließlich ihrer werblichen Ansprache.

Einzugsermächtigung / SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Gemeinde Karlsbad, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Gemeinde Karlsbad auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. **Hinweis:** Der Widerspruch berührt nicht den Vertrag (Ihre Anmeldung), den Sie mit der VHS geschlossen haben. Dieser bleibt auch bei einem evtl. Widerspruch weiterhin bestehen.

Bank / BIC _____

IBAN _____

_____

Datum _____

Unterschrift _____

Falls abweichend vom Kursteilnehmer
Name und Anschrift des Kontoinhabers: _____

_____

Widerrufsformular

Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück.

An
Volkshochschule Karlsbad
Wikingerstraße 9
76307 Karlsbad
Fax: 07202-3508
E-Mail: info@vhs-karlsbad.de

Hiermit widerrufe(n) ich/wir (*) den von mir/uns (*) abgeschlossenen Vertrag über den Kauf der folgenden Waren (*)
/ die Erbringung der folgenden Dienstleistung (*)

_____

Bestellt am _____(*) /

erhalten am _____(*)

Name des/der Verbraucher(s)

_____

Anschrift des/der Verbraucher(s)

_____

_____

_____

_____
Datum Unterschrift des/der Verbraucher(s)
(nur bei Mitteilung auf Papier)

(*) Unzutreffendes streichen

Vhs-Angebot 2. Semester 2017 (Sept.-Dez.)

Ab Anfang Juli 2017 erhalten Sie die neuen Kursangebote online – **www.vhs-karlsbad.de**.
Die Vhs-Broschüre 2.2017 erscheint Mitte Juli 2017.

Sie möchten Kursleiterin / Kursleiter bei der Karlsbader Volkshochschule werden?

Sie haben eine interessante Kurs-Idee?
Dann füllen Sie doch gleich diesen kleinen Fragebogen aus und schicken Sie diesen per Post oder per Fax 07202-3508 an die VHS Geschäftsstelle oder mailen Sie uns einfach unter info@vhs-karlsbad.de. Wir freuen uns auf Ihre Ideen.
Sie bekommen auf jeden Fall eine Rückmeldung von uns!

Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

Telefon/Fax _____

E-Mail _____

Ja, ich möchte gerne Kursleiter/in an der Karlsbader Volkshochschule werden und zwar im Bereich

- ☐ **Arbeit und Beruf, Computerkurse**
- ☐ **Sprachen**
- ☐ **Politik, Gesellschaft, Umwelt** (Seminare und Vorträge)
- ☐ **Kulturelle Bildung** (Musik und Kreativ-Kurse)
- ☐ **Gesundheitsbildung** (Essen und Trinken)
- ☐ **Gesundheitsbildung** (Entspannung, Bewegung)
- ☐ **Junge VHS 1** (Kurse für Kinder/Jugendliche)
- ☐ **Junge VHS 2** (Schülerkurse)

Meine Qualifikation: _____

Bisherige Berufserfahrung: _____

Meine Kurs-Idee: _____

Datum _____

Unterschrift _____

Heizung
Lüftung
Solaranlagen
BAUCHERT

- Ölfeuerung
- Gasfeuerung
- Brennwertanlagen
- Heizung
- Lüftung
- Solaranlagen

Günter Bauchert
Siemensstraße 13
76307 Karlsbad (OT Langensteinbach)

Telefon: 0 72 02 / 25 87
Fax: 0 72 02 / 82 94
Mail: info@bauchert.de
Internet: www.bauchert.de

Martin Solar- und Haustechnik
Meisterbetrieb Sanitär & Heizung
Federbachstraße 4
76287 Rheinstetten
Telefon: 07242 / 933 022
info@martin-solar-haustechnik.de
www.martin-solar-haustechnik.de
· Bad & Heizung
· Wasseraufbereitung
· regenerative Energien
SOLVIS - Partnerbetrieb
MARTIN Solar- und Haustechnik

SCHWITZER'S
BRASSERIE & LOUNGE

UNSER MITTAGSANGEBOT:
„SCHWITZER´S PLAT DU JOUR“

Wir servieren unser „Plat du jour“ - Menu
Mittwoch bis Freitag von 11.30 - 14.30 Uhr.

Für nur € 19,00 pro Person genießen Sie einen kleinen Salat, unser aktuelles Tagesgericht, ein kleines Dessert, ein Mineralwasser (0,25l) und einen Espresso.

Die wöchentlich wechselnden Gerichte veröffentlichen wir in Facebook und in unserem kostenlosen Newsletter.

Etzenroter Str. 2 | 76337 Waldbronn | Telefon: 07243 35 48 50
info@schwitzers-brasserie.de | www.schwitzers-brasserie.de

STEUER RING

Wir machen Ihre Steuererklärung

Meine Steuererklärung lasse ich machen.

KLARER PREIS. SCHNELLE HILFE. ENGAGIERTE BERATER.

Lohn- und Einkommensteuer Hilfe-Ring Deutschland e.V.
(Lohnsteuerhilfeverein)

Beratungsstellenleiter Gerhard Martin, Dipl.-Volkswirt
Benzstraße 4 | 76307 Karlsbad
Tel. 07202–9244759
gerhard.martin@steuerring.de

➔ **www.steuerring.de/martin**

Wir erstellen Ihre Steuererklärung – für Mitglieder, nur bei Arbeitseinkommen, Renten und Pensionen.

Polytec

Wenn es haargenau sein muss.

Wenn es darum geht, genau Maß zu nehmen, ist Präzision von Polytec gefragt. In der berührungslosen Schwingungsmesstechnik setzen wir mit unseren Produkten Maßstäbe. Unsere Sensoren werden in den unterschiedlichsten Branchen eingesetzt. Ob Mikrosystemtechnik, Automobilindustrie, Lebensmittelkontrolle oder Luft- und Raumfahrt: Wir nehmen es ganz genau. Und das seit über 40 Jahren.

Mehr erfahren auf www.polytec.de

Baumschule – Beratung & Verkauf

von Alleebäumen über Formgehölze, Gräser, Heckenpflanzen, Nadelgehölze, ausgewählte und robuste Arten und Sorten an Obst, sowie Stauden, Rhododendren bis hin zu Rosen und Ziersträuchern bieten wir Ihnen eine Auswahl von über 500 verschiedenen Pflanzensorten.

Taubenbrunnwiesen 1
76307 Karlsbad-Langensteinbach

Telefon 07202/7376

baumschule-jansen@email.de
www.baumschule-jansen.de

Wir sind gerne für Sie da!

Herzlich Willkommen im kleinen Paradies

Mo bis Fr 8.00–18.00 Uhr · Sa 8.30–14.30 Uhr

Pflanzen Oase Ralf JANSEN

Rund um die Uhr!

Frische Eier
für Sie am Automaten

Freitags & Samstags „Scheunenfrühstück“ von 9:00 - 12:00 Uhr

Wir empfehlen Geflügelwurst und Geflügelfleisch

Scheunenladen & Hofcafé
Selbstgebackenes aus dem Steinbackofen
Kuchen · Bauernbrot · Frische Eier · Käse und Wurst
Obst und Gemüse · Schnaps und Liköre · Mehl und Teigwaren
Geschenkkörbe · Honig und Marmelade · Schönes für Haus und Garten

Geflügelhof Denninger

Geflügelhof Denninger · Im Steinig 4 · 76307 Karlsbad · Tel.: 07202.409375 · www.gefluegelhof-denninger.de
Öffnungszeiten: Donnerstag: 14:30 - 19:00 Uhr · Freitag: 9:00 - 12:30 Uhr & 14:30 - 19:00 Uhr · Samstag: 9:00 - 13:00 Uhr

WIR GEBEN ALLES!
FÜR IHR PERFEKTES HOME ENTERTAINMENT.

- TV / HiFi
- Heimkino & Vernetzung
- Elektro-Einbaugeräte
- Küchenplanung
- Kaffeevollautomaten
- SAT- & Kabelanlagen
- Reparaturservice

media@home All-Electro

All-Electro GmbH
Draisstr. 7
76307 Karlsbad

T 07202 / 21 69 • F 07202 / 94 18 40
service@all-electro.de
www.mediaathome-all-electro.de

Keßler Malerbetrieb

Malerarbeiten - Fassadenanstriche
Vollwärmeschutz - Schriften
Vergoldungen - Naturfarben

Hirtenstraße 25
76307 Karlsbad-Langensteinbach
Tel. 07202 - 25 00
info@malerfachbetrieb-kessler.de
www.malerfachbetrieb-kessler.de

In diesem Buch ergreift die Diplom-Psychologin Christiane Berg bewusst Partei für das Wohlergehen von Babys und Kleinkindern. In der derzeitigen Diskussion um den Krippenausbau und die Fremdbetreuung von Kleinstkindern, sind deren elementare Bedürfnisse völlig aus dem Blickwinkel geraten.

Dieses Buch liefert Informationen über entwicklungspsychologische Erkenntnisse des frühen Kindesalters und handfeste Argumentationshilfen für Vollzeit-Mütter (und -Väter), die bewusst in einer sehr entscheidenden Entwicklungsphase ihres Kindes zu Hause bleiben möchten. Sie tun dies im Bewusstsein, ihrem Kind das Wertvollste und Wichtigste zu schenken, was es in diesem Alter braucht: Liebe, Zeit und ungeteilte Aufmerksamkeit.

Christiane Berg "Selbstbewusste Vollzeit-Mütter - Der Wunschtraum aller Kleinkinder" Cover-Illustration: © monopictures / Fotolia.com
Paperback 14,99 Euro ISBN: 978-3-7392-3917-0
E-Book 12,99 Euro ISBN: 978-3-7412-1797-5

www.maler-rupp.de

GESUNDES WOHNEN MIT NATÜRLICHEN
FARBEN, PUTZEN, LACKEN & BÖDEN

MALER DES JAHRES 2012

ÖKOLOGISCH logisch!

Hans-Thoma-Straße 5
76307 Karlsbad-Langensteinbach
Telefon 0 72 02/86 11
webmaster@maler-rupp.de

seit 1933
Rupp GmbH
MALERFACHBETRIEB

Anwaltskanzlei Laible

Arbeitsrecht
Mietrecht
Personenschäden
Straßenverkehrsrecht
Forderungsmanagement
Seniorenrecht
Familienrecht
Erbrecht
Internetrecht

Siemensstraße 9
76307 Karlsbad
Tel. 07202 / 941 800
www.kanzlei-laible.de

Energieeffizient bauen, sanieren, wohnen, heizen

> Energieausweise für Wohn- und Nichtwohngebäude nach EnEv
> Unabhängige Beratung und Begleitung bei Bau, Kauf, Renovierung oder Sanierung einer Immobilie
> Vor-Ort-Energieberatung (BAFA) „KfW-Effizienzhaus oder besser Sanierungsfahrplan?"
> Energieberatung für KMU
> Ermittlung der für Sie optimalen Förderprogramme inklusive Abwicklung aller Anträge (für Privatpersonen und KMU)
> Baubegleitung bei energetischer Sanierung
> Wärmeschutznachweise für Wohn- und Nichtwohngebäude
> Wärmebrückenberechnung
> Entwicklung individueller Energie- und Sanierungskonzepte

Ingenieurbüro für Bau- und Energieberatung
Achim Hannen

Am Wiesenacker 27
76228 Karlsruhe
Telefon 07 21-4 76 53 34
Telefax 07 21-4 76 53 35
info@ingenieurbuero-hannen.de
www.ingenieurbuero-hannen.de

✓zertifiziert
✓qualifiziert
✓empfohlen

Aus Liebe zur Tradition

FHR-Partner

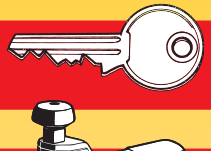
heimdecor® SCHMIDT
KARLSBAD-LANGENSTEINBACH

Haus der Bodenbeläge
Siemensstraße 7 · Tel. 0 72 02 / 92 46-10
Gardinen & Heimtextilien
Dieselstraße 4 · Tel. 0 72 02 / 92 46-20
www.heimdecor-schmidt.de

Für Hand- und Heimwerker haben wir etwas übrig!

In unseren starken Abteilungen finden Sie alles, was Sie für Ihren Handwerks-Beruf, die Sanierung oder Renovierung Ihres Heimes oder für Ihr Hobby brauchen. Starke Marken zum kleinen Preis.

Eisenwaren mit Schlüsseldienst ...



Werkzeuge und Elektrowerkzeuge ...

Farben mit Farbenmischanlage ...

Elektroabteilung ...

Sanitärabteilung ...

Gartengeräte-Abteilung ...

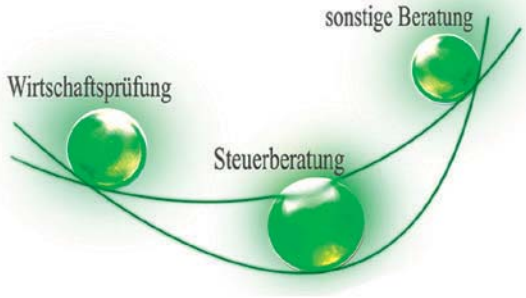
PROFI SCHMITT GMBH

Der Fachmarkt für Profis und Heimwerker

WERKERS WELT

PROFI Schmitt GmbH · Draisstr. 4 · 76307 Karlsbad-Langensteinbach · 07202 936470
Filiale Straubenhardt-Conweiler · Benz Str. 14 · 75334 Straubenhardt · 07082 792610
Internet: www.baumarkt-karlsbad.de · E-Mail: info@profischmitt.com
Öffnungszeiten jeweils: Montag – Freitag 8.30 – 19.00 Uhr Samstag 8.30 – 18.00 Uhr

Dipl. -Kfm.
Helmut Anderer
Vogesenstraße 58 · 76337 Waldbronn



- Jahresabschlussprüfung und sonstige Pflichtprüfungen
- Steuerberatung alle Steuerarten
- Buchführung und Gehaltsabrechnung
- Jahresabschlüsse einschl. Einnahmen-Überschuss-Rechnungen
- sonstige Beratung z.B. Existenzgründung, Unternehmensnachfolge

☎ 07243/ 567210 Fax: 07243/ 567272 mail@kanzlei-anderer.de

Träumen – Erholen – Ruhe genießen
Fußpflegepraxis Oberacker
Fuchsweg 6
76337 Waldbronn - Busenbach

Fußpflege und Podologie
Wir freuen uns auf Ihren Besuch
Sandra, Simone, Elisabeth
Tel. 9240458

Hecht Steuerberatungsbüro

Nur wer die Haken und Ösen kennt, holt die dicken Brocken für Sie raus.

Gute Lösungen erfordern, dass Ihre individuelle Situation, Ihre Fragen und Probleme fachkundig und sorgfältig erfasst werden.

Daher nehme wir uns Zeit für Sie und entwickeln maßgeschneiderte, flexible Lösungen.

Unsere Leistungen
> Existenzgründung und Rechtsformwahl
> steuerliche und betriebswirtschaftliche Beratung
> Generationennachfolge, betrieblich und privat
> betriebliche und private Steuererklärungen
> Erstellung von Jahresabschlüssen
> Einnahmen- Überschussrechnungen
> Lohn- und Finanzbuchhaltung

Steuerberatungsbüro Heike Hecht
Remchinger Str. 69a | 76307 Karlsbad | Tel.: 07202-1459 | Fax: 07202-942746
h.hecht@steuerbuero-hecht.de | www.steuerbuero-hecht.de

Jeden Tag ...

...mit Herz dabei!

richard nussbaumer

Ihre Bäckerei mit

Bäckerei Nussbaumer GmbH & Co. KG
Pforzheimerstr. 77 * 76337 Waldbronn * T 07243 5678-0
www.baeckerei-nussbaumer.de

FACH FUSS PFLEGE

French & Nagelmodelage

Rose-Marie Kruszyna
Wikingerstraße 11
76307 Karlsbad-Langenst.
Fon 072 02 27 80 15
Mobil 0157 79 73 99 95
E-Mail rosemarie.k@online.de

RINGFOTO KUNZE

Ihr Spezialist rund ums Bild

Ab sofort in unserem Sortiment!

- Schreibwaren
- Büromaterial
- Schulbedarf

Benzstr. 4, 76307 Karlsbad (Gewerbegebiet KSC), Tel. 07202/6601
www.ringfoto-kunze.de

SRH KLINIKUM KARLSBAD

SRH KLINIKEN

GESUNDHEITSTREFF

INFOABENDE AM SRH KLINIKUM KARLSBAD

Infoabende 2017 | jeweils um 19:00 Uhr

19. Januar	Schief und krumm: Veränderungen an der Wirbelsäule
16. Februar	Unsere Venen: Krankheitsbilder und Therapieoptionen
16. März	Schmerzen: K(l)eine Ursache, große Wirkung?
06. April	Schlechtes Bauchgefühl: Reizdarm und Co.
18. Mai	Vom Schlag getroffen: Chance auf Heilung?
22. Juni	Knochenjob: Prävention und Behandlung der Arthrose
13. Juli	*Stent* by me: Herzinfarkt vermeiden!

Auch im Programm der vhs Volkshochschule Karlsbad

SRH Klinikum Karlsbad-Langensteinbach GmbH
Guttmannstraße 1 | 76307 Karlsbad | Telefon +49 (0) 7202 61-0
info@kkl.srh.de | www.klinikum-karlsbad.de

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos.
Bitte folgen Sie der Beschilderung auf dem Klinikgelände.

Volkshochschule Waldbronn

Stuttgarter Straße 25 a, 76337 Waldbronn
Telefon (07243) 6 90 91, 6 90 92
Telefax (07243) 6 32 67
e-mail: vhs@waldbronn.de

Leitung:
Christian Steigert

Verwaltung:
Gaby Bechtel
Gieselinde Roth
Ingeborg Voigt

Hausmeister:
Siegfried Reiser

Geschäftszeiten:
montags-freitags von 09.00-12.00 Uhr
donnerstags außerdem von 14.00-18.00 Uhr

Konto: Volksbank Ettlingen
IBAN: DE79 6609 1200 0000 2019 28
BIC: GENODE 61 ETT

Die VHS Waldbronn ist auch im Internet unter der Homepage der VHS

www.vhs-waldbronn.de

zu finden.

Als beratendes Organ für den Gemeinderat wurde ein Beirat gebildet, welcher in allen Fragen von grundsätzlicher oder besonderer Bedeutung zu hören ist.

Der Beirat setzt sich wie folgt zusammen:

Der Bürgermeister als Vorsitzender;

Der Verwaltungsausschuss des Gemeinderates.

Dieses Programm wurde mit finanzieller Unterstützung aller Inserenten gedruckt. Die Volkshochschule Waldbronn bedankt sich hierfür sehr herzlich.

INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
VHS Waldbronn	
Allgemeine Geschäftsbedingungen	102
Sprachen	106
EDV und Beruf	111
Gesellschaft	115
Gesundheit und Bewegung	122
Essen und Trinken	146
Kreativkurse	150
Junge VHS	157
Volkshochschulen der Region	167
Veranstaltungen der PAMINA-VHS	168
Veranstaltungen des Kulturrings Waldbronn	168
Anmeldeformular VHS Waldbronn	167, 169, 170

EBERLE & SEYFRIED
Brillen- und Kontaktlinsen-Studio

Talstraße 9 a
76337 Waldbronn
Telefon (0 72 43) 6 36 60

Ettlinger Straße 5
76307 Karlsbad
Telefon (0 72 02) 94 25 12

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Was der Teilnehmer unbedingt wissen sollte:
Beginn und Ende eines Semesters sind dem jeweiligen Programm zu entnehmen. Während der Schulferien sowie an Sonn- und Feiertagen ist in der Regel unterrichtsfrei; ausgenommen sind Wochenendseminare. Abweichungen müssen mit den Kursteilnehmern abgesprochen werden.
Schriftliche Anmeldungen können per E-Mail (vhs@waldbronn.de) oder unter Benutzung der dem Programmheft beigefügten Anmeldeformulare, unter Angabe von Anschrift und Kursnummer, vorgenommen werden.
Mündliche Anmeldungen können telefonisch unter den Rufnummern 07243-69091, 69092 oder persönlich in der Geschäftsstelle im Kulturtreff Waldbronn, Stuttgarter Str. 25 a, Ortsteil Reichenbach, erfolgen.
Ohne Anmeldung ist die Teilnahme an den Kursen nicht möglich - daher bitte entweder schriftlich oder mündlich anmelden.
Die Unterrichtsgelder sind im Text vermerkt und bei der Anmeldung fällig. Einzahlungen können Sie über Ihre Bank auf das Konto der VHS Waldbronn bei der Volksbank Ettlingen, IBAN: DE79 6609 1200 0000 2019 28, BIC: GENODE 61 ETT, vornehmen. Der Überweisungsbeleg ist zum ersten Kurstermin mitzubringen. In Ausnahmefällen kann die Bezahlung bar in der Geschäftsstelle erfolgen.
Schüler erhalten gegen Vorlage eines gültigen Schülerausweises eine Ermäßigung von 20%, sofern es sich nicht um reine Kinder- oder Jugendkurse handelt oder bei den einzelnen Kursen eine besondere Regelung getroffen wurde. Besuchen Geschwister denselben Kurs, erhält ein Kind 20% Ermäßigung.
Die Mindest-Teilnehmerzahl bei Sprachkursen beträgt 12. Wird diese Zahl unterschritten, kann im Einzelfall der angebotene Kurs dennoch durchgeführt werden. Die VHS ist in diesem Fall berechtigt, eine entsprechende Erhöhung des Unterrichtsgeldes vorzunehmen.

VHS kann wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall eines Kursleiters oder aus anderen Gründen einen Kurs absagen. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen die VHS sind ausgeschlossen.
Der Rücktritt eines Teilnehmers muss bis spätestens zum 2. Kurstermin schriftlich oder mündlich erklärt werden. Das Unterrichtsgeld wird nach Abzug von 20% Verwaltungskosten erstattet. Bei späterem Rücktritt eines Teilnehmers ist voll zu bezahlen. Dies gilt nicht für Kreativkurse und Wochenendseminare.
Teilnehmer-Bescheinigungen werden auf Wunsch nach regelmäßigem Besuch der Kurse ausgestellt.
Für Unfälle während der Veranstaltung und auf dem Weg nach oder von der Lehrstätte sowie für den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen aller Art übernimmt die VHS gegenüber den Teilnehmern keinerlei Haftung.
Die Hausordnung der Gebäude, in denen die Veranstaltungen der VHS durchgeführt werden, bitten wir zu beachten (Rauchverbot in Schulen).
Mit der Anmeldung erkennt der Teilnehmer diese Geschäftsbedingungen an.
Nichterscheinen oder Verzicht auf den Kursbesuch oder Abmeldung beim Dozenten ist keine Kündigung!

Widerrufsbelehrung
Widerrufsrecht
Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z.B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Absatz 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312g Absatz 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Artikel 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.
Der Widerruf ist zu richten an:
Volkshochschule Waldbronn
Stuttgarter Str. 25a
76337 Waldbronn
Telefax: 07243/63267
vhs@waldbronn.de
Widerrufsfolgen
Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z.B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung sowie Nutzung (z.B. Gebrauchsvorteile) nicht oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren beziehungsweise herausgeben, müssen Sie uns insoweit Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise
Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Bei Anmeldung per E-Mail oder Internet erhalten Sie eine Bestätigung. Falls nicht, bitte anrufen.

Anmeldungen per Überweisung sind nicht möglich.
Bitte fragen Sie erst nach, ob in dem gewünschten Kurs noch Plätze frei sind oder ob der Kurs auch wirklich stattfindet.

Schulferien	
Faschingsferien	25.02.2017 – 04.03.2017
Osterferien	08.04.2017 – 22.04.2017
Pfingstferien	03.06.2017 - 17.06.2017
Sommerferien	27.07.2017 – 09.09.2017

Unsere Geschäftszeiten:
montags-freitags von 09.00-12.00 Uhr
donnerstags außerdem von 14.00-18.00 Uhr

Unsere Bankverbindung:
Volksbank Ettlingen
IBAN: DE79 6609 1200 0000 2019 28
BIC: GENODE 61 ETT

Die demokratische Dekadenz oder Die Kausalität des Fleisches

Musikalisches Kabarett der "Grauen Zellen"

Samstag, 25.03.2017, 19.30 Uhr, € 9,00
Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach

Demokratische Dekadenz, was haben sich die „Grauen Zellen“ dabei gedacht, diese alten Nörgler? Immer haben sie was auszusetzen, zu meckern. Zugegeben, wir gehören zu der Generation, die nichts mehr zu melden hat: „Halt die Klappe, Opa!“ Das geht nicht! Die Klappe können wir nicht halten. Die Dekadenz ist eine Gefahr, und sie hat schon einige Kulturen untergehen lassen. Auch damals haben Männer (damals gab es noch nicht die Frauenquote) gewarnt: Montesquieu, Rousseau, Nietzsche, Thomas Mann, Oswald Spengler. Und jetzt wagen wir es. Zugegeben – wir sind alt. Aber alt zu sein war in vielen Kulturen ein besonders respektierter, ein geehrter Zustand. War diese Kultur aber auf ihrem Höhepunkt angelangt, kippte sie in die Dekadenz und wurde jugendgeil. Sogar Zeus, der Göttervater, bekam plötzlich Ringellöckchen verpasst. Also lassen Sie sich von den „GRAUEN ZELLEN“ warnen vor der Demokratischen Dekadenz. Diesmal sind unter den Warnenden auch Frauen.

Text und Idee: Fritz Pechovsky
Regie: Ines Agnes Krautwurst

Vorverkauf durch die VHS Waldbronn,
Tel. 07243-69091

Märchen und Musik

Matinee am Sonntagmorgen

Es singt und klingt
in jedem Menschen

Wie unsere Seele ihre Sprache fand,
als die Musikinstrumente
zu den Menschen kamen

Beate Batarilo erzählt
Die Musikschule klingt

Sonntag, 29.01.2017 11.15 Uhr — Erwachsene 8 €
Kulturtreff Waldbronn, Stuttgarter Str. 25 a — Kinder 5 €

Mit uns zur Mittleren Reife:

→ **Abendrealschule Karlsruhe**
vhs, Kaiserallee 12e . 76133 Karlsruhe . ☎ 0721/98575-40
www.abendschulen-karlsruhe.de

→ **Abendrealschule Landkreis Rastatt**
VHS, Am Schlossplatz 5 . 76437 Rastatt . ☎ 07222/381-3507
www.vhs-landkreis-rastatt.de

Mit uns zum Abitur:

→ **Abendgymnasium Karlsruhe**
vhs, Kaiserallee 12e . 76133 Karlsruhe . ☎ 0721/98575-40
www.abendschulen-karlsruhe.de

→ **Abendgymnasium Landkreis Rastatt**
VHS, Am Schlossplatz 5 . 76437 Rastatt . ☎ 07222/381-3507
www.vhs-landkreis-rastatt.de

RICOH

Werner Tantzky GmbH
Intelligente Dokumenten Lösungen

Wir realisieren intelligente und maßgeschneiderte IT-Lösungen für Ihre digitale Bürokommunikation, unternehmensweites Druck- und Dokumentenmanagement, professionelle Service- und Supportdienstleistungen, Produktionslösungen, branchenspezifische Unternehmensberatung sowie Druckkosten- und Prozessanalysen.

100% Zufriedenheit Service-All-In

Wir schaffen Lösungen. Intelligent und effizient.

Gellertstraße 12 | 76185 Karlsruhe | Telefon 0721 9 85 89 - 0 | E-Mail info@tantzky.de | www.tantzky.de

KAPPLER Brennstoffe

Kostenlose Hotline
0800 5277537
Telefon 07248 934160

Ihr HEIZÖL Fachmann aus der Region

FREI HAUS Heizöl. Kohlen. Schmierstoffe.

Die VHS-Sprachenschule
Sprachen lernen mit System

Die Volkshochschulen können auf eine langjährige Erfahrung als führende Anbieter von Sprachkursen für Erwachsene zurückgreifen; die VHS-Sprachkurse sind Teil eines umfassenden Weiterbildungsangebotes, hinter dem ein hohes Maß an erwachsenen-pädagogischer Kompetenz steht. Das Kursangebot der VHS-Sprachenschule wird immer wieder den sich verändernden Lernbedürfnissen und den neuesten erwachsenen-pädagogischen und sprachdidaktischen Entwicklungen angepasst.

Sollten Sie den von Ihnen gewünschten Sprachkurs in unserem Programm nicht finden, dann wenden Sie sich bitte an uns – wir werden versuchen, den entsprechenden Kurs für Sie zu organisieren.

Das Kurssystem der VHS-Sprachenschule an der VHS Waldbronn richtet sich nach den Empfehlungen des **G**emeinsamen **E**uropäischen **R**eferenzrahmens **(GER).** Dieser ist ein europäisches Stufenmodell, das die jeweiligen sprachlichen Fertigkeiten in den Bereichen Hören, Lesen, Sprechen und Schreiben in einem Raster von sechs international vergleichbaren Niveaustufen (A1, A2, B1, B2, C1, C2) festlegt.

Bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der jeweiligen Stufe folgendes können (hören, sprechen, lesen, schreiben):

Sie können das VHS-Semesterprogramm auch unter
http://www.vhs-waldbronn.de
im Internet aufrufen
und sich über Internet oder per E-Mail
vhs@waldbronn.de
anmelden.

Lehrbücher bitte selbst in der Buchhandlung besorgen.

A 1 einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen, sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen, einzelne Wörter und ganz einfache Sätze lesen und verstehen, z.B. auf Schildern und Plakaten, einfache Standardformulare, z.B. im Hotel, ausfüllen,

A 2 einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen, kurze einfache Gespräche über Alltagssituationen führen, einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten lesen und verstehen, kurze Notizen und Mitteilungen verfassen,

B 1 das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird, in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben, Texte aus der Alltags- und Berufswelt lesen und verstehen, persönliche Briefe schreiben,

B 2 im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird, sich relativ mühelos an Gesprächen beteiligen und eigene Ansichten vertreten, Artikel und Berichte über aktuelle Fragen lesen und verstehen, Aufsätze oder Berichte schreiben,

C 1 Unterhaltungen sowie Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen, sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken, literarische und Sachtexte lesen und verstehen, sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben,

C 2 die gesprochene Sprache ohne Schwierigkeit verstehen, sich mühelos an allen Gesprächen sicher und angemessen beteiligen, jede Art geschriebenen Textes mühelos lesen und verstehen, anspruchsvolle Texte verfassen.

Lehrbücher bitte erst besorgen, wenn sichergestellt ist, dass der von Ihnen ausgesuchte Kurs auch stattfindet.

001

Englisch Grundstufe (A1)
Anfänger mit sehr geringen Vorkenntnissen

Leitung: Gabriele Raih
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 17.01.2017, 17.30-19.00 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg.Str. 25 a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

002

Englisch Grundstufe (A2)
Fortgeschrittene Anfänger

Leitung: Gabriele Raih
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 19.01.17, 11.00-12.30 Uhr, 12-mal
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

Anhand eines Lehrbuches lernen und üben Sie in gemäßigtem Tempo, mit viel Sprechanteil den Grundwortschatz und grundlegende Grammatikelemente. Die Atmosphäre ist entspannt, aber konzentriert. Für alle, die die ersten Anfänge hinter sich gelassen haben und ihr Basiswissen erweitern möchten.

003

English Refresher-Course (B1)

Leitung: Margret Keens-Rabold
Lehrbuch: A New Start Refresher B1 und Arbeitsbuch, ISBN-Nr. 978-3-464-20232-6
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 02.02.17, 17.30-19.00 Uhr, 12-mal
Ort: Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 65,00

Wiederholung der grundlegenden Grammatik. Training von Alltagssituationen.
Dieser Kurs ist auch für Wiedereinsteiger geeignet.

004

A mixed bag (B1)
Fortgeschrittene Anfänger

Leitung: Gabriele Raih
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 19.01.17, 09.15-10.45 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25 a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

In lockerer und angenehmer Atmosphäre wiederholen und vertiefen wir Grammatik, lesen aktuelle Texte und auch Kurzgeschichten.

005

Englisch Mittelstufe (B1)

Leitung: Gabriele Raih
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Donnerstag ab 19.01.17, 18.00-19.30 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg.Str. 25 a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

In lockerer Atmosphäre werden Ihre erworbenen Kenntnisse in Unterhaltungen und Übungen konsolidiert.

Sollten Sie den von Ihnen gewünschten Sprachkurs in unserem Programm nicht finden, dann wenden Sie sich bitte an uns – wir werden versuchen den entsprechenden Kurs für Sie zu organisieren.

006

Englisch – leichte Konversation (C1)

Leitung: Irina Glasstetter
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Montag, ab 16.01.2017, 10.50-12.20 Uhr, 15-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 81,00

Es wird auf die jeweiligen Bedürfnisse der Kursteilnehmer eingegangen. **Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen!**

007

Englische Konversation (C1)

Leitung: Gabriele Raih
Themen nach Absprache mit den Teilnehmern
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 17.01.2017, 09.15-10.45 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 78,00

Für Interessenten, die ihre Englischkenntnisse in der Praxis auffrischen und erweitern möchten. Texte und Themen richten sich nach den Vorkenntnissen und Interessen der Kursteilnehmer.

008

Englische Konversation (C1)

Leitung: Gabriele Raih
Lehrbuch: Themen nach Absprache mit den Teilnehmern
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 17.01.2017, 11.00-12.30 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 78,00

Kursinhalt wie K 7.

009

Französisch Grundstufe (A1)

Leitung: Christine Rogoll
Lehrbuch: Perspectives 1, Lektion 8
ISBN-Nr. 978-3-06-520159-9
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 26.01.17, 10.30-12.00 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

Vorkenntnisse: einfache Kenntnisse présent, passé composé.

010

Französisch Touristikkurs (A1)
ohne bis geringe Vorkenntnisse

Leitung: Christine Rogoll
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 23.02.17, 19.30-21.00 Uhr, 8-mal
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 45,00

011

Französisch Mittelstufe (B1)

Leitung: Christine Rogoll
Lehrbuch: Perspectives 2, Lektion 8
ISBN-Nr. 978-3-06-520162-9
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 26.01.17, 08.45-10.15 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

012

Französisch Mittelstufe (B2)

Leitung: Christine Rogoll
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 02.02.17, 18.00-19.30 Uhr, 12-mal
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

Quereinsteiger sind herzlich willkommen!

013

Französische Konversation (C1/2)
Literarische und aktuelle Texte

Leitung: Elke Stroborn
Beginn/Zeit: Freitag, ab 27.01.2017, 09.30-11.00 Uhr,14-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 94,50

014

Spanisch Grundstufe (A1)
Anfänger ohne Vorkenntnise

Leitung: Luz Helena Gottschlich
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 11.01.2017, 19.45-21.15 Uhr, 15-mal
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 81,00

015

Spanisch Gramática y conversación (A2/B1)

Leitung: Luz Helena Gottschlich
Lehrbuch: Caminos neu 2, Lektion 1b und Arbeitsbuch
ISBN-Nr.: 978-3-12-514956-4
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 11.01.2017, 18.00-19.30 Uhr, 15-mal
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 81,00

In diesem Kurs werden wir in einer lockeren und angenehmen Atmosphäre ihre Kenntnisse grammatikalischer Strukturen wiederholen und vertiefen, einfache Gespräche über Alltagssituationen führen, einfache Texte bearbeiten und somit ihren Wortschatz erweitern. Bienvenidos!

016

Spanisch Mittelstufe (B1)

Leitung: Silvia Seibold
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 14.03.2017, 18.15-19.45 Uhr, 12-mal
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

Der Kurs beinhaltet Lehrbuch, Wiederholung und Konversation. Das Sprechen steht in diesem Kurs im Vordergrund. Ideal für alle, die ihre vorhandenen Spanischkenntnisse frisch und lebendig halten wollen**. Seiteneinsteiger sind willkommen.**

017

Spanisch - Curso de conversación (C2)

Leitung: Luz Helena Gottschlich
Themen nach Wahl
Beginn/Zeit: Montag, ab 09.01.2017, 18.00-19.30 Uhr, 15-mal
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 98,00

Vamos a practicar hablando sobre temas variados (actualidades, geografía, historia, articulos de la prensa, cuentos cortos). También leeremos y comentaremos algunas obras literarias cortas y fáciles. Repasaremos algunos puntos gramaticales y seguiremos ampliando nuestro léxico. Bienvenidos!

Lehrbücher bitte erst besorgen, wenn sichergestellt ist, dass der von Ihnen ausgesuchte Kurs auch stattfindet.

018

Ciao belli – erster Einstieg ins Italienische (A1) für Anfänger

Leitung: Laura Marchesini-Buchwald
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 08.02.17, 09.30-11.00 Uhr, 15-mal
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 81,00

019

Ciao belli – erster Einstieg ins Italienische (A1) für Anfänger

Leitung: Laura Marchesini-Buchwald
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 09.02.17, 18.30-20.00 Uhr, 15-mal
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 81,00

020

Ciao belli – erster Einstieg ins Italienische (A1) für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Leitung: Laura Marchesini-Buchwald
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Montag, ab 23.01.2017, 18.30-20.00 Uhr, 15-mal
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 81,00

021

Italienisch Konversation / Conversazione italiana (C1)

Leitung: Laura Marchesini-Buchwald
Lehrbuch: freie Texte, Kopien
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 08.02.2017, 18.30-20.00 Uhr, 15-mal
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 98,00

Sie sprechen schon gut italienisch und möchten sich mit anderen gerne austauschen? Wir arbeiten mit freien Texten aus Büchern oder Zeitungsartikeln. Auf abwechslungsreiche und unterhaltsame Weise erweitern wir unsere Sprachkenntnisse.

Sollten Sie den von Ihnen gewünschten Sprachkurs in unserem Programm nicht finden, dann wenden Sie sich bitte an uns – wir werden versuchen den entsprechenden Kurs für Sie zu organisieren.

022

Russisch für Anfänger (A1)

Leitung: Irina Glasstetter
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Montag, ab 06.02.2017, 12.30-14.00 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

023

Russisch für Fortgeschrittene (C1)
Auffrischungskurs

Leitung: Irina Glasstetter
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Montag, ab 16.01.2017, 09.20-10.50 Uhr, 15-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 98,00

024

Türkisch für Anfänger (A1)

Leitung: Öznur Lutzweiler
Beginn/Zeit: Interessenten bitte bei der VHS melden, Termin wird dann vereinbart
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach

025

Chinesisch für Anfänger (A1)
mit geringen Vorkenntnissen

Leitung: YuYan Gao
Lehrbuch: Chinesisch sprechen – lesen - schreiben
Sprach- und Schriftübungsbuch 1
ISBN-Nr. 978-3-87276-860-5
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 25.01.2017, 18.30-19.30 Uhr, 15-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 81,00

Sie erlernen die wichtigsten Grundbegriffe der chinesischen Sprache und erfahren viel Wissenswertes und Interessantes über das Land, seine Bewohner und deren Kulturen.

Änderungen und zusätzliche Veranstaltungen werden jeweils in Amtsblatt und Internet angezeigt.

026

Chinesisch für fortgeschrittene Anfänger (A2)

Leitung: YuYan Gao
Lehrbuch: Chinesisch sprechen – lesen - schreiben
Sprach- und Schriftübungsbuch 1, Teil 2,
ISBN-Nr. 978-3-87276-860-5
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 25.01.2017, 19.30-20.30 Uhr, 15-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 81,00

Auf den bisher erlernten Grundkenntnissen wird aufgebaut.

027

Individueller Deutschkurs (A1)
für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen,
aber auch für interessierte ausländische Pflege- und Fachkräfte

Leitung: N. N.
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 03.05.2017, 19.00-20.30 Uhr, 8-mal
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 45,00

Es wird individuell auf die Kursteilnehmer eingegangen.

EDV und Beruf

Computerkurse

ECDL - Europäischer Computer-Führerschein
European Computer Driving Licence

Der ECDL ist ein standardisiertes Zertifikat über die Kenntnisse und Fertigkeiten von Computer-Anwendern. Sie erhalten einen standardisierten Nachweis Ihrer Qualifikation im Umgang mit PC-Anwendungen und dem Internet. Eine ECDL-Prüfung erleichtert Ihr berufliches Weiterkommen oder die Jobsuche, Schüler und Studenten können den ECDL als Nachweis ihrer Informatik-Grundkenntnisse verwenden.
Die Teilprüfungen für die einzelnen Module werden für die Volkshochschulen der Region zentral an der VHS Karlsruhe durchgeführt. Nähere Einzelheiten, Prüfungstermine etc. erfahren Sie dort (Tel. 0721-98575-31).

Wir schulen mit Windows 10 und Office 2013

028

Einführung in die Arbeit mit Personalcomputern

Leitung: Volker Moser
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 17.01.2017, 19.00-21.00 Uhr, 6-mal
Ort: PC-Raum, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 90,00

Suchen Sie einen Kurs, in dem Sie mit anderen Anfängerinnen und Anfängern die ersten Schritte in die Computerwelt wagen wollen? Möchten Sie endlich auch mitreden können, wenn von Bits und Bytes, von Megabyte, Hardware und Software die Rede ist?
In diesem an der Praxis orientierten Einführungskurs lernen Sie die wichtigsten Bedienungselemente und die gebräuchlichsten Begriffe kennen. Außerdem wird in die Anwendung moderner Software eingeführt, dabei aber auf das individuelle Tempo der Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer eingegangen.
Auszüge aus dem Kursinhalt: Umgang mit Tastatur und Maus, wichtige Elemente des Betriebssystems WINDOWS 10, welche Arten von Programmen gibt es? Was mache ich mit welchem Programm? (Textverarbeitung, Tabellenkalkulation) - Wie kann ich im Internet surfen und eine Mail verschicken?. Alternativ können auch weitere Themen je nach Interessenlage der Teilnehmerinnen und Teilnehmer aufgenommen werden. In diesem Kurs werden auch Fragen im Zusammenhang mit dem Computerkauf beantwortet. Begleitmaterial kann im Kurs erworben werden.

Jedem Teilnehmer steht ein PC zur Verfügung.

029

Internet und Email für Einsteiger

Leitung: Volker Moser
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 15.03.2017, 19.00-21.00 Uhr, 3-mal
Ort: PC-Raum, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00

Der Einstieg ins Internet ist leichter als Sie glauben. Sie lernen die weite Welt des Internets kennen und üben in Ruhe, die vielen Möglichkeiten dieses Mediums zu nutzen. Eine Vielzahl von Informationen und Auskünften lässt sich über das Internet abrufen. Ein weiterer Schwerpunkt des Kurses ist Email, die "elektronische Post";
Der Kurs richtet sich an alle, die schon ein wenig mit dem Computer vertraut sind und nun das Internet kennen lernen möchten.
Kursinhalte:
- Was ist das Internet?
- Voraussetzungen zur Internet-Nutzung / Technik
- Umgang mit dem Browser / Browser-Alternativen
- Suchen und finden im Internet?
- Kommunikation per Email
- Sicherheit im Internet – Virenschutz, Firewall, Systemupdates

So bekommen Sie ein Bild von den vielfältigen Möglichkeiten des Internets. Sie können z.B. nach einer Zugverbindung suchen oder Angebote zur Freizeitgestaltung abrufen, Emails an Verwandte oder Freunde schreiben und empfangen u.v.m.
Voraussetzungen: Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC, wie sie z.B. in den PC-Einsteigerkursen vermittelt werden.
Begleitmaterial kann im Kurs erworben werden.

Digitalfotografie, Bildbearbeitung, Fotourlaub

030

Grundlagen Digitalfotografie

Leitung: Volker Moser
Beginn/Zeit: Samstag, ab 21.01.2017, 09.00-12.00 Uhr, 2-mal
Ort: PC-Raum, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00

Lernen Sie den vollen Funktionsumfang Ihrer Kamera kennen:
Der Kurs richtet sich an Einsteiger in die Digitalfotografie.
Kursinhalte:
- Grundlagen der Arbeit mit der Digitalkamera. Besprochen werden u.a. Begriffe wie Auflösung, Bildgröße, Komprimierung, Bildformate, Weißabgleich etc.
- Erste praxisorientierte Schritte mit der Digitalkamera
- Digitalkamera und Computer
- Bildübertragung von der Kamera / dem Speicherchip auf den Computer
- Verwaltung der Bilder auf dem Computer
- Präsentation und Druck der Bilder.

Die Teilnehmer können, falls vorhanden, eigene Digitalkameras mitbringen.
Jedem Teilnehmer steht ein PC zur Verfügung.
Windowskenntnisse werden vorausgesetzt.

031

Grundlagen Digitalfotografie

Leitung: Volker Moser
Beginn/Zeit: Samstag, ab 29.04.2017, 09.00-12.00 Uhr, 2-mal
Ort: PC-Raum, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00
Kursinhalt wie K 30.

032

Digitale Bildbearbeitung am Computer mit Adobe Photoshop Elements für Einsteiger

Leitung: Volker Moser
Beginn/Zeit: Samstag, ab 11.02.2017, 09.00-12.00 Uhr, 2-mal
Ort: PC-Raum, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00

Adobe Photoshop Elements, der „kleine Bruder“ der weltweit führenden Bildbearbeitungs-Software Adobe Photo Shop, ist eine benutzerfreundliche, leistungsstarke und vielseitige Lösung für den Hobbyfotografen. Der Kurs demonstriert anhand praktischer Beispiele und vielseitiger Übungen die Arbeitsweise dieser Software und vermittelt zugleich Einblicke in die Grundlagen des digitalen Bildes.
Kursinhalte: Bildgröße und Bildformate für unterschiedliche Anwendungsbereiche, verschiedene Möglichkeiten der Bildoptimierung, Bildstörungen und rote Augen entfernen, Farbkorrekturen und Farbveränderungen, Texte in Bilder einfügen, Fotomontagen mit der Ebenentechnik, Bilder sichern und organisieren sowie die Präsentation der Bilder.
Die hier erworbenen Kenntnisse können auch auf andere Bildbearbeitungsprogramme übertragen werden.
Der Kurs richtet sich an Einsteiger in die digitale Bildbearbeitung; **Windowskenntnisse sind Voraussetzung**, weitere empfehlenswerte Grundlage ist unser Kurs Digitalfotografie.

033

Digitale Bildbearbeitung am Computer mit Adobe Photoshop Elements für Einsteiger

Leitung: Volker Moser
Beginn/Zeit: Samstag, ab 20.05.2017, 09.00-12.00 Uhr, 2-mal
Ort: PC-Raum, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00
Kursinhalt wie K 32.

034

Digitale Bildbearbeitung am Computer mit Adobe Photoshop Elements für Fortgeschrittene

Leitung: Volker Moser
Beginn/Zeit: Samstag, ab 18.03.2017, 09.00-12.00 Uhr, 2-mal
Ort: PC-Raum, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00

Dieser Fortsetzungskurs, in dem sie die volle Leistungsfähigkeit der Software Adobe Photoshop Elements kennen lernen, richtet sich an Teilnehmer mit grundlegenden Kenntnissen in der digitalen Bildbearbeitung, wie sie beispielsweise in unserem Einsteigerkurs vermittelt werden. Hierbei werden insbesondere folgende Themenschwerpunkte behandelt: Farb- und Tonwertkorrekturen, erweiterte Auswahl- und Freistellungstechniken, Ebenenmasken, Füll- und Einstellungsebenen, Schwarzweißbilder, Panoramabilder, Grundlagen der RAW-Entwicklung und verschiedene Filtertechniken.

035

Digitale Bildbearbeitung am Computer
mit Adobe Photoshop Elements für Fortgeschrittene

Leitung: Volker Moser
Beginn/Zeit: Samstag, ab 01.07.2017, 09.00-12.00 Uhr, 2-mal
Ort: PC-Raum, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00
Kursinhalt wie K 34.

036

Workshop
Erstellen eines Fotobuchs

Leitung: Volker Moser
Beginn/Zeit: Samstag, 11.03.2017, 09.00-12.00 Uhr
Ort: PC-Raum, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 25,00

Präsentieren Sie Ihre schönsten Aufnahmen in einem Fotobuch!
Entfesseln Sie ihre Kreativität und gestalten Sie Ihr ganz persönliches Fotobuch mit Ihren eigenen digitalen Bildern, welches dann von einem Internetanbieter professionell gedruckt und gebunden wird.
In unserem Workshop lernen Sie den Umgang mit einer kostenlosen Fotobuchsoftware und wie Sie damit in Kürze ein individuelles und professionelles Fotoalbum erstellen. Bei der Gestaltung stoßen Sie dabei auf so gut wie keinerlei gestalterische Einschränkungen, so dass Einsteiger wie auch Profis ihrer Kreativität und ihrem Einfallsreichtum freien Lauf lassen können. Ob für Geburtstage, Hochzeiten oder Urlaubserinnerungen, einfacher geht's nicht. Bilder und Texte individuell präsentiert - zum Beispiel in einem Hardcoverbuch - wie ein Bildband aus dem Buchhandel.
Der Workshop "Fotobuch" ist für alle geeignet, die sich erstmals mit einem solchen Projekt beschäftigen, aber auch fortgeschrittene Anwender können hier noch gute Anregungen erhalten. Während des Kursverlaufs werden zahlreiche Beispielbücher in unterschiedlichen Formaten präsentiert.
Mitzubringen ist eine Bilderauswahl von ca. 30 - 100 Bildern (z. B. Urlaubsbilder) auf einer CD, DVD oder USB-Stick.

037

Workshop
Erstellen eines Fotobuchs

Leitung: Volker Moser
Beginn/Zeit: Samstag, 24.06.2017, 09.00-12.00 Uhr
Ort: PC-Raum, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 25,00
Kursinhalt wie K 36.

038

Fotofreizeit auf Großsegelschiff in der dänischen Südsee 2017
Digitalfotografie für Anfänger und Fortgeschrittene

Veranstalter: Foto-Segel-Team Hildesheim
Leitung: Gerd Gömmel
Termin: wöchentlich in der Zeit vom 15.07.-26.08.2017
Preis: 1095,00 € inkl. Schiff, Verpflegung, Hafengebühren und Motorstunden

Einen besonderen Leckerbissen der Fotodidaktik bietet dieser Fotokurs. Auf einem 24-Mann/Frau - Segelschiff finden im Juli und August interessante Fotofreizeiten statt. Die Kurse dauern jeweils eine Woche. Es werden weder Kenntnisse im Fotografieren noch im Segeln vorausgesetzt. Mit einem geräumigen Schoner segeln die Teilnehmer zu den Inseln der dänischen Südsee und gehen dort auf fotografische Erkundung. Ausgangs- und Ankunftshafen ist Kappeln an der Schlei. Ein hervorragendes Sprungbrett zu den idyllischen Inseln der dänischen Südsee: Aerø, Lyø, die winzigen Insel Birkholm oder Avernake. Manche sind unbewohnt mit romantischen Ankerplätzen, andere bieten hübsche Fischerorte wie z.B. Aerøskøbing auf Insel Aerø, eine der schönsten Kleinstädte Dänemarks, wo man sich von der Märchenwelt Hans Christian Andersens verzaubern lassen kann. Die Insel Fünen mit Svendborg und der interessanten Stadt Fåborg mit ihrem mittelalterlichen Stadtzentrum stehen auf unserer nautischen Karte. Mal sehen, wo uns der Wind hintreibt. Dänemarks bunte Häuser, das intensive Fotolicht, die herrlichen dänischen Räucherfische (wie auf Bornholm!). und das sicher beste Softice der Welt …, wir wollen es erleben! Eine Fülle der herrlichsten Fotomotive auf dem traditionellen Segelschiff, in den malerischen Häfen und in der abwechslungsreichen Inselwelt werden aufgegriffen und fotografisch umgesetzt. Dabei gibt es Tipps für digitale Anfänger und Fortgeschrittene von der Aufnahmetechnik bis zur Bildbearbeitung.
Abends werden die Bilder in gemütlicher Runde projiziert und ausgewertet. Die Anreise erfolgt mit privaten Fahrgemeinschaften.

ELEKTRO Steppe
Wenn´s um Strom geht
Elektroinstallationen
Elektroheizungen
EDV-Netzwerke
Photovoltaikanlagen
Wärmepumpen
Kundendienst
Wolfram Steppe
Wettachstraße 6
76337 Waldbronn
Telefon 07243 / 63255
Telefax 07243 / 63128

Beruf

039

Business Knigge – die wichtigsten Regeln

Leitung: Ulrike-Ebba Gräfin von Sparr
Beginn/Zeit: Mittwoch, 31.05.2017, 19.00-21.15 Uhr
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 21,00

Die angenehmen Umgangsformen sind Bestandteil der Sozialkompetenzen. Gut zu wissen, wie es im Geschäftsleben zugehen sollte und was gar nicht geht. Dazu einen Überblick zum aktuellen Standart der Business Etikette:

- Allgemeine Goes und No-Goes im beruflichen Miteinander
- Gekonnter Umgang mit Hierarchien und deren Anrede
- Begrüßen und Vorstellen sowie Verabschieden auf verschiedenen Business-Ebenen
- Angemessenes Verhalten bei Meetings
- Höflichkeit zwischen Frauen und Männern im Beruf
- Business-Dress-Code für alle Fälle
- Gekonnte Form des Small Talks
- Tipps für angenehme Tischsitten beim Geschäftsessen

Bitte interessierende Fragen mitbringen.

040 NEU

Stressbewältigung und Stressbalance

Leitung: Hedi Theobald-Herr
Beginn/Zeit: Montag, ab 06.03.2017, 18.00-21.15 Uhr, 5-mal
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 95,00 (inkl. Arbeitsmaterialien)

Möchten Sie Anforderungen souveräner und gelassener meistern, zum Beispiel eine neue Balance zwischen Berufs- und Privatleben finden, in schwierigen Situationen die Ruhe bewahren oder besser Nein sagen und sich abgrenzen können?
Was immer Sie verändern wollen um Ihren Alltag zufriedener und ausgeglichener zu gestalten, mit dem ZRM-Selbstmanagement-Training tun Sie es mit Freude und Lust. Sie lernen mit stressauslösenden Situationen anders umzugehen, indem Sie eine neue Haltung entwickeln, Ihre innere Kraft und eigene Ressourcen entdecken und diese nutzen. Sie lernen alte Handlungsmuster zu verändern und durch neue Möglichkeiten Ihre Handlungskompetenzen zu erweitern.
Mitzubringen: Schreibutensilien

041 NEU

Erfolgreich Gespräche führen

Leitung: Ernst-Joachim Villis
Beginn/Zeit: Samstag, ab 01.04.2017, 09.00-18.00 Uhr
(1 Std. Mittagspause + kleinere Pausen)
Ort:: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 75,00

Ein kompaktes Tagesseminar zur Einführung in die zwischenmenschliche Kommunikation:
- Wie führe ich gute Gespräche?
- Wie höre ich aktiv zu?
- Wie stelle ich die richtigen Fragen?

Wer fragt, der führt! Hier lerne ich die Basis für erfolgreiche Gesprächsführung – wie tickt mein Gegenüber und wie ticke ich bei Gesprächen. Mitzubringen: Block, Stift, Getränk.

Wenn man's gut kann, macht's Spass…

…das ist überall so…

BBP BOSCH, BERTEL & CO GMBH
STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT

Weißdornweg 2 • 76337 Waldbronn

Tel. 0 72 43 / 72 65 - 0

www.bosch-bertel.de

Gesellschaft

Literatur, Theater, Musik

042

Das Komische und das Tragische in der Literatur - eine dialektische Verbindung

Leitung: Dr. Elisabeth Wittig
Beginn/Zeit: Di., 14.02., 21.03., 25.04.,23.05., 20.06.2017 jeweils 10.00-12.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 55,00
Lektüre:
1. Karl-Heinz Ott „Wintzenried“, dtv, 208 S., € 9,90
2. Hans Fallada „Kleiner Mann – was nun?”, Rohwohlt TB, 432 S., € 9,99
3. Joachim Meyerhoff „Alle Toten fliegen hoch“ Teil 1: Amerika, KiWi TB, 336 S., € 9,99
4. A. L. Kennedy „Das Blaue Buch”, dtv, 368 S., € 9,90
5. Abschlussbesprechung

043

Schreibwerkstatt
für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Karin Bruder, Autorin
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 11.01.2017, 5-mal, 14-tägig, jeweils 20.00-21.30 Uhr
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 41,00

Aus Erinnerungen, Gehörtem und Erdichtetem werden Geschichten und Gedichte. Lassen Sie zu, dass sich Altes mit Neuem, Eigenes mit Fremdem vermischt. Durch kreative Schreibübungen und Anregungen, die die anderen Gruppenmitglieder Ihnen schenken, wird Ihre Seele beflügelt. Lassen Sie sich in nahe und ferne Phantasiewelten ver- und entführen.

044

Theaterspielen

Leitung: Gerd Kiecherer
Beginn/Zeit: Montag, ab 09.01.2017, 19.00-21.00 Uhr, 15-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 51,00

MUSIK GARTEN
Neue Kurse ab April
die ideale musikalische Frühförderung

Baby-Musikgarten ab 3 Monate
Wir machen Musik ab 15 Monate
Der musikalische Jahreskreis ab 2½ Jahre
MUSIMO (rhythmisch-musikalische Früherziehung) ab 3½ Jahre

Info: Christiane Becker
Tel. 07202 40071
christiane.becker@accomusica.de
AccoMusica

Sanitärtechnik · Blechnerei
BECKER
07243 61530
Pforzheimer Str. 49 · Waldbronn · www.becker-sanitaertechnik.de

Sie können das VHS-Semesterprogramm auch unter
http://www.vhs-waldbronn.de
im Internet aufrufen
und sich über Internet oder per E-Mail
vhs@waldbronn.de
anmelden.

Kurs Nr. 45-46
In Zusammenarbeit mit der Musikschule

045

Gitarrenkurs
Liedbegleitung für Fortgeschrittene

Leitung: Almut Schneider
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 21.02.2017, 19.00-20.30 Uhr, 10-mal (14-tägig)
Ort: Musikschule Waldbronn, OT Reichenbach
Gebühr: € 80,00

Der Kurs richtet sich an alle, die das Akkordspiel in erster, einschließlich der Barreakkorde in erster bzw. zweiter Lage beherrschen und diese verbunden mit komplexeren Rhythmen in populären Songs einsetzen können. Notenkenntnisse sind wünschenswert, da die Gruppe mehrstimmige Stücke im Ensemblespiel erarbeitet.
Gezielt wird an der Spieltechnik der einzelnen Teilnehmer gearbeitet, um die Fähigkeit des musikalischen Ausdrucks im Zusammenspiel zu erlangen.
Einsteigen können auch diejenigen, die Spaß am Melodiespiel haben, jedoch nicht soviel Erfahrung im Akkordspiel mitbringen.
Es stehen Leihgitarren zur Verfügung (€ 10,00-30,00 pro Kurs, je nach Wert der Gitarre).

Änderungen und zusätzliche Veranstaltungen werden jeweils in Amtsblatt und Internet angezeigt.

046

Gitarrenkurs für Fortgeschrittene

Leitung: Armin Bitterwolf
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 29.03.2017, 17.45-19.15 Uhr, 10-mal (am 17.05.2017 kein Kurs)
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25 a, OT Reichenbach
Gebühr: € 90,00

Neben komplexen Rhythmen, verschiedenen Pickings mit integrierten Melodien, freistimmigen Solostücken, soll das Zusammenspiel, die Verbesserung der Spieltechnik und der musikalische Ausdruck im Vordergrund stehen. Die Lernziele werden anhand aktueller Songs aus dem Popular- und Klassikbereich vermittelt. Unterschiedliche Stile wie Blues, Folk, Bossa und Flamenco fließen in den Unterricht ein.
Voraussetzungen: Kenntnis aller Substituttöne, Kenntnis des gesamten Griffbretts, Prima-Vista-Spiel.

047

Singen zur Gitarrenbegleitung
ohne Notenkenntnisse für fortgeschrittene Anfänger

Leitung: Kurt Bechtel
Beginn/Zeit: Montag, 30.01.2017 jeweils 18.15-19.15 Uhr
weitere Termine:
Montag, 13.02., 13.03., 27.03.2017
Dienstag, 07.02., 21.02., 07.03., 21.03.2017
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 55,00

Wollten Sie schon immer mal in einer geselligen Runde oder am Lagerfeuer einige bekannte Lieder auf der Gitarre begleiten, dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Es werden nicht nur die notwendigen Grundlagen und alle gängigen Gitarrengriffe vermittelt, sondern es wird auch aktiv dazu gesungen. Nur so bekommt man das richtige Gefühl zur einfachen Gitarrenbegleitung. Keine Notenkenntnisse erforderlich, kein Erlernen von Noten notwendig.
Dieser Kurs baut auf den Anfängerkurs der letzten Semester auf.

048

Singen zur Gitarrenbegleitung
ohne Notenkenntnisse für fortgeschrittene Anfänger

Leitung: Kurt Bechtel
Beginn/Zeit: Dienstag, 02.05.2017 jeweils 18.15-19.15 Uhr
weitere Termine:
Montag, 08.05., 22.05., 26.06., 10.07.2017
Dienstag, 16.05., 30.05., 04.07.2017
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 55,00 - Kursinhalt wie K 47.

049

Singen zur Gitarrenbegleitung
ohne Notenkenntnisse für Fortgeschrittene

Leitung: Kurt Bechtel
Beginn/Zeit: Montag, 30.01.2017 jeweils 19.30-20.30 Uhr
weitere Termine:
Montag, 13.02., 13.03., 27.03.2017
Dienstag, 07.02., 21.02., 07.03., 21.03.2017
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 55,00

050

Singen zur Gitarrenbegleitung
ohne Notenkenntnisse für Fortgeschrittene

Leitung: Kurt Bechtel
Beginn/Zeit: Dienstag, 02.05.2017 jeweils 19.30-20.30 Uhr
weitere Termine:
Montag, 08.05., 22.05., 26.06., 10.07.2017
Dienstag, 16.05., 30.05., 04.07.2017
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 55,00

Unsere Geschäftszeiten:
montags-freitags von 09.00-12.00 Uhr
donnerstags außerdem von 14.00-18.00 Uhr

Unsere Bankverbindung:
Volksbank Ettlingen
IBAN: DE79 6609 1200 0000 2019 28
BIC: GENODE 61 ETT

Pädagogik und Psychologie

Kurs Nr. 51-53
In Zusammenarbeit mit dem
Deutschen Kinderschutzbund

051

Starke Eltern – starke Kinder®
Familien in besonderen Lebenslagen können für die Teilnahme am sozialen und kulturellen Leben über das Landratsamt Karlsruhe den Kurs mit 10,00 € Eigenanteil erstattet bekommen. Sprechen Sie uns an.

Leitung: Ingrid Maierhofer-Edele
Termin: **Interessenten bitte bei der VHS melden**
Termin wird dann vereinbart
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25 a, OT Reichenbach
Gebühr: € 80,00

Ein Elternkurs für alle, die ihre Erziehungskompetenz stärken wollen und neue Impulse für den Alltag suchen. Warum ist es manchmal so mühsam mit den Kindern? Soll ich, darf ich, muss ich meinem Kind Grenzen setzen? Aber wie, wann und welche? Wie können wir in der Familie weniger Stress und mehr Freude erleben? Diese und andere Fragen werden in einem Elternkurs an 8 Abenden erarbeitet. Der Kurs besteht aus Impulsreferaten, Übungen und Gesprächen in der Groß- oder Kleingruppe und aus Fallbeispielen. Es erleichtert den Erziehungsalltag und macht – so das Urteil vieler Eltern – außerdem auch noch Spaß. Mitzubringen: Schreibutensilien.

052

Starke Großeltern – starke Kinder®
Familien in besonderen Lebenslagen können für die Teilnahme am sozialen und kulturellen Leben über das Landratsamt Karlsruhe den Kurs mit 10,00 € Eigenanteil erstattet bekommen. Sprechen Sie uns an.

Leitung: Ingrid Maierhofer-Edele
Interessenten bitte bei der VHS melden
Termin wird dann vereinbart
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25 a, OT Reichenbach
Gebühr: € 80,00 (8 Termine)

Wie kann ich konstruktiv Kritik üben? Bei welchen Themen darf ich mich einmischen? Wie sehr darf ich verwöhnen? Wie kann ich das Verhältnis zu den Schwiegerkindern verbessern?
Das sind Fragen, die sich Großeltern im Umgang mit ihren Kindern und Enkelkindern immer wieder stellen. Obwohl die Erziehung der eigenen Kinder längst abgeschlossen ist und die Großeltern nicht

mehr direkt zuständig für die Erziehung sind, ergeben sich im Umgang mit Kindern und Enkelkindern immer wieder Situationen, die zu Missverständnissen führen können. Im Kurs des Kinderschutzbundes Karlsruhe erfahren Sie, dass Sie viele Möglichkeiten haben, mit Erfahrung und Gelassenheit die ganze Familie zu stärken und das Zusammensein mit den Enkeln zu genießen. In 6 Kurseinheiten finden Großeltern Unterstützung darin, z.B. ihr Selbstverständnis in ihrer Rolle zu klären, sich ihrer Werte zu vergewissern, die Dynamik der Drei-Generationenfamilie besser zu verstehen oder Konflikte anzusprechen und zu lösen. Mit zuverlässigen Informationen, praktischen Übungen und viel Austausch untereinander gewinnen sie an Sicherheit und Freude dabei, Großmutter und Großvater zu sein!
Mitzubringen wie K 51.

053

Patchworkfamilien sind anders®
Eltern in einer Patchworkfamilie können den Kurs mit einem Eigenbeitrag von 10,00 € besuchen.

Leitung: Ingrid Maierhofer-Edele
Interessenten bitte bei der VHS melden
Termin wird dann vereinbart
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25 a, OT Reichenbach
Gebühr: € 10,00 (8 Termine)

Die Patchworkfamilie ist auf dem Vormarsch: rund 850.000 Kinder in Deutschland leben heute in so genannten Patchworkfamilien, in bunt zusammen gewürfelten Familien. Jede Familie ist anders in der Zusammensetzung, in ihrer Entstehungsgeschichte und anders in ihrem Familienleben. Das Konfliktpotenzial ist ungleich größer als in einer „Normalfamilie“, sie sind mit einer Vielfalt von Verhaltens- und Rollenanforderungen konfrontiert. Es gibt auch keine Patentrezepte wie aus den einzelnen Familienmitgliedern eine Familie entsteht. In diesem Elternkurs **„Patchworkfamilien sind anders“** lernen Stiefmütter und –väter vor allem eines: neue Sichtweisen einzuüben, authentisch zu bleiben und gut für sich selber zu sorgen. Der Austausch mit anderen in ähnlicher Situation kann bei der Lösung von vielen Problemen sehr hilfreich sein und kann das Zusammenwachsen der Familie sehr erleichtern.
Für die Kinder bieten wir eine kostenlose Kinderbetreuung während des Kurses an.
Mitzubringen wie K 51.

054

Wochenendseminar
…. und plötzlich wird vieles leichter!
Die Entdeckung der inneren Schalter

Leitung: Peter Bergholz, Dipl. Psychologe
Beginn/Zeit: Sonntag, 19.02.2017, 10.00-17.00 Uhr
(1 Std. Mittagspause)
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 35,00

Machen Sie Schluss mit ewigem Grübeln und Druck im Bauch, mit Stressgedanken, Schuldgefühlen und Hemmungen, mit verspannungsbedingten Schmerzen und Schlafstörungen!
Wie soll das gehen? Mit den drei inneren Schaltern der Rossini-Methode: **Der blaue Schalter** wirkt auf die Seele. Er setzt belastenden Gedanken ein Ende, fördert inneres Loslassen und tiefe Entspannung. **Der rote Schalter** steht mit dem Erfolg in Verbindung. Er aktiviert die Energiesysteme, positive Gedanken und Entschlossenheit. **Der orangefarbene Schalter** aktiviert die Resonanz – er bringt Menschen zusammen.
Können Sie diese Schalter aktivieren, wird vieles leichter. Die Schalter haben direkten Zugang zum Unterbewusstsein, und ihre Wirkung zielt stets auf Balance, Harmonie des Nervensystems und innere Kohärenz. Sie ermöglichen Ihnen einen Zustand tiefer körperlicher und geistiger Ruhe bei maximaler Leistungsfähigkeit. In diesem Zustand vermögen wir zu spüren, was unter dem Stress, dem Lärm im Kopf und den steten Anforderungen an uns verborgen ist: Ideen, die verwirklicht, und Träume, die gelebt werden wollen. Zugang dazu bekommen wir über kleinste, nahezu unsichtbare rhythmische Bewegungen.
Peter Bergholz hat entdeckt, dass diese Bewegungen positive Erinnerungen, Gefühle und Gedanken aufnehmen und sogar im Körper speichern. Diese Entdeckung wurde zum Kern seines therapeutischen Ansatzes, der stark von Gerda Boyesens Biodynamischer Körperpsychologie inspiriert ist und eine wesentliche Erkenntnis der Hirnforschung umsetzt: „Heilkraft, Glück und positives Denken – kommen stets aus lockeren Gelenken!“
In diesem Seminar werden Sie mit stimmiger Musik und minimalen Lockerungs-Bewegungen den Weg zu Ihren drei Schaltern finden. Einmal eingeübt, genügt die Erinnerung an diese Bewegungen, um die Schalter unauffällig aktivieren zu können. Sie funktionieren dann in jeder denkbaren Situation. Selbst auf dem Zahnarztstuhl.
Mitzubringen: Matte falls vorhanden, Getränk, Vesper f. Mittagspause. **Abmeldungen für diesen Kurs sind nur bis Montag, 13.02.2017 möglich!**

055 NEU

“Von der Kunst Kontakt aufzunehmen” oder
“Wege für die Partnersuche”

Leitung: Florentina Ionescu
Beginn/Zeit: Samstag, 20.05.2017, 14.15-18.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25 a, OT Reichenbach
Gebühr: € 30,00

Im Austausch mit Anderen erfahren Sie, wie Sie mit Ihrer Ausstrahlung und Ihren Vorstellungen von dem/der Idealpartner/In auf andere wirken und was Sie tun können, um Ihre Chancen auf die von Ihnen gewünschte Beziehung zu erhöhen.
Sie lernen Kontaktschwierigkeiten abzubauen, Körpersignale auszusenden, Beziehungen aufzubauen und zu halten.
Der Kurs verspricht Spaß, viele Tipps und gestärktes Selbstbewusstsein.
Frauen und Männer aller Altersgruppen sind herzlich willkommen.

Heimatkunde

Wir stellen auch gerne Geschenkgutscheine aus!

056

Besichtigung des
Radiomuseums Waldbronn

Geöffnet: Mittwochs von 15.00-17.00 Uhr
(für Gruppen nach Vereinbarung)
Teilnahme kostenlos
Stuttgarter Str. 25, OT Reichenbach
Eine Zeitreise durch die Geschichte des Radios.

Haben Sie Ihre Kursgebühr schon bezahlt?

Bei Anmeldungen per E-Mail oder Internet erhalten Sie umgehend eine Bestätigung. Falls nicht – bitte melden. Auch bei Nichtteilnahme wird die Kursgebühr fällig, wenn der Rücktritt nicht rechtzeitig erfolgt ist. (Siehe Geschäftsbedingungen)

Umwelt

057

Lehrpfadführungen auf dem Rutengänger-Lehrpfad in Waldbronn

In Zusammenarbeit mit dem Rutengänger-Verband Baden-Württemberg e.V.

Leitung: Gerhard Jung / Peter Valovic
Beginn/Zeit: Samstag, 11.03., 08.04., 13.05., 10.06., 15.07., 12.08.2017 jeweils 15.00-17.30 Uhr
Gebühr: Teilnahme kostenlos
Treffpunkt: bei den Tennisplätzen im Kurpark Waldbronn am Aufgang zur Straßenbahnhaltestelle Kurpark

An zwölf Stationen wird dem interessierten Laien der Umgang mit der Wünschelrute erklärt und auf die Auswirkungen der Erdstrahlen in der Natur und auf die menschliche Gesundheit (z.B. Schlaf- bzw. Arbeitsplatz) hingewiesen.

Sie können das VHS-Semesterprogramm auch unter
http://www.vhs-waldbronn.de
im Internet aufrufen
und sich über Internet oder per E-Mail
vhs@waldbronn.de
anmelden.

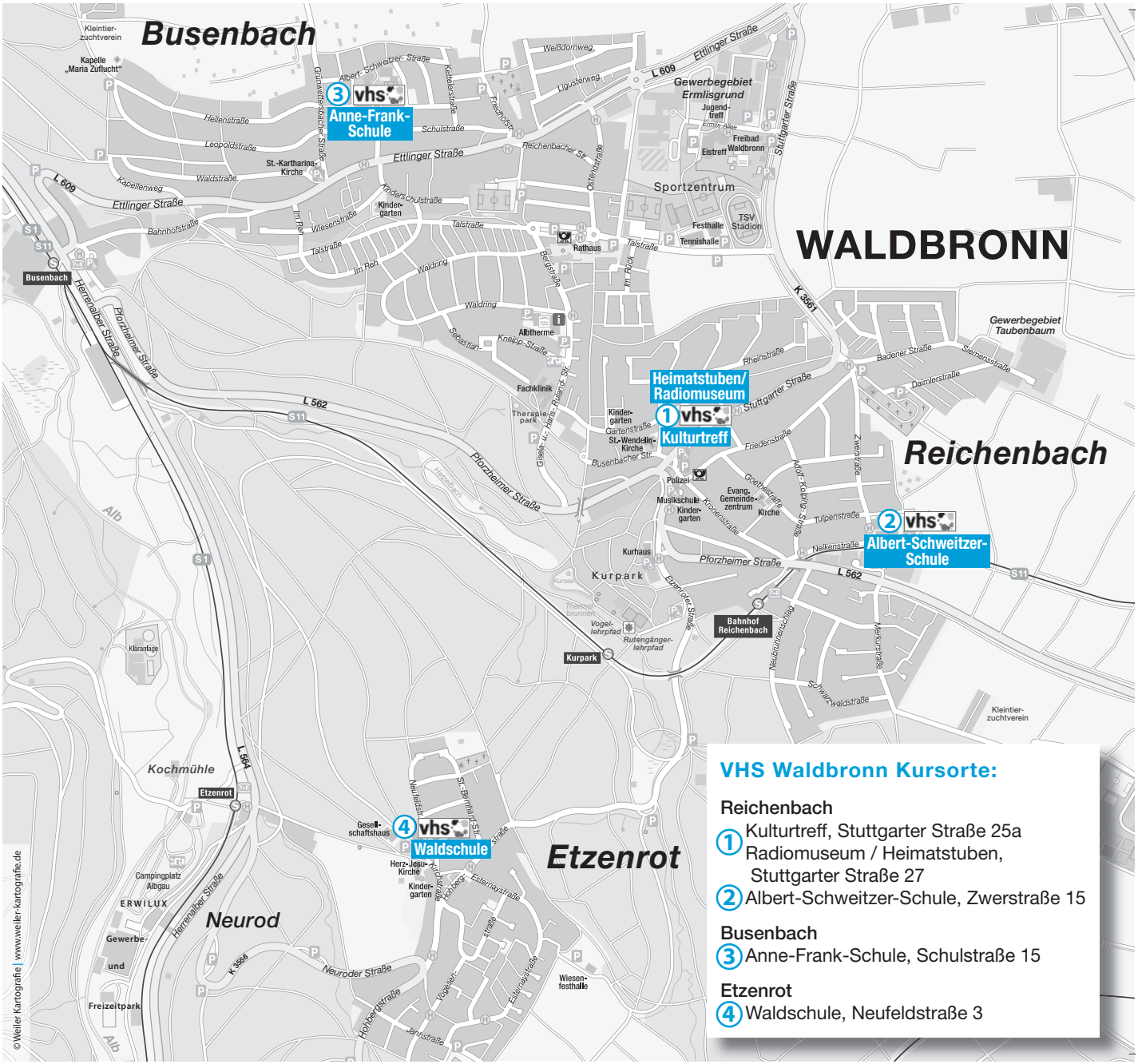
Auch bei Nichtteilnahme wird die Kursgebühr fällig, wenn der Rücktritt nicht rechtzeitig erfolgt ist.
(Siehe Geschäftsbedingungen)

Stiftung Warentest bestätigt Qualität von vhs-Kursen

Seit 10 Jahren überprüft die Stiftung Warentest in detaillierten Langzeituntersuchungen die Qualität von Weiterbildungsangeboten. Dabei schneiden die Volkshochschulen in den Tests gut ab. Das positive Fazit des Weiterbildungs-Checks unterstreicht die Qualität der vhs-Angebote.

Stiftung Warentest
test

Die Zusammenfassung der Langzeituntersuchung und die Empfehlungen von Stiftung Warentest können Sie im Internet nachlesen:
www.test.de/Booklet-10-Jahre-Weiterbildungstests-4435748-0



©Weiler Kartografie | www.weiler-kartografie.de

VHS Waldbronn Kursorte:

Reichenbach

① Kulturtreff, Stuttgarter Straße 25a
Radiomuseum / Heimatstuben, Stuttgarter Straße 27

② Albert-Schweitzer-Schule, Zwerstraße 15

Busenbach

③ Anne-Frank-Schule, Schulstraße 15

Etzenrot

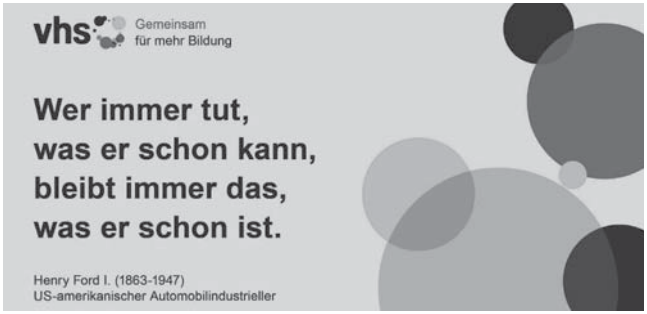
④ Waldschule, Neufeldstraße 3

Gesundheit und Bewegung

Gesundheitslehre, Körpererfahrung

BONUSREGELUNGEN BEI DEN KRANKENKASSEN
Die gesetzlichen Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie den Versicherten im Rahmen des Bonus-Systems anerkennen. Das Verfahren ist sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse am Ort vor der Anmeldung! Mit der Teilnahmebescheinigung der Volkshochschule und dem Zahlungsbeleg können Sie bei Ihrer Krankenkasse den Stempel für Ihr Bonusheft erhalten.

Bitte beachten: Kurse zu folgenden Themen finden grundsätzlich „ohne wissenschaftliche Grundlage“ statt:
Aromatherapie, Bachblüten, Chakra-Arbeit, EFT/Klopftechnik, Farbtherapie, Hildegard von Bingen, Positives Denken, Räuchern, Selbsthypnose, Jin Shin Jyutsu.



058
Wirbelsäulengymnastik
Leitung: Regina Koehler
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 12.01.17, 09.30-10.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00
Übungen zur Kräftigung und Mobilisierung aller wichtigen Muskelgruppen, einschließlich der Bauchmuskulatur. Dadurch wird die Haltefunktion des Körpers verbessert, die Wirbelsäule stabilisiert und die Beweglichkeit gesteigert. Außerdem wollen wir verkürzte Muskeln dehnen und lockern. Sie erhalten Tipps zum rückengerechten Verhalten im Alltag. Die Stunde endet mit einer kurzen Entspannungsphase.
Mitzubringen: Kissen, Gymnastikmatte, großes Handtuch oder kleine Decke, Theraband, wenn vorhanden.

059
Wirbelsäulengymnastik
Leitung: Regina Koehler
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 27.04.17, 09.30-10.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 58.

060
Wirbelsäulengymnastik
Leitung: Regina Koehler
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 12.01.17, 10.35-11.35 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 58 .

061
Wirbelsäulengymnastik
Leitung: Regina Koehler
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 27.04.17, 10.35-11.35 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 58 .

062

Wirbelsäulengymnastik

Leitung: Maria Leue
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 10.01.2017, 09.00-10.00 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00

Mit Übungen, die kräftigen und beweglich halten, ist unser Rücken allen Belastungen des täglichen Lebens gewachsen und dient uns noch lange ohne Beschwerden. Trainiert wird nach dem Konzept der „Neuen Rückenschule“ (H.-D. Kempf). Wir lernen Verhaltenstechniken, die uns den Alltag erleichtern, und uns zu entspannen, um wieder neue Energie zu sammeln.
Mitzubringen: rutschfeste Schuhe, bequeme Gymnastikbekleidung, Handtuch.

063

Wirbelsäulengymnastik

Leitung: Maria Leue
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 04.04.2017, 09.00-10.00 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 62.

064

Ein starker Nacken

Leitung: Maria Leue
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 11.01.2017, 19.30-20.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00

Dieser Wirbelsäulen-Gymnastikkurs, bei dem besonderes Augenmerk auf den oberen Rücken gelegt wird, möchte Sie für den Nacken- und Schultergürtelbereich sensibilisieren.
Mit Übungen nach dem Konzept der „Neuen Rückenschule“ (H.-D. Kempf), die kräftigen und beweglich halten, bewältigen wir die Belastungen in Beruf und Alltag mühelos. Dazu gehört ein Entspannungstraining ebenso wie theoretische Erläuterungen.
Mitzubringen: rutschfeste Schuhe, bequeme Gymnastikbekleidung, kleines Kopfkissen o.ä., Handtuch.

065

Ein starker Nacken

Leitung: Maria Leue
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 05.04.2017, 19.30-20.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 64.

066

Beckenbodengymnastik für Frauen
Anfänger und fortgeschrittene Anfänger

Leitung: Franka Gauger-Stöhr
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 02.02.17, 18.00-19.00 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 40,00

Eine gut trainierte Beckenbodenmuskulatur stärkt Ihren Körper und Ihre Seele. Sie vermittelt Kraft, Sicherheit und ein stabiles Selbstwertgefühl. In diesem Kurs werden Top-Übungen für das regelmäßige Training, u.a. auch bei Harn- und Stuhlinkontinenz, im Alltag vorgestellt.
Mitzubringen: Sportkleidung, evtl. Jogginganzug, Kissen, Gymnastikmatte, großes Handtuch oder kleine Decke.

067

Beckenbodengymnastik für Frauen
Fortgeschrittene

Leitung: Franka Gauger-Stöhr
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 27.04.17, 18.00-19.00 Uhr, 5-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 25,00

Mitzubringen wie K 66.

Bitte bezahlen Sie die Kursgebühr zu Kursbeginn.

Die Gebühren für bestimmte Kurse aus dem Bereich Gesundheit und Gymnastik werden von manchen Krankenkassen teilweise erstattet. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.

068 NEU

Vinyasa Power YOGA für Anfänger

Leitung: Alexandra Eberhardt
Beginn/Zeit: Montag, ab 16.01.2017, 16.30-17.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

Ein körperlicher, dynamischer Yoga-Stil bei dem die verschiedenen Körperhaltungen aus dem Yoga fließend ineinander übergehen. Die Bewegungen werden vom Atem geführt. Vinyasa Power Yoga kräftigt die Muskulatur und fördert die Ausdauer, Balance und Beweglichkeit.
Mitzubringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Gymnastikmatte, Decke.

069 NEU

Vinyasa Power YOGA für Anfänger

Leitung: Alexandra Eberhardt
Beginn/Zeit: Montag, ab 08.05.2017, 16.30-17.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 52,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 68.

070 NEU

Yoga - Vinyasa – start to flow
Anfänger

Leitung: Verena La Spina
Beginn/Zeit: Samstag, ab 11.02.2017, 11.15-12.45 Uhr, 5-mal (am 25.02. und 11.03.2017 kein Kurs)
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 32,50

...suchst Du Leichtigkeit, Kraft, Beweglichkeit aber auch Entspannung in deinem Leben? Vinyasa Flow Yoga ist ein dynamischer Yogastil mit fließenden, fast tanzähnlichen Sequenzen aus verschiedenen Körperhaltungen, die dem Fluss des Atems folgen und von diesem angeleitet werden. Die wohl bekannteste Vinyasa ist der Sonnengruß. Bewegung und Atem verschmelzen im Flow zu einem Erlebnis, halten die Gedanken im "Hier & Jetzt", beruhigen den Geist, öffnen das Herz und entspannen somit körperlich und emotional. Es entsteht ein besseres Körpergefühl, sowie Kraft, Flexibilität und Ausdauer.
Geübt wird mit Musik, Lebensfreude und viel Spaß an Bewegung, immer mit abschließender Entspannungseinheit.
Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Gymnastikmatte, Sitzkissen, Decke.

071 NEU

Yoga - Vinyasa – start to flow
Anfänger und Anfänger mit Vorkenntnissen

Leitung: Verena La Spina
Beginn/Zeit: Samstag, ab 06.05.2017, 11.15-12.45 Uhr, 4-mal (am 27.05.2017 kein Kurs)
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 26,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 70.

072

YOGA – für die innere Balance und Lebensfreude

Leitung: Gundula Ritz
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 19.01.17, 18.15-19.45 Uhr, 11-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 71,50

In diesem Kurs verbindet Kundalini Yoga Elemente des Hatha-Yoga mit dynamischen Übungseinheiten, bewusster Atmung sowie Meditation und fördert so auf ganzheitlicher Ebene ihr körperliches Wohlbefinden und ihre innere Zufriedenheit. Sie sind eingeladen, in einem Raum der Ruhe und Entspannung zu sich selbst zu finden.
Mitzubringen: Decke, Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, evtl. Sitzkissen, warme Socken.

073

YOGA – für die innere Balance und Lebensfreude

Leitung: Gundula Ritz
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 27.04.17, 18.15-19.45 Uhr, 9-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 58,50

Kursinhalt und mitzubringen wie K 72 .

074

YOGA – für die innere Balance und Lebensfreude

Leitung: Gundula Ritz
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 19.01.17, 20.00-21.30 Uhr, 11-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 71,50

Kursinhalt und mitzubringen wie K 72.

075

YOGA – für die innere Balance und Lebensfreude

Leitung: Gundula Ritz
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 27.04.17, 20.00-21.30 Uhr, 9-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 58,50
Kursinhalt und mitzubringen wie K 72.

076

YOGA - Wege in die Mitte für Yoga-Erfahrene

Leitung: Anita Anderer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 24.01.2017, 20.00-21.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
"Mensch, sei gut zu Deinem Körper, damit Deine Seele Freude hat, darin zu wohnen!" (Teresa von Avila).
Unser Körper ist das Haus der Seele! Dieser Kurs bietet mit wohltuenden Körper-, Atem- und meditativen Übungen Wege an, sich auf der Körper-, Seelen- und Geistebene zu regenerieren und aufzutanken. Näher bei uns angekommen, können wir unseren persönlichen Weg und Alltag mit mehr innerer Gelassenheit und Heiterkeit annehmen.
Mitzubringen: bequeme, warme Kleidung, (Yoga-)Matte, Wolldecke, Wollsocken, evtl. Sitzkissen.

077

YOGA - Wege in die Mitte für Yoga-Erfahrene

Leitung: Anita Anderer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 20.00-21.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 76.

Auch bei Nichtteilnahme wird die Kursgebühr fällig, wenn der Rücktritt nicht rechtzeitig erfolgt ist.
(Siehe Geschäftsbedingungen)

078

YOGA - Wege in die Mitte für Yoga-Erfahrene

Leitung: Anita Anderer
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 26.01.17, 09.00-10.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 76.

079

YOGA - Wege in die Mitte für Yoga-Erfahrene

Leitung: Anita Anderer
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 27.04.17, 09.00-10.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 76 .

080 NEU

Yoga für Schwangere – Mama flow

Leitung: Verena La Spina
Beginn/Zeit: Montag, ab 06.02.2017, 10.00-11.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 52,00
SchwangerenYoga ist eine wunderschöne Möglichkeit, den eigenen, sich in der Schwangerschaft verändernden Körper bewusst kennenzulernen.
Selbst wenn du zuvor noch kein Yoga gemacht hast, helfen die sanften Übungen das eigene sowie das Wohlbefinden deines Kindes zu steigern, den Kontakt und die innere Bindung zu deinem Kind ganz liebevoll und intensiv zu vertiefen und aufkommenden Gedanken, Gefühlen und Ängsten mit mehr Ruhe und Ausgeglichenheit zu begegnen.
Sanfte, ruhige und entspannende Flows zu harmonischer Musik.
Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Gymnastikmatte, Sitzkissen, Decke.

081 NEU

Yoga für Schwangere - Mama flow

Leitung: Verena La Spina
Beginn/Zeit: Montag, ab 24.04.2017, 10.00-11.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 52,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 80.

082

Yoga für Senioren
Anfänger und fortgeschrittene Anfänger

Leitung: Gundula Ritz
Beginn/Zeit: Montag, ab 23.01.2017, 09.00-10.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

Es ist nie zu spät, um mit Yoga zu beginnen!
Yoga für Senioren stärkt Ihren Bewegungsapparat und trägt zur Gesunderhaltung des gesamten Körpers bei. Der Geist wird flexibler und kommt zur Ruhe. Schritt für Schritt steigern Sie dabei Ihre körperliche Fitness. Gezielte Atem- und Entspannungsübungen ergänzen dieses Angebot. Die Übungen sind so konzipiert, dass sie für Einsteiger gut durchführbar sind. In den Yogastunden wird Rücksicht genommen auf natürliche Bewegungseinschränkungen im Alter.
Mitzubringen: bequeme, warme Kleidung, (Yoga-) Matte, Wolldecke, Wollsocken, Sitzkissen.

083

Yoga für Senioren
Anfänger und fortgeschrittene Anfänger

Leitung: Gundula Ritz
Beginn/Zeit: Montag, ab 24.04.2017, 09.00-10.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 82.

084 NEU

Faszien-Workshop

Leitung: Christina Petzhold
Beginn/Zeit: Samstag, 04.02.2017, 11.00-13.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 15,00

Das Faszientraining bietet Menschen jeden Alters und Sport-Niveaus die Möglichkeit, die Flexibilität, Balance, Mobilität und Stärke der Muskeln und Faszien zu verbessern. In diesem Workshop werden einfache funktionelle Übungen, intensive Selbstmassage durch die Faszienrolle sowie Triggern der Muskeln und Faszien theoretisch und praktisch durchgeführt.
Was wird besser durch das Faszientraining?
- Steigerung der Flexibilität, Mobilität und Leistung der Muskulatur
- Vorbeugung von Muskelschmerzen und Verhinderung von typischen Verletzungen wie Muskelschäden
- Gezielte Regeneration der Muskeln
- Steigerung der Blutzirkulation
- Multifunktionelle Verwendung: Kräftigung und Regeneration
- Verbesserung der Körperhaltung durch Balancearbeit
- Stimulierung der Zirkulation von nährstoffreichem Blut für ein beruhigendes Hautbild
- Aktiver Beitrag zur Fitness, Leistungsfähigkeit und zum Wohlbefinden.
  den

Mitzubringen, wenn vorhanden:
BLACKROLL®/Faszien-Rolle / BlackRoll-Ball, Sportschuhe, Trainingshose, Getränke, eigene Matte

085

Faszien-Yoga

Leitung: Christina Petzhold
Beginn/Zeit: Freitag, ab 17.03.2017, 17.00-18.30 Uhr, 3-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 25,00

Was sind Faszien und wie stehen diese in Verbindung zu YOGA? Faszien-Yoga ist eine besonders schonende und sanfte Form des Yoga, in der die Positionen mit entspannter Muskulatur lange gehalten werden und in Vinyasa erfolgen. Mit dieser speziellen Art die Faszien, also das Bindegewebe zu stimulieren, erfahren Sie als Teilnehmer ein neues, belebendes und positives Körpergefühl. In der Wissenschaft sind Faszien schon lange bekannt, doch keiner wusste so wirklich welche Bedeutung sie haben. Nach zahlreichen Untersuchungen ist nun klar, welche Wichtigkeit sie für unsere Gesundheit haben. Lernen sie in diesen drei Abenden was Faszien sind und wie die myofaszialen Leitbahnen mit Asanas im Zusammenhang stehen.
Mitzubringen: Decke, Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, evtl. Sitzkissen, warme Socken.

086 NEU

Workshop
Indian Balance®

Leitung: Corinna Bürk
Beginn/Zeit: Samstag, 29.04.2017, 10.00-17.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 45,00

" Den Körper bewegen während die Seele ausruht " . Das indianische Training für körperliche und geistige Fitness.
Dieses einzigartige neue Workout, geprägt durch indianische Wurzeln ist ein kraftvolles und ausdrucksstarkes Beweglichkeitstraining, welches durch fließende und ruhige Übungen die Atmung mit der Bewegung verbindet. Inspiriert durch die wunderschöne Musik, die eine besondere atmosphärische Klangwelt wiedergibt, werden tieferliegende Körperenergien freigesetzt.

Durch die besondere Auswahl des Übungsprogramms entsteht eine wohltuende körperliche und seelische Entspannung. Positive Energien werden aktiviert, ein völlig neues Lebensgefühl entsteht.
Mitzubringen. bequeme Gymnastikkleidung, rutschfeste Socken, Handtuch, Decke, kleines Kissen, Getränk, Vesper.

087 NEU

Workshop
Indian Balance®

Leitung: Corinna Bürk
Beginn/Zeit: Samstag, 29.07.2017, 10.00-17.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 45,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 86.

088

Yoga Walking

Leitung: Gundula Ritz
Beginn/Zeit: Interessenten bitte bei der VHS melden, Termin wird dann vereinbart
Schritt für Schritt gelassener werden und dabei Energie tanken – mit dieser Kombination aus langsamen Gehen, bewusster Atmung und einfachen Yoga-Übungen gelingt das perfekt.
Atmen und Gehen, beides tun wir automatisch und denken gar nicht weiter darüber nach. Beides setzt Yoga-Walking ganz gezielt ein.
Ein bisschen Übung ist erforderlich, aber dafür müssen Sie weder Yoga-Expertin noch Walking-Ass sein.

089

Qi Gong mit Freude - Anfänger

Leitung: Christine Fritz
Beginn/Zeit: Freitag, ab 20.01.2017, 18.00-19.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
Qi Gong ist ein wichtiger Teil der chinesischen Medizin. Durch harmonische Bewegungs-, Atem- und Meditationsübungen kommen Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht. Das Immunsystem und die Selbstheilungskräfte werden gefördert und gestärkt, der Körper wird vitalisiert und durch regelmäßiges Üben lösen sich Verspannungen und Blockaden sanft auf. Selbstvertrauen, innere Ruhe und Gelassenheit können sich einstellen. Sie fühlen sich wohl und erfahren neue Lebensenergie und Lebensfreude.
Mitzubringen: Decke, Socken, bequeme Kleidung.

090

Qi Gong mit Freude - Anfänger

Leitung: Christine Fritz
Beginn/Zeit: Freitag, ab 28.04.2017, 18.00-19.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 89.

091

Qi Gong mit Freude - Vertiefungskurs

Leitung: Christine Fritz
Beginn/Zeit: Montag, ab 16.01.2017, 19.00-20.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 89.

092

Qi Gong mit Freude - Vertiefungskurs

Leitung: Christine Fritz
Beginn/Zeit: Montag, ab 24.04.2017, 19.00-20.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 89.

093

Qi Gong mit Freude - Vertiefungskurs

Leitung: Christine Fritz
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 17.01.2017, 09.30-11.00 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 89.

094

Qi Gong mit Freude - Vertiefungskurs

Leitung: Christine Fritz
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 09.30-11.00 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 89.

095

Qi Gong mit Freude - Vertiefungskurs

Leitung: Christine Fritz
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 17.01.2017, 17.45-19.15 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 89.

096

Qi Gong mit Freude - Vertiefungskurs

Leitung: Christine Fritz
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 17.45-19.15 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 89.

097

Tai Chi Chuan - Fortgeschrittene

Leitung: Bernd Weißer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 10.01.2017, 19.15-20.15 Uhr, 11-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 55,00
Tai Chi Chuan ist eine chinesische Bewegungskunst, die von alters her der Erhaltung der Gesundheit, der Heilung von Krankheiten, der Selbstverteidigung und der körperlichen und geistigen Erholung dient. Heute erfreut sich Tai Chi Chuan einer sehr großen Beliebtheit und wird auch von Ärzten zur Gesunderhaltung und Therapie empfohlen. Der Kurs enthält vorbereitende Übungen aus dem Qi Gong und ist für Neueinsteiger sowie auch für Anfänger mit Vorkenntnissen geeignet.
Mitzubringen: bequeme Kleidung und Schuhe ohne Profilsohle.

098

Tai Chi Chuan - Fortgeschrittene

Leitung: Bernd Weißer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 19.15-20.15 Uhr, 10-mal (am 04.07. und 11.07.2017 kein Kurs)
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 97.

099

Tai Chi Chuan - Fortgeschrittene

Leitung: Bernd Weißer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 10.01.2017, 20.30-21.30 Uhr, 11-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 55,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 97.

100

Tai Chi Chuan - Fortgeschrittene

Leitung: Bernd Weißer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 20.30-21.30 Uhr, 10-mal (am 04.07. und 11.07.2017 kein Kurs)
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 97.

101 NEU

FRAU SEIN, LEBEN UND LIEBEN

Leitung: Elke Kraft
Beginn/Zeit: Freitag, ab 10.03.2017, 10.00-12.00 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00
In einer Zeit, in der oft zu viele Anforderungen und Reize auf uns einströmen, ist es besonders wichtig, innezuhalten und Zeit für sich zu nehmen. ZEIT und RAUM um sich wahrzunehmen, wertzuschätzen, zu fühlen und sich auszudrücken. Nur wenn wir achtsam mit uns und unserem Umfeld umgehen, können wir wahre Freude und Stärke erfahren.
- Dazu biete ich an:
- Gespräche
- Entspannungsübungen
- Fantasiereisen
- Körperwahrnehmungsübungen
- Wahrnehmung der Sinne
- Massageelemente
- freies intuitives Tanzen

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Isomatte, Decke, Getränk.

Let's go
jeder Schritt hält fit
© Deutscher Wanderverband

Diese Wanderung punktet!

Regelmäßiges Wandern wird belohnt: mit dem Deutschen Wanderabzeichen in Bronze, Silber und Gold. Gesundheitswanderungen punkten für das Deutsche Wanderabzeichen pauschal mit 10km. Über 60 Krankenkassen erkennen das Deutsche Wanderabzeichen in ihren Bonusprogrammen an.

102

Gesundheitswandern

Leitung: Ingrid Becker
Beginn/Zeit: Montag, ab 15.05.2017, 18.00-20.00 Uhr, 3-mal
Treffpunkt: Grillplatz an der Straße zwischen Reichenbach und Etzenrot
Gebühr: € 24,00

Gesundheitswandern gehört zu "Let´s go - jeder Schritt hält fit", dem ganzheitlichen Bewegungsprogramm des deutschen Wanderverbandes (DWV) und wurde gemeinsam mit der Fachhochschule Osnabrück, Fachbereich Physiotherapie entwickelt. Gesundheitswandern erfüllt die Anforderungen an den Gesundheitssport:
- Stärkung von Koordination, Kraft, Ausdauer und Entspannung
- Minderung von Risikofaktoren
- Bessere Bewältigung von Beschwerden
- Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens
- Stärkung psychosozialer Ressourcen
- Verbesserung der Bewegungsverhältnisse

Sie erhalten Info´s zu Gesundheitsthemen und erfahren nebenbei wie man mehr Bewegung in den Alltag integrieren kann. Und: In der Gruppe macht es einfach Spaß ! Die Übungsrunde dauert ca. 2 Stunden, findet in moderatem Tempo und jederzeit angepasst an die Teilnehmer statt. Dabei wird auf einer Strecke von ca. 4-5 km abwechselnd gewandert und bei Stopps zwischendurch mit speziellen Übungen die Muskulatur gekräftigt, gedehnt und die Koordination geschult. Interessenten, die Herz-Kreislaufprobleme haben oder in ihrer Beweglichkeit stark eingeschränkt sind, sollten die Teilnahme an diesem Kurs vorher mit ihrem Arzt abklären.
Mitzubringen: festes Schuhwerk, Kleidung je nach Witterung, evtl. Getränk

103 NEU

Essbare Wildpflanzen im Frühling

Leitung: Daniela Schneider
Beginn/Zeit: Freitag, 05.05.2017, 16.30-19.30 Uhr
Ort: Parkplatz Kurhaus, Waldbronn-Reichenbach
Gebühr: € 30,00

Sie entdecken Wildpflanzen (wieder), die sie schon viele Male gesehen haben und gar nicht beachten oder die Ihnen in Ihrem Garten vielleicht sogar lästig sind auf neue Weise. Im Vergleich mit unseren Kulturpflanzen sind die Wildpflanzen wahre Kraftpakete und strotzen nur so vor für uns wertvollen Inhaltsstoffen. Sie enthalten ein Vielfaches manchmal sogar Zigfaches an Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen usw. Nicht umsonst ist der „Grüne Smoothie“ zur Zeit im wahrsten Sinne des Wortes „in aller Munde“. Lassen Sie sich auf unserem Streifzug für unsere heimische essbare Flora begeistern, sozusagen unsere „Super-Foods“ vor der Haustür.
Inhalt:
- kennen lernen, erfühlen/ertasten, erschmecken und bestimmen der Wildpflanzen
- Tipps zum Sammeln und der Verwendung
- kulinarische „wilde“ Häppchen verkosten
- je nach Vegetationsstand probieren wir auch essbare Blätter/Knospen von Bäumen und Sträuchern

Bitte mitbringen: wetterangepasste Kleidung, feste Schuhe, Verpflegung, Sitzunterlage, Becher.
Bei Dauerregen oder Sturm bitte bis spätestens 14.00 Uhr die Kursleiterin unter (0 72 43) 94 94 44 anrufen.

104 NEU

Achtsamkeitsnachmittag in der Natur

Leitung: Daniela Schneider
Beginn/Zeit: Mittwoch, 31.05.2017, 15.00-17.30 Uhr
Ort: Parkplatz Kurhaus, Waldbronn-Reichenbach
Gebühr: € 25,00

Wollen Sie mitten im Alltag ausprobieren, wie es sich anfühlt, aus dem sich ständig drehenden Hamsterrad, dem Erledigungsmodus auszusteigen? Der Plappermann/die Plapperfrau im Kopf haben mal Pause und es gibt nichts zu erledigen bzw. zu erreichen. Kommen Sie mit und erleben Sie sich und die Natur auf achtsame Weise: ganz hier, ganz präsent, mit offenen Sinnen. Lassen Sie sich auf das ein, was sie im Moment spüren und wahrnehmen, ohne Wertung. Der Wald bietet uns dafür einen idealen Raum.
Bitte der Witterung angepasste Kleidung anziehen und ggf. Verpflegung mitbringen.
Bei Dauerregen oder Sturm bitte bis spätestens 13.00 Uhr die Kursleiterin unter (0 72 43) 94 94 44 anrufen.

105 NEU

„Shinrin Yoku“ – Waldbaden für Ihre Gesundheit

Leitung: Daniela Schneider
Beginn/Zeit: Freitag, 23.06.2017, 15.30-19.30 Uhr
Ort: Parkplatz Kurhaus, Waldbronn-Reichenbach
Gebühr: € 40,00

Waldbaden hat in Japan Tradition und ist dort anerkannter Bestandteil der Gesundheitsvorsorge. Es wird „Shinrin Yoku“ genannt, wörtlich übersetzt „Eintauchen in die Waldatmosphäre “ oder kurz „Waldbaden“.
Wald tut uns gut – das haben wir alle schon selbst gespürt. Was wir bisher intuitiv wussten, bestätigt jetzt auch die Wissenschaft: ein Aufenthalt in der Waldluft wirkt u.a. positiv regulierend auf Puls und Herzschlag und vermindert auf natürliche Weise Stresshormone – wir entspannen. Doch das ist noch nicht alles: Pflanzen sind nachweislich fähig zu kommunizieren – mit anderen Pflanzen, mit Tieren und mit unserem Immunsystem, ohne dass es uns bisher bewusst war! Ein Bad in der Waldluft vermehrt und aktiviert unsere Abwehrzellen um ca. 40%. Unser Immunsystem wird dadurch enorm gestärkt und dieser Effekt hält mehrere Tage an!
Bei unserem Aufenthalt im Wald werden wir diesen Effekt mit Übungen unterstützen und mit offenen Sinnen, neugierig, staunend und entspannt ein Waldbad nehmen.
Sie erleben an diesem Nachmittag einen Einblick in das Waldbaden, Inhalt wird sein:
- Heilsame Waldatmosphäre: neue Erkenntnisse aus der Forschung
- Auswirkungen eines Waldbades auf Körper/Geist/Seele
- Kommunikationssysteme des Waldes
- Sinnes- und Wahrnehmungsschulung mit Übungen aus der Natur- und Wildnispädagogik
- Atemübungen aus dem Yoga und sanfte Körperbewegungen aus dem Shibashi Qi-Gong

Bitte mitbringen: wetterangepasste Kleidung, feste Schuhe, Verpflegung, wir werden uns die ganze Zeit im Freien aufhalten.
Bei Dauerregen oder Sturm bitte bis spätestens 13.00 Uhr die Kursleiterin unter (0 72 43) 94 94 44 anrufen.

106 NEU

Fit ins Frühjahr:
Heilpflanzen gegen Frühjahrsmüdigkeit und „Zipperlein“

Leitung: Frauke Grötz
Beginn/Zeit: Mittwoch, 15.03.2017, 19.00-22.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 17,00 (+ Materialkosten ca. € 10,00 sind im Kurs zu bezahlen)

Im Frühjahr, wenn die ersten warmen Sonnenstrahlen die Luft wieder erwärmen und uns nach draußen locken, sind viele von uns nicht mit voller Kraft dabei: die Frühjahrsmüdigkeit hat zugeschlagen. Lassen Sie uns diese gemeinsam abschütteln – mit gesunden Hausmitteln. Die Wildkräuter stecken schon voller Frühlingskraft und unterstützen uns dabei! Wir lernen Kräuter und Ihre Anwendung, Tipps und Tricks kennen, die uns fit in den Frühling bringen und stellen einen Frühlingstee und ein Aromaöl her. Mitzubringen sind: Schneidebrett, Messer, Tasse, 2 kleine Gläschen.

107 NEU

Frauenkräuter:
Glückskräuter und Zauberpflanzen

Leitung: Frauke Grötz
Beginn/Zeit: Mittwoch, 26.04.2017, 19.00-22.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 17,00 (+ Materialkosten ca. € 10,00 sind im Kurs zu bezahlen)

Immer schon fühlten sich Frauen besonders zur Welt der Kräuter hingezogen. Sie verwenden diese als Heilkraut oder auch als Liebesmittel. Wir lernen die Kräuter kennen, die das Frausein erleichtern und begleiten und deren zauberhafte Wirkung. Wir schauen uns an, welche Kräuter bedeutsam sind und wie sie angewandt werden, stellen ein Frauenkräuterkissen, ein Kräuterelixier und eine Teemischung her.
Mitzubringen sind: 2 Gläschen, Messer, Holzbrett

108 NEU

Die Kräuter des Sommers:
sehen, riechen, fühlen und schmecken

Leitung: Frauke Grötz
Beginn/Zeit: Mittwoch, 21.06.2017, 18.00- ca. 21.00 Uhr
Ort: Bäckerei Nussbaumer, OT Reichenbach
Gebühr: € 17,00 (+ Materialkosten ca. € 10,00 sind im Kurs zu bezahlen)

Um die Zeit der Sommersonnenwende stehen viele Wildkräuter in voller Blüte und haben die Energie der Sonne aufgenommen. Sie besitzen um diese Jahreszeit die meisten Inhaltsstoffe. Lassen Sie sich bei einem Spaziergang zeigen, welche Kräuter es sind und was man aus ihnen herstellen kann. Bei einem kleinen Picknick mit Wildkräutern und Kräuterlimonade lassen wir den Abend ausklingen.
Mitzubringen sind: Trinkbecher, Glas mit Schraubverschluss

109 NEU

Basenfasten

Leitung: Renate Kraft
Beginn/Zeit: Fasteninfo: Mo., 24.04.2017, 18.00-19.30 Uhr
Fastenbeginn: Fr., 28.04.2017, 18.00-19.30 Uhr
basisch kochen: Sa., 29.04.2017, 10.00-14.00 Uhr
walken: Mi., 03.05.2017, 18.00-19.30 Uhr
Fastenende: Fr., 05.05.2017, 18.00-19.30 Uhr
Treffpunkt:: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 76,00 (inkl. Unterlagen und Kosten für Bio-Lebensmittel)

Auf dem Weg zu guter Gesundheit kommt man an gesunder Ernährung, Bewegung und Entspannung nicht vorbei. Da die moderne Zivilisationskost überwiegend aus säurebildenden Nahrungsmitteln besteht, ist es wichtig, den Säureüberschuss im Körper zugunsten basischer Nahrungsmittel zu verändern. Die von Sabine und Dr. Andreas Wacker entwickelte Basenfasten-Methode ist das Fasten mit Obst und Gemüse. Sie dürfen essen, satt werden - der Genuss kommt dabei auch nicht zu kurz.
Basenfasten ist der freiwillige Verzicht auf alle säurebildenden Nahrungsmittel für einen bestimmten Zeitraum. Daher werden die Teilnehmer in der Basenfastenwoche vor allem auf Milchprodukte, Fleisch, Fisch, Mehlspeisen, Getreideerzeugnisse, Alkohol, Süßigkeiten und Kaffee verzichten. Ihr Körper wird in dieser Zeit Vitalstoffe auftanken, das Gewebe und der Stoffwechsel werden entlastet, der Körper regeneriert sich, die Pfunde purzeln und das alles, ohne zu hungern. Während der Basenfastenwoche wird ebenfalls Wert auf Bewegung und Entspannung gelegt. So können Körper, Geist und Seele in Einklang kommen.

110

Workshop
Klangschalenmassage

Leitung: Jeannette Fehrer, Heilpraktikerin
Beginn/Zeit: Samstag, 18.03.2017, 11.00-14.30 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 35,00

Wenn wir Stress, körperliche Beschwerden, oder seelische Belastungen empfinden, wünschen wir uns manchmal nur eine Zeit tiefer Entspannung. Wenn eine Person eine Klangmassage bekommt, erfährt diese Person einen Zustand der Ruhe, Erleichterung und tiefen Entspannung, der oft noch stunden- oder sogar tagelang anhält. Wie kommt das? Der Workshop gibt erst einen kurzen Einblick in die Arbeit mit Klangschalen. Er zeigt die Wirkungsweise, Einsatzgebiete und Anwendung der Klangschale. Dann dürfen Sie selbst am eigenen Körper erfahren eine Klangmassage zu erhalten und auch zu geben. Sie können die unterschiedlichen Klangschalen ausprobieren und die Reaktion des Körpers beobachten - eine faszinierende Welt der Klänge und Schwingung.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränk, wenn möglich Matte.

111

Workshop
Hilf dir selbst, durch die Anwendung der Schüßler Salze!

Leitung: Jeannette Fehrer, Heilpraktikerin
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 31.01.2017, 19.30-20.30 Uhr, 2-mal
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 18,00 (+ 2,00 € für Script, im Kurs zu bezahlen)

Die These: Krankheiten entstehen durch eine Störung im Mineralstoffhaushalt, die sich gezielt ausgleichen lässt.
Dr. Schüßlers Mineralsalz-Therapie ist bestechend einfach: Mit 27 Heilsalzen können Sie eine Vielzahl von Alltagsbeschwerden lindern. Die Idee: Schüßler-Salze regulieren in den Zellen die Versorgung mit Mineralsalzen und bringen so den gestörten Mineralstoffhaushalt wieder ins Gleichgewicht. Nicht einzelne Krankheitssymptome werden behandelt, sondern der Organismus angeregt, sich selbst zu helfen. Im ersten Teil der 2 Abende erfahren Sie etwas über die Geschichte, die Wirkungsweise und die Schüßler Salze im Einzelnen. Im zweiten Teil möchte ich Ihnen zeigen, wie man die Schüßler Salze im Alltag anwendet und bei welchen Beschwerden sie erfolgreich eingesetzt werden. Mitzubringen: Schreibutensilien.

112

Brustselbstuntersuchung
nach der MammaCare-Methode

Leitung: Gerlinde Finck
Beginn/Zeit: Donnerstag, 30.03.2017, 18.30 - ca. 21.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 35,00

Der MammaCare-Kurs richtet sich an alle Frauen in jedem Alter und soll ihnen eine Anleitung für die monatliche Selbstuntersuchung der Brust geben. Die MammaCare-Methode ist ein Lernsystem mit einem Silikonmodell, das dem echten Brustdrüsengewebe nachgebildet ist. Im Modell sind Knoten verschiedener Größe und Härte in unterschiedlicher Tiefe eingelassen. Daran kann jede Frau lernen, normale und veränderte Strukturen in der Brust zu tasten und zu unterscheiden und durch regelmäßige Untersuchung Knoten sowie geringfügige äußerliche Veränderungen zu entdecken. Brustkrebs hat bessere Heilungschancen, wenn er früh genug erkannt und richtig behandelt wird.
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Iso-Matte, kleines Kissen, Decke, großes Duschtuch.

113

Brustselbstuntersuchung
nach der MammaCare-Methode

Leitung: Gerlinde Finck
Beginn/Zeit: Donnerstag,11.05.2017, 18.30 - ca. 21.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 35,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 112.

114

Selbsthilfe mit Klopf-Akupressur

Leitung: Monika Kunz
Beginn/Zeit: Dienstag, 04.04.2017, 18.30-20.00 Uhr
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 15,00

Eine Einführung in EFT Klopf-Akupressur ist eine leicht zu erlernende und schnell wirksame Behandlungsmethode, die sich hervorragend zur Selbsthilfe eignet. Mit ihrer Hilfe können emotionale Zustände (Ärger, Schuldgefühle, Eifersucht usw.), mentale Blockaden (z.B. Prüfungsangst) sowie körperliche Symptome (wie Kopfschmerzen, Allergien, Schmerzen) günstig beeinflusst werden. In dieser Einführung erhalten Sie einen kompakten Überblick über Entstehung und Wirkweise der Methode und ihre verschiedenen Modelle. Anschließend lernen Sie den Ablauf einer Selbstbehandlung kennen. Danach können Sie anhand der empfohlenen Literatur selbständig weiter klopfen. Bei Interesse besteht die Möglichkeit, weitere Termine zu vereinbaren.

115

Schönheit des Antlitzes
Natürlich - ohne Nebenwirkungen - mit Akupressur

Leitung: Monika Kunz
Beginn/Zeit: Dienstag, 25.04.2017, 18.30-20.00 Uhr
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 15,00

In nur 15 Minuten strahlend schön aussehen!
Entspannte Gesichtszüge, straffe Haut und eine vitale Ausstrahlung! - Zauberei? - Ganz einfach mit Akupressur. Bei regelmäßiger Anwendung verschwinden selbst Falten. In angenehmer Atmosphäre erlernen Sie die Methode. Danach sind Sie in der Lage, selbständig Ihr individuelles Programm durchzuführen. **Dieser Kurs ist auch für Männer geeignet!**

116

Therapeutisches Singen durch Klangraumerweiterung für Anfänger

Leitung: Gudrun Kraft-Ries
Beginn/Zeit: Freitag, ab 28.04.2017, 17.30-19.00 Uhr, 8-mal
Ort: Musikschule, Pforzheimer Str. 45
Gebühr: € 65,00

Ausbalancieren des inneren Gleichgewichtes durch Klangraum-erweiterung und Training der Obertöne nach der "Tomatis-Methode". Unter anderem Stimmbildung, Atemtherapie, Stabilisierung der Wirbelsäule und Stärkung des Selbstbewusstseins.

Bitte melden Sie sich rechtzeitig an, damit Ihnen Ihr Platz sicher ist. Außerdem kann gerade Ihre Anmeldung darüber entscheiden, ob der Kurs zustande kommt.

Immer für Sie da, wenn es um Ihre Gesundheit geht!
... wir bringen's!
Schwarzwald Apotheke
Peter Sarbacher
Kronenstraße 3
76637 Waldbronn-Reichenbach
www.schwarzwaldapotheke-waldbronn.de

Gymnastik, Bewegung, Tanz

Kurs Nr. 117-124
In Kooperation mit der Fachklinik Waldbronn - zur Vorbeugung von Erkrankungen des Bewegungsapparates

ACURARULAND KLINIKEN
BAD HERRENALB · DOBEL · PFRONTEN · WALDBRONN

117

Aqua-Fit, Aqua-Power

Leitung: Johanna Kunze
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 17.01.2017, 20.00-20.45 Uhr, 11-mal
Ort: Kurklinik Waldbronn
Gebühr: € 66,00

Aqua-Fitness ist eine Wassergymnastik mit Übungsprogrammen zur Steigerung Ihres Wohlbefindens. Die besonderen Eigenschaften des Wassers, wie Auftriebskraft, Wasserwiderstand und Wasserdruck sind Garant für positive Wirkungen auf den menschlichen Körper, u.a. Entlastung von Muskeln und Gelenken, aber auch Sicherheit bei Bewegungen und Förderung der Durchblutung.

118

Aqua-Fit, Aqua-Power

Leitung: Johanna Kunze
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 20.00-20.45 Uhr, 10-mal
Ort: Kurklinik Waldbronn
Gebühr: € 60,00

Kursinhalt wie K 117.

119

Aqua-Fit, Aqua-Power

Leitung: Johanna Kunze
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 17.01.2017, 20.45-21.30 Uhr, 11-mal
Ort: Kurklinik Waldbronn
Gebühr: € 66,00

Kursinhalt wie K 117.

120
Aqua-Fit, Aqua-Power
Leitung: Johanna Kunze
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 20.45-21.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kurklinik Waldbronn
Gebühr: € 60,00
Kursinhalt wie K 117.

121
Aqua-Fit, Aqua-Power
Leitung: Johanna Kunze
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 18.01.2017, 20.00-20.45 Uhr, 11-mal
Ort: Kurklinik Waldbronn
Gebühr: € 66,00
Kursinhalt wie K 117.

122
Aqua-Fit, Aqua-Power
Leitung: Johanna Kunze
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 26.04.2017, 20.00-20.45 Uhr, 10-mal
Ort: Kurklinik Waldbronn
Gebühr: € 60,00
Kursinhalt wie K 117.

123
Aqua-Fit, Aqua-Power
Leitung: Johanna Kunze
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 18.01.2017, 20.45-21.30 Uhr, 11-mal
Ort: Kurklinik Waldbronn
Gebühr: € 66,00
Kursinhalt wie K 117.

124
Aqua-Fit, Aqua-Power
Leitung: Johanna Kunze
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 26.04.2017, 20.45-21.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kurklinik Waldbronn
Gebühr: € 60,00

Wir stellen auch gerne Geschenkgutscheine aus!
(Als Wertgutschein oder kursbezogener Gutschein erhältlich)

Auch bei Nichtteilnahme wird die Kursgebühr fällig, wenn der Rücktritt nicht rechtzeitig erfolgt ist.
(Siehe Geschäftsbedingungen)

125
Zumba-Fitness®
Leitung: Alexandra Eberhardt
Beginn/Zeit: Montag, ab 16.01.2017, 17.45-18.45 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 42,00
Zumba kombiniert Latino-Rhythmen und internationale Musik mit einem effektiven Workoutprogramm voller Spaß.

126
Zumba-Fitness®
Leitung: Alexandra Eberhardt
Beginn/Zeit: Montag, ab 08.05.2017, 17.45-18.45 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 34,00
Kursinhalt wie K 125.

127

Zumba-Fitness®

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 11.01.2017, 19.30-20.30 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,50
Kursinhalt wie K 125.

128

Zumba-Fitness®

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 26.04.2017, 19.30-20.30 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,50
Kursinhalt wie K 125.

129

Zumba-Fitness®

Leitung: Christine Kiefer
Beginn/Zeit: Freitag, ab 13.01.2017, 17.00-18.00 Uhr, 5-mal (am 10.02.2017 kein Kurs)
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 21,00
Kursinhalt wie K 125.

130

Zumba-Fitness®

Leitung: Christine Kiefer
Beginn/Zeit: Freitag, ab 10.03.2017, 17.00-18.00 Uhr, 5-mal (am 7.4.2017 kein Kurs)
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 21,00
Kursinhalt wie K 125.

131

Zumba-Fitness®

Leitung: Christine Kiefer
Beginn/Zeit: Freitag, ab 12.05.2017, 17.00-18.00 Uhr, 5-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 21,00
Kursinhalt wie K 125.

132

Zumba-Fitness®

Leitung: Christine Kiefer
Beginn/Zeit: Samstag, ab 14.01.2017, 10.00-11.00 Uhr, 5-mal (am 11.02.2017 kein Kurs)
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 21,00
Kursinhalt wie K 125.

133

Zumba-Fitness®

Leitung: Christine Kiefer
Beginn/Zeit: Samstag, ab 18.03.2017, 10.00-11.00 Uhr, 5-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 21,00
Kursinhalt wie K 125.

134

Zumba-Fitness®

Leitung: Christine Kiefer
Beginn/Zeit: Samstag, ab 13.05.2017, 10.00-11.00 Uhr, 5-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 21,00
Kursinhalt wie K 125.

Anmeldungen per Überweisung sind nicht möglich.
Bitte fragen Sie erst nach, ob in dem gewünschten Kurs noch Plätze frei sind oder ob der Kurs auch wirklich stattfindet.

135

deepWORK™

Leitung: Christina Petzhold
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 18.01.2017, 18.30-19.30 Uhr, 5-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 21,00

deepWORK™ ist ein athletisches, funktionelles, anstrengendes und einzigartiges Kraft-Ausdauer-Programm, das den Körper ganzheitlich trainiert. Ein energetisches Workout auf Basis der fünf Elemente wie bei der chinesischen Medizin (Erde, Holz, Feuer, Metall und Wasser). Dabei unterliegt deepWORK™ dem Gesetz von Yin und Yang und vereint die geistigen und körperlichen Gegensätze eines funktionellen Trainings.
100% Fettverbrennung, das Lösen von aufgestauter Energie, das Lernen vom Loslassen, körperliches Training, mentales Training, das Kennenlernen persönlicher Grenzen, das Entdecken innerer Stärke, das Verschmelzen von Yin & Yang im eigenen Körper, die Begegnung mit Emotionen.
Das Programm ist ideal für alle, die in kurzer Zeit ein knackiges, athletisch-funktionelles Training absolvieren wollen. Man setzt bei deepWORK™ **nur seinen eigenen Körper** ein. Die Übungen sind **einfach** und man kommt schnell in einen **"Flow"**, der ausgleichend auf die eigenen Energien wirkt. Die, die zu wenig Energie haben, werden gestärkt und die, die zu viel Energie haben bzw. gestresst sind, kommen runter!
Mitzubringen: Gymnastikmatte, Trinken, Handtuch, ggf. Wechselkleidung.

136

deepWORK™

Leitung: Christina Petzhold
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 15.03.2017, 18.30-19.30 Uhr, 5-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 21,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 135.

137

Bodyshaping – Problemzonengymnastik

Leitung: Maria Leue
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 24.01.2017, 10.15-11.15 Uhr, 15-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 63,00

Bodyshaping ist Muskelaufbautraining, das den Körper formt und strafft. Diese Gymnastik besteht aus einem Mix von Übungen aus der Callanetics, dem Pilates und der funktionellen Gymnastik. Sie spricht die Tiefenmuskulatur der Problemzonen an und gibt bei intensivem Training in kurzer Zeit einen gut modellierten, festeren Körper.
Mit Dehnungs-, Beweglichkeits- und Koordinationsübungen erlangen Sie im Alltag ein geschmeidigeres, jünger wirkendes Bewegungsverhalten. Am Ende der Stunde sorgt eine kurze Entspannungsphase für mehr Ausgeglichenheit. Um abzunehmen, sollten Sie zusätzlich 1x pro Woche ein Ausdauertraining absolvieren.
Mitzubringen: rutschfeste Schuhe, Gymnastikmatte.

138

Pilates
Ferienkurs

Leitung: Sibylle Bodemer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 01.08.2017, 18.30-19.30 Uhr, 4-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 22,00

Ein gesunder Körper besitzt einen starken Halt von innen. Die Pilates-Übungen sind das Ganzkörpertraining zur Stärkung der tief liegenden, kleinen Muskelgruppen und des so genannten “Powerhouse”. Dabei handelt es sich um die in der Körpermitte liegende Stützmuskulatur rund um die Wirbelsäule, sowie die Muskeln des Beckenbodens und der tiefen Rumpfmuskulatur. Bewusste Atmung und fließende Bewegungen schonen die Gelenke. Die Übungen wechseln ab zwischen Dehnung und Kräftigung der Muskulatur. Im Basiskurs steht die Vermittlung der wichtigen Pilatesprinzipien im Vordergrund und es wird auf die bewusste und langsame Ausführung der richtigen Bewegungsfolge Wert gelegt.
Mitzubringen: Gymnastikmatte oder Decke, bequeme Kleidung, Handtuch, dicke Socken.

139

Pilates
Ferienkurs

Leitung: Sibylle Bodemer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 01.08.2017, 19.30-20.30 Uhr, 4-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 22,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 138.

140

Pilates

Leitung: Sibylle Bodemer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 10.01.2017, 18.30-19.30 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,50
Kursinhalt und mitzubringen wie K 138.

141

Pilates

Leitung: Sibylle Bodemer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 18.30-19.30 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,50
Kursinhalt und mitzubringen wie K 138.

142

Pilates

Leitung: Sibylle Bodemer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 10.01.2017, 19.30-20.30 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,50
Kursinhalt und mitzubringen wie K 138.

143

Pilates

Leitung: Sibylle Bodemer
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 19.30-20.30 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,50
Kursinhalt und mitzubringen wie K 138 .

144 NEU

Pilates am Vormittag

Leitung: Monika Harmati-Oehmen
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 18.01.2017, 10.00-11.00 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 42,00
Pilates ist eine sanfte Trainingsmethode, bei der es in erster Linie um Körperbeherrschung geht. Grundlage aller Übungen ist das Trainieren in der Körpermitte liegende Muskulatur rund um die Wirbelsäule (Powerhouses). Jede Übung wird konzentriert, kontrolliert, fließend und mit entsprechender Atmung ausgeführt. Da der Schwerpunkt des Trainings auf der Körperkontrolle liegt, garantiert die Pilates-Methode ein einzigartiges Workout, das lang anhaltende Trainingsergebnisse bringt.
So wirkt sich die Methode auf den Körper aus:
-strafferer Körper
-aufrechte Haltung
-Stärkung der Bauch- Lenden und Beckenmuskulatur sowie der Wirbelsäule und die tiefe Rumpfmuskulatur
-Verbesserung der Beweglichkeit
-Harmonie der Körper und Geist
-verbesserte Versorgung mit Sauerstoff
Mitzubringen: Gymnastikmatte oder Decke, bequeme Kleidung, Handtuch, dicke Socken.

145 NEU

Pilates am Vormittag

Leitung: Monika Harmati-Oehmen
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 26.04.2017, 10.00-11.00 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 42,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 144.

146

Fitness- und Rückentraining

Leitung: Nicole Schaffhauser
Beginn/Zeit: Montag, ab 09.01.2017, 11.00-12.00 Uhr, 12-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,50

Durch speziell ausgesuchte Kräftigungsübungen werden Rücken und Bauch, Arme, Beine und Gesäß gekräftigt und gestrafft.
Mitzubringen: Gymnastikmatte.

147

Fitness- und Rückentraining

Leitung: Nicole Schaffhauser
Beginn/Zeit: Montag, ab 24.04.2017, 11.00-12.00 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 42,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 146.

148

Fitness- und Rückentraining

Leitung: Nadja Reiser
Beginn/Zeit: Montag, ab 16.01.2017, 20.00-21.00 Uhr, 11-mal
Ort: Gymnastikraum Waldschule, OT Etzenrot
Gebühr: € 46,50

Kursinhalt und mitzubringen wie K 146.

149

Fitness- und Rückentraining

Leitung: Nadja Reiser
Beginn/Zeit: Montag, ab 08.05.2017, 20.00-21.00 Uhr, 7-mal (am 26.06.2017 kein Kurs)
Ort: Gymnastikraum Waldschule, OT Etzenrot
Gebühr: € 30,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 146.

150

Funktionelle Fitness-Gymnastik mit Entspannung

Leitung: Sandra Lauinger
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 11.01.2017, 18.30-19.30 Uhr, 11-mal (am 29.03.2017 kein Kurs)
Ort: Gymnastikraum, Waldschule, OT Etzenrot
Gebühr: € 46,50

Anspruchsvolle, intensive Ausdauergymnastik bei moderner Musik, Übungen zur Verbesserung der abgeschwächten wie auch der verkürzten Muskulatur. Gezielt werden auch Problemzonen wie Rücken, Bauch, Beine und Po trainiert. Ein anschließendes Stretching fördert die körperliche und geistige Entspannung.
Mitzubringen: Gymnastikmatte.

151

Funktionelle Fitness-Gymnastik mit Entspannung

Leitung: Sandra Lauinger
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 26.04.2017, 18.30-19.30 Uhr, 11-mal
Ort: Gymnastikraum, Waldschule, OT Etzenrot
Gebühr: € 46,50

Kursinhalt und mitzubringen wie K 150.

152

Funktionelle Fitness-Gymnastik mit Entspannung

Leitung: Sandra Lauinger
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 11.01.2017, 19.30-20.30 Uhr, 11-mal (am 29.03.2017 kein Kurs)
Ort: Gymnastikraum, Waldschule, OT Etzenrot
Gebühr: € 46,50

Kursinhalt und mitzubringen wie K 150.

153

Funktionelle Fitness-Gymnastik mit Entspannung

Leitung: Sandra Lauinger
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 26.04.2017, 19.30-20.30 Uhr, 11-mal
Ort: Gymnastikraum, Waldschule, OT Etzenrot
Gebühr: € 46,50

Kursinhalt und mitzubringen wie K 150.

154

Workshop - Taekima
Gewaltprävention & Selbstverteidigung

Leitung: Kai Pustlauk
Beginn/Zeit: Samstag, 27.05.2017, 10.00-16.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 65,00

Fast jeder von uns hat schon einmal eine unangenehme Situation erlebt von der man überrumpelt oder in die man hineingezogen wurde ohne dass man es wollte und die man nicht wirklich kontrollieren konnte und man sich ausgeliefert fühlte. Von verbalen Auseinandersetzungen, Beleidigungen, Mobbing bis hin zur körperlichen Bedrohung und Übergriffen, das Spektrum ist vielschichtig. Das ist Stress für Körper und Geist und dann schaltet der Verstand aus und der Instinkt übernimmt die Kontrolle. Wie erkenne ich solche Situationen? Wie verhalte ich mich bereits im Vorfeld und wie kann ich solche Situationen beeinflussen und steuern, damit sie nicht eskalieren? Wie, wo und mit welchen Möglichkeiten setze ich Grenzen? In unserem Kurs lernen wir, wie und warum unser Körper und unser Verstand in "brenzligen Situationen" reagiert und wie wir mit Stimme, Gestik, Körpersprache, Verhalten und einfachen aber sehr effektiven Selbstverteidigungstechniken Situationen steuern und uns und andere vor Übergriffen schützen können. Trotz aller Ernsthaftigkeit steht der Spaß im Kurs im Vordergrund.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung.
Gerne bieten wir diesen Kurs auf Anfrage auch nur für Frauen bzw. nur für Männer an!

155 NEU

Intuitives Bogenschießen

Leitung: Rigobert Ochs
Beginn/Zeit: Samstag, ab 29.04.2017, 09.00-10.30 Uhr, 8-mal
Ort: Sporthalle Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 79,00

Der Umgang mit Bogen und Pfeil verbessert Aufmerksamkeit, Konzentration, Disziplin, Körperwahrnehmung, Körperspannung und Kraft. Intuitives Bogenschießen ist nicht primär Sport, sondern vor allem eine Möglichkeit, zu sich selbst zu finden, ruhig zu werden.
Kursziele: Erlernen der Grundtechnik des Bogenschießens, Stärkung des Selbstbewusstseins durch Erfolgserlebnisse, Ruhe finden (meditativer Aspekt), sich freuen (z. B. beim Schießen auf Luftballons).
Mitzubringen: saubere Sportschuhe

156

Bogenschießen für Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren

Leitung: Markus Winterberg
Veranstalter: Ski- und Outdoorschule Black Forest Magic Nordbaden
Beginn/Zeit: Sonntag, 23.07.2017, 12.30 -15.00 Uhr
Treffpunkt: Karlsruhe - Gelände Sportgemeinschaft (SG) Siemens, Hertzstr. 23, 76187 Karlsruhe.
Gebühr: € 25,00

Entdecken Sie die Faszination des Bogensports. Bogenschießen bedeutet puren Spaß für alle Altersklassen. Den Teilnehmern werden die gesamte Ausrüstung sowie zwei erfahrene Dozenten zur Seite gestellt. Geschossen wird im Freien auf Zielscheiben. Bei schlechtem Wetter gehen wir spontan in die angrenzende Halle.
Die Ski, Outdoorschule & Kanustation Black Forest Magic Freiburg/Bad Bellingen meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per Email bei den Teilnehmenden mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz und Handy), sowie unbedingt die E-Mailadresse an. Bitte prüfen Sie unbedingt Ihre Emails zwei Tage vor Beginn der Veranstaltung. Sollten Sie keine Email oder einen Telefonanruf bis zwei Tage vor Kursbeginn erhalten, dann melden Sie sich bitte telefonisch beim Veranstalter Tel. 07664-6137700.
http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=U7vEFeah-Ck

157

Felsklettern für Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahren – Einsteigerkurs 1 Tag

Leitung: Thomas Bührer
Veranstalter: Outdoor- und Schneesportschule Black Forest Magic Feldberg/Freiburg
Beginn/Zeit: Samstag, 01.07.2017, 08.30-13.00 Uhr
Bei schlechtem Wetter wird der Kurs verbindlich auf Samstag, 15.07.2017 verschoben.
Gebühr: € 45,00

Der Battertfelsen ist landschaftlich eingebunden in die herrliche Bergwelt des Schwarzwaldes.
Bei diesem Einsteigerkurs geht es auf leichten Kletterrouten in der Toprope-Sicherungstechnik zum höchsten Punkt eines natürlichen Einsteigerfelsens. Da es jeder Teilnehmer alleine schaffen wird, den höchsten Punkt zu erreichen, ist das Glücksgefühl dementsprechend groß, so dass eine solche Tour zu einem absolut unvergesslichen Erlebnis wird. Nicht zuletzt bietet sich jedem Teilnehmer ein

traumhafter Blick auf Baden-Baden. Während des Kurses werden grundlegende Sicherungs- und Kletterkenntnisse vermittelt. Speziell lernt der Teilnehmer auch die Handhabung der Sicherheitsausrüstung. Erfahrene Kletterlehrer weisen die Teilnehmer mit Kenntnis und Geduld ein. Den krönenden Abschluss bildet das Abseilen vom Fels. **Keine Vorkenntnisse erforderlich.**
Der Kletterkurs zusammengefasst: Kennenlernen der Ausrüstung, Partnercheck, Partnersicherung mit HMS, Handling beim Seilausgeben bzw. Seileinholen, Topropeklettern, Einblick in die Klettergrundtechnik, Seilkommando beim Topropeklettern.
Treffpunkt: Ebersteinburg bei Baden-Baden am Haupteingang des Hotels Wolfsschlucht.
Mitzubringen: Regenjacke und Rucksack mit Proviant, Sonnencreme, Kopfbedeckung und Turnschuhe. Kletterausrüstung wird zur Verfügung gestellt. **Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.**
Die Ski, Outdoorschule & Kanustation Black Forest Magic Freiburg/Bad Bellingen meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per Email bei den Teilnehmenden mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz und Handy), sowie unbedingt die E-Mailadresse an. Bitte prüfen Sie unbedingt ihre Emails zwei Tage vor Beginn der Veranstaltung. Sollten Sie keine Email oder einen Telefonanruf bis zwei Tage vor Kursbeginn erhalten, dann melden Sie sich bitte telefonisch beim Veranstalter Tel. 07664-6137700.
http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=U7vEFeah-Ck

158

Felsklettern für Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahren – Einsteigerkurs 2 Tage (vertieft)

Leitung: Thomas Bührer
Veranstalter: Outdoor- und Schneesportschule Black Forest Magic Feldberg/Freiburg
Beginn/Zeit: Sa. 01.07. und So. 02.07.2017
jeweils 08.30-13.00 Uhr
Bei schlechtem Wetter wird der Kurs verbindlich auf Sa. 15.07. und So. 16.07.2017 verschoben.
Gebühr: € 85,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 157.

Bei Anmeldungen per E-Mail oder Internet erhalten Sie umgehend eine Bestätigung. Falls nicht – bitte melden.

159

Kanutour auf der Enz
für Erwachsene und Kinder ab 7 Jahren

Leitung: Thomas Bührer
Veranstalter: Outdoor- und Schneesportschule Black Forest Magic Freiburg/Feldberg
Beginn/Zeit.: Samstag, 13.05.2017, 09.15-13.00 Uhr
Bei schlechtem Wetter oder Hochwasser wird der Kurs verbindlich auf Samstag, 20.05.2017 verschoben.
Treffpunkt: Enztal Freibad, Haupteingang, Walter-de-Pay-Straße 37, 71665 Vaihingen an der Enz
Gebühr: Kinder und Jugendliche bis 15 Jahren: € 29,00
Erwachsene: € 35,00
Landschaftlich zählt die Enz zu einem der schönsten Kanugebiete in Süddeutschland. Von Vaihingen aus fahren wir die Enz abwärts in Richtung Unterriexingen. Erleben Sie kleine Stromschnellen, spannende Flusskurven und ein Gruppenerlebnis in einem leicht fahrbaren Kanu. Die Enz ist besonders für Familientouren bzw. Anfänger sehr gut geeignet. Wir fahren mit den Kanus von Vaihingen bis an den Zielpunkt nach Unterriexingen. Je nach Gruppengröße stehen zwei oder mehr erfahrene Guides den Teilnehmenden mit Rat und Tat vor und während der Tour zur Seite. Vor der Tour erfolgt eine ausführliche Einweisung durch die Guides.
Die Rückreise zum Ausgangsort erfolgt wahlweise direkt nach der Tour durch Fahrgemeinschaften, das regeln wir normalerweise direkt am Startpunkt, das hat bisher immer funktioniert!.
Bitte beachten Sie: Die Teilnahme ist trotz bereitgestellter Weste nur für Schwimmer möglich. Die Teilnehmenden müssen beim Ein- und Aussetzen der Boote helfen. Teilnahme auf eigene Gefahr. Aufgrund unvorhergesehener Ereignisse (Wetter) kann es zu Verzögerungen beim Tourbeginn kommen. Die Kanutour findet auch bei leichtem Regen statt. Bei Schlechtwetter wird der Termin auf den verbindlichen Ersatztermin verschoben. Die Teilnahme von Jugendlichen unter 13 Jahren ist nur in Begleitung einer mindestens 16 Jahre alten Begleitperson möglich.
Der Veranstalter meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn per Email oder telefonisch bei den Teilnehmenden mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt und ob der Kurs wetterbedingt auf den Ersatztermin verschoben werden muss. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz und Handy), sowie unbedingt die E-Mailadresse an. Bitte prüfen Sie Ihre Emails zwei Tage vor Beginn der Veranstaltung. Sollten Sie weder eine Email noch einen Telefonanruf bis zwei Tage vor Kursbeginn erhalten, dann melden Sie sich bitte telefonisch direkt bei der Kanustation & Rafting /Outdoorschule Black Forest Magic Bad Bellingen & Freiburg Tel. 07664-6137700 www.BlackForestMagic.de
Bitte mitbringen: Regenjacke, Sonnencreme, Kopfbedeckung, Freizeitbekleidung, Getränk in PET-Flasche (keine Glasflaschen). Vor

Ort kann gegen eine Gebühr von 5 Euro ein wasserdichter Sack für Utensilien geliehen werden. Paddel, Westen und Kanus werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

160

Kanutour auf dem Altrhein von Bad Bellingen bis Grißheim für Erwachsene und Kinder ab 7 Jahren

Leitung: Thomas Bührer
Veranstalter: Outdoor- und Schneesportschule Black Forest Magic Freiburg/Feldberg
Beginn/Zeit.: Samstag, 01.07.2017, 13.00 Uhr
Bei schlechtem Wetter oder Hochwasser wird der Kurs verbindlich auf Samstag, 08.07.2017 verschoben.
Treffpunkt: Bad Bellingen, Kanustation, Rafting & Outdoorschule, Sportplatz 1, Nähe Restaurant Topinambur
Gebühr: Kinder und Jugendliche bis 15 Jahren: € 25,00
Erwachsene: € 29,00

Aufgrund seiner Strömung und Breite ist der Altrhein ab Bad Bellingen für Kanu-Einsteiger/-innen sehr gut geeignet. Selbst spannende kleine gut fahrbare Stromschnellen treffen wir dort an. Genießen Sie das kleine Abenteuer und die wunderschöne Natur des Altrheins am Schwarzwaldrand. Wir fahren mit den Kanus von Bad Bellingen über Neuenburg bis an den Zielpunkt nach Grißheim. Vor der Tour erfolgt eine ausführliche Einweisung. Je nach Gruppengröße stehen zwei oder mehr erfahrene Guides den Teilnehmenden mit Rat und Tat vor und während der Tour zur Seite. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Die Rückreise zum Ausgangsort erfolgt direkt nach der Tour durch Fahrgemeinschaften oder einen kostenlosen Shuttleservice (wird direkt vor Tourbeginn organisiert).
Bitte beachten Sie: Die Teilnahme ist trotz bereitgestellter Weste nur für Schwimmer möglich. Die Teilnehmenden müssen beim Ein- und Aussetzen der Boote helfen. Teilnahme auf eigene Gefahr. Aufgrund unvorhersehbarer Ereignisse (Wetter) kann es zu Verzögerungen beim Tourbeginn/Ende kommen. Die Kanutour findet auch bei leichtem Regen statt. Bei Schlechtwetter wird der Termin auf den verbindlichen Ersatztermin verschoben. Sollte der Haupttermin auch bei gutem Wetter wegen Hochwasser nicht durchgeführt werden können, wird die Tour kurzfristig an die Alte Elz nach Riegel verlegt.
Der Veranstalter meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn per Email oder telefonisch bei den Teilnehmenden mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt und ob der Kurs wetterbedingt auf den Ersatztermin verschoben werden muss. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz und Handy), sowie unbedingt die E-Mailadresse an. Bitte prüfen Sie Ihre Emails zwei Tage vor Beginn der Veranstaltung. Sollten Sie weder eine Email noch einen Telefonanruf bis zwei Tage vor Kursbeginn erhalten, dann melden Sie sich bitte telefonisch direkt bei der Kanustation & Rafting /Outdoorschule Black Forest Magic Bad Bellingen & Freiburg Tel. 07664 -6137700.
www.BlackForestMagic.de
http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=U7vEFeah-Ck

161

Kentersichere geführte Raftingtour für Familien, Jugendliche und Kinder ab 7 Jahren oder Einzelpersonen auf dem Altrhein ab Istein

Leitung: Thomas Bührer
Veranstalter: Kanu und Rafting Black Forest Magic, Freiburg & Bad Bellingen
Beginn/Zeit: Samstag, 27.05.2017, 14.00- ca. 17.00 Uhr
Bei schlechtem Wetter oder Hochwasser wird der Kurs verbindlich auf Samstag, 17.06.2017 verschoben.
Treffpunkt: Neue Straße 90, 79588 Efringen-Kirchen, Ortsteil Istein (beim Sportplatz)
Gebühr: Erwachsene € 35,00,
Kinder und Jugendliche bis 15 Jahre € 29,00 (inkl. komplettes Leihmaterial).

Der wildere Altrhein ist zwischen Istein und Bad Bellingen sehr gut mit Rafts befahrbar und garantiert ein aufregendes Paddelerlebnis. Die Teilnehmer erhalten vor Ort eine ausführliche Einweisung. In jedem Großboot befindet sich ein Raftingguide der das Boot mit der Gruppe zusammen sicher durch einige Stromschnellen steuert. Die Rückreise zum Ausgangsort erfolgt wahlweise direkt nach der Tour durch Fahrgemeinschaften oder einen kostenlosen Shuttleservice (wird direkt vor Tourbeginn organisiert).
Die Tour führt unterhalb der Isteiner Schwelle durch leichtes Wildwasser. Die Tour ist absolut kentersicher, kein Teilnehmer wird nass, somit können auch problemlos Kinder ab 7 Jahren an der Tour teilnehmen. Pro Kind unter 13 Jahren muss jedoch jeweils eine volljährige Begleitperson angemeldet sein.
Der Veranstalter Kanu und Rafting Black Forest Magic Freiburg & Bad Bellingen , meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per Email bei den Teilnehmenden mit Informationen zum Ablauf der Veranstaltung, zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt oder bei schlechtwetterbedingter eventueller Kursverschiebung auf den verbindlichen Ersatztermin (siehe entsprechende Kursausschreibung). Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung Ihre Telefonnummer (Festnetz und Handy), sowie Ihre E-Mailadresse an.
Sollten die Kursteilnehmenden keine E-Mailnachricht oder keinen

Telefonanruf erhalten haben, dann melden Sie sich bitte telefonisch direkt beim Veranstalter direkt in Freiburg (Telefon: 07664- 6137700, 0173 3908054) www.BlackForestMagic.de
Bitte beachten: Die Teilnahme ist trotz Schwimmweste (wird gestellt) nur für Schwimmer möglich.
Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Alle müssen beim Ein- und Aussetzen der Boote helfen. Teilnahme auf eigene Gefahr.
Aufgrund unvorhergesehener Ereignisse (Wetter) kann es zu Verzögerungen beim Tourbeginn kommen.
http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=U7vEFeah-Ck

162

Stand Up Padding (SUP) Einsteigerkurs auf dem Altrhein bei Bad Bellingen für Erwachsene und Jugendliche ab 13 Jahren

Leitung: Thomas Bührer
Veranstalter: Kanustation & Rafting Black Forest Magic Bad Bellingen / Freiburg
Beginn/Zeit: Samstag, 17.06.2017, 11.00 – 14.00 Uhr
Kein Ersatztermin
Treffpunkt: Kanustation, Sportplatz 1, 79415 Bad Bellingen
Gebühr: € 79,00 (€ 70,00 bis 16 Jahre)
Zusatzkosten: Neopren ist gegen Aufpreis von 10,00 € vor Ort erhältlich

Stand Up Paddle Surfing ist eine neue Trendsportart aus den USA. Dabei stehen Sie auf einem Surfboard und fahren mit einem langen Paddel stehend flussabwärts. Neben Materialkunde erklärt Ihnen der ausgebildete SUP-Instruktor grundlegende Steuer- und Paddeltechniken und vermittelt Ihnen wichtige Sicherheitsregeln. Der Kurs findet auch bei leichtem Regen statt. Sollte der Haupttermin wegen Regens oder Hochwassers nicht auf dem Altrhein stattfinden können, wird der Kursort auf einen nahe gelegenen Fluss bei Freiburg verlegt. Die Teilnahme ist trotz Schwimmweste nur für Schwimmer ab 13 Jahren möglich und erfolgt auf eigene Gefahr. Dauer: ca. 3 bis 3,5 Std. Nach der Einweisung fahren wir von Bad Bellingen nach Neuenburg. Genießen Sie einfach den wunderschönen Altrhein in stehender Perspektive, der sich durch das Rheintal schlängelt.
Dieser Kurs wird von einem sehr erfahrenen ausgebildeten SUP-Trainer durchgeführt. Vor der Tour erfolgt eine entsprechende Einweisung und Begleitung durch den Guide. Keine Vorkenntnisse erforderlich.
Teilnahme auf eigene Gefahr. Aufgrund unvorhergesehener Ereignisse (Wetter) kann es zu Verzögerungen beim Tourbeginn/Ende kommen. Paddel, Westen und Surfboards (SUPs) werden kostenlos zur Verfügung gestellt.
Bitte mitbringen: Regenjacke, Sonnencreme, Kopfbedeckung, Badebekleidung, Turnschuhe oder Sandalen, Getränk in Pet-Flasche, Snack (keine Glasflaschen). Vor Ort kann gegen eine Gebühr von 5 Euro ein wasserdichter Sack für Utensilien geliehen werden.
Die Rückreise zum Ausgangsort erfolgt wahlweise direkt nach der Tour durch Fahrgemeinschaften oder einen kostenlosen Shuttleservice (wird direkt vor Tourbeginn organisiert).
Die Kanustation & Outdoorschule Black Forest Magic Freiburg / Bad Bellingen meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per Mail bei den Teilnehmenden mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz oder Handy), sowie unbedingt die E-Mail Adresse an. Bitte prüfen Sie unbedingt Ihre Emails zwei Tage vor Beginn der Veranstaltung. Sollten Sie keine Email oder einen Telefonanruf bis zwei Tage vor Kursbeginn erhalten, dann melden Sie sich bitte telefonisch direkt bei der Kanustation & Rafting/Outdoorschule Black Forest Magic Bad Bellingen & Freiburg Tel. 07664 - 6137700
www.BlackForestMagic.de

163

Geführte Schneeschuhwanderung auf dem Feldberg für Erwachsene und Jugendliche ab 13 Jahren

Leitung: Schneesportschule Black Forest Magic
Filiale Nordbaden
Beginn/Zeit: Samstag, 07.01.2017, 10.30 -16 Uhr ,1 Std. Pause
Ersatztermin: Samstag, 04.02.2017
Gebühr: € 55,00 (inkl. Bustransfer auf den Feldberg und zurück, 3 - 4 Stunden geführte Schneeschuhwanderung, Leihschneeschuhe und Teleskopstöcke)

Auf einer gemütlichen Wanderung durch verschneite Berglandschaften und Schneeflächen lassen sich die ruhigen Ecken des Feldberges (Hochschwarzwald) entdecken. Die altbewährte Sportart des Schneeschuhlaufens ermöglicht eine kräftesparende Fortbewegung im Tiefschnee und eignet sich für jede Altersgruppe. Jugendliche können nur in Begleitung einer Begleitperson teilnehmen.
Ohne große Vorkenntnisse und nach einer kurzen Einweisung durch den Schneeschuhführer erfolgt eine gemütliche Wanderung durch die herrliche Bergwelt des Hochschwarzwaldes. Die Streifzüge durch die Natur dauern drei bis vier Stunden und werden von einem oder mehreren Schneeschuhführern begleitet. In der frühen Mittagspause erwartet Sie das heimelige Licht einer Berghütte. Dort wird es Ihnen dann bei einem Vesper wohlig warm, bevor es wieder zurück auf die Schneeschuhe geht. Unsere Schneeschuhführer stehen den Teilnehmer/innen während der Tour jederzeit mit Rat und Tat zur Seite.
Nach erfolgter Anmeldung wird Ihnen via E-Mail oder per Post ein Informationsschreiben und ein Anmeldeformular der Wintersportschule zugesandt, in denen die benötigten Angaben für die Wanderung sowie die genauen Abfahrtszeiten, -orte und der genaue Ablauf dargestellt sind.
Anmeldeschluss: 20.12.2016

164

Geführte Schneeschuhwanderung auf dem Feldberg für Erwachsene und Jugendliche ab 13 Jahren

Leitung: Schneesportschule Black Forest Magic
Filiale Nordbaden

Beginn/Zeit: Samstag, 04.02.2017, 10.30 -16 Uhr ,1 Std. Pause
Ersatztermin: Sonntag, 12.02.2017

Gebühr: € 55,00 (inkl. Bustransfer auf den Feldberg und zurück, 3 - 4 Stunden geführte Schneeschuhwanderung, Leihschneeschuhe und Teleskopstöcke)

Kursinhalt wie K 163.

165

Geführte Schneeschuhwanderung auf dem Feldberg für Erwachsene und Jugendliche ab 13 Jahren
2 Tage mit Übernachtung und Vollpension

Leitung: Schneesportschule Black Forest Magic
Filiale Nordbaden

Beginn/Zeit: Samstag, 04.03.- Sonntag, 05.03.2017

Gebühr: € 140,00 (inkl. Bustransfer, Übernachtung mit Vollpension, Leihschneeschuhe und Teleskop-Stöcke)

Die Feldbergregion im Hochschwarzwald bietet die besten Voraussetzungen, im Winter viel Spaß zu erleben - am besten an einem ganzen Wochenende, an dem man sich dem Wintersport widmen kann. Sie fahren mit dem Bus am Samstag zum Feldberg und am Sonntag wieder zurück. Die Übernachtung mit Vollpension ist in der Jugendherberge Titisee/Veltishof in Mehrbettzimmern. Kinder und Jugendliche werden von pädagogischen Kräften rund um die Uhr beaufsichtigt und betreut.
Ohne große Vorkenntnisse und nach einer kurzen Einweisung durch die Schneeschuhführer erfolgt täglich eine gemütliche Wanderung durch die herrliche Bergwelt des Hochschwarzwaldes. Die Streifzüge durch die Natur dauern drei bis vier Stunden pro Tag und werden von einem oder mehreren Schneeschuhführern begleitet.
Jugendliche ab 13 Jahre können nur mit einer Begleitperson teilnehmen. Für Begleitpersonen von angemeldeten Kursteilnehmern besteht die Möglichkeit, auch ohne Teilnahme an einem Kurs an diesem Wochenende teilzunehmen (Kosten: 90,00 €).
Anmeldeschluss: 13.01.2017

Die Snowboard & Skischule Black Forest Magic bietet auch Snowboard-Kurse für Anfänger und Aufsteiger sowie Ski-Langlauf-Kurse für Einsteiger an. Interessenten melden sich bitte bei der VHS Waldbronn, Tel. 07243-69091 oder per E-Mail: vhs@waldbronn.de.

166

Bauchtanz Mittelstufe

Leitung: Tanja Marklein
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 18.01.2017, 17.15-18.15 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 57,00

Es werden Grundhaltung und Grundbewegungen (Beckenkippen, Hüftkreis, Hüftacht, Schlangenarme etc.) vermittelt, sowie schwierigere Schrittkombinationen und eine kleine Choreographie erlernt. Begonnen wird mit Aufwärmübungen; danach folgen die einzelnen Bewegungen und Kombinationen. Dabei wird verstärkt auf die Haltung geachtet und korrigiert. Die Stunde endet mit einem kurzen Cool Down.
Auch Anfänger sind in diesem Kurs herzlich willkommen!

167

Bauchtanz Mittelstufe

Leitung: Tanja Marklein
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 26.04.2017, 17.15-18.15 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 57,00

Kursinhalt wie K 166.

168

Workshop
Moderner Bauchtanz – Tanzen wie Shakira
Loca… Loca… Loca…Dance or the Choreography

Leitung: Schirin-Yasar Scharf
Beginn/Zeit: Samstag, 29.04.2017, 14.00-17.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 27,00 (inkl. Script)

Mit Loca hat Shakira einen weiteren Hit am Bauchtanzhimmel gelandet.
In diesem Workshop wird eine moderne, fetzige Choreographie – raumgreifend, kraftvoll und schweißtreibend - unterrichtet. Zuerst werden die einzelnen Bewegungen und Schrittkombinationen geübt und dann mit den Teilnehmern Schritt für Schritt eine Choreographie erarbeitet. Wie loca bist Du???
Grundkenntnisse im orientalischen Tanz sind empfehlenswert.
Am Ende des Workshops erhält jeder Teilnehmer ein Script.
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Getränk.

169

Workshop
Disco-Fox für Anfänger und Wiedereinsteiger

Leitung: Silvia und Josef Kovarik
Beginn/Zeit: Sonntag, 02.04.2017, 10.00-13.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 25,00

Liegt Ihr Tanzkurs schon einige Jahre zurück oder haben Sie gerade erst Ihre Begeisterung fürs Tanzen entdeckt? „Disco-Fox“ tanzt man zu fetziger Popmusik, also zu vielen aktuellen Hits. Der abwechslungsreiche Tanz bietet unzählige Variationsmöglichkeiten. Mit viel Spaß und Freude am Tanzen wird der „Disco-Fox“ von den Grundschritten an erlernt.

170

Workshop
Disco-Fox für Fortgeschrittene

Leitung: Silvia und Josef Kovarik
Beginn/Zeit: **Interessenten bitte bei der VHS melden, Termin wird dann vereinbart.**
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 25,00

171

Gesellschaftstanz für Fortgeschrittene VI

Leitung: Brigitte Becker
Beginn/Zeit: Freitag, ab 03.02.2017, 19.00-20.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 75,00 pro Person

„Ärgerlich“
Sie haben sich nicht angemeldet, sind einfach zum 1. Unterrichtstermin gekommen und stehen vor verschlossener Tür.
Der Kurs, an dem Sie gerne teilgenommen hätten, musste wegen zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden.
Vielleicht hätte gerade Ihre Anmeldung das Zustandekommen des Kurses gesichert …
„Schade“

VHS – Hoffest

Kulturtreff Waldbronn

Mittwoch, 30. August 2017, ab 14:00 Uhr

Lassen Sie sich genussvoll und musikalisch überraschen und genießen Sie schöne Stunden im Hof der VHS.

Musikalisch unterhalten Sie die Musiker der Heimatstuben

www.steuerberater-oden.de

- ✘ Einkommensteuererklärungen
- ✘ Finanzbuchführungen
- ✘ Lohnbuchführungen
- ✘ Jahresabschlüsse
- ✘ Einnahmen-Überschuss-Rechnungen
- ✘ außergerichtliche Rechtsbehelfe
- ✘ Klagen bei Finanzgerichten
- ✘ Beratungen in steuerlichen Angelegenheiten
- ✘ Schenkungsteuer
- ✘ Erbschaftsteuer
- ✘ betriebswirtschaftliche Beratungen
- ✘ Existenzgründungen
- ✘ Finanzierungsfragen
- ✘ Rentabilitätsvorschau

Günter Oden – Steuerberater

Marktplatz 3 · 76337 Waldbronn · Tel. 07243 6258 · mail@steuerberater-oden.de

Essen und Trinken

Kochen, Ernährung

Bitte beachten: Kurse zu folgenden Themen finden grundsätzlich „ohne wissenschaftliche Grundlage“ statt: Aromatherapie, Bachblüten, Chakra-Arbeit, EFT/Klopftechnik, Farbtherapie, Hildegard von Bingen, Positives Denken, Räuchern, Selbsthypnose, Jin Shin Jyutsu.

Übrigens …
wussten Sie, dass in unseren Back- und Kochkursen auch Männer herzlich willkommen sind?

Abmeldungen von Kochkursen sind nur bis 3 Werktage vor Kursbeginn möglich!
Die Kursgebühr ist bis zum Kursbeginn zu bezahlen!

K 172 in Kooperation mit der VHS Königsbach

172 NEU

Wine & Dine

Leitung: Dominik Trick, staatl. gepr. Sommelier
Beginn/Zeit: Dienstag, 16.05.2017, 19.00-22.00 Uhr
Ort: Schwitzer's Hotel am Park, Brasserie & Lounge, Etzenroter Str. 2
Gebühr: € 75,00 (inkl. Menü, Aperitif, Wein, Wasser, Brot, Kaffee)

Die Brasserie & Lounge von Sternekoch Cedric Schwitzer serviert Ihnen an diesem Abend ein raffiniertes 4-Gänge-Menü. Dazu erhalten Sie die passenden Weinempfehlungen von Dominik Trick, staatl. gepr. Spitzensommelier / Sommelier SU, der Sie mit seinen fundierten Kenntnissen zu Anbaugebieten, Winzern und Herstellmethoden überraschen wird. Ein Abend für Genießer und Weinkenner.
Es ist auch möglich, ein vegetarisches Menü zu bestellen, bitte bei Anmeldung unbedingt angeben

Anmeldeschluss: 02.05.2017!
Abmeldungen sind nur bis zum 08.05.2017 möglich!

173 NEU

It's Gintime – Gin-Tasting

Leitung: Martina Reister
Beginn/Zeit: Samstag, 28.01.2017, 19.30-22.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 46,00 (inkl. kleinem Imbiss)

Königin Viktoria und Queen Mum wollten nicht ohne. Ian Flemming kreierte extra für seinen Helden einen Drink. Es gibt kein Zweifel: Gin ist weit mehr als „eine fast farblose Spirituose mit Wacholder" - Gin ist ein Lebensgefühl.
An diesem Abend erwartet Sie bei kleinen Snacks eine genussvolle, kulinarische Reise in die Welt des Gins, gewürzt mit jeder Menge historischem und neuzeitlichem Hintergrundwissen.
Gin mehr als ein Getränk! Entdecken Sie ihn! Wir verkosten 8 unterschiedliche Ginsorten. Lassen Sie sich von den vielfältigen Geschmacksrichtungen überraschen und finden Sie Ihren persönlichen Favoriten.

174 NEU

Suppen und Eintöpfe

Leitung: Martina Reister
Beginn/Zeit: Freitag, 03.02.2017, 18.30-22.30 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 34,00 (inkl. 16,00 € Lebensmittelkosten)

Suppen und Eintöpfe sind die Trend-Gerichte schlechthin und zeitlos zugleich, denn sie schmecken das ganze Jahr über und zu (fast) jeder Gelegenheit. Ob als sättigende Magenwärmer an kalten Wintertagen oder köstlicher Auftakt eines raffinierten Menüs.
Ein Kurs auch für Kochanfänger.
Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, kleine Gefäße für Essensproben und Getränke.

175 NEU

Maultasche & Co
Eine Reise durch die wunderbare Welt der Teigtasche

Leitung: Martina Reister
Beginn/Zeit: Samstag, 18.02.2017, 10.00-14.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 36,00 (inkl. 18,00 € Lebensmittelkosten)

Viele Namen für dieselbe Methode, nämlich Fleisch, Fisch, Käse, Gemüse oder auch Süßes in Teig zu hüllen und dann zu kochen, zu frittieren, zu dämpfen oder zu braten.
Mitzubringen wie K 174.

176

Basisch kochen? Um was geht's da?

Leitung: Renate Kraft
Beginn/Zeit: Donnerstag, 06.04.2017, 17.00-21.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 18,00 (+ ca. 10,00 € für Lebensmittel und 2,00 € für Script sind im Kurs zu bezahlen)

Die Übersäuerung ist im wahrsten Sinne des Wortes in aller Munde bzw. tritt immer häufiger auf. Die Ernährung wirkt sich unmittelbar auf den Säure-Basen-Haushalt aus und mit der richtigen Auswahl der Lebensmittel ist es möglich, der Übersäuerung, die im Verdacht steht, Zivilisationskrankheiten zu fördern, entgegen zu treten.
Sie erfahren, welche Lebensmittel basisch verstoffwechselt werden. Neben einer kleinen Rezeptauswahl erhalten Sie Anregungen für fantasievolles, kreatives Kochen mit basischen Lebensmitteln.
Bitte mitbringen: scharfes Messer, Schürze, Geschirrhandtuch, Behälter für die Reste, Schreibzeug und Getränk.

177

Gaumenfreuden aus Persien

Leitung: Reza Haidari-Kahkesh
Beginn/Zeit: Samstag, 21.01.2017, 16.00-22.00 Uhr
Ort : Küche, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 51,00 (inkl. Lebensmittelkosten in Höhe von 24,00 €)

Trotz oder gerade wegen der wechselvollen Geschichte Irans ist die persische Küche einmalig in ihrer Art. Sie ist bekannt für ihre Kreativität und Vielfalt, die eine große Zahl raffinierter Gaumenfreuden hervorgezaubert hat. Bis heute hat die Kochkunst Persiens dabei nichts von ihrer Originalität und Authentizität verloren. Geschmacklich sind die Gerichte mit der indischen oder fernöstlichen Küche verwandt, allerdings weniger scharf, dafür sehr würzig und aromatisch – ein ganz besonderer Genuss. Ein Augenschmaus!
Gerne können Sie die Vielfalt der persischen Küche von Reza Haidari-Kahkesh unter www.Youtube.com/watch?v=EwoQadahm14 in einem Video anschauen.
Mitzubringen: Schürze, verschließbare Behältnisse und bei Bedarf ein Getränk.

178

Gaumenfreuden aus Persien

Leitung: Reza Haidari-Kahkesh
Beginn/Zeit: Samstag, 13.05.2017, 16.00-22.00 Uhr
Ort : Küche, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 51,00 (inkl. Lebensmittelkosten in Höhe von 24,00 €)

Kursinhalt und mitzubringen wie K 177.

179

Türkische Köstlichkeiten

Leitung: Öznur Lutzweiler
Beginn/Zeit: Donnerstag, 23.03.2017, 18.00-22.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 18,00 (+ ca. 10,00 € für Lebensmittel sind im Kurs zu bezahlen)

Die türkische Küche ist nicht nur für ihre Vielfalt, sondern auch für ihr intensives Geschmackserlebnis bekannt. Wir wollen gemeinsam verschiedene türkische Mezeler zaubern. Mezeler sind das Pendant zu den italienischen Antipasti oder den spanischen Tapas. Durch die große Auswahl ist für jeden Geschmack etwas dabei. Lassen Sie sich die Chance nicht entgehen, die türkische Küche mit all ihren Facetten kennenzulernen.
Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrhandtuch, Tupperdosen (falls etwas übrig bleibt).

180

Asiatische Kräuterküche

Leitung: Sylvia Seiler-Budiman
Beginn/Zeit: Dienstag, 21.02.2017, 18.00-22.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 30,00 (inkl. 12,00 € Lebensmittelkosten)

In allen Küchen der Asiatischen Länder werden Kräuter und Gewürze sowie Ingwer, Galgant, Kurkuma verwendet, um den Gerichten feinen Geschmack zu verleihen oder als Heilkräuter, die gesund machen. In diesem Kurs werden die wichtigsten asiatischen Kräuter vorgestellt und ihre Verwendungsmöglichkeit erklärt, um sie dann schließlich in den Gerichten selbst zu verwenden. Man sollte die asiatische Küche keinesfalls verallgemeinern. In China oder Vietnam kommen meist vollkommen andere Kräuter in den Kochtopf als in Indonesien, Thailand oder Japan.
Mitzubringen: Schürze, Geschirrtuch, scharfe Messer, Getränke, kleine Gefäße für Essensproben, sowie Ihren eigenen Wok (falls vorhanden).

181

Indische Küche

Leitung: Sylvia Seiler-Budiman
Beginn/Zeit: Dienstag, 09.05.2017, 18.00-22.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 30,00 (inkl. 12,00 € Lebensmittelkosten)

Keine andere Küche auf der Welt hat so viele verschiedene Kräuter, Gewürze und Zutaten wie die Indische Küche. Der religiöse Hintergrund mit seiner Mischung aus historischen und kulturellen Unterschieden bildet eine kulinarisch einzigartige und unverwechselbare Küche.
Wir bereiten an diesem Abend verschiedene Indische Gewürzmischungen sowie Currypulver und kochen gleich die Pasten, vegetarisch oder mit Fleisch und Fisch, mit oder ohne Kokosmilch.
Mitzubringen wie K 180.

182

Sushi

Leitung: Cornelia Keller
Beginn/Zeit: Dienstag, 21.03.2017, 18.00-22.00 Uhr
Ort: Küche, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 18,00 (+ Lebensmittel ca. 12,00 € sind im Kurs zu bezahlen)

"Sushi ist mehr als ein buntes, leckeres Reishäppchen, es ist eine Handvoll japanischer Esskultur". Sushi ist vielfältig, einfach zuzubereiten und mit selbstgemachten Dips und Saucen einfach köstlich. Es werden überwiegend vegetarische Zutaten, Fisch- und Schalentiere verwendet und die entsprechenden Schnitttechniken erklärt.
Mitzubringen: Schürze, Geschirrtuch, kleine Gefäße für Essensproben.

183

Kulinarischer Streifzug rund ums Mittelmeer mit Rezepten aus Griechenland, Italien, Spanien und Südfrankreich

Leitung: Cornelia Keller
Beginn/Zeit: Dienstag, 25.04.2017, 18.00-22.00 Uhr
Ort : Küche, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 18,00 (+ Lebensmittel ca. 14,00 € sind im Kurs zu bezahlen)

Wir kochen ein 5-Gänge Menü aus marktfrischen Zutaten: frischer Fisch und Schalentiere, Lammfleisch und leckeres Gemüse. Zum Abschluss gibt es ein fruchtiges Dessert.
Mitzubringen wie K 182.

184 NEU

Formtortenkurs

Leitung: Christina Schneider, Konditormeisterin
Beginn/Zeit: Samstag, 18.03.2017, 14.00-18.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 24,00 (+ ca. 20,00-25,00 € Lebensmittel sind im Kurs zu bezahlen)

In diesem Kurs lernen Sie das eindecken und dekorieren von Formtorten.
Mitzubringen: Schürze, Gefäß, Getränk.

185 NEU

Formtortenkurs

Leitung: Christina Schneider, Konditormeisterin
Beginn/Zeit: Samstag, 13.05.2017, 14.00-18.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 24,00 (+ ca. 20,00-25,00 € Lebensmittel sind im Kurs zu bezahlen)

Kursinhalt und mitzubringen wie K 184.

186 NEU

Pralinenkurs

Leitung: Christina Schneider, Konditormeisterin
Beginn/Zeit: Freitag, 24.03.2017, 15.00-17.00 Uhr und Samstag, 25.03.2017, 14.00-17.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 30,00 (+ ca. 20,00-25,00 € Lebensmittel sind im Kurs zu bezahlen)

Passend zur Osterzeit lernen Sie die Herstellung von Trüffeln mit verschiedenen Füllungen.
Mitzubringen: Schürze, Gefäß, Getränk.

187 NEU

Pralinenkurs

Leitung: Christina Schneider, Konditormeisterin
Beginn/Zeit: Freitag, 07.04.2017, 15.00-17.00 Uhr und Samstag, 08.04.2017, 14.00-17.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 30,00 (+ ca. 20,00-25,00 € Lebensmittel sind im Kurs zu bezahlen)

Kursinhalt und mitzubringen wie K 186.

188 NEU

Marzipanfiguren selber modellieren und herstellen

Leitung: Christina Schneider, Konditormeisterin
Beginn/Zeit: Samstag, 10.06.2017, 14.00-17.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 18,00 00 (+ ca. 20,00-25,00 € Lebensmittel sind im Kurs zu bezahlen)

In diesem Kurs lernen wir aus Marzipan Figuren für jeden Anlass zu modellieren, ob als Tortenaufsatz oder als kleines Geschenk für besondere Anlässe. Jeder Teilnehmer erhält ein Modellierwerkzeug-Set, das er nach dem Kurs mitnehmen kann.
Mitzubringen: Schürze, Gefäß, Getränk.

189 NEU

Marzipanfiguren selber modellieren und herstellen

Leitung: Christina Schneider, Konditormeisterin
Beginn/Zeit: Samstag, 08.07.2017, 14.00-17.00 Uhr
Ort: Küche, Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 18,00 00 (+ ca. 20,00-25,00 € Lebensmittel sind im Kurs zu bezahlen)

Kursinhalt und mitzubringen wie K 188.

RESTAURANT Bistro
ALBTHERME WALDBRONN
www.restaurant-bistro-albtherme.de

IHR RESTAURANT IN DER ALBTHERME

- knackige Salatvariationen, regionale Gerichte und leckere Kleinigkeiten
- hausgebackene Kuchen und Torten
- FAMILIENFEIERN BIS 50 PERSONEN
- täglich geöffnet und durchgehend warme Küche von 11.30 Uhr bis 22.00 Uhr
SKY-Fußball-Übertragung Live im Bistro

RESTAURANT FÜR EXTERNE GÄSTE UND BISTROBEREICH FÜR BADEGÄSTE

Inhaber: Thomas Schall
Bergstraße 30, 76337 Waldbronn, Tel. 65 26 61

Kreativkurse

Nähen, Textiles Gestalten, Stricken

190
Nähen und Zuschneiden

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Montag, ab 16.01.2017, 19.00-21.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, aktuelle Mode nach eigenen Wünschen selbst herzustellen.
Eigene Nähmaschinen können mitgebracht werden. Es stehen jedoch auch Leihmaschinen zur Verfügung (Gebühr: € 5,00 pro Kurs).

191
Nähen und Zuschneiden

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Montag, ab 24.04.2017, 19.00-21.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
Kursinhalt wie K 190.

192
Nähen und Zuschneiden

Leitung: Alexandra Dronjak
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 17.01.2017, 09.00-11.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
Kursinhalt wie K 190.

193
Nähen und Zuschneiden

Leitung: Alexandra Dronjak
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 09.00-11.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
Kursinhalt wie K 190.

194
Nähen und Zuschneiden

Leitung: Alexandra Dronjak
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 17.01.2017, 19.00-21.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
Kursinhalt wie K 190.

195
Nähen und Zuschneiden

Leitung: Alexandra Dronjak
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 19.00-21.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
Kursinhalt wie K 190.

196
Nähen und Zuschneiden

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 18.01.2017, 09.00-11.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
Kursinhalt wie K 190.

197
Nähen und Zuschneiden

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 26.04.2017, 09.00-11.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
Kursinhalt wie K 190.

Achtung!
Anmeldungen für die Nähkurse für Fortgeschrittene ab September 2017 sind erst ab 22. Juni 2017 möglich.

198

Nähen und Zuschneiden

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 19.01.2017,19.00-21.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
Kursinhalt wie K 190.

199

Nähen und Zuschneiden

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 27.04.2017,19.00-21.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
Kursinhalt wie K 190.

200

Nähen und Zuschneiden

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Freitag, ab 20.01.2017, 15.00-17.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
Kursinhalt wie K 190.

201

Nähen und Zuschneiden

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Freitag, ab 28.04.2017, 15.00-17.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 72,00
Kursinhalt wie K 190.

202

Workshop
Nähen und Zuschneiden

Leitung: Julia Becker
Beginn/Zeit: Freitag, 03.02. und Samstag 04.02.2017
Jeweils 09.00 – 13.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 35,00
Kursinhalt wie K 190.

203

Workshop
Nähen und Zuschneiden

Leitung: Julia Becker
Beginn/Zeit: Freitag, 31.03. und Samstag 01.04.2017
Jeweils 09.00 – 13.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 35,00
Kursinhalt wie K 190.

204

Workshop
Nähen und Zuschneiden

Leitung: Julia Becker
Beginn/Zeit: Freitag, 23.06. und Samstag 24.06.2017
Jeweils 09.00 – 13.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 35,00
Kursinhalt wie K 190.

Bitte melden Sie sich zum neuen Semester wieder vor Kursbeginn an:
Telefon: 07243/69091-92, Fax: 07243/63267
Internet: www.vhs-waldbronn.de
E-Mail: vhs@waldbronn.de

205

Patchwork für Fortgeschrittene - Tagesseminar
Thema: "Neues Patchwork-Muster / Design für ein Wandobjekt"

Leitung: Anne Sybille Liesegang
Beginn/Zeit: Samstag, 25.03.2017, 10.00-17.00 Uhr
(1 Stunde Mittagspause)
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 35,00

Es wird in moderner Nähtechnik und auf Rasterquick gearbeitet. Die detaillierte Information zum Kurs erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung. In der Mittagspause wird ein kleiner Imbiss in einem nahen Lokal eingenommen.

206

Nunofilzen – wir filzen einen Seidenschal

Leitung: Diana Becker
Beginn/Zeit: Dienstag, 07.02.2017, 18.30-21.00 Uhr
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 18,00 (+ Material, wird von Kursleiterin besorgt)

In diesem Kurs filzen Sie Ihren eigenen kunstvollen, transparenten Seidenschal. Filz muss nicht zwangsläufig rustikal und urchig sein. Mittels einer speziellen Technik können Filzarbeiten sehr fein bis durchsichtig angefertigt werden. Es wird mit Wolle und Seide gearbeitet. Mit diesem Verfahren können Sie auch dünnen Stoff für Bekleidung herstellen.
Geeignet ist dieser Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene. Anschauungsmaterial für Ideen werden von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt.
Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Handtuch, Plastiktüte, gerne auch eigene Filzwolle.

207

Waldbronner Stricktreff

Leitung: Manuela Gegenheimer
Beginn/Zeit: Do. 12.01., 26.01., 09.02., 23.02.,09.03., 23.03.2017 jeweils 19.00-21.00 Uhr
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 30,00

In geselliger Runde macht Handarbeiten viel mehr Freude. Unter diesem Motto wollen wir uns treffen und gemeinsam stricken, klönen und Spaß haben. Jeder, der gerne Handarbeiten macht, ist herzlich willkommen. Egal, ob unerfahren oder Profi, jung oder alt, männlich oder weiblich – wir wollen voneinander lernen und so richtig die Nadeln klappern lassen. Voraussetzung sind Kenntnisse im Stricken, es ist kein Anfängerkurs. Wer also noch nicht vom Strickfieber infiziert ist, kann sich bei uns anstecken!
Mitzubringen ist ein eigenes Strickzeug und gute Laune.

Zeichnen und Malen

208

Engel und Lichtgestalten im Großformat
für Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren

Leitung: Anuschka Gabriele Rausch
Beginn/Zeit: Fr., 13.01.2017, 18.00-21.00 Uhr
Sa., 14.01.2017, 10.00-16.00 Uhr
Ort : Atelier Kunst(T)Raum, Boschstr. 4, Karlsbad
Gebühr: € 100,00 (inkl. aller Materialien)

„Es ist vernünftiger, eine Kerze anzuzünden, als über die Dunkelheit zu klagen." Konfuzius.
Wir zünden Kerzen an, packen unsere Farben aus und genießen das Entstehen von Engeln im Großformat.
Wir arbeiten mit Ihren Wunschfarben. Egal, ob Acryl, Aquarell oder Kreide – alles ist vorhanden.
Sie benötigen zusätzlich einen Keilrahmen mindestens 100x100 cm in guter Qualität. Z.B. Henry XL oder DUO.

209

Werkstatt – Loslassen – Zulassen - Aushalten
für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Anuschka Gabriele Rausch
Beginn/Zeit: Fr., 20.01.2017, 18.00-21.00 Uhr
Sa., 21.01.2017, 10.00-13.30 Uhr
So., 22.01.2017, 10.00-13.30 Uhr
Ort: Atelier Kunst(T)Raum, Boschstr. 4, Karlsbad
Gebühr: € 180,00 (inkl. aller Materialien)

Materialien wie Marmormehl, Asche, Champagnerkreide, Pigmente usw. werden gerührt, geschüttelt und geschüttet. Das Material arbeitet für sich. Abstrakte Bilder mit Rissen und Tiefe entstehen.
Sie benötigen dicke Keilrahmen z.B. DUO oder Henry XL. Es können gerne alte Bilder überarbeitet werden. Pro Person 2 – 3 Keilrahmen.

Anmeldungen per Überweisung sind nicht möglich.
Bitte fragen Sie erst nach, ob in dem gewünschten Kurs noch Plätze frei sind oder ob der Kurs auch wirklich stattfindet.

210

Auseinandersetzung – Weiß – Fülle – Leere –
Farben auf Klein und Groß
für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren
für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Anuschka Gabriele Rausch
Beginn/Zeit: Fr., 10.02.2017, 18.00-21.00 Uhr
Sa., 11.02.2017, 10.00-13.30 Uhr
So., 12.02.2017, 10.00-13.30 Uhr
Ort: Atelier Kunst(T)Raum, Boschstr. 4, Karlsbad
Gebühr: € 110,00 (inkl. aller Materialien)

Schiefergrau, Eierschalenweiß, Kohleschwarz, Taubengrau, Asche, Marmormehl laden ein mit Laut und Leise, Licht und Schatten Bildwelten entstehen zu lassen. Wir arbeiten in mehreren Farbschichten – Linien - Strukturen. Durch das Schichten von Farben bekommt das unschuldige Weiß einen tiefen Charakter.
Sie benötigen zusätzlich einen Keilrahmen in sehr guter Qualität. Z.B. Henry XL oder DUO. Gerne auch eine Serie von 2-3 kleinen Bildern.

211

Blumen in XXL Lasurtechnik
für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren
für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Anuschka Gabriele Rausch
Beginn/Zeit: Fr., 17.03.2017, 18.00-21.00 Uhr
Sa., 18.03.2017, 10.00-13.00 Uhr
So., 19.03.2017, 10.00-13.00 Uhr
Ort : Atelier Kunst(T)Raum, Boschstr. 4, Karlsbad
Gebühr: € 140,00 (inkl. aller Materialien)

„Du bist ewig für das verantwortlich was Du Dir vertraut gemacht hast. Du bist für Deine Rose verantwortlich". Antoine de S.
Wir gestalten monochrom in Lasurtechnik Blumen. Wir starten mit Acryllasuren und gehen dann in Öllasuren über.
Sie benötigen zusätzlich einen Keilrahmen mindestens 100x100 cm in guter Qualität. Z.B. Henry XL oder DUO.

Unsere Bankverbindung:
Volksbank Ettlingen
IBAN: DE79 6609 1200 0000 2019 28

212

Baumarkt – weil's gut wird!!!
Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren
Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Anuschka Gabriele Rausch
Beginn/Zeit: Fr., 05.05.2017, 18.00-21.00 Uhr
Sa., 06.05.2017, 10.00-13.30 Uhr
So., 07.05.2017, 10.00-13.30 Uhr
Ort: Atelier Kunst(T)Raum, Boschstr. 4, Karlsbad
Gebühr: € 150,00 (inkl. aller Materialien)

Wollten Sie schon immer mit Mörtel, Gips, Unterbodenschutz und vielen anderen Baumaterialien abstrakte Bilder herstellen. Dann sind Sie hier richtig.
Sie benötigen 1 großen Keilrahmen ca. 100x100 cm oder zwei Kleinere z.B. 60x60 cm. Es müssen sehr stabile Keilrahmen sein, da wir gewichtig arbeiten.

213

Schöpfungsakt XXL – Pigmente sind die Seele der Farben
für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren

Leitung: Anuschka Gabriele Rausch
Beginn/Zeit: Fr., 19.05.2017, 18.00-21.00 Uhr
Sa., 20.05.2017, 10.00-13.30 Uhr
So., 21.05.2017, 10.00-13.30 Uhr
Ort : Atelier Kunst(T)Raum, Boschstr. 4, Karlsbad
Gebühr: € 150,00 (inkl. aller Materialien, Getränke und Snack)

Wir arbeiten monochron mit Pigmenten auf Keilrahmen die Farbstellwände mit Seele, Leichtigkeit und Tiefe entstehen lassen. Alle Keilrahmen, die noch durch die Tür passen sind wunderbar geeignet.
Die Keilrahmen können 3 Wochen vor Kursbeginn bestellt werden und die Fa. Boesner liefert diese in das Atelier.

Bitte melden Sie sich zum neuen Semester wieder vor Kursbeginn an:
Telefon: 07243/69091-92, Fax: 07243/63267
Internet: www.vhs-waldbronn.de
E-Mail: vhs@waldbronn.de

Mosaiktechnik

214 NEU

Windlichter in Glasmosaik-Technik

Leitung: Andrea Kugler
Beginn/Zeit: Freitag, 27.01.2017, 18.00-21.00 Uhr und Freitag, 03.02.2017, 18.00-20.00 Uhr
Ort: Kugler-Academy, Untere Dorfstr. 29, 76327 Pfinztal
Gebühr: 37,00 € (+ Materialkosten für Glasmosaik nach Materialauswahl + Verbrauch, sowie Kosten für Windlichter je nach Größe ca. 15,00 – 60,00 € sind jeweils bar im Kurs zu bezahlen)

Ein kreativ Event speziell für Sie gemacht. Gestalten Sie nach Herzenslust, nach Ihren Design Ideen, Ihr ganz individuelles Glaswindlicht in Mosaiktechnik.
Suchen Sie sich Ihre persönlichen Farbfavoriten aus der umfangreichen Atelier Mosaik Material Sammlung aus, und setzen Ihre Ideen in Glas um. Am Ende des Kurses haben Sie so Ihr erstes exklusives Lieblingswindlicht kreiert. **Windlicht kann auch selbst besorgt werden, bitte bei Anmeldung angeben.**

215 NEU

Bodenkugellampen in Glasmosaik-Technik

Leitung: Andrea Kugler
Beginn/Zeit: Mittwoch, 08.03.2017, 18.00-21.00 Uhr und Mittwoch, 15.03.2017, 18.00-20.00 Uhr
Ort: Kugler-Academy, Untere Dorfstr. 29, 76327 Pfinztal
Gebühr: 37,00 € (+ Materialkosten für Glasmosaik nach Materialauswahl + Verbrauch + 10,00 € für Lampe sind jeweils bar im Kurs zu bezahlen)

Ein kreativ Event speziell für Sie gemacht. Gestalten Sie nach Herzenslust, nach Ihren Design Ideen, Ihre ganz individuelle Bodenkugellampe in Mosaiktechnik.
Suchen Sie sich Ihre persönlichen Farbfavoriten aus der umfangreichen Atelier-Mosaik-Materialsammlung aus, und setzen Ihre Ideen in Glas um. Am Ende des Kurses haben Sie so Ihre erste exklusive Lieblingsbodenkugellampe kreiert**. Bodenkugellampe kann auch selbst besorgt werden, bitte bei Anmeldung angeben.**

Naturkosmetik

216 NEU

Workshop
Natürliche Pflegeprodukte selbst herstellen

Leitung: Regine Speck
Beginn/Zeit: Samstag, 28.01.2017, 10.00-15.30 Uhr
Ort: Küche, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: 25,00 € (+ 16,00 € Materialkosten sind im Kurs zu bezahlen)

Die Haut ist unser größtes Organ, sie nimmt alle Stoffe leicht auf die wir auf ihre Oberfläche auftragen. Industriell gefertigte Hautpflegeprodukte enthalten Chemikalien von denen jede das Potential hat, Allergien auszulösen. Dieser Workshop zeigt, wie man natürliche Pflegeprodukte auf einfache Weise selbst herstellen kann. Hübsch verpackte Badezusätze sind auch immer eine ausgefallene Geschenkidee! In diesem Workshop stellen die Teilnehmerinnen/Teilnehmer natürliche Pflegeprodukte für den Körper her. So können an diesem Tag Badetörtchen, je eine Körpersahne, Deocreme und Gesichtsmaske mit nach Hause genommen werden. Mitzubringen sind: saubere, verschließbare Dosen.
Sie können wahlweise auch im Kurs passende Kosmetikverpackungen für die hergestellten Produkte erwerben.

„Ärgerlich“
Sie haben sich nicht angemeldet, sind einfach zum 1. Unterrichtstermin gekommen und stehen vor verschlossener Tür.
Der Kurs, an dem Sie gerne teilgenommen hätten, musste wegen zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden.
Vielleicht hätte gerade Ihre Anmeldung das Zustandekommen des Kurses gesichert …

„Schade“

Biblische Erzählfiguren

217

Biblische Erzählfiguren nach Doris Egli

Leitung: Marita Max
Beginn/Zeit: Freitag, 05.05.2017, 15.00-21.00 Uhr
Samstag, 06.05.2017, 09.00-21.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25 a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00 (+ Figurenmaterial € 31,00 pro Figur im Kurs zu bezahlen)

Egli-Figuren sind biblische Erzählfiguren, die es ermöglichen, Geschichten aus der Bibel nicht nur verbal, sondern auch bildhaft und begreifbar zu erzählen. Ursprünglich waren es Krippenfiguren, die besonders in der Schweiz Verwendung fanden. Sie werden aus biegsamem Grundmaterial gefertigt. So kann man den Figuren unterschiedliche Körperhaltungen geben und Bewegungen andeuten. Gefühle, wie Freude, Angst, Hoffnung und Verzweiflung lassen sich durch Haltung und Gestik zum Ausdruck bringen. So erscheinen die Egli–Figuren lebendig. Sie können überall da eingesetzt werden, wo man sich mit dem Wort Gottes beschäftigt z.B. Kindergottesdienst, Schule und Jugendarbeit bis hin zum persönlichen Umgang mit der Bibel.
Während des Kurses werden zwei Figuren hergestellt, verschiedene biblische Texte mit den Figuren erarbeitet und die Handhabung vermittelt.

Gestalten mit Holz

218

Holzschnitzen

Leitung: Erwin Schmitutz
Beginn/Zeit: Freitag, ab 20.01.2017, 15.30-18.00 Uhr, 10-mal
Ort: Werkraum, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 105,00 (Material ist im Kurs zu bezahlen)

Dieser Kurs ist für Leute gedacht, die Freude am kreativen Gestalten mit Holz haben. Unter Anleitung eines Bildhauers sollen die Grundlagen der Schnitztechnik erlernt werden. Nach Motiven eigener Wahl können Ornamente, Reliefs oder Figuren angefertigt werden. Die Teilnehmer arbeiten mit den zur Verfügung gestellten Werkzeugen auf eigene Gefahr und in eigener Haftung.
Mitzubringen: Liebe zum Holz und Lust am Gestalten.

219

Holzschnitzen

Leitung: Erwin Schmitutz
Beginn/Zeit: Freitag, ab 20.01.2017, 18.30-21.00 Uhr, 10-mal
Ort: Werkraum, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 105,00 (Material ist im Kurs zu bezahlen)

Die Teilnehmer arbeiten mit den zur Verfügung gestellten Werkzeugen auf eigene Gefahr und in eigener Haftung.
Kursinhalt wie K 218.
.

220 NEU

Schilder-Workshop
Farbige Zeichen setzen mit Yellowchair Kreidefarben

Leitung: Katja Henning
Beginn/Zeit: Samstag, 11.02.2017, 13.00-16.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 57,00 (inkl. Material für 1 Schild)

In diesem Kurs gestaltet ihr unter Anleitung Holz-Schilder mit Yellowchair Kreidefarben. Ob Lieblingsplatz, Kuschelzone, Gartenparadies oder ein flottes Sprüche-Schild – ob modern oder im angesagten Shabby-Stil – entscheidet ihr ganz allein. Dabei setzt ihr verschiedene Maltechniken ein, werdet vertraut mit dem Schablonieren und lernt, mit Farbe oder Wachs zu patinieren. Garantiert nehmt ihr euer eigenes Unikat mit nach Hause.
Mitzubringen: Schürze oder bitte alte Kleidung anziehen.

221 NEU

Schilder-Workshop
Farbige Zeichen setzen mit Yellowchair Kreidefarben

Leitung: Katja Henning
Beginn/Zeit: Samstag, 18.03.2017, 13.00-16.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 57,00 (inkl. Material für 1 Schild)

Kursinhalt und mitzubringen wie K 220.

Töpfern

222

Töpfern für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Montag, ab 13.02.2017, 09.30-12.00 Uhr, 6-mal
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 79,50 (inkl. Material bis max. 7 kg gebrannter Ton)

Anfänger und Fortgeschrittene haben die Möglichkeit, nach eigenen Ideen oder unter Anleitung nach verschiedenen Techniken zu töpfern (z.B. Kacheln, Schalen, Gefäße aller Art, Schmuck, Figuren) und zu glasieren (Glasuren, Steinzeug, Engobenmalerei, Verzierung mit Gold, polychromes Polieren).

223

Töpfern für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Montag, ab 08.05.2017, 09.30-12.00 Uhr, 6-mal
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 79,50 (inkl. Material bis max. 7 kg gebrannter Ton)

Kursinhalt wie K 222.

224

Töpfern für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Montag, ab 13.02.2017, 19.00-21.30 Uhr, 6-mal
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 79,50 (inkl. Material bis max. 7 kg gebrannter Ton)

Kursinhalt wie K 222.

225

Töpfern für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Montag, ab 08.05.2017, 19.00-21.30 Uhr, 6-mal
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 79,50 (inkl. Material bis max. 7 kg gebrannter Ton)

Kursinhalt wie K 222.

226

Töpfern für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 16.02.17, 19.00-21.30 Uhr, 6-mal
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 79,50 (inkl. Material bis max. 7 kg gebrannter Ton)

Kursinhalt wie K 222.

227

Töpfern für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 11.05.17, 19.00-21.30 Uhr, 6-mal
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 79,50 (inkl. Material bis max. 7 kg gebrannter Ton)

Kursinhalt wie K 222.

228

Schüsseln, Schalen, Teller, Platten
für Anfänger und Fortgeschrittene

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Samstag, 11.03.2017, 10.00-13.00 Uhr
Oberflächengestaltung: Samstag, 18.03.2017, 10.00-14.00 Uhr
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 52,50 (inkl. Material)

Frei gestalten und kreativ mit verschiedenen Techniken bemalen, dekorieren und glasieren.

Auch bei Nichtteilnahme wird die Kursgebühr fällig, wenn der Rücktritt nicht rechtzeitig erfolgt ist.
(Siehe Geschäftsbedingungen)

ALLE BÜCHER.
ALLE NOTEN.

LiteraDur

Remchingen
Hauptstraße 7
T. 07232 . 37 20 47

Waldbronn
Marktplatz 11
T. 07243 . 52 63 93

Pfinztal
Karlsruher Straße 84/1
T. 0721 . 464 40 03

LITERADUR.DE

Junge VHS

Kurse für Kinder und Jugendliche

Mitmachen möglich machen

… dafür gibt es seit 2011 das Bildungs- und Teilhabepaket für bedürftige Kinder.

Die Teilhabe an Kultur, Sport und Freizeit soll auch für Kinder aus finanzschwachen Familien selbstverständlich werden. Im Einzelfall können einem Kind oder Jugendlichen unter 18 Jahren sogar bis zu 120 € im Jahr zustehen.

Die Volkshochschule bietet vielfältige Möglichkeiten, Neues auszuprobieren oder vorhandene Interessen zu vertiefen.

Mitmachen ist möglich, z. B. bei folgenden VHS-Angeboten:

- Sprachunterricht
- Mal- und Zeichenkurse
- Kurse zum Gestalten und Bearbeiten von Ton und anderen Materialien
- Selbstverteidigung
- Computerkurse
- Sport und Bewegung
- und viele weitere Kurse

Wer hat einen Anspruch auf Leistungen aus dem Bildungs- und Teilhabepaket?

Das sind Kinder und Jugendliche bis zum Alter von 18 Jahren, deren Eltern

- Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld nach dem Sozialgesetzbuch (SGB) II
- Sozialhilfe nach dem SGB XII
- Wohngeld nach dem Wohngeldgesetz oder
- Kinderzuschlag nach dem Bundeskindergeldgesetz

erhalten. Auch wenn die Familie keine dieser Leistungen erhält aber nur über ein geringes Einkommen verfügt, besteht möglicherweise ein Anspruch.

Wie kommt eine Familie an die Leistungen?

Die Leistungen müssen beantragt werden. Antragsformulare gibt es beispielsweise bei der Gemeinde, beim Landratsamt oder im Internet unter www.landkreis-karlsruhe.de

Zum Teilhabeantrag gehören eine Bestätigung des Kursanbieters und eine Kopie des Leistungsbescheides über Wohngeld, Kinderzuschlag etc. Die Antragsunterlagen gibt man dann bei der Gemeinde oder im Landratsamt ab bzw. schickt sie dorthin. Man kann die Teilhabeleistung auch erstmal ohne Bestätigung des Kursanbieters beantragen und dann den Gutschein, den man bekommt, bei diesem abgeben.

Fragen Sie bei Ihrer VHS-Geschäftsstelle nach oder bei Heike Jung im Landratsamt Karlsruhe, Amt für Grundsatz und Soziales, Telefon 0721 936-7394, E-Mail: heike.jung@landratsamt-karlsruhe.de – beide helfen Ihnen gerne weiter.

229

Spielend Englisch lernen für
Vorschul- und Grundschulkinder ab 4 Jahren

Leitung: Tanja Delgorge-Engelhardt
Beginn/Zeit: Donnerstag, ab 09.03.17, 16.30-17.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 60,00

Altersgerecht können sich die Kinder mit der englischen Sprache vertraut machen. Je nach Thema lernen sie die neue Sprache erlebnisorientiert mit Hilfe von Lernspielen, Liedern und diversen Materialien. Die Chance des frühzeitigen Zweitsprachenerwerbs soll genutzt werden, indem sich die Kinder durch intensives Hören und spielerisches Anwenden die jeweiligen Bedeutungen der englischen Sprache aneignen können.

230

Osterferienkurs
WET (Written English Test) Intensiv Training für die schriftliche Abschlussprüfung RS / Mittlere Reife
10. Klasse - Frühjahr 2017

Leitung: Jean-Claude Dognon, Lehrer
Lehrbuch: Kursmaterial wird vom Kursleiter besorgt
Beginn/Zeit: Di. 18.04., Mi. 19.04.2017, 11.00-13.15 Uhr
Do. 20.04.2017, 11.00-14.00 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 58,50

Du hast Nachholbedarf was Dein **Formulierungs**vermögen in den verschiedenen Aufgabenteilen anbelangt, evtl. auch Unsicherheiten im **Meditation** Part, kleinere Defizite im **Fragen stellen** und **beantworten** oder es fällt Dir schwer, aus einem langen Text die richtigen **Antworten** herauszufiltern, vielleicht sollte auch Deine **Grammatik** noch etwas auf Vordermann gebracht werden? …. Keine Angst, ich, RS Lehrer für Englisch kann Dir evtl. dabei helfen. Melde Dich einfach zu meinem Kurs an.
Mitzubringen: Schreibmaterial, Block und viel Spaß.

231

Fitnessgymnastik mit Baby
für Mütter/Väter mit ihren Babys in Tragehilfen

Leitung: Nicole Schaffhauser
Beginn/Zeit: Montag, ab 30.01.2017, 12.15-13.15 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 45,00

Funktionelles Fitnesstraining zur Kräftigung und Dehnung der gesamten Muskulatur.
Voraussetzung: Die Zustimmung des Gynäkologen nach dem Check-up (6-10 Wochen nach der Geburt). Das Training kann parallel zur Rückbildungsgymnastik besucht werden. Während des Trainings werden die Babys in guten Tragehilfen getragen. Wichtig ist dabei, dass sie gut gestützt, in Anhock-Spreiz-Haltung mit leicht gerundetem Rücken und vor optischer Reizüberflutung geschützt sind. Auch für den/die Träger/-in muss die Tragehilfe komfortabel und sicher sein.
Mitzubringen: Tragehilfe, Sportbekleidung, Hallensportschuhe, großes Handtuch und Getränk.

232

Fitnessgymnastik mit Baby
für Mütter/Väter mit ihren Babys in Tragehilfen

Leitung: Nicole Schaffhauser
Beginn/Zeit: Montag, ab 24.04.2017, 12.15-13.15 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 45,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 231.

233

Gemeinsam wachsen
für Dezember 2016 bis Februar 2017 geborene Babys

Leitung: Dr. Brigitte Gäßler
Beginn/Zeit: Montag, ab 13.03.2017, 09.30-10.45 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 82,00

In diesem Kurs soll vor allem die Beziehung von Baby und Mutter (oder einer anderen Bezugsperson) gestärkt werden. Im ersten Lebensjahr macht das Baby eine rasante Entwicklung durch und auch die Eltern wachsen in ihre Elternrolle hinein. Hier werden Sie begleitet und unterstützt. Je nach Interesse der Teilnehmer werden Themen wie z.B. Bindung, Motorik, Schlaf, Ernährung oder Sprache behandelt und Erfahrungen ausgetauscht. Doch auch das Spielen und Singen mit den Kindern kommt nicht zu kurz.
Mitzubringen: Handtuch, Wickelutensilien, bequeme Kleidung.

Bitte melden Sie sich zum neuen Semester wieder vor Kursbeginn an:
Telefon: 07243/69091-92, Fax: 07243/63267
Internet: www.vhs-waldbronn.de
E-Mail: vhs@waldbronn.de

234

Spiel und Spaß mit Knuddelbär in den Frühling
für Mütter/Väter mit ihren Kindern im Alter von 18-24 Monaten

Leitung: Elisabeth Lauinger
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 25.01.2017, 09.30-10.15 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 48,00

Musik und Bewegung als Selbsterfahrung. Die Kinder lernen Bewegungsspiele, Lieder, Fingerspiele und kleine Tänze kennen. Weiterhin werden im Spiel verschiedene Materialien ausprobiert und die Kinder angeregt, sich und ihre Umwelt mit allen Sinnen wahrzunehmen. Im gemeinsamen Spiel werden erste Erfahrungen innerhalb einer Gruppe Gleichaltriger gesammelt.
Die Kinder sollen zu Kursbeginn **mindestens 18 Monate** alt sein.
Mitzubringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Schuhe.

235

Spiel und Spaß mit Knuddelbär in den Sommer
für Mütter/Väter mit ihren Kindern im Alter von 18-24 Monaten

Leitung: Elisabeth Lauinger
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 26.04.2017, 09.30-10.15 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 48,00

Die Kinder sollen zu Kursbeginn **mindestens 18 Monate** alt sein.
Kursinhalt und mitzubringen wie K 234.

236

Spiel und Spaß mit Knuddelbär in den Frühling
für Mütter/Väter mit ihren Kindern im Alter
von 2 – 2,5 Jahren

Leitung: Elisabeth Lauinger
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 25.01.2017, 10.45-11.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 48,00

Die Kinder sollen zu Kursbeginn **mindestens 2 Jahre** alt sein.
Kursinhalt und mitzubringen wie K 234.
Bitte beachten: Sollte Kurs Nr. 234 nicht zustande kommen, wird dieser Kurs in Absprache mit den Müttern/Vätern zeitlich vorverlegt!

237

Spiel und Spaß mit Knuddelbär in den Sommer
für Mütter/Väter mit ihren Kindern im Alter
von 2 – 2,5 Jahren

Leitung: Elisabeth Lauinger
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 26.04.2017, 10.45-11.30 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 48,00

Die Kinder sollen zu Kursbeginn **mindestens 2 Jahre** alt sein.
Kursinhalt und mitzubringen wie K 234.
Bitte beachten: Sollte Kurs Nr. 235 nicht zustande kommen, wird dieser Kurs in Absprache mit den Müttern/Vätern zeitlich vorverlegt!

238

Si-Sa-Singemaus – singen, tanzen, spielen
für Mütter/Väter mit ihren Kindern
im Alter von 3-4 Jahren

Leitung: Elisabeth Lauinger
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 24.01.2017, 16.15-17.15 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 58,00

Die Kinder sammeln spielerisch erste rhythmische Erfahrungen mit ihrem Körper und verschiedenen Materialien. Sie erleben, wie mit Klängen und Geräuschen Musik gemacht wird und lernen rhythmische Sprechverse, pfiffige Bewegungslieder, Kindertänze und Kreisspiele. Dabei werden auch die Entwicklung ihrer geistigen Fähigkeiten und die Entfaltung ihrer Persönlichkeit und des Gruppengefühls angeregt.
Die Kinder sollen zu Kursbeginn **mindestens 3 Jahre** alt sein.
Mitzubringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Schuhe.

239

Si-Sa-Singemaus – singen, tanzen, spielen
für Mütter/Väter mit ihren Kindern
im Alter von 3-4 Jahren

Leitung: Elisabeth Lauinger
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 16.15-17.15 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 58,00

Die Kinder sollen zu Kursbeginn **mindestens 3 Jahre** alt sein.
Kursinhalt und mitzubringen wie K 238.

240

Kindertanz – Rhythmik und Bewegung
für Kinder im Alter von 4-6 Jahren

Leitung: Elisabeth Lauinger
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 24.01.2017, 15.00-16.00 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 58,00

Die Kinder machen erste Erfahrungen mit Tänzen, Bewegungs- und Kreisspielen umrahmt von Klanggeschichten und Liedern. Alle Sinne des Kindes werden angesprochen und gefördert.
Mitzubringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Schuhe.

241

Kindertanz – Rhythmik und Bewegung
für Kinder im Alter von 4-6 Jahren

Leitung: Elisabeth Lauinger
Beginn/Zeit: Dienstag, ab 25.04.2017, 15.00-16.00 Uhr, 10-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 58,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 240.

Verschenken Sie doch mal einen VHS-Kurs!

242

Yoga für Kinder ab 5 Jahren

Leitung: Gundula Ritz
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 08.02.2017, 14.30-15.30 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 45,00

Yoga für Kinder vermittelt spielerisch Freude an der Bewegung und lässt die Kinder ihren Körper erfahren. Körpermotorik, Geschicklichkeit und Gleichgewichtssinn werden geschult. Die Kinder lernen Stille zu erleben und die Hektik des Alltags sowie Reizüberflutung und Schulstress besser zu bewältigen. Darüber hinaus stärkt Yoga das Selbstbewusstsein und harmonisiert impulsives Verhalten. Der Kurs besteht aus spielerischen Übungen in einem bewussten Wechsel von Lebendigkeit und Ruhe.
Mitzubringen: bequeme Kleidung

243

Was klingt und schwingt denn da?
Kinder entdecken die Klangschale
für Kinder im Alter von 5-7 Jahren

Leitung: Jeannette Fehrer, Heilpraktikerin
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 08.03.2017, 16.00-16.45 Uhr, 2-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: 19,00 €

Kinder lieben Klänge und die Möglichkeit mit ihnen spielen zu können. Sie lernen die Klangschale von ihrer Geschichte her kennen, dürfen sie in den unterschiedlichen Übungen und Spielen ausprobieren und erfahren wie ihr Körper auf Klänge reagiert. Sie können gemeinsam mit anderen Kindern lauschen, spüren und spielen.
In diesem Kurs soll es darum gehen, die Wahrnehmung der Kinder zu schulen, das Sozialverhalten zu fördern und viel Raum zum Experimentieren mit dem Klang zu geben.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und ein Getränk.

244

Zumba Kids®
für Kinder von 7-10 Jahren

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 25.01.2017, 16.00-17.00 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: 34,00 €

Zumba Kids ist ein Sportprogramm, bei dem sich die Kinder zu fröhlicher, fetziger Musik bewegen und gar nicht merken, wie schnell die Zeit vergeht.
Das Motto ist Spaß an der Bewegung haben, Herz- und Kreislaufsystem zu stärken und die Koordination und Konzentration zu fördern.
Bitte mitbringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Getränk.

245

Zumba Kids®
für Kinder von 7-10 Jahren

Leitung: Elvira Schneider
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 26.04.2017, 16.00-17.00 Uhr, 8-mal
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: 34,00 €

Kursinhalt und mitzubringen wie K 244.

246 NEU

Tierisch gute Muffins
für Kinder von 8-12 Jahren

Leitung: Claudia Wacker
Beginn/Zeit: Samstag, 18.03.2017, 10.00-13.00 Uhr
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 15,00 (+ ca. 6,50 € Materialkosten im Kurs zu bezahlen)

In diesem Kurs wollen wir Muffins backen, die nicht nur tierisch gut schmecken, sondern auch so aussehen.
Nachdem wir leckere Muffins gebacken haben, werden wir diese heute einmal anders verzieren – und so lachen uns am Ende lustige Monster, Affen, Frösche, Eulen oder Schweine entgegen und machen uns tierisch Lust auf's Vernaschen. Natürlich dürft Ihr die Rezepte am Ende mitnehmen, um sie zu Hause nachzubacken.
Mitzubringen: Schürze, Haargummi falls erforderlich, Trinken, Gefäß für Muffins.

247 NEU

Osterhasen im Tontopf
für Kinder von 8-12 Jahren

Leitung: Claudia Wacker
Beginn/Zeit: Samstag, 01.04.2017, 10.00-13.00 Uhr
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 15,00 (+ ca. 7,00 € Materialkosten im Kurs zu bezahlen)

In Vorfreude auf Ostern backen wir kleine Osterhasen im Tontopf: schön als Tischdekoration, als kleines Ostergeschenk oder einfach nur zum Vernaschen. Das Rezept dürft Ihr am Ende natürlich mitnehmen, um die Osterhasen zu Hause nachzubacken.
Mitzubringen: Schürze, Haargummi falls erforderlich, Trinken, Dose für die Hasen.

248 NEU

Rührkuchen – einfach und lecker
für Kinder von 8-12 Jahren

Leitung: Claudia Wacker
Beginn/Zeit: Samstag, 13.05.2017, 10.00-13.00 Uhr
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 15,00 (+ ca. 8,00 € Materialkosten im Kurs zu bezahlen)

Rührkuchen sind der ideale Einstieg in die Kunst des Backens. Die Rezepte sind meist einfach gehalten und bei Berücksichtigung von ein paar grundsätzlichen Backregeln gelingen sie eigentlich immer.
Rührkuchen schmecken mit Schokolade, Mandeln, Nüssen oder Obst. Und weil man verschiedene Formen und Güsse bzw. Verzierungen verwenden kann, wird jeder Kuchen zu einem individuellen (Back)kunstwerk. Wir probieren verschiedene leckere Rührkuchen-Rezepte aus. Natürlich dürft Ihr die Rezepte am Ende mitnehmen, um sie zu Hause nachzubacken.
Mitzubringen: Schürze, Haargummi falls erforderlich, Trinken, Gefäß für Kuchen.

249

Ran an die Töpfe
für Kinder von 8-14 Jahren

Leitung: Öznur Lutzweiler
Beginn/Zeit: Samstag, 29.04.2017, 10.00-13.00 Uhr
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 15,00 (+ ca. 7,00 € Materialkosten im Kurs zu bezahlen)

Hier lernen die Kinder selbständig leckeres und gesundes Essen zuzubereiten. Wir werden versuchen zu jeder Hauptspeise entweder eine Vorspeise und im Wechsel auch mal eine Nachspeise zu zaubern.
Mitzubringen: Geschirrtuch, Gefäß für Essensproben, Schürze falls vorhanden und Trinken.

250

Ran an die Töpfe
für Kinder von 8-14 Jahren

Leitung: Öznur Lutzweiler
Beginn/Zeit: Samstag, 24.06.2017, 10.00-13.00 Uhr
Ort: Albert-Schweitzer-Schule, OT Reichenbach
Gebühr: € 15,00 (+ ca. 7,00 € Materialkosten im Kurs zu bezahlen)

Kursinhalt und mitzubringen wie K 249.

Anmeldungen per Überweisung sind nicht möglich.
Bitte fragen Sie erst nach, ob in dem gewünschten Kurs noch Plätze frei sind oder ob der Kurs auch wirklich stattfindet.

251

Taekima Kids
sportlich · entspannt · selbstsicher

Ferienkurs
Taekima Kids für Anfänger
Selbstverteidigung, Selbstbehauptung, Fitness und Entspannung für Kinder von 7-12 Jahren

Leitung: Kai Pustlauk
Beginn/Zeit: Di. 18.04., Mi. 19.04., Do. 20.04.2017, jeweils 14.00-15.30 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00

Taekima „Kids“ ist ein neuartiges Sportkonzept und wurde speziell für Kinder (ab 7 Jahren) entwickelt. Es verbindet Selbstverteidigung und Selbstbehauptung mit Fitness und Entspannung. Die Kombination dieser 3 Elemente macht Taekima so einzigartig. Ausgeglichene, freundliche und motivierte Kinder sind das Ziel.
In diesem Kurs wird bewusst das Sozialverhalten der Kinder gefördert. Kraft, Koordination und Reaktionsspielchen sorgen für Spaß an der Bewegung, ein „Bruchtest“ (Brett zerschlagen) sorgt für die nötige Konzentration und stärkt das Selbstbewusstsein. Atemübungen und Entspannungstechniken helfen, gezielt vom „Stress“ abzuschalten und einfach mal wieder runter zukommen. Kindgerechte Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungsübungen stärken das Selbstwertgefühl des Kindes.
Mitzubringen: bequeme Sportkleidung und Trinken.

252

Taekima Kids
sportlich · entspannt · selbstsicher

Ferienkurs
Taekima Kids für Anfänger
Selbstverteidigung, Selbstbehauptung, Fitness und Entspannung für Kinder von 7-12 Jahren

Leitung: Kai Pustlauk
Beginn/Zeit: Di. 01.08., Mi. 02.08., Do. 03.08.2017, jeweils 14.00-15.30 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 50,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 251.

253

Taekima Kids
sportlich · entspannt · selbstsicher

Workshop
Taekima Kids für Fortgeschrittene
Selbstverteidigung, Selbstbehauptung, Fitness und Entspannung für Kinder von 7-12 Jahren

Leitung: Kai Pustlauk
Beginn/Zeit: Samstag, 20.05.2017, 11.30-14.30 Uhr
Ort: Kulturtreff, Stuttg. Str. 25a, OT Reichenbach
Gebühr: € 33,00

Kursinhalt und mitzubringen wie K 251.

254 NEU

Intuitives Bogenschießen
für Kinder ab 9 Jahren

Leitung: Rigobert Ochs
Beginn/Zeit: Samstag, ab 29.04.2017, 10.30-12.00 Uhr, 8-mal
Ort: Sporthalle Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 79,00

Der Umgang mit Bogen und Pfeil verbessert Aufmerksamkeit, Konzentration, Disziplin, Körperwahrnehmung, Körperspannung und Kraft. Intuitives Bogenschießen ist nicht primär Sport, sondern vor allem eine Möglichkeit, zu sich selbst zu finden, ruhig zu werden.
Kursziele: Erlernen der Grundtechnik des Bogenschießens, Stärkung des Selbstbewusstseins durch Erfolgserlebnisse, Ruhe finden (meditativer Aspekt), sich freuen (z. B. beim Schießen auf Luftballons).
Mitzubringen: saubere Sportschuhe
.

255

Bogenschießen für Kinder ab 8 Jahren
mit oder ohne Eltern

Leitung: Markus Winterberg
Veranstalter: Ski- und Outdoorschule
Black Forest Magic Nordbaden
Beginn/Zeit: Sonntag, 23.07.2017, 10.00 -12.00 Uhr
Treffpunkt: Karlsruhe - Gelände Sportgemeinschaft (SG)
Siemens, Hertzstr. 23, 76187 Karlsruhe.
Gebühr: € 22,00 (pro Person)

Entdecken Sie die Faszination des Bogensports. Bogenschießen bedeutet puren Spaß für alle Altersklassen. Den Teilnehmern werden die gesamte Ausrüstung sowie zwei erfahrene Dozenten zur Seite gestellt. Geschossen wird im Freien auf Zielscheiben. Bei schlechtem Wetter gehen wir spontan in die angrenzende Halle.
Auch Eltern können sich für diesen Kurs mit ihren Kindern anmelden.
Die Ski, Outdoorschule & Kanustation Black Forest Magic Freiburg/Bad Bellingen meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per Email bei den Teilnehmenden mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz und Handy), sowie unbedingt die E-Mailadresse an. Bitte prüfen Sie unbedingt Ihre Emails zwei Tage vor Beginn der Veranstaltung. Sollten Sie keine Email oder einen Telefonanruf bis zwei Tage vor Kursbeginn erhalten, dann melden Sie sich bitte telefonisch beim Veranstalter Tel. 07664-6137700.
http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=U7vEFeah-Ck

256

Felsklettern für Kinder und Jugendliche
von 8-14 Jahren – Einsteigerkurs 1 Tag
mit oder ohne Eltern

Leitung: Thomas Bührer
Veranstalter: Outdoor- und Schneesportschule
Black Forest Freiburg/Feldberg
Beginn/Zeit: Samstag, 01.07.2017, 08.30 -13.00 Uhr
Bei schlechtem Wetter wird der Kurs verbindlich
auf Samstag, 15.07.2017 verschoben.
Gebühr: € 45,00

Der Battertfelsen ist landschaftlich eingebunden in die herrliche Bergwelt des Schwarzwaldes.
Bei diesem Einsteigerkurs geht es auf leichten Kletterrouten in der Toprope-Sicherungstechnik zum höchsten Punkt eines natürlichen Einsteigerfelsens. Da es jeder Teilnehmer alleine schaffen wird, den höchsten Punkt zu erreichen, ist das Glücksgefühl dementsprechend groß, so dass eine solche Tour zu einem absolut unvergesslichen Erlebnis wird. Nicht zuletzt bietet sich jedem Teilnehmer ein traumhafter Blick auf Baden-Baden. Während des Kurses werden grundlegende Sicherungs- und Kletterkenntnisse vermittelt. Speziell lernt der Teilnehmer auch die Handhabung der Sicherheitsausrüstung. Erfahrene Kletterlehrer weisen die Teilnehmer mit Kenntnis und Geduld ein. Den krönenden Abschluss bildet das Abseilen vom Fels. **Keine Vorkenntnisse erforderlich.**
Der Kletterkurs zusammengefasst: Kennenlernen der Ausrüstung, Partnercheck, Partnersicherung mit HMS, Handling beim Seilausgeben bzw. Seileinholen, Topropeklettern, Einblick in die Klettergrundtechnik, Seilkommando beim Topropeklettern.
Treffpunkt: Ebersteinburg bei Baden-Baden am Haupteingang des Hotels Wolfsschlucht.
Eine genaue Wegbeschreibung wird in der Veranstaltungswoche bis Donnerstag bekannt gegeben.
Mitzubringen: Regenjacke und Rucksack mit Proviant, Sonnencreme, Kopfbedeckung und Turnschuhe. Kletterausrüstung wird zur Verfügung gestellt. **Jugendliche und Erwachsene werden in getrennten Gruppen unterrichtet. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.** Eltern können beim Kinderkurs mit teilnehmen, müssen sich jedoch getrennt im Kinderkurs anmelden.
Die Ski, Outdoorschule & Kanustation Black Forest Magic Freiburg/Bad Bellingen meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per Email bei den Teilnehmenden mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt. Dazu geben Sie bitte bei der Anmeldung möglichst Ihre Telefonnummer (Festnetz und Handy), sowie unbedingt die E-Mailadresse an. Bitte prüfen Sie unbedingt ihre Emails zwei Tage vor Beginn der Veranstaltung. Sollten Sie keine Email oder einen Telefonanruf bis zwei Tage vor Kursbeginn erhalten, dann melden Sie sich bitte telefonisch beim Veranstalter Tel. 07664-6137700.
http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=U7vEFeah-Ck

257

Felsklettern für Kinder und Jugendliche von 8-14 Jahren – Einsteigerkurs 2 Tage (vertieft) mit oder ohne Eltern

Leitung: Thomas Bührer
Veranstalter: Outdoor- und Schneesportschule Black Forest Magic Feldberg/Freiburg
Beginn/Zeit: Sa. 01.07. und So. 02.07.2017, Jeweils 08.30-13.00 Uhr
Bei schlechtem Wetter wird der Kurs verbindlich auf Sa. 15.07. und So 16.07.2017 verschoben.
Gebühr: € 85,00
Kursinhalt und mitzubringen wie K 256.

258

Ferienkurs
Töpferwerkstatt für Kinder von 8-13 Jahren

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Mo. 31.07., Di. 01.08., Mi. 02.08.2017, jeweils 10.30-12.30 Uhr, + ein Glasurtermin nach Absprache
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 59,00 (inkl. Material)
Mitzubringen: Töpferspaß und Kittel.

259

Töpfern für Kinder von 5-7 Jahren

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Freitag, ab 10.03.2017, 15.00-16.30 Uhr, 6-mal
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 48,00 (inkl. Material)
Alle Kinder, die gerne mit Ton arbeiten, können in diesen Kursen wieder neue Ideen ausprobieren.
Mitzubringen wie K 258.

Auch bei Nichtteilnahme wird die Kursgebühr fällig, wenn der Rücktritt nicht rechtzeitig erfolgt ist. (Siehe Geschäftsbedingungen)

260

Töpfern für Kinder von 5-7 Jahren

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Freitag, ab 19.05.2017, 15.00-16.30 Uhr, 6-mal
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 48,00 (inkl. Material)
Alle Kinder, die gerne mit Ton arbeiten, können in diesen Kursen wieder neue Ideen ausprobieren.
Mitzubringen wie K 258.

261

Töpfern für Kinder ab 8 Jahren

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 08.03.2017, 15.00-16.30 Uhr, 6-mal
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 48,00 (inkl. Material)
Mitzubringen wie K 258.

262

Töpfern für Kinder ab 8 Jahren

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Mittwoch, ab 17.05.2017, 15.00-16.30 Uhr, 6-mal
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 48,00 (inkl. Material)
Mitzubringen wie K 258.

263

Mutter- oder Vater-Kind-Töpfern

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Samstag, 11.02.2017, 10.00-12.30 Uhr
Glasurtermin: Samstag, 18.02.2017, 10.00-13.30 Uhr
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 53,00 pro Paar (inkl. Material)
Wer wem helfen kann, wird sich zeigen. Auf jeden Fall macht gemeinsames Töpfern viel Spaß!
1.Termin Töpfern nach Vorschlägen oder eigenen Ideen und 1 Glasurtermin.

264

Mutter- oder Vater-Kind-Töpfern

Leitung: Trudel Czychi
Beginn/Zeit: Samstag, 11.02.2017, 14.30-17.00 Uhr
Glasurtermin: Samstag, 18.02.2017, 14.30-18.00 Uhr
Ort: Töpferstudio, Anne-Frank-Schule, OT Busenbach
Gebühr: € 53,00 pro Paar (inkl. Material)
Kursinhalt wie K 263.

Kurs-Nr. 265 und 266

Technik-Workshops NEU

So macht Technik Spaß: Wir bauen, erfinden, tüfteln und jedes Kind baut sein eigenes Spielzeug. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Ob für Geburtstag oder für sonstige, besondere Anlässe, die ideale Geschenkidee für ihr Kind.

265 NEU

Raketenwerkstatt
für Kinder ab 5 Jahren

Leitung: Andrea Kugler
Beginn/Zeit: Samstag, 21.01.2017, 09.00-13.00 Uhr
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 49,00 (inkl. 20,00 € für Material)
Wir lernen alles über verschiedenste Raketenantriebe, und probieren sie aus. Wir schicken unsere Raketen zum Wunschplaneten, und bauen unsere eigene Raketenbasis Station, für viele Raketenstarts zu Hause zum Mitnehmen.

266 NEU

Autowerkstatt
für Kinder ab 8 Jahren

Leitung: Andrea Kugler
Beginn/Zeit: Freitag, 07.04.2017, 15.00-18.00 Uhr
Ort: Stuttgarter Str. 27, OT Reichenbach
Gebühr: € 42,00 (inkl. 20,00 € für Material)
Jeder baut und designt sein eigenes „hot wheel“ Elektroauto. Entwerfen, konstruieren, bauen, testen - 3-2-1- go!

267

Ich male mir die Welt, wie sie mir gefällt
für Kinder ab 2 Jahren mit einer Begleitperson

Leitung: Anuschka Gabriele Rausch
Beginn/Zeit: Freitag, 27.01.2017, 16.30-17.30 Uhr
Ort: Atelier Kunst(T)Raum, Boschstr. 4, Karlsbad
Gebühr: € 12,00 pro Kind (inkl. aller Materialien)
Malen, Basteln, Erzählen – alles was Euch Spaß macht. Geschwisterkinder sind herzlich willkommen.

268

Osterwerkstatt für die Kleinen
für Kinder ab 2 Jahren mit einer Begleitperson

Leitung: Anuschka Gabriele Rausch
Beginn/Zeit: Freitag, 07.04.2017, 16.30-17.30 Uhr
Ort: Atelier Kunst(T)Raum, Boschstr. 4, Karlsbad
Gebühr: € 12,00 pro Kind (inkl. aller Materialen)
Malen, Basteln, Erzählen – alles was Euch Spaß macht. Geschwisterkinder sind herzlich willkommen.

269

Osterwerkstatt für die Kleinen
für Kinder ab 2 Jahren mit einer Begleitperson

Leitung: Anuschka Gabriele Rausch
Beginn/Zeit: Dienstag,11.04.2017, 16.30-17.30 Uhr
Ort: Atelier Kunst(T)Raum, Boschstr. 4, Karlsbad
Gebühr: € 12,00 pro Kind (inkl. aller Materialen)
Kursinhalt wie K 268.

Haben Sie Ihre Kursgebühr schon bezahlt?

Bei Anmeldungen per E-Mail oder Internet erhalten Sie umgehend eine Bestätigung. Falls nicht – bitte melden.

Unsere Bankverbindung:
Volksbank Ettlingen
IBAN: DE79 6609 1200 0000 2019 28
BIC: GENODE 61 ETT

VOLKSHOCHSCHULEN MITTLERER OBERRHEIN

VHS Baden-Baden, Jägerweg 10, **76532 Baden-Baden**
Telefon 07222 / 9965360
Fax 07221/ 9965369
Internet www.vhs-baden-baden.de
Mail info@vhs-baden-baden.de

VHS Bretten, Melanchthonstr.3, 765015 Bretten
Telefon 07252 / 583717
Fax 07252 / 583714
Internet www.vhs-bretten.de
Mail vhs@bretten.de

VHS Bruchsal, Am alten Schloss 2, 76646 Bruchsal
Telefon 07251 / 79304-6
Fax 07251 / 79360
Internet www.vhs-bruchsal.de
Mail vhs@bruchsal.de

VHS Ettlingen, Pforzheimer Straße 14 a, 75275 Ettlingen
Telefon 07243 / 101-483, -484
Fax 07243 / 101-556
Internet www.ettlingen.de/vhs
Mail vhs@ettlingen.de

PAMINA-VHS, 2 Place des Carmes, **F-67160 Wissembourg**
Telefon 0033-3-88949564 /
Fax 0033-38949570
Internet www.up-pamina-vhs.org
Mail info@up-pamina-vhs.org

VHS Karlsbad
Wikingerstraße 9, 76307 Karlsbad (Hausanschrift)
Postfach 10 01 46, 76298 Karlsbad (Postanschrift)
Telefon 07202 / 1793
Fax 07202 / 3508
Internet www.vhs-karlsbad.de
Mail info@vhs-karlsbad

VHS Karlsruhe (Stadt), Postfach 111 411, 76064 Karlsruhe
Telefon 0721 / 98575-0
Fax 0721 / 98575-75
Internet www.vhs.karlsruhe.de
Mail vhs@karlsruhe.de

VHS Landkreis Karlsruhe, Ettlinger Str. 27, 76137 Karlsruhe
Telefon 0721 / 921109-0
Fax 0721 / 3528330
Internet www.vhs-karlsruhe-land.de
Mail info@vhs-karlsruhe-land.de

VHS Landkreis Rastatt, Am Schlossplatz 5, 76437 Rastatt
Telefon 07222 / 381-3500
Fax 07222 / 381-3598
Internet www.vhs-landkreis-rastatt.de
Mail vhs@landkreis-rastatt.de

VHS Waldbronn, Stuttgarter Straße 25 a, 76337 Waldbronn
Telefon 07243 / 69091 + 69092
Fax 07243 / 63267
Internet www.vhs-waldbronn.de
Mail vhs@waldbronn.de

ANMELDUNG für VHS WALDBRONN

Kurs-Nr.: | Bezeichnung: | Leitung:

Name und Anschrift: _____

Telefon: _____

Freiwillige Angabe zu statistischen Zwecken:

Geburtsjahr: _____

Das Kursgeld ist auf das Konto der VHS Waldbronn
IBAN DE79 6609 1200 0000 201928 / BIC GENODE 61 ETT
bei der Volksbank Ettlingen zu überweisen. Mit der Anmeldung
werden die Geschäftsbedingungen der VHS Waldbronn anerkannt.
Bei nicht oder nicht rechtzeitig erfolgter Abmeldung wird durch
die VHS keine Rückerstattung geleistet.

_____
(Unterschrift)

Université Populaire
PAMINA
Volkshochschule
Palatinat - Mittlerer Oberrhein - Nord Alsace

UP PAMINA VHS
Université Populaire Pamina Volkshochschule
2 Place des Carmes
F-67160 Wissembourg
Tel.: 0(033)3 88 94 95 64
Fax: 0(033)3 88 94 95 70
E-Mail : info@up-pamina-vhs.org
Internet : www.up-pamina-vhs.org

Die UP Pamina VHS ist eine deutsch-französische Einrichtung der Erwachsenenbildung mit Sitz in Weißenburg/Elsass. Wir veranstalten grenzüberschreitende Exkursionen und Kurse, die sich an alle Bürger/innen des PAMINA-Raums (PA: Pfalz, MI: Mittlerer Oberrhein, NA: Nord Alsace) und darüber hinaus richten. Unser Veranstaltungsangebot deckt verschiedene Themengebiete wie Kunst & Kultur, Sprachen & Landeskunde, Natur & Technik, Gesundheit & Kreativität, u.v.m. ab. Durch unsere Arbeit wollen wir ein grenzüberschreitendes Bildungsprogramm im Pamina-Raum entwickeln und die deutsch-französische Zusammenarbeit mit den benachbarten Volkshochschulen unterstützen. Das aktuelle Programmheft liegt für Sie in den VHS Karlsbad und Waldbronn bereit oder kann Ihnen auf Anfrage durch die UP Pamina VHS kostenlos zugeschickt werden.

Besuchen Sie auch die Veranstaltungen des Kulturrings

Kultur-ring Waldbronn

Freitag,	13.01.2017	Violinabend Tianwa Yang
Sonntag,	05.03.2017	Armin Fischer “Lust auf Meer”
Samstag,	01.04.2017	Steve “Big Man” Clayton The Wildbluesman
Sonntag,	07.05.2017	in Verbindung mit dem SNW Waldbronn e.V. Wiener Melange

Nähere Einzelheiten entnehmen Sie bitte dem ausführlichen Programm des Kulturrings Waldbronn.

TrainerQualifikation[vhs]

Die **TrainerQualifikation[vhs]** ist das Fortbildungsprogramm für Kursleiterinnen und Kursleiter der Volkshochschulen der Region Mittlerer Oberrhein. Neben den Dozentinnen und Dozenten der Volkshochschulen steht das Fortbildungsprogramm auch externen Kursleitenden, die in der Erwachsenenbildung tätig sind, offen.

Die Seminare bieten professionelles Wissen für erfolgreichen Unterricht:

Basiskompetenzen

11.2. Einführungsseminar für neue Kursleiter/-innen, Q83-001
10.3. Frauen- und Männerbilder im Kursraum, Q83-003
18.3. Motivationskiller ade, Q83-004
19.3. Notfälle im Unterricht, Q83-005
31.3. Steuerrecht und Sozialversicherung, Q83-006
6.5. Körpersprache, Q83-007
13.5. Außen- und Selbstwahrnehmung, Q83-008
14.5. Gedächtnis verbessern, Denkfähigkeiten fördern, Q83-009
3.6. Flipchartkurs, Q83-010
1.7. Methodenwerkstatt, Q83-011
1.7. Umgang mit schwierigen Kurssituationen, Q83-012
8.7. Das stärkste Argument sind Sie! Q83-013
22.7. Interkulturelle Kompetenz, Q83-014

Erweiterte Lernwelten

15.2. Einführung in das LMS Moodle, Q83-021
24.2. Medientechnik an der vhs Karlsruhe, Q83-002
4.3. Arbeiten mit Moodle Foren, Q83-022, Q83-027
10.3. Arbeiten mit Moodle Glossare, Q83-023, Q83-028
1.4. Arbeiten mit Moodle Wikis, Q83-024, Q83-029
29.4. Arbeiten mit Moodle Tests, Q83-025, Q83-030
13.5. Arbeiten mit Moodle Feedback, Q83-026, Q83-031

Fachspezifische Kompetenzen

17.2. Lieder und Videos im Fremdsprachenunterricht
Anmeldung an truppat@hueber.de
18.2. Dozent/-innen Tag Zumba® & Co, Q83-044
31.3.-2.4. Zürcher-Ressourcen-Modell (ZRM), Q83-040
18.4.-15.9. Qualifizierung zur Betreuungskraft nach § 87b Abs. 3 SGB XI Q83-045
8.7. Open Educational Resources, Q83-042

Das komplette Programm 1.2017
finden Sie unter vhs-karlsruhe.de

Ihre Anmeldung schicken Sie bitte an: stolz@vhs-karlsruhe.de
Nähere Informationen erhalten Sie über Petra Stolz, Tel.: 0721 98575-16

ANMELDUNG für VHS WALDBRONN

Kurs-Nr.: | Bezeichnung: | Leitung:

Name und Anschrift: _____

Telefon: _____

Freiwillige Angabe zu statistischen Zwecken:
Geburtsjahr: _____

Das Kursgeld ist auf das Konto der VHS Waldbronn
IBAN DE79 6609 1200 0000 201928 / BIC GENODE 61 ETT
bei der Volksbank Ettlingen zu überweisen. Mit der Anmeldung
werden die Geschäftsbedingungen der VHS Waldbronn anerkannt.
Bei nicht oder nicht rechtzeitig erfolgter Abmeldung wird durch
die VHS keine Rückerstattung geleistet.

_____ (Unterschrift)

ANMELDUNG für VHS WALDBRONN

Kurs-Nr.:	Bezeichnung:	Leitung:

Name und Anschrift: _____

Freiwillige Angabe zu statistischen Zwecken:

Geburtsjahr: _____

Telefon: _____

Das Kursgeld ist auf das Konto der VHS Waldbronn
IBAN DE79 6609 1200 0000 201928 / BIC GENODE 61 ETT
bei der Volksbank Ettlingen zu überweisen. Mit der Anmeldung
werden die Geschäftsbedingungen der VHS Waldbronn anerkannt.
Bei nicht oder nicht rechtzeitig erfolgter Abmeldung wird durch
die VHS keine Rückerstattung geleistet.

_____ (Unterschrift)

Die acht Volkshochschulen der Region Mittlerer Oberrhein, Baden-Baden, Bretten, Bruchsal, Ettlingen, Karlsbad, Karlsruhe Land, Karlsruhe Stadt und Waldbronn sowie die UP Pamina vhs sind der größte regionale Anbieter in allgemeiner und beruflicher Weiterbildung.

Von den Standardkursen in der EDV über Qualifikationen im kaufmännischen Bereich bis zu Spezialthemen Ihrer persönlichen Weiterbildung finden Sie alles im Verbund der genannten Volkshochschulen – wenn nicht direkt bei „Ihrer" vhs vor Ort, dann sicher in einer vhs in der Nähe.

vhs gemeinsam für mehr Bildung

Nutzen Sie das flächendeckende Netz der Volkshochschulen!

Qualität, Angebotsbreite, Preis-Leistungs-Verhältnis – das Programm der Volkshochschulen ist wegweisend. Die wichtigsten Merkmale ihres Leistungsspektrums sind:

- neutrale und unabhängige Bildungsberatung
- hoch qualifizierte Dozent/innen
- ständige Betreuung und Fortbildung der Dozent/innen
- Einsatz neuer Lehr- und Lernformen
- Berücksichtigung aktueller Trends und gesellschaftlicher Entwicklungen
- Breites Angebot mit unterschiedlichen Unterrichtsformen und –zeiten
- ständige Überprüfung der Qualität

Also nutzen Sie das leistungsstarke Angebot der Volkshochschulen. – Es lohnt sich!

Die FrauenAkademie der vhs Karlsruhe

Die FrauenAkademie der vhs Karlsruhe ist ein Lehrgang über 6 Semester für Frauen in allen Lebenssituationen und aus allen Kulturen. Sie bietet die Chance, die eigene Biografie zu reflektieren und daraus neue Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Lernen an der FrauenAkademie heißt

- Theorie und Praxis zu verbinden
- neue Methoden, Wissen, Fertigkeiten einzusetzen
- weitgehend selbstständig Fragen und Probleme zu bearbeiten und zu präsentieren
- neues Wissen in Projektarbeiten praktisch umzusetzen

Studienthemen und -inhalte der FrauenAkademie:

- Lern- und Arbeitstechniken/persönliche sowie soziale Kompetenzen: u.a. strukturiertes Arbeiten, Zeitmanagement, Rhetorik, Kompetenzprofil
- Allgemeinbildung: u.a. Literatur, Kunstgeschichte, Frau und Gesellschaft, kreatives Arbeiten
- Gesundheitsbildung: u.a. Psychologie, Kräuterheilkunde, Stressbewältigung

Weitere Informationen:

Weitere Informationen finden Sie unter: www.vhs-karlsruhe.de/frauenakademie. Lassen Sie sich bei Karin Müller, Tel.: 0721 98575-32, E-Mail: mueller@vhs-karlsruhe.de beraten.

Herausgeber:

Gemeinde Karlsbad
VHS Karlsbad
Wikingerstraße 9
76307 Karlsbad
07202-1793
07202-3508
info@vhs-karlsbad.de
www.vhs-karlsbad.de

Gemeinde Waldbronn
VHS Waldbronn
Stuttgarter Straße 25a
76337 Waldbronn
07243-69091 /-92
07243-63267
vhs@waldbronn.de
www.vhs-waldbronn.de

Druck:
Karl Elser Druck GmbH
Niederlassung Karlsbad
Ettlinger Straße 34
76307 Karlsbad
karlsbad@elserdruck.de

Print CO_2 kompensiert
Id-Nr. 1657239
www.bvdm-online.de

Klimaneutral hergestellt durch
Print CO_2 Kompensation Ident.-Nr. 1657239
bei www.bvdm-online.de

Notizen:

Die Volkshochschulen Karlsbad und Waldbronn bedanken sich bei den unten genannten Firmen, die durch eine Anzeigenschaltung die Arbeit der beiden Volkshochschulen unterstützt haben:

- AccoMusica e.V. Karlsbad
- Albtal-Pflege-Team
- All-Electro GmbH
- Allianz Generalvertretung Andreas Zink
- Allion Bodenbeläge
- Anderer Helmut Steuerberater
- Anwaltskanzlei Laible
- AOK Die Gesundheitskasse BW
- Bäckerei Richard Nussbaumer
- Bastel-Lädle Keppler
- Bauchert Heizung
- BBP Bosch, Bertel & Co. GmbH Steuerberatungsgesellschaft
- Becker Sanitärtechnik GmbH
- Bodemer Petra Physiofit
- Brennstoffe Kappler
- Brunnen Apotheke
- Buchhandlung Lettera
- Central-Apotheke
- Christiane Berg, Diplom-Psychologe
- Der Scheunenladen Geflügelhof Denninger
- Dorwarth und Partner Steuerberatungsgesellschaft
- Dreher Elektro
- Eberle & Seyfried GmbH
- Eco Schuhe GmbH
- Fachfußpflege Rose-Marie Kruszyna
- Fachfußpflege Sandra Oberacker
- Foto-Studio Schaudel / Büge
- Funk- u. Fernsehservice Häring GmbH
- Gartenbau Bauer
- Gartner Garten- u. Landschaftsbau
- Gemeindebücherei Karlsbad
- GöPi GmbH
- Heimdecor Schmidt
- Herrmann Ultraschalltechnik GmbH & Co. KG
- Hörakustik Fischbach
- Hornikel Stuckateur und Maler GmbH
- Ingenieurbüro für Bau- und Energieberatung Achim Hannen
- Karl Baugesellschaft mbH
- Karl Elser Druck GmbH
- Kraft GmbH & Co. KG
- Kuckuckshof Öko Weingut
- Kunz Thomas und Manuel GbR - Sanitär- u. Heizungstechnik
- LebeGut-Haus
- LiteraDur Bücher & Noten
- Lohn- und Einkommenssteuer Hilfe-Ring Deutschland e.V.
- Malerfachbetrieb Feißt
- Malerfachbetrieb Keßler
- Malerfachbetrieb Rupp
- Martin Solar- und Haustechnik
- Metzgerei Messaros
- Neumaier & Becker GmbH
- PC-Profi ArgonSoft GmbH
- Pflanzen Oase Jansen
- Polytec GmbH
- PROFI Schmitt GmbH Werkers Welt
- Queens Tinte
- Ring-Foto-Kunze
- Rollladen Erwin Kunz GmbH
- Schall Restaurant Albtherme
- Schreinerei Rimmelspacher
- Schreinerei Stadler
- Schuhhaus Lichtenberger GmbH
- Schwarzwald-Apotheke
- Schwitzer's Brasserie & Lounge
- Sonotronic Nagel GmbH
- Sparkasse Karlsruhe Ettlingen
- SRH Klinikum
- Stadtwerke Ettlingen GmbH
- St. Barbara Apotheke
- Steppe Wolfram Elektroanlagen
- Steuerberatung Günter Oden
- Steuerberatungsbüro Heike Hecht
- SWR
- Tantzky GmbH Büro- und Kommunikationssysteme
- Troja Computer-Dienstleistungen
- Unico Genuss und Geschenke
- Unser Bioladen Waldbronn eG
- Volksbank Ettlingen eG

Es wäre schön, wenn Sie bei Ihrem Einkauf unsere Anzeigenkunden berücksichtigen würden und dadurch die Fortführung unserer VHS-Arbeit ein Stück weit unterstützen. Im Voraus herzlichen Dank

SWE-RegioStrom

100% Ökostrom für meine Heimat

✓ **lokaler Energieversorger**
✓ **kompetenter Service**
✓ **geprüfter Ökostrom mit Auszeichnung**

Jetzt unter www.sw-ettlingen.de zuerst Stromkosten ermitteln und anschließend online bestellen.

ENERGIEVERBRAUCHERPORTAL TOP LOKALVERSORGER 2016 STROM & GAS

Nähere Informationen:
Stadtwerke Ettlingen GmbH
Tel. 07243 101-658
kundenservice@sw-ettlingen.de
www.sw-ettlingen.de

SWE
Stadtwerke Ettlingen GmbH

Ausbildung, Studium und Karriere bei Herrmann Ultraschall.

Die Technologie von Herrmann Ultraschall wird in vielen Branchen eingesetzt, um Kunststoffe mittels Ultraschallvibrationen aufzuschmelzen und dauerhaft zu verbinden – man nennt das „Ultraschallschweißen“. Viele Produkte des Alltags wie elektrische Zahnbürsten, Druckerpatronen und Automobilteile, aber auch Lebensmittelverpackungen und Hygieneartikel werden mit Ultraschall verschweißt. Unsere Kunden sind namhafte Konzerne, die unser mehr als 50-jähriges Know-how schätzen. Mit Hauptsitz in Karlsbad-Ittersbach sowie Niederlassungen in Europa, Amerika und Asien agieren wir weltweit in einem dynamischen Markt.

Herrmann Akademie: Mitarbeiter für Mitarbeiter

Die 2011 gegründete hauseigene Akademie bietet einen umfassenden Schulungsplan für die Einarbeitungsphase neuer Mitarbeiter über die ersten 100 Tage. Hier werden Einblicke in die Technik und alle Abläufe vermittelt, unabhängig vom Einsatzgebiet. Über 50 Mitarbeiter mit unterschiedlichsten Spezialkenntnissen engagieren sich hierbei als Trainer. Auch etablierte Mitarbeiter profitieren von den Weiterbildungsmaßnahmen der Herrmann Akademie.

Jetzt bewerben unter:
personal@herrmannultraschall.com

Herrmann Ultraschalltechnik GmbH & Co. KG
Descostraße 3-9 · 76307 Karlsbad, Germany
Tel. +49 7248 79-0 · **www.herrmannultraschall.com**