Absender Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefonnummer (tagsüber)

Bitte ausreichend frankieren.

Der Magistrat der Stadt Langen
Bürgerkontakte
Südliche Ringstraße 80

63225 Langen

Ihre Daten werden selbstverständlich vertraulich behandelt.
Sie können die Karte entweder in die Meinungsbox im Rathaus werfen oder per Post an uns schicken.

Wir bedanken uns für Ihre Mithilfe.

Sie können uns gerne auch über unser Bürgertelefon (Anrufbentworter) oder per E-Mail erreichen.

Telefon: 06103 203-777
E-Mail buergerkontakte@langen.de

Im Internet finden Sie uns unter
www.langen.de

Langen RheinMain
IDEEN TREFFEN MENSCHEN

Mit dieser Anmeldung erkenne ich die Geschäftsbedingungen der Langener Volkshochschule an.

Ich bin einverstanden, dass Namen, Vornamen, Anschrift, Geburtsjahrgang und Telefonnummer in einer Datei gespeichert werden.
Die Daten dienen lediglich der internen Bearbeitung durch die VHS-Langen. Sie dürfen weder für andere Zwecke ausgewertet, noch an Dritte weitergegeben werden.

Fristen für Sperrung und Löschung sind nicht festgesetzt.

Telefon **06103 910460**

Bitte ausreichend frankieren.

Der Magistrat der Stadt Langen
FD21 Kultur und Sport
Südliche Ringstraße 80

63225 Langen

Mit dieser Anmeldung erkenne ich die Geschäftsbedingungen der Langener Volkshochschule an.

Ich bin einverstanden, dass Namen, Vornamen, Anschrift, Geburtsjahrgang und Telefonnummer in einer Datei gespeichert werden.
Die Daten dienen lediglich der internen Bearbeitung durch die VHS-Langen. Sie dürfen weder für andere Zwecke ausgewertet, noch an Dritte weitergegeben werden.

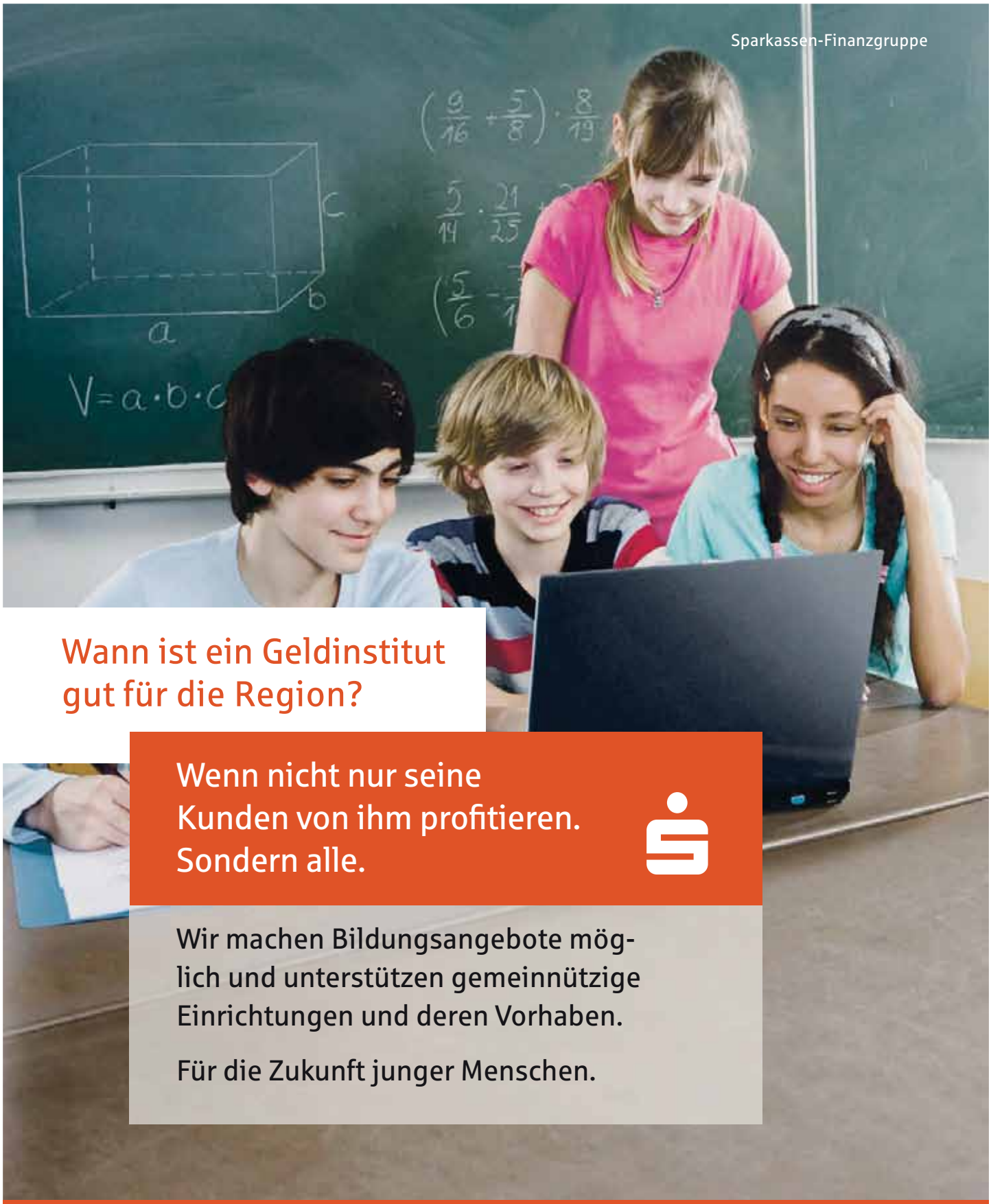
Fristen für Sperrung und Löschung sind nicht festgesetzt.

Telefon **06103 910460**

Bitte ausreichend frankieren.

Der Magistrat der Stadt Langen
FD21 Kultur und Sport
Südliche Ringstraße 80

63225 Langen



Wann ist ein Geldinstitut gut für die Region?

Wenn nicht nur seine Kunden von ihm profitieren. Sondern alle.

Wir machen Bildungsangebote möglich und unterstützen gemeinnützige Einrichtungen und deren Vorhaben.

Für die Zukunft junger Menschen.

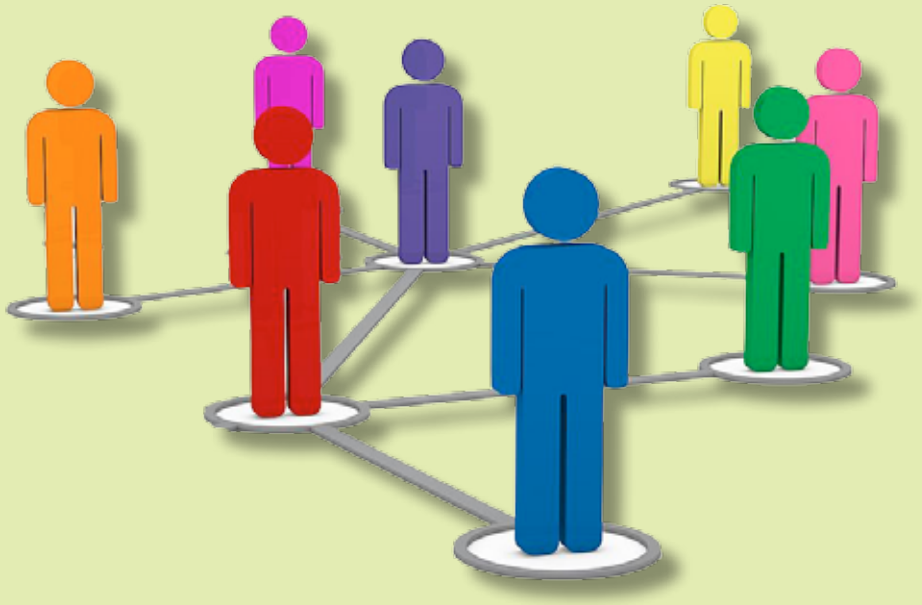
Sparkasse Langen-Seligenstadt

Gut. Für die Region.

Langen RheinMain
IDEEN TREFFEN MENSCHEN

vhs

Kulturprogramm 1/2014



Volkshochschule Langen

mistertravel
reiseservice

Ob Individual-, Pauschal-, oder Geschäftsreise, ob Bahnfahrt oder Flug, Hotel oder Kreuzfahrt, für alle Belange rund ums Reisen sind Sie bei uns genau richtig.

Unser Special-Service
Sparen Sie sich die stundenlange Suche im Internet und profitieren Sie von unseren Erfahrungen und unserem persönlichen Service. Wir suchen Ihr Traumhotel, überprüfen die Kundenbewertungen, vergleichen die Preise aller Veranstalter und bieten Ihnen gerne eine Auswahl an Angeboten, unter denen sicher auch genau das Richtige für Sie dabei ist.

Rufen Sie uns an oder nutzen Sie unseren neuen Online-Service:
www.mister-travel.de

Mister Travel Reiseservice GmbH

Langen | Westendstr. 2 | 63225 Langen | **Telefon: 0 61 03 / 250 21**
Egelsbach | Ernst-Ludwig-Str. 55 | 63329 Egelsbach | **Telefon: 0 61 03 / 94 33 33**

www.mister-travel.de

Susann Danz Naturkosmetikstudio

„Schönheit" beschränkt sich nicht nur auf das Gesicht sondern betrifft den gesamten menschlichen Körper.

Mein Behandlungsangebot für Sie:

- Gesichts- und Antiaging-Behandlungen
- Körper- und Problemzonenbehandlung (nach Weyergans-Methode)
  - Cellulite
  - lokale Fettablagerungen an Beinen (z.B. Reiterhosen) und Bauch
  - erschlafftes Bindegewebe
  - Dehnungs- und Schwangerschaftsstreifen
  - Wassereinlagerungen in den Beinen
  - erschlaffte Brüste
- Faltenbehandlung
- Gesichtsspezialbehandlungen
- Gesichtswellnessbehandlung
- Ganzkörperwellnessbehandlung
- Fuß- und Handpflege
- und vieles mehr

Entspannen Sie in der kleinen Wellnessoase

- Hot-Stone Behandlung
- Herbal-Siam-Behandlung
- Chi Yang Behandlung
- Hot Chocolate Behandlung
- und viele mehr

Susann Danz
Pestalozzistraße 22
63225 Langen

Telefon: 0 61 03 - 2 37 12
Telefax: 0 61 03 - 92 30 80
E-Mail: service@kosmetik-danz.de
Ausführliche Infos unter: www.kosmetik-danz.de

BÄRTL
Bad & Heizung

- Gas- und Wasserinstallation
- Badsanierung aus einer Hand
- Regenwassernutzung
- Kalkschutzanlagen
- Kundendienst
- Heizung
- Wartungsdienst für Gas- und Ölheizung
- Solaranlagen
- Photovoltaikanlagen

Fachbetrieb für Acryl-Badewannen-Einsätze

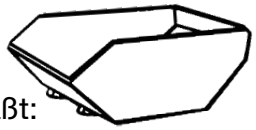
Telefon 0 61 03 - 2 34 01

August-Bebel-Str. 4 | 63225 Langen | www.baertl-langen.de

VHS LANGEN 1. SEMESTER 2014

MULTI-TRANSPORT

Containereildienst und Recycling



Unser Dienstleistungsangebot umfaßt:

Containergestellungen von 2 bis 40 m³
Abfallverwertung und Transport
Asbestentsorgung
Entrümpelungen
Baustoffe
Datenträgervernichtung § 32 BDSG
Abfallberatung

Wir bedienen Sie günstig und zuverlässig.

Raiffeisenstraße 12 • 63225 Langen
Telefon 06103 50760 • Telefax 06103 74882

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Seit 1876
Langens älteste Metzgerei

Qualität in eigener Herstellung

Breidert METZGEREI SEIT 1876

- Käsetheke
- Partyservice
- Grillspezialitäten
- Präsentkörbe in versch. Variationen
- frische Fleisch- und Wurstwaren
- eigene Schlachtung, wir verwenden nur kontrolliertes Fleisch aus der Region
- Beratung durch Fachkräfte

Fahrgasse 22 • 63225 Langen
Tel. 06103 23557 • Fax 06103 929858
www.Metzgerei-Breidert.de
Mo.-Fr. 8-18 Uhr, Sa. 8-13 Uhr

Anja's Nagelstudio
Fußpflege & Kosmetik, Michael Münster
Behandlungen nach Vereinbarung
Lutherstr. 14, Langen, Tel.: 06103 / 92 44 92
www.anjasnagelstudio.de

SPITZWEG

Ihr Treffpunkt für gesundes Leben

SPITZWEG APOTHEKE

Inh. Apotheker Gabor G. Perl

- Kompetent, zuverlässig, immer aktuell
- Ständig neue Angebote
- Wir liefern alle unsere Waren mit eigenem PKW im Umkreis von 50 km, FREI HAUS.

Besuchen Sie uns und lassen Sie sich von unserem qualifizierten Team beraten.

Wir freuen uns auf Sie!

Bahnstr. 102
63225 Langen
Tel. 06103/25224

fäz fachärztezentrum
Röntgenstr. 6-8
63225 Langen
Tel. 06103/3018–118

Bitte sorgfältig in Blockschrift schreiben

vhs-Anmeldung

Kursbezeichnung / Seminar

Dozent(in)

Kursgebühr

Name, Vorname

Telefon tagsüber/abends

Straße, PLZ, Wohnung

E-Mail

Zuzahlung: Sollte die ursprünglich geplante Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, so findet die Veranstaltung statt, wenn sich alle angemeldeten Personen mit einer Zuzahlung einverstanden erklären (s. Geschäftsbedingungen).

- ich bin mit der Zuzahlung einverstanden
- ich bin mit der Zuzahlung nicht einverstanden und ziehe für diesen Fall meine Anmeldung zurück.

vhs-Kurs Nr.

Ihr Geburtsjahr

Die Hinweise auf der Rückseite der Karte habe ich zur Kenntnis genommen.

Datum , Unterschrift

Bitte sorgfältig in Blockschrift schreiben

vhs-Anmeldung

Kursbezeichnung / Seminar

Dozent(in)

Kursgebühr

Name, Vorname

Telefon tagsüber/abends

Straße, PLZ, Wohnung

E-Mail

Zuzahlung: Sollte die ursprünglich geplante Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, so findet die Veranstaltung statt, wenn sich alle angemeldeten Personen mit einer Zuzahlung einverstanden erklären (s. Geschäftsbedingungen).

- ich bin mit der Zuzahlung einverstanden
- ich bin mit der Zuzahlung nicht einverstanden und ziehe für diesen Fall meine Anmeldung zurück.

vhs-Kurs Nr.

Ihr Geburtsjahr

Die Hinweise auf der Rückseite der Karte habe ich zur Kenntnis genommen.

Datum , Unterschrift

Sehr geehrte Damen, sehr geehrte Herren,

Sehr geehrte Damen, sehr geehrte Herren,

Ihre Meinung über Ihren Besuch im Rathaus oder einer unserer Außenstellen ist uns sehr wichtig. Deshalb möchten wir Sie bitten uns mitzuteilen, ob Sie mit unseren Serviceleistungen zufrieden waren. Sofern Sie weitere Hinweise haben, sofern Sie auf der Rückseite bitte Ihren absender an. Damit geben Sie uns die Möglichkeit für eventuelle Rückfragen

Vielen Dank

Freundlichkeit

Bürgerbüro	☐	☐	☐	☐	☐
Rathaus allgemein	☐	☐	☐	☐	☐
Stadtbücherei	☐	☐	☐	☐	☐
Volkshochschule	☐	☐	☐	☐	☐
Musikschule	☐	☐	☐	☐	☐
Haltestelle	☐	☐	☐	☐	☐

Fachliche Beratung

Bürgerbüro	☐	☐	☐	☐	☐
Rathaus allgemein	☐	☐	☐	☐	☐
Stadtbücherei	☐	☐	☐	☐	☐
Volkshochschule	☐	☐	☐	☐	☐
Musikschule	☐	☐	☐	☐	☐
Haltestelle	☐	☐	☐	☐	☐

Wartezeit

Bürgerbüro	☐	☐	☐	☐	☐
Rathaus allgemein	☐	☐	☐	☐	☐
Stadtbücherei	☐	☐	☐	☐	☐
Volkshochschule	☐	☐	☐	☐	☐
Musikschule	☐	☐	☐	☐	☐
Haltestelle	☐	☐	☐	☐	☐

Öffnungszeiten

Bürgerbüro	☐	☐	☐	☐	☐
Rathaus allgemein	☐	☐	☐	☐	☐
Stadtbücherei	☐	☐	☐	☐	☐
Volkshochschule	☐	☐	☐	☐	☐
Musikschule	☐	☐	☐	☐	☐
Haltestelle	☐	☐	☐	☐	☐

Ihre Mitteilung an uns:

Ihr Hinweis an uns:

- ☐ beschädigter Gehweg/beschädigte Straße
- ☐ defekte Straßenbeleuchtung
- ☐ beschädigtes/verschmutztes Verkehrsschild
- ☐ verunreinigter Spielplatz
- ☐ verunreinigte Grünanlage
- ☐ sonstiges:

kurze Ortsangabe:

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

abermals präsentieren wir Ihnen ein Kulturprogramm, mit dessen Angeboten Sie Ihre Freizeit sinnvoll gestalten können. Die Volkshochschule und die Musikschule der Stadt Langen eröffnen ein breites Betätigungsfeld, das die Freude an der Weiterbildung genauso mit einschließt wie den Spaß am Musizieren. Zur Programmvielfalt tragen zudem wieder zahlreiche Vereine und Institutionen mit ihren Veranstaltungen bei. Die Auswahl ist groß und spricht alle Generationen an.

Ausstellungen, Konzerte, Lesungen, Kunst und Gestalten, Sprachkurse, die Schwimmschule, die historische Druck- oder die kreative Schreibwerkstatt, spezielle Angebote für Frauen, zur Gesundheit oder zum Beruf - das Kulturprogramm ist Ausdruck unserer bunten und lebendigen Stadt Langen, die ihren Bürgerinnen und Bürgern eine gute Lebensqualität bietet. Die Angebote, unter denen Sie in diesem Heft auswählen können, zeichnen sich durch ein hervorragendes Preis-Leistungs-Verhältnis und durch motivierte Lehrkräfte aus. Auch in wirtschaftlich schwierigen Zeiten ist es uns gelungen, ein sowohl umfangreiches als auch kostengünstiges Bildungsprogramm anzubieten.

Neu ist ein Kurs in Videografie, in dem es um die Filmbearbeitung geht. Neu im Amt ist zudem unser ehrenamtlicher Stadtarchivar Heribert Gött, der jeden Dienstag die Pforten zum Stadtarchiv im Kulturhaus Altes Amtsgericht öffnet, bei Fragen zur Familiengeschichte weiterhilft und Einblicke in das umfangreiche Sortiment an Büchern, Urkunden und Karten gewährt. Darüber hinaus haben wir mit Dr. Jörg Füllgrabe einen ausgewiesenen Experten für die Langener Geschichte gewinnen können, der zum Beispiel Rundgänge durch das Stadtmuseum im Alten Rathaus anbieten wird und dabei die Langener Geschichte von der Urzeit bis zur Gegenwart beleuchtet.

Was wäre die Welt ohne Musik? Wer musizieren lernen möchte, findet bei der städtischen Musikschule die richtigen Lehrmeister und eine Reihe von Möglichkeiten, mit Gleichgesinnten in einem Ensemble, einer Band oder einem Orchester Instrumente zu spielen oder in Chören zu singen. 2013 blickte die Musikschule mit großartigen Konzerten auf ihr 40-jähriges Bestehen zurück. Besonders in Erinnerung geblieben ist dabei Joseph Haydns Oratorium „Die Schöpfung" als Kinder- und Sitzkissenkonzert.

Das Langener Kulturprogramm macht es leicht, das Passende für die persönlichen Neigungen zu finden oder einfach auf Entdeckungsreise zu gehen. Allen Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmern sowie den Lehrkräften wünsche ich viel Freude

Frieder Gebhardt
Bürgermeister der Stadt Langen

Langener Kulturprogramm

Programmgestaltung:
- Fachdienst Kultur und Sport
- Volkshochschule
- Musikschule
- Stadtarchiv
- sowie weitere städtische Einrichtungen und kulturelle Organisationen

Impressum

Herausgeber:	Der Magistrat der Stadt Langen
Anzeigenleitung:	Helmut Moser
Anzeigenverkauf:	Bernd Koch
E-Mail:	anz.langen@op-online.de
Herstellung und Druck:	Langener Zeitung, Pressehaus, Bintz-Verlag GmbH & Co. KG
Satz & Layout:	DAS PRODUKTIONSBÜRO • AKonline.de • 63071 Offenbach mail@akonline.de · 069 850083391 ·www.akonline.de

vhs

Geschäftsstelle, Postadresse

Die Geschäftsstelle der vhs Langen ist im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, Zimmer 1, Telefon 06103 9104-60, Fax 06103 9104-66, E-Mail vhs@langen.de. Hier und im Internet unter www.vhs-langen.de können Sie sich über alle Kursangebote der Langener Volkshochschule informieren. **Geschäftszeiten sind montags bis freitags, 8-12 Uhr, und montags bis donnerstags, 13:30-15:30 Uhr.**
WICHTIG:
Die Postadresse der vhs lautet:

Magistrat der Stadt Langen
Postfach 1640
63206 Langen (Hessen)

Kurse

Um die Durchführung von Kursen oder Seminaren gewährleisten zu können, ist in der Regel eine Mindestzahl von 10 Personen erforderlich. Eine Beschränkung der Personenzahl im Einzelfall bleibt der vhs Langen vorbehalten.
Änderungen des Unterrichtsortes und der -zeit bleiben der vhs Langen in dringenden Fällen vorbehalten.

Zuzahlung

Liegen zu Beginn einer Veranstaltung nicht genügend Anmeldungen vor, kann

- durch Zuzahlung zur Gebühr von **0,25 Euro** pro Person und UE bei **einer** fehlenden Anmeldung,
- durch Zuzahlung zur Gebühr von **0,50** Euro pro Person und UE bei **zwei** fehlenden Anmeldungen die Veranstaltung

stattfinden, wenn alle angemeldeten Personen bei der Anmeldung der Zuzahlung zugestimmt haben.

Anmeldungen

Anmeldungen zu den Kursen und Seminaren können **nur schriftlich** mit den im Langener Kulturprogramm beigehefteten Anmeldekarten oder im Internet unter **www.vhs-langen.de** erfolgen. Diese Anmeldung ist verbindlich. Die Anmeldekarten sind an die Postadresse zu senden.
Eine Eingangsbestätigung wird nicht gegeben.

Rechnung

Die Teilnehmerin oder der Teilnehmer erhält vor Kursbeginn eine Rechnung, die zu den Kursen und Seminaren mitzubringen und auf Verlangen vorzuzeigen ist. Diese gilt nur für die vhs-Veranstaltung, die auf der Rechnung vermerkt ist.
Sie ist nicht übertragbar.
Ist ein Kurs bereits ausgebucht, bekommen die Interessentinnen und Interessenten unverzüglich eine schriftliche Mitteilung.

Abmeldungen

Abmeldungen sind **nur schriftlich** möglich; die Abmeldungen sind an die Geschäftsstelle der vhs Langen zu senden oder dort abzugeben.
Anmeldungen können durch die Teilnehmerin oder den Teilnehmer nur bis zwei Wochen vor Kursbeginn gekündigt werden. **(Ausnahme bei nachweislicher längerer Krankheit, Wohnortwechsel oder beruflicher Verpflichtung: siehe Abschnitt „Rückzahlung der Teilnahmegebühren".)**

Teilnahmegebühr

Die Teilnahmegebühr, die bei jedem Kurs oder Seminar im Programmheft angegeben ist, ist mit Erhalt der Rechnung fällig. Sie ist auf eines der Konten der Stadtkasse innerhalb von 14 Tagen zu überweisen. Dabei sind der Name der Teilnehmerin oder des Teilnehmers und die Teilnehmernummer anzugeben.

Teilnahmegebühr für Studienfahrten

Die Teilnahmegebühr für Studienfahrten ist zwei Wochen vor Antritt der Reise zu überweisen. Bei einem Rücktritt von der Reise bis zwei Wochen vor Fahrtbeginn wird der volle Teilnahmebetrag erstattet.
Bei einer Abmeldung bis drei Tage vor Reisebeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von einem Drittel der Teilnahmegebühr einbehalten.
Bei einer späteren Abmeldung wird die Teilnahmegebühr nicht erstattet.

Ermäßigung der Teilnahmegebühren

SchülerInnen, Studierende, Au-pairs, Auszubildende, RentnerInnen, Pensionäre, Kriegsbeschädigte und Wehr- und Zivildienstleistende entrichten die ermäßigte Teilnahmegebühr für sprach- und berufsbildende Kurse, die bei dem jeweiligen Kurs angegeben ist.
Der Kreis Offenbach übernimmt teilweise oder vollständig die Teilnahmegebühren für Volkshochschulkurse von Personen mit Hauptwohnsitz im Kreis Offenbach, die Arbeit suchend gemeldet sind oder Leistungen nach dem SGB II bzw. SGB XII beziehen. Diese Übernahme ist auf eine Veranstaltung je Semester begrenzt.
Sonderveranstaltungen, Studienreisen und -fahrten sind grundsätzlich ausgeschlossen. Nicht übernommen werden außerdem Zusatzkosten für Materialien, Gerätenutzung oder Ähnliches. Die Übernahme erfolgt maximal bis zum jeweiligen Gebührensatz der entsprechend gültigen Gebührenordnung der Kreisvolkshochschule.
Es ist jedoch in jedem Falle eine **schriftliche Anmeldung** notwendig. **Der entsprechende Nachweis ist der Anmeldung beizufügen.**

Rückzahlung der Teilnahmegebühren

Teilnahmegebühren werden zurückgezahlt

- in voller Höhe, wenn eine angekündigte Veranstaltung abgesagt werden muss,
- anteilig, wenn mindestens ein Fünftel der vorgesehenen Unterrichtseinheiten ausfällt,
- anteilig, wenn die weitere Teilnahme an einer Veranstaltung aus einem nicht zu vertretenden Grund (längere Krankheit, Wohnortwechsel, berufliche Verpflichtung) nachweislich nicht möglich ist.

Weitergehende Ansprüche werden nicht anerkannt.

Konten der Stadtkasse Langen

Sparkasse Langen-Seligenstadt,
IBAN DE66 5065 2124 0026 0004 63,
BIC HELADEF1SLS
Volksbank Dreieich,
IBAN DE07 5059 2200 0000 0544 02,
BIC GENODE51DRE
Postbank Frankfurt am Main,
IBAN DE61 5001 0060 0006 2646 04,
BIC PBNKDEFF

Arbeitsförderungsgesetz

Auskünfte über die eventuelle Gewährung von Beihilfen nach dem Arbeitsförderungsgesetz erteilt die Bundesagentur für Arbeit, Langen, Südliche Ringstraße 80, Rathaus, 4. Stock.

Unterrichtszeit

Die Kurszeiten werden nach Unterrichtseinheiten gerechnet. Eine Unterrichtseinheit dauert in der Regel 45 Minuten.

Lehrbücher

Die bei den einzelnen Kursen angegebenen Lehrbücher sind, soweit nicht ausdrücklich anders vermerkt, von den Teilnehmern und Teilnehmerinnen vor Beginn des Kurses selbst zu besorgen. **Bitte kaufen Sie die Lehrbücher erst nach Erhalt unserer Rechnung.**

Teilnahmebescheinigungen

Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch am Ende des Kurses bzw. des Seminars ausgestellt, wenn die TeilnehmerInnen regelmäßig anwesend waren.

Ferien und Feiertage

Sofern nichts anderes vereinbart wird, finden keine Veranstaltungen in den Ferien, an beweglichen Ferientagen bzw. an Feiertagen statt.

Wichtig!

Die vhs Langen ist bei ihren Veranstaltungen Gast in den Vortrags- und Unterrichtsräumen. Wir bitten deshalb die TeilnehmerInnen, in den Räumen nicht zu rauchen und die Einrichtung schonend zu behandeln. Die Räume sind nach dem Unterricht sauber und aufgeräumt zu verlassen. Die Satzungen und Hausordnungen der Einrichtungen, in denen Veranstaltungen der vhs Langen stattfinden, sind für alle TeilnehmerInnen verbindlich. **Für Garderobe und andere mitgebrachte Gegenstände wird keine Haftung übernommen!**
Keine Haftung für Druckfehler!

Feiertage und Schulferien

Feiertage und Schulferien in Hessen im Schuljahr 2013/2014

Weihnachtsferien:	23. Dezember 2013 – 10. Januar 2014
Rosenmontag/Fasching:	3./4. März 2014
Osterferien:	14. April 2014 – 26. April 2014
Maifeiertag:	1. Mai 2014
Himmelfahrt:	29. Mai 2014
Pfingsten:	8. Juni 2014 – 9. Juni 2014
Fronleichnam:	19. Juni 2014
Ebbelwoifestmontag:	30. Juni 2014
Sommerferien:	28. Juli 2014 – 6. September 2014

Während der Ferien findet, wenn nicht anders angegeben, an der vhs und der Musikschule kein Unterricht statt.

Semester 2014/2:

Das nächste Langener Kulturprogramm

Wochenende 4. Juli 2014

Semesterbeginn: 15. September 2014

In eigener Sache

Die Volkshochschule sucht:

Die Volkshochschule sucht freie MitarbeiterInnen als KursleiterInnen. Wenn Ihnen in diesem Programm eine Lücke auffällt, die Sie füllen können, und wenn Sie Erfahrung und Begabung in der Vermittlung Ihres Stoffes besitzen, wenden Sie sich bitte an uns.

Geschäftsstelle der vhs Langen
Kulturhaus Altes Amtsgericht
Darmstädter Straße 27
63225 Langen (Hessen)
Telefon 06103 9104-60
Fax 06103 9104-66
E-Mail vhs@langen.de
www.vhs-langen.de

Postadresse
Magistrat der Stadt Langen
Volkshochschule
Postfach 1640
63206 Langen (Hessen)

Inhaltsverzeichnis

24. Februar 2014 – 14. September 2014

Geschäftsbedingungen der vhs Langen	4
Veranstaltungen und Ausstellungen im Kulturhaus Altes Amtsgericht	6
Musik	
Musikschule	7
Jazz-Initiative	9
Kunst- und Kulturgemeinde	9
podium Kammermusik Langen e. V.	10
Mandolinenorchester	10
Harmonikaspielring	10
Kunst und Gestalten	11
Historische Druckwerkstatt	11
Glasgestaltung	11
Kunstwerkstatt am Wald	12
Werkhof im Torbogen	13
Literatur	13
Freundeskreis Literatur	13
Kreative Schreibwerkstatt	13
Büchereien	13
Länder- und Heimatkunde	14
Museumsführungen	14
Stadtführungen	15
Fahrten zum Europäischen Parlament	15
Stadtarchiv	15
Umweltreferat	16
Angebote für Frauen	17
Frauenbüro Langen	17
Heimwerken für Frauen	18
Nähen & Co.	18
Essen & Trinken	18
Gesundheit	21
Schwimmschule	23
Fitness & Gymnastik	24
Kurse für Kinder und Jugendliche	27
Langener Mütterzentrum	27
Sprachkurse	28
Arbeit & Beruf	34
Baufinanzierung	34
EDV	34
Stenografenverein Langen	36
Informations- und Beratungszentrum „Haltestelle“	39
Schüler- und Familienzentrum	40
Angebote der Evangelischen Familienbildung im Kreis Offenbach	41
Hinweise der Kreisvolkshochschule Offenbach	41
Hinweise der vhs Egelsbach	42
Dozentinnen und Dozenten der vhs	42

Veranstaltungskalender

Kulturhaus Altes Amtsgericht

Freitag, 31. Januar 2014, 19:30 Uhr
Karl der Große - Das Rhein-Main-Gebiet und Europa
Vortrag: Dr. Jörg Füllgrabe
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „Länder- und Heimatkunde" (Seite 14).
Volkshochschule Langen

Dienstag, 4. Februar 2014, 20 Uhr
Der Schönheitssuchende
Der deutsche Schriftsteller Paul Heyse
Lesung mit Hertha Georg
Freundeskreis Literatur

Samstag, 15. Februar 2014, 16 Uhr
Bühne frei
Schülerinnen und Schüler der Musikschule zeigen ihr Können.
Musikschule Langen

Samstag, 8. März 2014, 16 Uhr
Tastenspiele
Schülerinnen und Schüler spielen auf Flügel und Keyboard.
Musikschule Langen

Dienstag, 11. März 2014, 20 Uhr
...und auf einmal steht es neben dir...
Eine ernste und zugleich augenzwinkernde Erinnerung an Joachim Ringelnatz
Lesung mit Hertha Georg und Norbert Riedinger
Freundeskreis Literatur

Dienstag, 18. März 2014, 19:30 Uhr
Sicher surfen im Netz – Prävention in eigener Sache
Vortrag: Markus Wortmann
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „EDV" (Seite 36).
Volkshochschule Langen

Dienstag, 1. April 2014, 19:30 Uhr
Australien – Zwei Monate Down Under
Media-Vortrag: Nicole Zimmermann
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „Länder- und Heimatkunde (Seite 15).
Volkshochschule Langen

Samstag, 5. April 2014, 16 Uhr
On Stage
Konzert der Rock/Pop/Academy der Musikschule
Musikschule Langen

Dienstag, 8 April 2014, 20 Uhr
Ist das Leben ohne Lüge lebbar, ertragbar, überhaupt vorstellbar?
Über die Lüge im Leben und in der Literatur
Lesung und Gespräch mit Hertha Georg und der Diplom-Psychologin Dr. Jeannette Schmid
Freundeskreis Literatur

Freitag, 11. April 2014, 19:30 Uhr
Die Kelten im Großraum Rhein-Main
Vortrag: Dr. Jörg Füllgrabe
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „Länder- und Heimatkunde" (Seite 14).
Volkshochschule Langen

Montag, 22. April 2014, bis Samstag, 26. April 2014, ganztägig
TUT-KLONG-LA
Workshopwoche in den Osterferien
Musikschule Langen
Jugendzentrum Langen

Dienstag, 6. Mai 2014, 20 Uhr
Abend der Begegnung
Gemeinsamer Abend der Initiative Stolpersteine Langen und Frankfurt
Lesung und Austausch mit Hertha Georg und Gabriele Klein
Freundeskreis Literatur

Dienstag, 13. Mai 2014, 19:30 Uhr
Online-Geschäfte/Online-Banking – Worauf sollten Sie achten?
Vortrag: Markus Wortmann
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „EDV" (Seite 36).
Volkshochschule Langen

Samstag, 17. Mai 2014, ganztägig
Dein Song – Deine Musik auf CD
Recording-Workshop der Rock/Pop/Academy unserer Musikschule mit Ben Neubrech
Musikschule Langen

Sonntag, 18. Mai 2014, ganztägig
Lions Junior Contest
Der 17. Musikwettbewerb von Lions Club und Musikschule
Musikschule Langen

Dienstag, 3. Juni 2014, 19:30 Uhr
Soziale Netzwerke – Anmeldung, Teilnahme, Kündigung
Vortrag: Markus Wortmann
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „EDV" (Seite 36).
Volkshochschule Langen

Samstag, 24. Mai 2014, 19:30 Uhr
„Jazzability" on Stage
Die Band „Jazzability" spielt Pop, Funk und Soul-Jazz aus 50 Jahren Musikgeschichte.
Leitung: Ben Neubrech
Musikschule Langen

Montag, 7. Juli 2014, bis Samstag, 12. Juli 2014, ganztägig
Schnupperwoche
Offener Unterricht, offene Proben und vieles mehr
Nur mit Voranmeldung bei der Musikschule, Telefon 06103 9104-70 / -74 / -71, E-Mail musikschule@langen.de
Musikschule Langen

Samstag, 12. Juli 2014, ganztägig
Bühne frei und Vorhang auf
Zum Abschluss der Schnupperwoche zeigen Schülerinnen und Schüler ihr Können und stellen sich Gruppen der Musikalischen Früherziehung vor.
Musikschule Langen

HÖRGERÄTESTUDIO
Herth und Schneider GmbH
Wallstraße 41 • Lutherplatz • 63225 Langen
Telefon (0 61 03) 5 44 16
Ihr Partner in Sachen „Gutes Hören"
www.hoergeraetestudio.de
Montag bis Freitag 8.30-12.30 Uhr • 14.30-18.30 Uhr
Mittwoch 8.30-12.30 Uhr
und nach Vereinbarung

Ausstellungen

Februar – April
Frühlingserwachen
Kunstausstellung der Albert-Einstein-Schule
Schülerinnen und Schüler der 5. Bis 10. Jahrgangsstufe präsentieren vielseitige Darstellungen in unterschiedlichen Techniken.
Eröffnung: Donnerstag, 6. Februar 2014, 19:30 Uhr

April – Mai
NS-Euthanasie und Zwangssterilisation in Langen
Begleitveranstaltung: Donnerstag, 24. April 2014, 19 Uhr

Mai – Juli
80 Jahre Zupfmusik
Jubiläumsausstellung des 1. Mandolinen-Orchesters 1934 Langen e.V. mit Bildern und Texten aus 80 Jahren
Eröffnung: Samstag, 17. Mai 2014, 19 Uhr

Musikschule Langen

Musizieren macht Spaß!

Die Musikschule Langen ist die öffentliche Einrichtung für musikalische Bildung in der Stadt Langen und erfüllt wesentliche kultur- und bildungspolitische Aufgaben in unserer Stadt. Über die Sensibilisierung für das Musizieren, die Auseinandersetzung mit Musik und das Erlernen musikalischer Fertigkeit hinaus erfüllt sie einen gesellschaftlichen Auftrag. Sie fördert die Persönlichkeitsentwicklung, Kreativität, Leistungsbereitschaft, Ausdauer und Konzentration. Auf breiter Basis werden hier Kinder, Jugendliche und interessierte Erwachsene mit Musik vertraut gemacht und der Nachwuchs für das Laien- und Liebhabermusizieren herangebildet, die musikalische Begabung gefördert und auf eine eventuelle musikalische Berufsausbildung vorbereitet.

Der Unterricht findet in der Regel in den Musikschulräumen im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, statt. Daneben gibt es umfan
greiche Musikschulangebote in den Langener Schulen.

Enge **Kooperationen** bestehen mit der Wallschule, der Geschwister-Scholl-Schule, der Albert-Schweitzer-Schule sowie mit den Langener Kindergärten und Kindertagesstätten. Mit der Dreieichschule sowie mit der Adolf-Reichwein-Schule (hier gemeinsam mit dem TV-Blasorchester) besteht eine enge Zusammenarbeit im Rahmen der Bläserklassen für Kinder der 5. und 6. Schulklassen. Mit der Sonnenblumenschule läuft seit fünf Jahren die „JeKi"-Kooperation („Jedem Kind ein Instrument").

Unsere Musikschule bietet ein vielseitiges Programm, bei dem jede/r unserer rund 1.900 Schüler/innen die Möglichkeit hat, sich seinen/ihren Interessen entsprechend aktiv zu betätigen. Eine ausführliche Programmübersicht, Impressionen aus dem Unterrichtsgeschehen sowie aktuelle Informationen erhalten Sie unter
www.musikschule-langen.de.

Die musikalische Betätigung macht Spaß, weil man

- sich musikalisch auszudrücken lernt,
- mit anderen gemeinsam eine Aufgabe bewältigen kann,
- beim Musizieren Kontakte zu anderen Menschen knüpft und
- anderen mit dem musikalischen Ergebnis eine Freude bereiten kann.

Bereits mit achtzehn Monaten können Kinder in Begleitung eines Elternteils die Musikschule besuchen. In der **„Musik für Mäuse"** (ab achtzehn Monaten) und der **„MiniMusik"** (ab drei Jahren) wird getanzt, gesungen und gespielt und so den Kindern eine musikalische Frühförderung vermittelt.

In der **Musikalischen Früherziehung,** die Kinder im Alter von etwa vier bis sieben Jahren besuchen können, werden die musikalischen Grundlagen gelegt, die für einen späteren Instrumentalunterricht Voraussetzung sind. Entsprechend der Erkenntnis, dass ein frühzeitiger Beginn für den musikalischen Werdegang von großer Bedeutung ist, wird hier in Gruppen gesungen, getanzt und musiziert. Im spielerischen Umgang mit Musik werden erste musikalische Fähigkeiten und Fertigkeiten geweckt.
Die Gruppen „Musik für Mäuse", „MiniMusik" und Musikalische Früherziehung treffen sich vor- oder nachmittags in der Musikschule sowie **in folgenden KiTas:**
Nordlicht, Unterm Regenbogen, Sonnenschein, Im Grünen, Wundertüte, Haus Kunterbunt, Zimmerstraße, Am Wald, Hegweg, Haus Bullerbü, Rappelkiste (Ev. Johannesgemeinde), KiGa der Ev. Martin-Luther-Gemeinde, KiGa der Kath. Sankt Albertus Magnus Gemeinde, KiGa der Ev. Stadtkirchengemeinde, KiM-Kinder im Mittelpunkt, Kinderhaus Schatzkiste.

Bereits seit sechzehn Jahren dreht sich an der Musikschule mit großem Erfolg das **Instrumentenkarussell**. 60 Kinder, die sich nach der Musikalischen Früherziehung noch nicht für ein bestimmtes Instrument entscheiden möchten, können im Laufe eines Jahres für jeweils zwei Monate in kleinen Gruppen verschiedene Instrumente kennen lernen und ausprobieren. Wir beraten Kinder und Eltern bei einer späteren Instrumentenwahl. Die Musikschule stellt kostenlose Leihinstrumente zur Verfügung.

Der daran anschließende **Instrumental- und Vokalunterricht** ist an der Musikschule als Einzel- oder Gruppenunterricht möglich. Unterricht wird auf nahezu allen Instrumenten erteilt: Violine, Viola, Cello, Kontrabass, Blockflöte, Querflöte, Klarinette, Saxophon, Fagott, Trompete, Posaune, Horn, Tenorhorn, Tuba, Klavier, Orgel, Keyboard, Gitarre, E-Gitarre, E-Bass, Mandoline, Schlagzeug, Trommel, Harfe und Gesang.
Leihinstrumente stehen in begrenzter Zahl unentgeltlich zur Verfügung.

Über das günstigste Einstiegsalter, was man bei der Instrumentenanschaffung beachten muss und welche Fachlehrer/innen für weitere Fragen ansprechbar sind, informieren unsere Instrumenteninfoblätter, die Sie in der Geschäftsstelle erhalten.

Außerdem bestehen an der Musikschule zahlreiche **Ensembles**, an denen Schülerinnen und Schüler der Musikschule kostenlos teilnehmen können:
Big Band, verschiedene Streicherensembles, Blockflöten- und Gitarrenensembles, Saxophonensemble, Schlagzeug- sowie E-Gitarrenensembles, Folklorespielkreis, Modern-Jazz-Band, Musikschulorchester, Nachwuchs-Orchester „Soundcheck", „Pinkin' Park" (Tut-Klong-La-Band), „RoXupreme" sowie weitere Bands, die sich oft im Musikcamp „Tut-Klong-La" in den Osterferien formieren.

gesundentspanntleben
Karin Filippi-Wagner
• Autogenes Training
• Progressive Muskelentspannung
• Stressbewältigung
Kursangebote: Tel. 0 61 03 / 5 39 37
www.gesund-entspannt-leben.de

Seit mehreren Jahren musizieren jeden Dienstag die beiden **„Fujitsu-Orchester"**, unsere Streichorchester für Kinder und Jugendliche, die wir dank der großzügigen Unterstützung von Fujitsu Semiconductor Europe GmbH ins Leben rufen konnten. Im vergangenen Frühjahr hat sich das Fujitsu-Orchester für das große Jubiläumskonzert der Musikschule auf über 40 Streicherinnen und Streicher erweitert.

Das **vocalensemble langen**, der Chor der Musikschule, hat 2013 seinen fünfzehnten Geburtstag gefeiert. Rund 30 aktive Sängerinnen und Sänger treffen sich dienstags abends mit Chorleiter Andreas Winckler im Saal der Petrusgemeinde und studieren ein gemischtes Repertoire von der Bach-Motette bis zum Beatles-Song ein. In den letzten Jahren standen unter anderem Rossinis „Petite messe solennelle", Haydns „Paukenmesse", Händels „Messias" in der Bearbeitung von Wolfgang Amadeus Mozart sowie amerikanische Weihnachtsliedarrangements und das Requiem von John Rutter auf den Notenpulten. Beim Jubiläumskonzert im vergangenen April stand das vocalensemble gemeinsam mit dem Musikschulorchester auf der Bühne, und im Herbst hat das vocalensemble Joseph Haydns „Schöpfung" als Kinder- und Familienkonzert sowie in der Originalfassung aufgeführt.

Unser **Jugend-Popchor** für Kinder ab zehn Jahren probt mit Oxana Schachnowitsch jeden Donnerstag in der Musikschule. In Kooperation mit der Geschwister-Scholl-Schule probt montags unser **Kinderchor** mit Katharina Heinz.

Wir empfehlen die Teilnahme an unseren Ensembles, da gemeinsames Musizieren wichtiges Ziel der musikalischen Ausbildung an unserer Musikschule ist. Hier können die jungen Musikerinnen und Musiker ihre Fertigkeiten erproben, mit Anderen Spaß am gemeinsamen Musizieren haben und in regelmäßigen Auftritten sich und die Früchte des Probens und Übens darstellen.

In Zusammenarbeit mit dem Lions Club Langen findet im kommenden Mai bereits der siebzehnte Musikförderwettbewerb **„Lions Junior Contest"** statt. In diesem Wettbewerb winkt zusätzlicher Musikunterricht als Preisgeld.

Außerdem gibt es an der Musikschule Langen ein großes Angebot an **Konzerten, Workshops, Freizeiten, Kammermusikwochen, Projekten, Fahrten in Langens Partnerstädte, jedes Jahr in den Osterferien unser Musikcamp „Tut-Klong-La"** und vieles mehr.

Unterrichtsentgelte

Die monatlichen Entgelte für den Unterricht der Musikschule:

- Einzel-Unterricht (45 Min.) 77 Euro
- Einzel-Unterricht (30 Min.) 60 Euro
- Zweier-Unterricht (45 Min.) 46 Euro
- Zweier-Unterricht (30 Min.) 30 Euro
- Dreier-Unterricht (45 Min.) 30 Euro
- Vierer-Unterricht (45 Min.) 23 Euro
- „Musik für Mäuse", „Mini-Musik" und Musikalische Früherziehung 22 Euro
- Instrumenten-Karussell 46 Euro
- Vocalensemble der Musikschule 10 Euro
- Ensembles 11 Euro
- Die Teilnahme an Chor, Orchester Big Band, Band sowie Ensembles ist für Schüler der Musikschule kostenlos

Wir bieten **Familien- und Sozialermäßigung sowie Begabtenstipendien im Rahmen unseres Musikschulwettbewerbs**. Unter bestimmten Voraussetzungen haben Kinder und Jugendliche Anspruch auf Leistungen zur Bildung und Teilhabe am kulturellen Leben, hierzu zählt auch die Musikschule. Weitere Informationen, auch zu den Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Musikschule, erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle.

Informationen und Beratung durch unsere Geschäftsstelle: Die Geschäftsstelle finden Sie im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, Zimmer 1. Für organisatorische Fragen stehen Ihnen Frau Rusche und Frau Seidel zur Verfügung (Telefon 06103 9104-76 und 9104-70, E-Mail musikschule@langen.de). Hier sowie unter www.musikschule-langen.de erhalten Sie weitere Informationen über aktuelle Angebote, Konzerte, Instrumenteninfos sowie Unterrichtszeiten, Unterrichtsorte, Anmeldeunterlagen usw. Für musikpädagogische Beratung wenden Sie sich bitte an den Leiter der Musikschule, Herrn Sandvoß (Telefon 06103 9104-71), an seinen Stellvertreter, Herrn Sallwey (Telefon 06103 9104-74), oder an unsere Fachbereichsleiterinnen und Fachbereichsleiter.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Geschäftsstelle stehen Ihnen von Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr und montags bis donnerstags von 13:30 bis 15:30 Uhr sowie nach Vereinbarung zur Verfügung. Das Gebäude ist in der Regel von morgens 8 Uhr bis abends 22 Uhr geöffnet.

Konzerttermine der Musikschule Langen im Kulturhaus Altes Amtsgericht finden Sie im Veranstaltungskalender.

Weitere Konzerttermine 2014/1

Samstag, 8. Februar 2014, bis Sonntag, 9. Februar 2014, ganztägig
Jugend Musiziert
Regionalwettbewerb
Ort: Dietzenbach, Heinrich-Mann-Schule, Etruskerstraße 2

Sonntag, 23. Februar 2014, 15 Uhr
Flauto dolce – Harmonien in Holz
Das Blockflöten-Ensemble der Musikschule präsentiert Musik von Johann Sebastian Bach, Henry Mancini und anderen. Dabei wird es von Instrumentalisten auf Kontrabass sowie Harfe unterstützt.
Leitung: Brigitte Knirsch
Ort: Ev. Johannes-Gemeinde

Samstag, 5. April 2014, ganztägig
„Rund um den Bauernhof"
Ein Blockflötentag für die Jüngsten unserer Blockflötenkinder
Kinder zwischen sechs und zehn Jahren werden das Leben von Mensch und Tier auf dem Bauernhof und Umgebung sichtbar und hörbar machen.
Mit Abschlusskonzert um 16 Uhr
Ort: Ev. Martin-Luther-Gemeinde

Sonntag, 13. April 2014, 18 Uhr
„Der Tod Jesu" von Carl Heinrich Graun
Das vocalensemble langen interpretiert gemeinsam mit dem Cordis-Ensemble und Solisten Gauns Passionssonate am Palmsonntag.
Leitung: Andreas Winckler
Ort: Ev. Stadtkirche

Sonntag, 4. Mai 2014, 11 Uhr
Jazz-Frühschoppen mit „No Noise"
„No Noise", die Big Band der Musikschule, lädt zum Frühschoppen in die Adolf-Reichwein-Schule. Mit dabei sind die Bläserklassen der Reichwein-Schule.

Leitung: Bernd Sallwey
Ort: Adolf-Reichwein-Schule

Samstag, 17. Mai 2014,
17 Uhr
„Ross Roy"
Unser Musikschulorchester gestaltet sein traditionelles Jahreskonzert.
Leitung: Bernd Sallwey
Ort: Ev. Martin-Luther-Kirche

Donnerstag, 5. Juni 2014,
19 Uhr
Sommerkonzert der Fujitsu-Orchester
Unsere beiden Streichorchester zeigen mit Musik aus mehreren Jahrhunderten ihr Können.
Leitung: Johannes Harbich
Ort: Ev. Martin-Luther-Kirche

Sonntag, 15. Juni 2014,
16 Uhr
„Wir laden uns gern Gäste ein"
Die Gesangsklasse von Simone Gauglitz präsentiert bekannte Melodien aus Oper, Operette und Pop.
Ort: Ev. Petrusgemeinde

Samstag, 12. Juli 2014,
11-14 Uhr
Offene Werkstatt
Besuch der Gitarrenbauwerkstatt von Reza Safavian in Eppertshausen

Saz „ Musik verbindet die Welt"
Nähere Informationen finden Sie unter dem Schüler- und Familienzentrum (Seite 40).

Jazz-Initiative Langen e.V.

Sonntag, 19. Januar 2014,
11 Uhr
SAP BIG BAND
Jazzfrühschoppen
Foyer der Neuen Stadthalle Langen, Südliche Ringstraße 77

Samstag, 8. Februar 2014,
20:30 Uhr
Twana Rhodes
– Vocal Jazz vom Feinsten –
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Samstag, 1. März 2014,
20:30 Uhr
Frankfort Special
– Der Rockabilly-Train hält in Langen –
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Samstag, 29. März 2014,
20:30 Uhr
Albie Donnely's Supercharge
– Europes leading Rhythm'n'Blues Band –
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Samstag, 12. April 2014,
20:30 Uhr
Jazz Pistols
– Energy Jazz –
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Samstag, 17. Mai 2014,
20:30 Uhr
Les Brünettes
– Vocal Jazz zwischen Tradition und Neuland –
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Samstag, 7. Juni 2014,
20:30 Uhr
Só Suceso
– Brasilianische Hits beim Sommerfest –
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Weitere Informationen und Termine
gibt's bei der Jazz-Initiative Langen e.V.;
Kontakt über Wolf Knipfer,
Telefon 0172 6502803, oder Peter Weihrauch,
Telefon 06103 52886, E-Mail info@jazz-langen.de,
www.jazz-langen.de

Kartenvorverkauf: Musikhaus Luley, Lutherplatz 5 – 7

Kunst- und Kulturgemeinde Langen e. V.

Sonntag, 19. Januar 2014,
19:30 Uhr
Neujahrskonzert
Vogtland Philharmonie
Leitung: GMD Stefan Fraas
Ein Feuerwerk bekannter und beliebter Melodien aus Oper, Operette und Musical

Sonntag, 16. Februar 2014,
19:30 Uhr
Sinfonisches Konzert
Kurpfälzisches Kammerorchester
Leitung: GMD Stefan Fraas
Solistin: Silke Aichhorn, Harfe
Werke von Respighi, Händel, Eichner und Mendelssohn

Sonntag, 16. März 2014,
19:30 Uhr
Sinfoniekonzert
Württembergische Philharmonie
Leitung: Clemens Schuldt
Solist: Gabriele Carcano, Klavier
Werke von Strawinsky, Ravel und Franck

Mittwoch, 9. April 2014,
19:30 Uhr
Literarisch-Musikalisches
Musik-Kabarett vom Feinsten
BosArt-Trio mit „Unerhörte Meisterwerke"
Mitgliederversammlung der Kunst- und Kulturgemeinde Langen e.V.
Der Eintritt ist für alle Besucher frei.

(Änderungen vorbehalten)

Veranstalter:
Kunst- und Kulturgemeinde Langen e.V. (KuK)

Veranstaltungsort:
Neue Stadthalle Langen
Südliche Ringstraße 77
63225 Langen (Hessen)

Preise / Kartenverkauf:
Einzelkarte im Vorverkauf und an der Abendkasse:
20 Euro für Erwachsene bzw. 10 Euro für Jugendliche
(im Vorverkauf zuzüglich Vorverkaufsgebühr)

Kartenvorbestellungen und Abos: werktags 10-12 Uhr und 15-18 Uhr bei
Heidi E. Sonntag,
Telefon 06103 43279, und
Ernst Kixmüller,
Telefon 06103 25381, sowie per E-Mail über info@kuk-langen.de

Kartenvorverkauf:
Reisebüro „Mister Travel" am Bahnhof Langen
und in Egelsbach,
Ernst-Ludwig-Straße 55
Buchhandlungen „litera",
Bahnstraße und
Stresemannring in Langen
Abendkasse/Tageskasse:
ab 1 Stunde vor Konzertbeginn

Infos / Kontakt:
Heidi E. Sonntag, T
elefon 06103 43279, und
Ernst Kixmüller,
Telefon 06103 25381
sowie im Internet:
www.kuk-langen.de

Tut-Klong-La

Dienstag, 22. April 2014,
bis Samstag, 26. April 2014
(2. Woche der Osterferien)

7. Musik-Camp von Musikschule Langen und Koordinationsstelle Jugendarbeit Langen

Workshopwoche für Kinder und Jugendliche von 10 bis 18 Jahren
Workshops für Rock- und Pop-Bands, Bläser, Folklorensemble und mehr

Außerdem:
Vocalcoaching, Jam Session, Abschlusskonzert sowie anschließendes Konzert für Freunde

Kontakt:
Koordinationsstelle Jugendarbeit/Jugendzentrum Langen
Nördliche Ringstraße 96-98
Gesine Joachim,
Telefon 06103 2022768,
gjoachim@langen.de

Carda Schübelin,
Telefon 06103 2022766,
cschuebelin@langen.de
www.juz-langen.de

Musikschule Langen
Darmstädter Straße 27
Uwe Sandvoß,
Telefon 06103 9104-71,
musikschule@langen.de
www.musikschule@langen.de

podium kammermusik langen e. v.

podium
Kammermusik Langen e. v.
Konzerte in der Ev. Petrusgemeinde
Bahnstraße 46, 63225 Langen

Sonntag, 23. Februar 2014,
17 Uhr
Überraschungskonzert

Sonntag, 6. April 2014,
17 Uhr
„Ich will den Herren loben allezeit"
Gotteslob von Schütz bis Telemann mit dem Ensemble „voce seicento"

Sonntag, 29. Juni 2014,
17 Uhr
„Salzburger Sinfonien"
Das Cordis-Ensemble spielt Werke von Joseph Haydn und Wolfgang Amadeus Mozart.

1. Mandolinen-Orchester 1934 Langen e.V.

Mitglied im Bund Deutscher Zupfmusiker (BDZ) Landesverband Hessen e.V. Nr. 5023

Der Verein zählt derzeit 18 aktive Zupferinnen und Zupfer (Mandoline, Mandola, Gitarre, Kontrabass) sowie zehn Fördermitglieder im Alter von 45 bis 78 Jahren. Zu den Aufgaben des Mandolinenvereins zählen Förderung, Pflege und Erhalt der Zupfmusik im Mandolinenspiel und artverwandter Zupfinstrumente. Das Mandolinen-Orchester bekam im Jahr 2005 den Kulturpreis der Stadt Langen verliehen.

Vereinsaktivitäten und Angebote für Mitglieder

Orchesterprobe wöchentlich mittwochs 20-22 Uhr im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, großer Saal (Raum 14)

- Mandolinenunterricht für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Zusammenarbeit mit der Musikschule der Stadt Langen
- 1-2 Konzerte im Jahr, Mitwirkung bei Konzerten und Veranstaltungen anderer Vereine
- Teilnahme am Landesmusikfest „Tage der Zupfmusik" des BDZ Landesverband Hessen (2004 in Wetzlar, 2009 Landesmusikakademie Schlitz)
- Konzertreisen (1994 nach Belgien, Brüssel und Brügge; 2001 in die Türkei nach Tarsus, Partnerstadt von Langen
- Wochenendproben in Jugendgästehäusern - mit Rahmenprogramm (Stadtbesichtigung) auch für Fördermitglieder und Gäste - (Bingen 2007, Wiesbaden 2011, Bad Homburg 2012, Diez 2013)
- Grillfest im Sommer / Jahresabschlussfeier im Dezember
- Zuschüsse für Weiterbildungsangebote und Lehrgänge des BDZ (www.bdz-hessen.de)
- Seit 2013 ist das 1. MO Langen Programmpartner der BDO-Aktion „Kultur macht stark"

(bfb@orchesterverbaende.de, Telefon 07425 325721) in Zusammenarbeit mit der Musikschule Langen.
Projekt: „Zupfmusik macht stark". Die Aktion richtet sich an die Grundschüler der Klassen 3 und 4 in Langen.

Nähere Informationen zum Verein sind beim 2. Vorsitzenden erhältlich.

Kontakt:
1. Mandolinen-Orchester 1934 Langen e.V.
Herbert Sauerborn,
2. Vorsitzender
Mittelweg 5
63225 Langen
Telefon 06103 570153
E-Mail mo-langen@gmx.de

Veranstaltungshinweis:
Im Jahr 2014 feiert das 1. Mandolinen-Orchester seinen 80. Geburtstag. Aus Anlass dieses Jubiläums wird in der Zeit von Mai bis Juni 2014 im Kulturhaus Altes Amtsgericht eine Text- und Bildausstellung über das Wirken des Vereins zu sehen sein.
Die Ausstellungseröffnung findet am **Samstag, den 17. Mai 2014, 19 Uhr** statt.
Im Verlauf dieses Abends wird auch das neue Projekt „Zupfmusik macht stark", das vom Ministerium für Bildung und Forschung unterstützt wird und der Nachwuchsförderung dient, vorgestellt.

Das Mandolinen-Orchester wird gefördert vom Magistrat der Stadt Langen, Fachdienst für Kultur und Sport.

Harmonika Spielring Langen 1937 e.V

1. Vorsitzende Beate Rettig-Horch
Berliner Allee 63,
63225 Langen (Hessen)
Telefon 06103 977968
Kontakt:
Homepage www.hsl-langen.de
E-Mail vorstand@hsl-langen.de

Probentermine:
1. Orchester
freitags, 20-22 Uhr,
im Vereinshaus „Linde",
Dietzenbach
Schülerorchester
montags, 18-19:15 Uhr,
im Kulturhaus Altes Amtsgericht
Jugendensemble
auf Anfrage
Spielgruppe 50+
montags, 19:30-21 Uhr,
im Kulturhaus Altes Amtsgericht

Steirische Gruppe
mittwochs, 17-20 Uhr,
in der „Alten Bachschule"
Wir unterrichten:
Akkordeon für Anfänger und Fortgeschrittene aller Altersstufen
Melodica für Vorschulkinder und Schulanfänger, Mundharmonika
Steirische Harmonika für Freunde der Volksmusik

Einzel- und Gruppenunterricht nach Vereinbarung
Probeunterricht jederzeit möglich

Schauen auch Sie einmal bei uns vorbei -
Sie sind herzlich willkommen!

Kunst und Gestalten

Historische Druckwerkstatt

im Haus Keim
Buchdruck, Radierung, Lithografie

Teilweise finden die Veranstaltungen in Kooperation mit der vhs Langen statt.

Im Seitengebäude der Firma Keim, Eingang Wassergasse, ist ein lebendiges Museum entstanden, das interessierten Freunden der Druckkunst die Möglichkeiten gibt, sich in die alten Techniken des Buchdrucks, der Radierung und der Lithographie einzuarbeiten, mit ihnen künstlerisch zu spielen und zu gestalten.
Wichtig ist vor allem, die alte Tradition des künstlerischen Handwerks, das 500 Jahre nach Gutenbergs Erfindung zu verschwinden droht, zu erhalten. Im Rahmen dieser Aufgaben stehen der Historischen Druckwerkstatt Mitarbeiter mit entsprechender Berufserfahrung stundenweise zur Verfügung, die ihr umfangreiches Fachwissen an interessierte Besucher und Schulgruppen vermitteln.

Veranstaltungspakete

Individuell - je nach Vorkenntnissen der Teilnehmer - können Kurse zusammengestellt werden. Alle Leistungen werden in Stundensätzen (einer Werkstattgebühr) berechnet. Diese Beträge (25 Euro für Typografie bzw. Satz, 25 Euro für Buchdruck und 30 Euro für Radierung) werden an die Fachleute weitergegeben.

Kinder und Jugendliche drucken live

Hier besteht die Möglichkeit, in Wort und Bild Schrift und Druckvorlage in einer Montage unter Anleitung zu erstellen. Das Angebot richtet sich an Lerngruppen, die für eine praktische Gemeinschaftsarbeit über einen längeren Zeitraum die Werkstatt nutzen wollen.

Kindergeburtstage

Kinder ab dem siebten Lebensjahr können ihre Gäste in die Historische Druckwerkstatt einladen. Unter sachkundiger Anleitung wird mit Bleilettern gesetzt und auf alten Handpressen gedruckt.
Ansprechpartner ist
Herr Sehring.

Museumsführung

Generell werden vor dem Besuch in der Historischen Druckwerkstatt die alten Druckverfahren erläutert. Dabei werden speziell gewünschte Themen berücksichtigt. Zum Abschluss erfolgt ein Andruck auf teilweise über 100 Jahre alten Druckpressen.

Anmeldung & Informationen:
Historische Druckwerkstatt
Fahrgasse, Ecke Wassergasse
63225 Langen (Hessen)
Telefon 06103 71118
Hans Sehring 06103 23967

Radierung und Holz-/Linolschnitt Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 1
Die Radierung ist ein interessantes Tiefdruckverfahren. Wir nutzen die vielfältigen Möglichkeiten dieser Drucktechnik, um unsere Bildthemen gegenständlich oder abstrahiert umzusetzen.
Der Holz- und Linolschnitt eignet sich durch die kontrastreiche Darstellung für eine expressive Bildsprache

Brigitte Orth
dienstags, 19-22 Uhr
(12 x 4 UE)
ab Dienstag, 18. Februar 2014
Firma Keim, Druckwerkstatt, Wassergasse
120 Euro
max. 10 Personen

Zusätzliche Materialkosten (ca. 20 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Radierung und Holz-/Linolschnitt Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 2
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 1

Brigitte Orth
Samstag, 5. April 2014,
12-18 Uhr
Firma Keim,
Druckwerkstatt, Wassergasse
20 Euro
max. 10 Personen

Zusätzliche Materialkosten (ca. 6 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Glasgestaltung

Audrey Otterbein,
Voltastraße 2,
Telefon 06103 79993,
www.otterbein-glas.de
Informationen und
Anmeldungen auch per
E-Mail: info@otterbein-glas.de
direkt bei Audrey Otterbein, die die Kurse auch selbst leitet.

Werkstatt geöffnet zur Kursbesprechung und Anmeldung:
montags 15-18:30 Uhr,
mittwochs, donnerstags,
freitags 9:30-12:30 Uhr,
donnerstags 18-20 Uhr

Glasperlen

Die Faszination von heißem, flüssigem Glas und sein Farbenspiel können Sie in diesem Kurs erleben. Nach einer Einführung in das Material und seine Eigenschaften sowie einem Einblick in die Herstellung von Glasperlen können Sie sich selbst im Umgang mit dem Glas und der Flamme üben und bald Ihre Glasperlen selbst gestalten. Reizvoll ist dabei das Zusammenspiel verschiedener Farben.

1. Kurs
Samstag, 15. Februar 2014,
9-13 Uhr

2. Kurs
Samstag, 5. April 2014,
14-18 Uhr

3. Tageskurs
Samstag, 10. Mai 2014,
9:30-18 Uhr

4. Kurs
Samstag, 31. Mai 2014,
9-13 Uhr

5. Kurs
Samstag, 19. Juli 2014,
9-13 Uhr

weitere Kurse auf Anfrage

4 Stunden
65 Euro inkl. Materialkosten (Gas- und Glasverbrauch), Schmuckzubehör wird
extra berechnet.

8 Stunden
130 Euro inkl. Materialkosten (Gas- und Glasverbrauch), Schmuckzubehör wird
extra berechnet.
6 Personen

Bitte bringen Sie für Ihre fertigen Perlen ein Kästchen mit.

Fusing

Gestalten und Formen von Glas durch Verschmelzen:
Fusing ist ein rund 2000 Jahre altes Glasverarbeitungsverfahren, das in einfacher Weise ausgeführt wurde (engl.: to fuse = verschmelzen, vereinigen). In einem speziellen Ofen wird das Glas zunächst geschmolzen und danach in einem zweiten Brand geformt.
In diesem Kurs lernen Sie das Schneiden, Zusammensetzen und Gestalten von Glas. Es entstehen kreative Objekte Ihrer Wahl wie Glasschalen und -teller, Dekoratives für Tisch und Fenster - passend zur Jahreszeit.
Die fertigen Arbeiten können eine Woche später abgeholt werden. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Kurs 1:
Samstag, 12. Juli 2014,
9-13 Uhr

Kursgebühr:
49 Euro zuzüglich Material- und Brennkosten (richten sich nach den Objekten)
5 Teilnehmer

Mosaik

Die Mosaik-Glasgestaltung ermöglicht die Fertigung von Spiegeln, Schalen, Tischen und anderen Objekten.
Aus farbigen Glasplatten werden mit einer speziellen Zange passende Mosaiksteine angefertigt und auf der geeigneten Oberfläche zu Mustern arrangiert und anschließend verfugt.

Donnerstag, 3. April 2014,
18-22 Uhr, und
Donnerstag, 10. April 2014,
18-19 Uhr

5 Stunden
39 Euro,
zuzüglich Materialkosten
6 Personen

Tiffany-Glaskurse

Diese Kurse vermitteln die Grundfertigkeiten der Tiffany-Glasbildtechnik:
Glasschneiden, Schleifen und Löten.
Es können Bildobjekte für das Fenster, Spiegel, Uhren, Kerzenhalter oder
Lampen hergestellt werden.
Die Kurse richten sich an Anfänger und Fortgeschrittene

1. Vormittagskurs
Mittwoch, 7. Mai 2014, und
Mittwoch, 14. Mai 2014,
jeweils 9-12:30 Uhr, und
Mittwoch, 21. Mai 2014,
9-12 Uhr

2. Wochenendkurs
Samstag, 15. März 2014,
9-12 Uhr, und 13:30-18 Uhr,
und
Sonntag, 16. März 2014,
9:30-12 Uhr

3. Abendkurs
Donnerstag, 13. Februar 2014,
und
Donnerstag, 20. Februar 2014,
jeweils 18-21:30 Uhr, und
Donnerstag, 27. Februar 2014
18-21 Uhr

10 Stunden
69 Euro + Materialkosten

6 Personen

Bitte beachten: Eine Kursbesprechung 3 Wochen vor Kursbeginn ist unbedingt erforderlich!

Glaskunst für Kinder

ab 8 Jahren

Mosaik-Arbeiten
Glasbilder gestalten mit der Zag-Zag-Zange
(in den Osterferien)

Donnerstag, 17. April 2014,
9:30-12 Uhr

3 Stunden
15 Euro zuzüglich Materialkosten (ca. 10-20 Euro)
8 Personen

Glasperlenschmuck

für Mädchen ab 13 Jahren
(in den Osterferien)

Mittwoch, 23. April 2014,
9:30-12:30 Uhr

Kursgebühr:
3 Stunden
39 Euro inkl. Materialkosten (Gas- und Glasverbrauch, Schmuckzubehör für eine Kette), weiteres Schmuckzubehör wird extra berechnet.
4 Personen

Kindergeburtstagsfeier

Mosaik, Glasperlen oder Fusing
Sie bringen Kuchen und Getränke mit, wir haben gute Laune und Spaß und sind kreativ!
Kursdauer: 3 Stunden
Kursgebühr :
60 Euro zuzüglich Materialkosten
Termin/Uhrzeit:
nach Absprache

Kunstwerkstatt am Wald

Brigitta Gerke-Jork
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Diplom-Kunsttherapeutin (FH)
Mitarbeiterin der Psychoonkologie des UCT an der Uniklinik Frankfurt
Wilhelmstraße 34
63225 Langen
Telefon 06103 3720607
Mobil 0174 7662720
E-Mail
info@kunstwerkstatt-am-wald.de
www.kunstwerkstatt-am-wald.de

Kunsttherapie

Wenn Worte allein nicht reichen...
Einzeltherapie. Finden Sie die Ausdrucksweise, die Ihnen besonders entspricht.
Entdecken Sie die Möglichkeiten des anschaulichen Denkens. Machen Sie sich Ihre inneren Schätze bewusst und entdecken Sie die Kraft Ihrer Ressourcen. Profitieren Sie von dem Glück, selber spielerisch kreativ gestalten zu können.
Keine künstlerischen Vorkenntnisse erforderlich.
Besonders geeignet bei Burnout, Kommunikationsproblemen, Krankheitsbewältigung (auch im familiären Umfeld), Trauerbewältigung, posttraumatischen Belastungsstörungen uvm.

Ein besonderes Angebot:
Imaginations-Arbeit mit dem inneren Schatten: „Feeding Your Deamons" (FYD) nach Tsültrim Allione.

Termine nach Vereinbarung
65 Euro die Stunde

Malen am Krankenbett für Krebspatienten der Uniklinik Frankfurt

Die Patienten bestimmen selber, ob sie einfach mal auf andere Gedanken kommen möchten, eine Mal-Technik lernen, entspannende Übungen machen oder sich ein Wunschbild malen lassen.
Anmeldung und Information: 069 6301-83787 oder psychoonkologie@kgu.de
Das Angebot ist für die Patienten kostenlos und wird über Spenden finanziert.

Kinderkunstkurse

Mittwochs in der „Lokomotive, Werkstatt für Gestaltung" in Dreieichenhain
14:45–16:15 Uhr, und
16:15–17:45 Uhr; 5-8 Jahre
Gruppenangebote auch für ältere Kinder, geleitet von Esther Bott (Künstlerin und Kunstpädagogin)
Infos unter: 06103 86758
oder
www.lokomotive-kreativwerkstatt.de

Kindergeburtstage

maßgeschneidert: mit Ton arbeiten, filzen, Speckstein

schleifen, malen....
Das Thema (z.B. „Steindosen" oder „Blumen filzen", „Wasserwelten malen", „Dinos plastizieren" oder „Speckstein-anhänger schleifen") darf das Geburtstagskind auswählen.
In Dreieichenhain
In den Räumen der Lokomotive, Werkstatt für Gestaltung
www.lokomotive-kreativwerkstatt.de
Ab 140 Euro

Stressbewältigung ist (k)eine Kunst

Eine Mitarbeiterfortbildung für Ihre Firma
in Zusammenarbeit mit einer Dipl. Psychologin
Eine Fortbildung nach dem zertifizierten Stressbewältigungsprogramm nach Prof. Kaluza, ergänzt durch verschiedene Entspannungsmodule und ressourcenorientierte kreative Einheiten, für die keine künstlerischen Vorkenntnisse erforderlich sind.
Die meisten Krankenkassen beteiligen sich nach § 20 SGB V an den Kursgebühren.

Werkhof im Torbogen

Fahrgasse 3,
Telefon 06103 28253,
E-Mail
werkhof-langen@gmx.de

Wichtige Information:
Die Veranstaltungen und Kurse des „Werkhofes im Torbogen", die er in Zusammenarbeit mit der Langener vhs anbietet, werden jeweils in der örtlichen Presse angekündigt und vorgestellt.
Anmeldungen zu diesen Kursen nimmt nur der „Werkhof im Torbogen", Fahrgasse 3, entgegen.

Freies Gestalten in Zeichnen und Malen

Anfänger und Fortgeschrittene

Durch Zeichnen nach Motiven werden das Sehen und die Wiedergabe der eigenen Wahrnehmung geschult.
Im Vordergrund steht die Motivierung der TeilnehmerInnen zur freien Gestaltung der eigenen Werke in verschiedenen Techniken.

Anne Koch-Saremba
Kurs 1
14-tägig dienstags,
19-21:15 Uhr (6 x 3 UE)
ab Dienstag, 4. Februar 2014
Werkhof im Torbogen

Kurs 2 - Kurzkurs
14-tägig dienstags,
19-21:15 Uhr (4 x 3 UE)
ab Dienstag, 11. Februar 2014
Werkhof im Torbogen

Nähere Informationen und Anmeldung unter
06103 28253 oder
werkhof-langen@gmx.de

Literatur

Freundeskreis Literatur

Wer Biografien und Werke von Autoren, gelegentlich auch andere Künstler (Maler, Fotografen, Schauspieler, Musiker) kennen lernen oder ihnen wiederbegegnen möchte, ist im **Freundeskreis Literatur** der vhs Langen herzlich willkommen.
Der Freundeskreis, keine „geschlossene Gesellschaft", sondern offen für alle Interessierten, trifft sich an **jedem ersten Dienstag im Monat** (8x pro Jahr).
Die Termine für das Semester 2014/1 finden Sie im Veranstaltungskalender Kulturhaus Altes Amtsgericht.

Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
63225 Langen (Hessen)

Programmgestaltung und Leitung: Hertha Georg

Literaturtreff

Frauen sind eingeladen, mit uns nach Herzenslust über gelesene Bücher zu diskutieren. Dabei geht es nicht um eine perfekte literarische Analyse, Ausgangspunkt ist vielmehr das eigene Leseerlebnis.
Wir vom Literaturtreff der Frauenwerkstatt Langen sind eine Gruppe von Frauen „im besten Alter", die sich jeden 1. Mittwoch im Monat um 19:30 Uhr im Schüler- und Familienzentrum trifft. Die Buchvorschläge kommen von den Mitgliedern der Gruppe und spiegeln so auch ihre Vielfalt wieder.

Ansprechpartnerinnen:
Jutta Schultz,
Telefon 06103 72778,
Anne Kastorff-Kühl,
Telefon 06103 71327

Kreative Schreibwerkstatt

Ansprechpartnerin:
Ingelore Böneke
Telefon 06103 23361

Lokale Arbeitsgemeinschaft unter dem Dach der Volkshochschule Langen
Schreiben, mehr als Tagebuch und Briefe, ist Hobby und Bedürfnis der Teilnehmer/innen, die sich jeden **zweiten** und **vierten** Mittwoch im Monat (19:30 Uhr, außer in den Sommerferien) im Raum 16 des Kulturhauses treffen und dort ihre Entwürfe vorlesen und besprechen. Dabei bilden sich Urteilsvermögen und die Fähigkeit zu taktvoller Kritik. In jedem Jahr wird ein Arbeitsmotto zum thematischen Schreiben gewählt. Die besten Ergebnisse werden für öffentliche Lesungen einstudiert, die jährlich in der Stadtbücherei und manchmal im Kulturhaus stattfinden, zum Teil auch mit Gastautoren.
Die Teilnahme ist **nicht** an eine Mindestanzahl oder Kursgebühr gebunden.

Büchereien in Langen

Stadtbücherei Langen

Südliche Ringstraße 77
in der Neuen Stadthalle Langen
Internet:
www.stadtbuecherei-langen.de

Die Stadtbücherei Langen bietet Ihnen **ca. 55.000 Medien.**

Kinder, Jugendliche und Erwachsene können bei uns
- Romane
- Kinder- und Jugendbücher
- fremdsprachige Literatur
- Sachbücher
- Zeitschriften
- Hörbücher auf CDs und MP3-CDs
- DVDs
- Blu-ray-DVDs
- CD-ROMs
- Musik-CDs
- Gesellschaftsspiele
- eMedien (über die Internetbibliothek/Onleihe)
- Datenbanken (im Internet unter www.munzinger.de)

für Schule und Beruf, Aus- und Weiterbildung oder für Freizeit und Unterhaltung ausleihen bzw. nutzen.
Bücher, die wir nicht in unserem Bestand haben, besorgen wir Ihnen gerne über die Fernleihe aus einer anderen Bücherei.
Auf der Internetseite der Stadtbücherei können eMedien über die Internetbibliothek/Onleihe direkt auf einen Internet- oder Tablet-Computer oder ein Smartphone heruntergeladen werden.
Zum Ausleihen aller Medienarten benötigt man einen Büchereiausweis, den man ab dem 1. Geburtstag bekommen kann. Dazu ist bei Minderjährigen die Unterschrift eines Erziehungsberechtigten erforder-

lich. Bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres ist die Ausleihe kostenlos.
Ab dem 18. Geburtstag erheben wir ein Jahresausleihentgelt von 12 Euro.
Für einen Familienausweis beträgt das Jahresausleihentgelt 15 Euro.
Es ist auch möglich, befristet an der Ausleihe teilzunehmen und dann nur ein anteiliges Jahresausleihentgelt zu entrichten.
Für die Anmeldung benötigen wir Ihren Personalausweis oder den Reisepass zusammen mit der Meldebescheinigung.
In der Stadtbücherei stehen Ihnen zwei Internetzugänge zur Verfügung. Gegen Vorlage des Büchereiausweises können Sie täglich eine halbe Stunde lang kostenlos surfen.
Für Kinder und Erwachsene finden regelmäßig Veranstaltungen statt. Die aktuellen Termine finden Sie auf unserer Internetseite oder im Programmheft, das in der Stadtbücherei ausliegt.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Das Team der Stadtbücherei

Öffnungszeiten:

Dienstag:	13-19 Uhr
Mittwoch:	13-18 Uhr
Donnerstag:	10-18 Uhr
Freitag:	10-18 Uhr
Samstag:	14-17 Uhr

Kontakt:
Telefon 06103 203-420
Fax 06103 203-742
E-Mail buecherei@langen.de
Internet
www.stadtbuecherei-langen.de

Bücherei der katholischen Kirche

„St. Albertus Magnus"
Albertus-Magnus-Platz 4
Öffnungszeiten:
sonntags, 9:30-11:45 Uhr, und mittwochs, 16-18 Uhr

Bücherei der evangelischen Kirche

Bücherei Martin-Luther-Gemeinde
Berliner Allee 31
Öffnungszeiten:
donnerstags, 16-19 Uhr, und sonntags nach Vereinbarung

Länder- und Heimatkunde

Karl der Große Das Rhein-Main-Gebiet und Europa

Vortrag
Politische Geschichte ist immer auch Herrschergeschichte, und so soll der Fokus auf die prominenteste Herrschergestalt des frühen Mittelalters gelenkt sein: Karl den Großen.
Im Rhein-Main-Gebiet finden sich neben der Pfalz in Frankfurt die Spuren des Herrschers etwa auch in Dreieichenhain oder Seligenstadt. Der Vortrag soll neben diesem eher regionalen Aspekt auch die gesamtgeschichtliche Bedeutung des ‚ersten Karlongers' behandeln, und so wird etwa auch ein ‚weißer Elefant' eine Rolle spielen.

Dr. Jörg Füllgrabe
Freitag, 31. Januar 2014,
19:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
Eintritt: 2 Euro

Die Kelten im Großraum Rhein-Main

Vortrag
Vorgestellt werden zunächst allgemeine Aspekte der keltischen Geschichte, die sich seit der hallstattzeitlichen Fürstenkultur ansetzen lässt. Neben großräumlichen Befunden wie dem ‚Frankfurter Keltenfürsten' und dem Glauberg-Ensemble wird dann auch das Phänomen der ‚Festung Koberstadt' und weitere eisenzeitliche Funde und Befunde aus unserer engeren Region thematisiert.

Dr. Jörg Füllgrabe
Freitag, 11. April 2014,
19:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
Eintritt: 2 Euro

Museumsführungen

Aspekte Langener Geschichte – Mittelalter

Ein Rundgang durch die Sammlungen des Hauses soll – unter besonderer Berücksichtigung der mittelalterlichen Verhältnisse unserer Stadt - die frühe Geschichte Langens anhand ausgewählter Exponate erläutern.

Dr. Jörg Füllgrabe
Samstag, 25. Januar 2014,
11 Uhr
Museum Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3
Eintritt: 3 Euro
max. 20 Personen
Bitte beachten: Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung, Telefon 06103 9104-60 oder E-Mail vhs@langen.de

– Alltagskultur

Ein Rundgang durch die Sammlungen des Hauses soll – unter besonderer Berücksichtigung etwa des Seip'schen ‚Kolonialwarenladens' - Aspekte des Alltagslebens in der Stadt erläutern.

Dr. Jörg Füllgrabe
Samstag, 22. Februar 2014,
11 Uhr
Museum Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3
Eintritt: 3 Euro
max. 20 Personen
Bitte beachten: Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung, Telefon 06103 9104-60 oder E-Mail vhs@langen.de

– Von der Urzeit bis zur Gegenwart

Ausgehend von den naturräumlichen Voraussetzungen unserer Stadt werden hier insbesondere das Modell des mittelalterlichen Ortes, aber anhand weiterer Modelle und Karten bzw. Luftbildern auch die Ansätze künftiger Entwicklungen und Entwicklungsmöglichkeiten diskutiert werden.

Dr. Jörg Füllgrabe
Samstag, 15. März 2014,
11 Uhr
Museum Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3
Eintritt: 3 Euro
max. 20 Personen
Bitte beachten: Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung, Telefon 06103 9104-60 oder E-Mail vhs@langen.de

– Urgeschichten

Die leider nicht so umfangreichen Exponate des Museums zum Thema bilden den Ausgangspunkt für einen Überblick über die frühe Geschichte des Langener Raums von der Steinzeit bis ins Mittelalter. Ein Blick auf das ‚Große Ganze' wird helfen, diese in einen Entwicklungszusammenhang einzuordnen.

Dr. Jörg Füllgrabe
Samstag, 26. April 2014,
11 Uhr
Museum Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3
Eintritt: 3 Euro
max. 20 Personen
Bitte beachten: Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung, Telefon 06103 9104-60 oder E-Mail vhs@langen.de

– Allgemeiner Rundgang

Verschiedene Exponate, Karten und Fotografien der Sammlung werden helfen, große Linien der Geschichte Langens zu illustrieren.
Dr. Jörg Füllgrabe

Samstag, 31. Mai 2014,
11 Uhr
Museum Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3
Eintritt: 3 Euro
max. 20 Personen
Bitte beachten: Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung, Telefon 06103 9104-60 oder E-Mail vhs@langen.de

– Zwischen Macht und Alltag

Das Rathausmodell und ein dreidimensionaler Blick auf das alte Langen sollen Ausgangspunkte einer Inblicknahme der Entwicklung des Ortes vom mittelalterlichen Dorf zur Stadt sein.

Dr. Jörg Füllgrabe
Samstag, 7. Juni 2014,
11 Uhr
Museum Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3
Eintritt: 3 Euro
max. 20 Personen
Bitte beachten: Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung, Telefon 06103 9104-60 oder E-Mail vhs@langen.de

Stadtführungen

Rundgang durch die Langener Altstadt

Neben dem Verlauf des Sterzbaches werden insbesondere die beiden Sühnekreuze, die Reste der mittelalterlichen Stadtbefestigung sowie des Schwimmstadions Topographien der Langener Geschichte vom Mittelalter bis zur Gegenwart erfahr- oder besser gesagt begehbar gemacht.

Dr. Jörg Füllgrabe
Samstag, 15. Februar 2014,
11 Uhr
Bitte beachten: Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung, Telefon 06103 9104-60 oder E-Mail vhs@langen.
Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
5 Euro
max. 20 Personen

Kirche – Kneipen – Klapperstorch

Eine etwas andere Stadtführung
Die Führung wird neben den historischen Sehenswürdigkeiten - mittelalterliche Befestigungsanlage, Vierröhrenbrunnen, Altes Rathaus, Stadtkirche – Orte in den Fokus rücken, die sonst nicht so häufig ins Blickfeld des Interesses geraten: Gaststätten, Grenzlinien, geheimnisvolle Plätze und und und ...

Herbert Bauch
Samstag, 29. März 2014,
14 Uhr
Bitte beachten: Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung, Telefon 06103 9104-60 oder E-Mail vhs@langen.
Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
5 Euro
max. 20 Personen

Nachtwächterführung durch die Langener Altstadt

Kurs-Nr. 3
Gewöhnlich finden Altstadtführungen bei Tage statt. Die Reize der Altstadt bei Dunkelheit zu erspüren, dürfte für die meisten Interessenten neu sein. Gerd J. Grein wird in der Uniform eines Nachtwächters beim Schein der Laterne diese Aufgabe wahrnehmen!

Gerd J. Grein
Mittwoch, 19. März 2014,
20-21:30 Uhr
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3,
Außenbereich
7,70 Euro
max. 25 Personen

Rundgang über den Langener Friedhof

Kurs-Nr. 4
Gerd J. Grein setzt die Tradition der Friedhofsgänge fort. Dabei erzählt er manch Wissenswertes, aber auch Amüsantes über den Ort der Stille, von bekannten und unbekannten Persönlichkeiten, die ihre letzte Ruhestätte hier gefunden haben. In seiner bekannt humoristischen Art kommen Schnurren und Anekdoten nicht zu kurz.
Gerd J. Grein
Sonntag, 25. Mai 2014,
14:30-16 Uhr
Friedhof/Trauerhalle,
Außenbereich
7,70 Euro
max. 25 Personen

Alternativer Stadtrundgang

„Langen in der Nazizeit" ist das Thema des alternativen Stadtrundganges zu Häusern und Plätzen, an denen NS-Täter, NS-Gegner und NS-Opfer Geschichte machten. Dabei werden auch die Stellen, an denen bisher Stolpersteine verlegt wurden, besucht.
Die etwa zweistündige kostenlose Führung beschränkt sich auf den Altstadtbereich.

Rosi Steffens/Rainer Elsinger/ Herbert Walter

Samstag, 12. April 2014,
14-16 Uhr
Treffpunkt:
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3

Bitte anmelden bei:
H. Walter,
Telefon 06103 51873

Europa-Union Stadt und Kreis Offenbach

Ansprechpartnerin und Anmeldung bei:

Christel Germer
Telefon 06074 26913
E-Mail hcgermer@t-online.de
Internet: offenbach.europa-union.de

Tagesfahrt nach Straßburg

Mit Besuch des Europäischen Parlaments, Teilnahme an einer Plenarsitzung und Führung durch das Straßburger Münster

Termine:
- Mittwoch, 12. März 2014
- Mittwoch, 16. April 2014

Kosten: 38 Euro pro Person

Tagesfahrt nach Luxemburg

Mit Besuch beim Europäischen Gerichtshof (EuGH) und Stadtführung mit Rundgang durch die Altstadt

Termine:
- Mittwoch, 14. Mai 2014
- Donnerstag, 26. Juni 2014

Kosten: 40 Euro pro Person

Australien – Zwei Monate Down Under

Media-Vortrag
Australien ist ein faszinierender Kontinent, ein Land voller Kontraste. Tauchen Sie ein in die paradiesischen Landschaften und die vielfältige Pflanzen- und Tierwelt.

Nicole Zimmermann
Dienstag, 1. April 2014,
19:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
Eintritt: 2 Euro
Um kurze Anmeldung wird gebeten (Telefon 06103 9104-62, E-Mail vhs@langen.de)

Stadtarchiv Langen

- mehr als ein Ort der Aufbewahrung
Haben Sie Fragen zur Lokalgeschichte, oder wünschen Sie Auskünfte in familiengeschichtlichen Angelegenheiten? Das Stadtarchiv hilft Ihnen weiter. Es befindet sich im

Kulturhaus Altes Amtsgericht
Darmstädter Straße 27,
Zimmer 4
Telefon 06103 9104-75 / -62
Fax 06103 9104-66
E-Mail stadtarchiv@langen.de

Das Stadtarchiv verfügt über eine umfangreiche Sammlung

heimatkundlicher und regionalgeschichtlicher Literatur, die allen Interessierten zur Verfügung steht. Geöffnet ist das Stadtarchiv dienstags, 9 bis 12 Uhr und 14-17 Uhr sowie nach Vereinbarung.

Bitte melden Sie sich, wenn Sie Interesse an Gruppenführungen zum Besuch der Mahn- und Gedenkstätte für die jüdischen Opfer des Nationalsozialismus, der Mikwe und des jüdischen Friedhofs haben.

Veranstaltungen des Umweltreferates

Das Umweltreferat der Stadt Langen präsentiert 2014 gemeinsam mit der Stadtbücherei wieder verschiedene Ausstellungen rund um die Themen Umwelt- und Naturschutz.
Weitere Informationen können der aktuellen Tagespresse oder der Internetseite des Referates für Umwelt und Mobilität unter www.umwelt-langen.de entnommen werden. Bei Fragen und für weitere Informationen ist die Umweltberatung gerne behilflich, Telefon 06103 203 391.

STADT LANGEN Umweltberatung

Natur des Jahres 2014

18. Februar bis 15. März 2014 in der Stadtbücherei

Verschiedene Umwelt- und Naturschutzorganisationen wählen in Deutschland jährlich die „Naturelemente" des Jahres aus dem Bereich gefährdeter Pflanzen, Tiere und Landschaften.
Diese Auszeichnung gibt es mittlerweile für viele Kategorien, wie Arzneipflanzen, Bäume, Blumen, Fische, Gemüse, Gift- und Heilpflanzen, Insekten, Orchideen, Pilze, Schmetterlinge, Vögel oder Wildtiere. Damit soll auf die Besonderheiten der jeweiligen Tier- und Pflanzenarten aufmerksam gemacht und für deren Erhalt und Schutz eingetreten werden. Neben Infos zu den ausgezeichneten Arten 2014 vom Umweltreferat gibt es Literatur zu Tieren und Pflanzen von der Bücherei zum Ausleihen.

Stromeinsparung im Haushalt

4. bis 28. März 2014 im Rathaus

Im Schnitt verschlingt ein privater Haushalt zwischen 3.500 und 4.000 Kilowattstunden pro Jahr.
Der Stromverbrauch von Privathaushalten steigt seit Jahren stetig – in vielen Haushalten liegen aber Einspar-Möglichkeiten bis zu 50 Prozent. Die Ausstellung von der Hessischen Energiesparaktion präsentiert einen Stromsparplan für hessische Haushalte und zeigt die jeweils wichtigste Handlungsempfehlung für Beleuchtung, TV, Computer, Umwälzpumpe, Kühlgeräte sowie Waschmaschine und Trockner auf zehn Infotafeln.
Zum Mitnehmen für die Ausstellungsbesucher steht kostenloses Infomaterial zum Thema bereit. Begleitend zur Ausstellung, gibt es am 19. März 2014, um 19:30 Uhr einen öffentlichen kostenlosen Abendvortrag zum Thema Stromsparen von einem Energieberater im Langener Rathaus.

Fair-Trade Siegel & Schnittblumen aus aller Welt

29. April bis 23. Mai 2014 in der Stadtbücherei

Deutschland ist Weltmeister des Blumenimports. Um den Bedarf an mehreren Millionen Tulpen, Rosen, Nelken oder Lilien pro Jahr zu decken, kommen 90 Prozent der Schnittblumen aus dem Ausland zu uns. Sie werden vor allem aus Ostafrika und Lateinamerika eingeflogen. Das Wissen um die menschenunwürdigen Arbeitsbedingungen auf Blumenfarmen trübt jedoch die Freude an den bunten Sträußen: Die Arbeiterinnen und Arbeiter bekommen nur geringe Löhne und sind einem übermäßigen Einsatz von zum Teil hochgiftigen Pflanzenschutzmitteln ausgesetzt. Verschiedene Siegel kennzeichnen Blumen nach klar definierten sozialen und ökologischen Standards und sind damit eine nützliche Einkaufshilfe.

Naturnah Gärtnern

27. Mai bis 28. Juni 2014 in der Stadtbücherei

Bereits kleinere Flächen sind, wenn sie ökologisch gestaltet werden, ein wertvolles Stück Natur. Vor allem in Städten bieten naturnahe Gärten, Tieren und Pflanzen, zusätzlichen Lebensraum. Diese Kleinstbiotope beeinflussen das Stadtklima positiv, binden Staubpartikel und lassen Regenwasser in den Boden sickern. Statt teurer, exotischer oder gezüchteter Pflanzen sollten in einem naturnahen Garten möglichst heimische Gewächse gepflanzt werden. Besonders geeignet sind robuste und langlebige Arten, die der Insektenwelt die notwendige Nahrung bieten. Heimische Gewächse, die an einem geeigneten Ort stehen, sind außerdem weniger anfällig für Schädlinge. Sollten dennoch einmal Blattläuse den Vorgarten befallen, nicht gleich die „chemische Keule" einsetzen. Pestizide töten nicht nur vermeintliche Schädlinge, sondern auch Nützlinge, und gefährden das Grundwasser und die Gesundheit der Menschen.

Siebenschläfer-Maimarkt in der Wassergasse

4. Mai 2014, 11-18 Uhr

Traditionell findet am ersten Sonntag im Mai, in 2014 am 4. Mai, der Siebenschläfer-Maimarkt in der Wassergasse in Langen statt. Neben einem zünftigen Ebbelwoi-Frühschoppen im Adler-Hof laden die Werbegemeinschaft Wassergasse, der Obst- und Gartenbauverein Langen e. V. und die Mitglieder der Apfelwein- und Obstwiesenroute Langen in die gemütlichen Innenhöfe und die verkaufsoffenen Geschäfte in der vom Verkehr gesperrten Wassergasse ein. Für das leibliche Wohl ist mit Kaffee und Kuchen sowie Gegrilltem gesorgt. Daneben gibt es flotte Musik sowie Naturschutz-Informationen mit „Siebenschläferproduktverkauf" zum Erhalt der lokalen Streuobstwiesen.

Heilpflanzen-Einmaleins im Langener Norden

Kurs-Nr. 5
Ob zur Blutreinigung, Stärkung des Darms oder zur Förderung des allgemeinen Wohlbefindens, aus vielen heimischen Wildkräutern lassen sich Heilmittel herstellen.
Auf einem Spaziergang lernen Sie Heilkräuter mit Hilfe eines Arbeitsblattes anhand eindeutiger Merkmale selbstständig zu erkennen. Sie erfahren Nützliches zur Heilwirkung und Anwendung sowie Interessantes zur Namensgebung. So können Sie Heilkräuter selber sicher sammeln und sich gesundheitsfördernde Tees, Tinkturen u.a. zubereiten.
Bitte Lupe und Schreibmaterial mitbringen.

Das Kursmaterial kann für 2 Euro bei der Kursleiterin erworben werden.

Marion Bredemeier
Samstag, 24. Mai 2014,
15:30-18:30 Uhr
Robert-Bosch-Straße/Ecke Kirch-

schneise, nahe Achat Hotel
10 Euro
max. 12 Personen

Treffpunkt: Langen, Robert-Bosch-Straße, Ecke Kirchschneise (nahe Achat-Hotel)

Angebote für Frauen

Veranstaltungen des Frauenbüros

Anmeldung und Information:
Telefon 06103 203-162
E-Mail frauenbuero@langen.de

Mittwoch, 29. Januar 2014,
19 Uhr
Mörderische Textilindustrie
Referent:
Dr. Thomas Seibert,
medico international, Frankfurt
Dr. Thomas Seibert hat im Juni 2013 die Unglücksstelle in Savar und Überlebende in Bangladesch besucht. Er berichtet über den Stand des Sicherheitsabkommens für Bangladeschs Textilindustrie und die Weiterentwicklung zur Änderung der menschen-unwürdigen Arbeitsbedingungen.
Veranstaltungsort: Gemeindehaus Bahnstraße 46

Kooperation mit der ev. Kirchengemeinde, Pfarrer Steffen Held und Ute May-Baldner, Allerhand, Oberlinden, und Ginkgo, Eintritt frei

Samstag, 1. Februar 2014,
14-17 Uhr
Wenn die Eltern plötzlich Pflege brauchen ...
Rollenwandel:
Von der Tochter zur „Mutter" der eigenen Eltern?
Referentin:
Britta Pütz,
Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung, Griesheim

Wenn die Eltern hilfebedürftig werden, ist dies besonders für Frauen, oftmals für die erwachsenen Töchter oder Schwiegertöchter, eine enorme Belastung. Das Seminar hilft Ihnen, Antworten zu finden, wie sich ganz konkret die Pflege und die notwendigen Hilfeleistungen organisieren lassen, und wie Sie mit der veränderten Situation sowie dem grundlegenden Wandel (besser) zurechtkommen.

Veranstaltungsort:
Begegnungszentrum Haltestelle, Elisabethenstraße 59a
Teilnahmebeitrag: 3 Euro,
Anmeldungen erbeten
Eine Kooperation mit dem Büro für staatsbürgerliche Frauenarbeit, Wiesbaden

Dienstag, 11. Februar 2014,
19–22 Uhr
Meisterin des Alltags – achtsame Strategien für Frauen
Referentin:
Britta Pütz,
Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung, Griesheim

Unsere Leistungsstärke im Beruf, unsere Stress- und Frustrationstoleranz sowie unser Umgang mit uns selbst sind Faktoren, die maßgeblich über Erfolg und Zufriedenheit entscheiden. In diesem Workshop setzen wir uns mit unseren Denk- und Handlungsweisen auseinander und erarbeiten in acht Schritten Wege, die uns zu „Meisterinnen des Alltags" werden lassen.

Veranstaltungsort: ZenJA, Zimmerstraße 3, Familiencafé
Teilnahmebeitrag: 3 Euro,
Anmeldungen erbeten
Eine Kooperation mit dem Büro für staatsbürgerliche Frauenarbeit, Wiesbaden

Freitag, 7. März 2014, 19 Uhr
...und raus bist Du? Minijobs und Teilzeit nach Erwerbspausen
Zum Equal Pay Day 2014

In Kooperation mit dem BPW (Business and Professional Women) werden an diesem Abend zwei Impulsvorträge die Grundlage für eine anschließende Diskussion bilden. Ziel ist es, Lösungen zu erarbeiten und bekanntzumachen, wie trotz Erwerbsunterbrechungen oder Betreuungs- und Pflegeanforderungen eine existenzsichernde und der Qualifikation entsprechende Berufstätigkeit fortgeführt werden kann.

Veranstaltungsort:
ZenJA, Zimmerstraße 3,
Familiencafé

Internationaler Frauentag
Samstag, 8. März 2014,
20 Uhr
KonDUETTina Divenalarm – Oper auf Rädern
Von und mit:
Bettina Hackenspiel, Kerstin Kuschik und **Martina Schmerr**

Oper ist reaktionär? Verstaubt? Tiefdepressiv und hochsubventioniert? Das war einmal. Denn auch die Oper leidet unter dem Sparzwang dieser Zeiten. Das macht den Diven von Konduettina zu schaffen. Outgesourct und auf der Flucht vor Hartz IV machen sie sich mit ihrem Opernmobil auf den Weg, um neue Kundenkreise zu erschließen. Im Gepäck: Duette von Mozart, Verdi und Kollegen, Hits und Hitverdächtiges aus anderen Sparten und hessisch-spitzfindige Betrachtungen zur aktuellen Lage.

Veranstaltungsort:
Bürgerhaus Dreieich
Eine Kooperation mit den Frauenbüros Langen und Dreieich,
Eintritt: 17 Euro

Mittwoch, 2. April 2014,
19:30 Uhr
Unter der Peitsche des Abtreibungsparagraphen
Auf den lokalgeschichtlichen Spuren des § 218 in Langen ab 1924
Referent:
Herbert Bauch, Frankfurt

Der § 218 stand in der Weimarer Republik fast durchgängig auf der Tagesordnung von politischen Parteien, berufsständischen Organisationen der Ärzteschaft sowie von Frauenverbänden und war häufig genug existenzieller Teil weiblichen Lebens und Alltags.
Der Vortrag beschäftigt sich mit Geburtenkontrolle und dem Kampf gegen den Abtreibungsparagraphen 218 im Spiegel von Theater und Film, Vorträgen und der lokalen Presse in Langen. Das wichtigste Medium in den öffentlichen Auseinandersetzungen über den hunderttausendfachen Verstoß deutscher Frauen und Mädchen gegen das Strafgesetzbuch stellte zweifelsohne der Film dar.

Veranstaltungsort: Stadtbücherei in der Neuen Stadthalle,
Südliche Ringstraße 77
Eine gemeinsame Veranstaltung des Frauenbüros und der Stadtbücherei,
Eintritt frei

Dienstag, 29. April 2014,
9-16 Uhr
Autobiografische Schreibwerkstatt für Frauen
Erinnerung der eigenen Geschichten
Referentin:
Dr. Diana Juhl,
Autorin, Referentin für Pressearbeit und freie Journalistin, Darmstadt

Viele Frauen haben aus ganz unterschiedlichen Gründen den Wunsch, Erlebtes und Erfahrenes festzuhalten, ihre Biografie zu verfassen. Die autobiografische Schreibwerkstatt öffnet mit neuen Impulsen und Schreibanregungen Erinnerungsschleusen. In diesem Seminar werden Methoden des kreativen und assoziativen Schreibens vorgestellt, es entstehen Geschichten, Briefe und Fiktionen. Auch Anfängerinnen sind herzlich willkommen.

Teilnahmebeitrag:
12 Euro (zahlbar am Veranstaltungsabend)
Voranmeldung erbeten,
Anmeldeschluss: 17. April 2014

Veranstaltungsort: ZenJa,
Zimmerstraße 3

Eine Kooperation mit dem Büro für staatsbürgerliche Frauenarbeit

Selbst ist die Frau

Einführung ins Heimwerken
(In Zusammenarbeit mit dem Frauenbüro der Stadt Langen)

Kurs-Nr. 6
Wir lernen zu messen, zu konstruieren, die Bohrmaschine zu handhaben, zu dübeln und zu schrauben, eine Wand auszubessern, die Säge zu nutzen und ein Regal anzubringen. Zu Beginn beschäftigen wir uns auch mit kleinen Elektroarbeiten, wie z. B. Stecker anbringen, Lampenschalter auswechseln und Lampen anschließen.

Annegret Biermann
Freitag, 21. März 2014,
18:30-21:30 Uhr, und
Samstag, 22. März 2014,
12-18 Uhr
AWO-Büro, Wilhelm-Leuschner-Platz 5; EG
30 Euro
max. 10 Personen
Im Kurs werden Kosten für Kopien und Materialverschleiß von ca. 3 Euro abgerechnet.

Nähen & Co.

Wie bediene ich eine einfache Nähmaschine

Kurs-Nr. 7
In diesem Kurs werden Grundkenntnisse über das Arbeiten mit einer Standard-Nähmaschine vermittelt und geübt. Nähmaschinen sind vorhanden, eigene Nähmaschinen können mitgebracht werden.

Elfriede Sommer
Samstag, 1. März 2014,
9-13:30 Uhr
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
19,80 Euro
max. 8 Personen

Nähen für AnfängerInnen

Kurs-Nr. 8
Nähanleitungen, Tipps und Anregungen für Damen-, Jugend- und Kindermodelle oder Änderungen nach Wahl. Das Unterrichtsmaterial wird rechtzeitig bekannt gegeben.
Der Besitz einer Nähmaschine ist von Vorteil.

Elfriede Sommer
donnerstags, 18:30-20:45 Uhr
(9 x 3 UE)
ab Donnerstag, 27. Februar 2014
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
89,10 Euro
max. 8 Personen

Nähen für Fortgeschrittene - intensiv

Kurs-Nr. 9
„Jacke wie Hose" - was Sie auch nähen wollen, hier können Sie nicht nur damit anfangen, sondern auch dranbleiben, bis es fertig ist.
Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs ist der Besitz einer Nähmaschine. Das Unterrichtsmaterial wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Esther Schaum-Distelmann
Samstag, 15. März 2014, und
Sonntag, 16. März 2014,
jeweils 10-19 Uhr (2 x 10 UE)
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
50 Euro
max. 9 Personen

Coole Maschen! Stricken ist das neue Yoga...

Kurs-Nr. 10
Frischen Sie Ihre Strickkenntnisse auf, oder lernen Sie das Stricken neu. Ob nun Sommerpulli, Top oder ein schickes Accessoire, für jeden ist etwas dabei. Hier gibt es Anregungen und Muster für Modelle, die Sie schon immer mal ausprobieren wollten. Hilfestellung ist gewährleistet. Auch für Anfänger gibt es Ideen und Vorschläge, die sich einfach und schnell umsetzen lassen. In der ersten Stunde werden Bücher, Zeitschriften und Beispiele gezeigt, welche Ihnen dabei helfen, sich Anregungen zu holen. Zusätzlich werden Muster erklärt, nützliches Strickzubehör vorgeführt, und es gibt allerlei Tipps und Tricks rund ums Stricken. Grundkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht zwingend notwendig. Häkelgrundkenntnisse können ebenfalls vermittelt werden

Sabine Hochberger
montags, 19:30-21 Uhr
(6 x 2 UE)
ab Montag, 24. Februar 2014
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 16
30 Euro
max. 10 Personen

Bitte beachten: Der Kurs findet auch am Rosenmontag statt.

Essen & Trinken

Geheimtipp: Kulinarischer Kochtreff

- Dienstagsgruppe
(buchbar nur im Block)

Kurs-Nr. 11
Lassen Sie sich auf ein Abenteuer ein, und entdecken Sie kulinarisch ausgefallene Ideen im Bereich Kochen und Backen mit vielen Informationen rund um die Ernährung sowie Tipps und Tricks.
Jedes Treffen wird unter einem anderen Motto stehen. Lassen Sie sich einfach überraschen. Wie gewohnt sind interessante Geschmacksvariationen dabei; alles ist gut vorzubereiten, einfach und schnell nachzukochen. Es werden immer Fisch, Fleisch und Vegetarisches berücksichtigt, aber auch das

Süße wird nicht vernachlässigt. Freuen Sie sich schon jetzt auf interessante Abende!

Heike Dannefelser-Schuchmann
Dienstag, 11. März 2014,
Dienstag, 1. April 2014,
Dienstag, 6. Mai 2014,
Dienstag, 3. Juni 2014,
und
Dienstag, 1. Juli 2014,
jeweils 18-21:45 Uhr (5 x 5 UE)
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
62,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Geheimtipp: Kulinarischer Kochtreff -

- Mittwochsgruppe
(buchbar nur im Block)

Kurs-Nr. 12
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 11

Heike Dannefelser-Schuchmann
Mittwoch, 5. März 2014,
Mittwoch, 2. April 2014,
Mittwoch, 7. Mai 2014,
Mittwoch, 4. Juni 2014,
und
Mittwoch, 2. Juli 2014,
jeweils 18-21:45 Uhr (5 x 5 UE)
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
62,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Geheimtipp: Kulinarischer Kochtreff - nur für Männer

(buchbar nur im Block)

Kurs-Nr. 13
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 11

Heike Dannefelser-Schuchmann
Dienstag, 18. März 2014,
Dienstag, 8. April 2014,
Dienstag, 13. Mai 2014,
Dienstag, 10. Juni 2014, und
Dienstag, 8. Juli 2014,
jeweils 18-21:45 Uhr (5 x 5 UE)
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
62,50 Euro
max. 12 Personen
Ca. 18 Euro pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Basis des Kochens (Teil 1) - das notwendige Grundwissen zur guten Küche

Kurs-Nr. 14

Durch das große Angebot von Fertiggerichten geht das Grundwissen um bewährte Rezepte oft verloren - dabei sind diese doch so leicht zuzubereiten und mit kleinen Tipps schnell abzuwandeln. Wie lecker sind hausgemachte Suppen, die aus saisonalem Gemüse zubereitet werden! Leckere Soßen benötigt man fast zu jedem Essen - neben den klassischen Soßen lernen Sie auch verschiedene Salatsoßen kennen. Ebenso wird die geschmackvolle Zubereitung von Fisch, Fleisch oder Geflügel mit vielfältigen Beilagen aus Kartoffeln, Reis und Nudeln erlernt und natürlich als krönender Abschluss ein schönes Dessert. Also weg von den Tüten- und Fertiggerichten und ran an den eigenen Herd!

Heike Dannefelser-Schuchmann
Donnerstag, 13. März 2014,
Donnerstag, 20. März 2014,
und
Donnerstag, 27. März 2014,
jeweils 18-21:45 Uhr (3 x 5 UE)
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
37,50 Euro
max. 12 Personen
Ca. 18 Euro für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Das Elterntrauma - Teenies in der Küche

(für 10-14-Jährige)

Kurs-Nr. 15
Teenager können prinzipiell alles besser. Doch wenn es ums Kochen geht, ist das Ergebnis meistens nicht mehr so cool. Damit Ihr zeigen könnt, dass Ihr wirklich was auf dem Kasten habt, und durchaus auch künftige Dates mit kulinarischen Köstlichkeiten verzaubert, werdet Ihr hier in die Küchengeheimnisse eingeweiht und bald fabelhafte Gerichte zaubern können.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Donnerstag, 8. Mai 2014,
und
Donnerstag, 15. Mai 2014,
jeweils 16:30-19:30 Uhr
Albert-Einstein-Schule, Berliner Allee 90, Lehrküche
20 Euro
max. 12 Personen

Ca. 10 Euro pro Nachmittag für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Nur für Singles: Tatort Küche - Flirt am Herd

(Teil 4)

Kurs-Nr. 16
Solo? Trauert Ihre Küche wieder mal vor sich hin, und Ihr Herd schaut Sie vorwurfsvoll an? Sie greifen wieder mal zu Fastfood, Tiefkühl-, Tüten- oder Dosengerichten und haben keine Lust mehr, alleine zu essen? Dann haben Sie zwei Möglichkeiten: Entweder Sie lernen einen Partner kennen, der kochen kann, oder Sie werden endlich selbst zum Gourmet-Koch, um die Damen und Herren dieser Welt zu begeistern. Und glauben Sie mir, auch Ihre Küche wird sich freuen. Hier lernen Sie nette Gleichgesinnte kennen, und vielleicht finden Sie hier Ihr Herzblatt zum Kochen und Genießen, denn Liebe geht ja bekanntlich durch den Magen. Egal wie es ausgeht, Sie werden einen netten Abend verbringen und müssen dabei auf interessante Gespräche und kulinarische Köstlichkeiten nicht verzichten. Die einzelnen Kursteile sind unabhängig voneinander buchbar.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Donnerstag, 27. Februar 2014,
und
Donnerstag, 6. März 2014,
jeweils 18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
25 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Dinner for Two - Paare kochen gemeinsam

Kurs-Nr. 17
Wenn Sie schon lange möchten, dass Ihr Partner mal den Kochlöffel schwingt und den Herd anschmeißt, oder Sie beide einfach mal etwas Neues ausprobieren möchten, dann sind Sie hier genau richtig. Hier lernen Paare gemeinsam, einige Köstlichkeiten zuzubereiten. Probieren Sie es aus - Spaß und nachhaltiger Effekt sind garantiert.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Mittwoch, 21. Mai 2014,

18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
12,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro pro Person für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Kulinarisches fürs Büro - die Alternative zum Kantinenessen

Kurs-Nr. 18
Büroalltag und Essen - das bedeutet für viele: ohne Frühstück aus dem Haus, Kantinenessen oder Fast Food. Man fühlt sich schnell energielos, müde und schlapp. Um fit und leistungsfähig zu sein und auch zu bleiben, braucht unser Körper die richtige Nahrung. Es ist gar nicht so schwer, zu Hause etwas Gesundes und Köstliches fürs Büro vorzubereiten und somit unabhängig von Imbissbuden und Kantinenessen zu werden. Die Rezepte sind einfach, schnell und lecker. So haben Sie genug Power, und ein stressiger Tag kann Ihnen nicht mehr so viel anhaben.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Mittwoch, 25. Juni 2014,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90,
Lehrküche
12,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Leichter Genuss liegt im Trend

Kurs-Nr. 19
Wer auf seine Linie achten möchte, braucht dabei auf Genuss nicht verzichten. Es gibt viele leckere Gerichte, die leicht zuzubereiten sind. Zeitgemäße Ernährung findet sich in köstlichen Rezepten wieder, die Salate, Suppen, Fisch, Fleisch und Vegetarisches berücksichtigen. Alles macht einfach Lust auf Leichtes, und das Tolle daran ist, für deren Zubereitung müssen Sie kein Kochprofi sein. Zur Abrundung dürfen Sie sich auf einen süßen Abschluss freuen.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Donnerstag, 26. Juni 2014,
und
Donnerstag, 3. Juli 2014,
jeweils 18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
25 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Osterbrunch

Kurs-Nr. 20
Der Frühling steht vor der Tür. Wie wäre es, wenn Sie im Anschluss an das fröhliche Eiersuchen Ihre Familie zu einem schmackhaften Brunch einladen würden? Dies ist ganz sicher eine gute, willkommene Idee und Abwechslung. Alles ist leicht vorzubereiten, und Sie können den Tag ebenfalls ruhig genießen.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Mittwoch, 26. März 2014,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
12,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Fingerfood

(Teil 1)
Kurs-Nr. 21
Kleine Köstlichkeiten, kalt oder heiß, gut vorzubereiten, damit Sie es sich bequem machen können, wenn Ihre Gäste kommen.

Die einzelnen Kursteile sind unabhängig voneinander buchbar.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Mittwoch, 9. Juli 2014,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
12,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Tapas

Kurs-Nr. 22
Die typischen spanischen Spezialitäten erfreuen sich auch bei uns immer größerer Beliebtheit. Die schnellen und unkomplizierten Rezepte für die kleinen Köstlichkeiten aus Fisch, Fleisch, Geflügel, Gemüse und Eiern bringen mediterrane Urlaubsstimmung auf den Tisch und werden auch Sie mit Sicherheit begeistern.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Mittwoch, 19. März 2014,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90,
Lehrküche
12,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Tapas - Teil 2 mit neuen Rezepten

Kurs-Nr. 23
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 22

Heike Dannefelser-Schuchmann
Donnerstag, 3. April 2014,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
12,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Mediterrane Küche

Kurs-Nr. 24
Die Küche der Mittelmeerländer ist eine der farbenprächtigsten und abwechslungsreichsten der Welt. Sie besteht hauptsächlich aus Gemüse, Salat, Obst, Brot, Teigwaren und Hülsenfrüchten, wenig Schweine- und Rindfleisch, dafür aber Fisch und Geflügel. Als Hauptfettquellen dienen Olivenöl und Rapsöl. In Fachkreisen werden die vielen Vorteile und die gesundheitsfördernde Wirkung der mediterranen Kost bestätigt. Die mediterrane Küche und Lebensart stehen heute für Vielfalt und Schmackhaftigkeit, für Urlaubsgefühl, für Wohlbefinden und Gesundheit. Lassen Sie sich inspirieren, und übernehmen Sie deren beson-

dere Merkmale, um sie auch zu Hause genießen zu können.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Mittwoch, 14. Mai 2014,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
12,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Mediterrane Küche - Teil 2 mit neuen Rezepten

Kurs-Nr. 25
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 24

Heike Dannefelser-Schuchmann
Mittwoch, 11. Juni 2014,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
12,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Kräuterküche

Kurs-Nr. 26
Diese Jahreszeit bietet sich an, mit Kräutern zu experimentieren. Diese kann man ja in allen Bereichen der Küche wunderbar einsetzen - selbst beim Nachtisch verzichten wir nicht auf sie. Hier lernen Sie ausgefallene Rezepte kennen, die ein bisschen aus dem Rahmen fallen und dennoch super lecker sind.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Montag, 14. Juli 2014,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
12,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Sommerliche Marmeladen - Teil 2 mit neuen Rezepten

Kurs-Nr. 27
Die Vielfalt der Sommerfrüchte bietet uns viele Möglichkeiten, hausgemachte und kreative Gourmet-Marmeladen und Konfitüren herzustellen. Lassen Sie sich überraschen!

Heike Dannefelser-Schuchmann
Mittwoch, 16. Juli 2014,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
12,50 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Gesundheitspflege, Meditation, Yoga

Bates-Methode für die Augen

Kurs-Nr. 28
Dr. Bates vertrat als erster die Idee, dass das Sehen korrigiert werden kann.
Mit einer Veränderung von Gewohnheiten und der visuellen Bewusstheit durch Bewegung und Entspannung kann das Sehen verbessert werden, angenehm und einfach.
Das Verfahren eignet sich im Falle von Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit, Astigmatismus und Schielen, auch bei Überanstrengung von Augen, Glaukom und grauem Star.

Claudia Ramm Doman
Samstag, 29. März 2014,
9-16 Uhr, und
Sonntag, 30. März 2014,
10-14 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
34,17 Euro
max. 12 Personen

Walken für Einsteiger

Kurs-Nr. 29
Sanfter Einstieg zu mehr Fitness für jedes Alter und zugleich natürliche Frischzellenkur. Durch Bewegung an der frischen Luft jung und gesund bleiben, Müdigkeit und Trägheit vertreiben, das Immunsystem stärken. Stöcke sind nicht notwendig. Aufwärmen - Walken - Dehnen.
Einschränkung: Bei akuten Herz-Kreislauf-Erkrankungen nicht geeignet und nach Operationen nur nach ärztlicher Absprache.
Marianne Schäfer
freitags, 18-19 Uhr
(6 x 60 Min.)
ab Freitag, 4. April 2014
Mörfelder Landstraße, Übergang Aschaffenburger Straße
20 Euro
max. 12 Personen

Walken für Einsteiger

Kurs-Nr. 30
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 29

Marianne Schäfer
freitags, 18-19 Uhr
(6 x 60 Min.)
ab Freitag, 6. Juni 2014
Mörfelder Landstraße,
Übergang Aschaffenburger Straße
20 Euro
max. 12 Personen

Nordic Walking

Kurs-Nr. 31
Das Laufen mit Stöcken ist nach wie vor bei Gesundheitssportlern beliebt und weit verbreitet. Richtig angewendet werden so gut wie alle Muskeln unseres Körpers, insbesondere die Rücken- und Beinmuskulatur, trainiert, unser Herz-, Kreislauf- und Immunsystem gestärkt, unsere Zellen und damit Muskeln, Organe und Gehirn mit Sauerstoff versorgt, Sehnen und Bänder gestärkt, Glückshormone ausgeschüttet. Ein Rundum-Paket zur Förderung körperlicher und seelischer Gesundheit.
Einschränkung: Bei akuten Herz-Kreislauf-Erkrankungen nicht geeignet und nach Operationen nur nach ärztlicher Absprache.

Marianne Schäfer
freitags, 17-18 Uhr
(6 x 60 Min.)
ab Freitag, 4. April 2014
Mörfelder Landstraße, Übergang Aschaffenburger Straße
20 Euro
max. 12 Personen

Nordic Walking

Kurs-Nr. 32
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 31

Marianne Schäfer
freitags, 17-18 Uhr
(6 x 60 Min.)
ab Freitag, 6. Juni 2014
Mörfelder Landstraße, Übergang Aschaffenburger Straße
20 Euro
max. 12 Personen

Meditativer Tanz Vajra-Tanz

Kurs-Nr. 33
Der Vajra-Tanz ist eine ganz besondere und wirkungsvolle meditative Methode, die Klang und Bewegung nutzt, um den natürlichen, entspannten Zustand unserer Energie wieder herzustellen und unseren Körper und Geist zu harmonisieren. Er wird auf einem großen, fünffarbigen Mandala getanzt. Die langsamen, meditativen Bewegungen werden von Musik und einem gesungenen Mantra begleitet. Der tibetische Meditations-Meister Chögyal Namkhai Norbu überliefert diese Methode für Männer und Frauen jeder Altersstufe.

Karin Heinemann
Samstag, 15. März 2014,
und
Sonntag, 16. März 2014,
jeweils 10-17 Uhr (2 x 8 UE)

Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
40 Euro
max. 12 Personen

Auf Wunsch können Zusatztermine vereinbart werden.

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Kurs-Nr. 34
Die Progressive Muskelentspannung ist ein aktives Entspannungsverfahren, bei dem einzelne Muskelgruppen bewusst an- und entspannt werden. In kürzester Zeit erfahren Sie eine wohltuende Ruhe, die sich auf den ganzen Körper ausbreitet. Dieses Entspannungsverfahren eignet sich bei Muskelverspannungen, Schlafstörungen, innerer Unruhe, Angstzuständen und ist durch seine positive Wirkung auf das vegetative Nervensystem besonders geeignet bei nervösen Magen- und Darmbeschwerden. Diese Technik ist sowohl für Gesunde als auch chronisch Kranke geeignet, leicht erlernbar und im Alltag leicht anwendbar.

Karin Filippi-Wagner
dienstags, 19:30-20:30 Uhr
(6 x 60 Min.)
ab Dienstag, 29. April 2014
Dreieichschule,
Goethestraße 6,
Pavillon P 2
30,80 Euro
max. 14 Personen

Yoga - Anfänger

Kurs-Nr. 35
Mahindra Grundkurs
Yoga ist ein Jahrtausende alter Lebensweg aus Indien. Wir können auch heute noch mit Yoga großen Nutzen für unsere Gesundheit erfahren. Durch die Stellungen des Hatha-Yoga werden wir bewusster im Umgang mit unserem Körper. Wir flexibilisieren Sinne, Sehnen, Gelenke, Wirbelsäule und harmonisieren alle Körperfunktionen. Gleichzeitig kräftigen wir unsere Muskulatur. Entspannung für Körper, Geist und Seele ist in allen Übungen erfahrbar, und jede Stunde wird mit einer zusätzlichen Tiefenentspannung beendet. Die Übungen sind auf unsere westlichen Bedürfnisse und Fähigkeiten abgestimmt.

Ulrike Ziehl
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 20. Februar 2014
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstraße 66,
Gymnastikraum
115,50 Euro
max. 18 Personen

Yoga - Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 36
Yoga ist eine bewährte Methode, um ruhig, ausgeglichen, entspannt und kraftvoll zu werden. Wir kommen zu uns selbst. Ohne Leistungsdruck machen wir Körper- und Atemübungen. Das Wohltuende des Yoga wird im „Tun" erlebbar. Wir laden Sie zum Üben und Erleben ein.

Lothar Brill
dienstags, 20-21:30 Uhr
(19 x 2 UE)
ab Dienstag, 25. Februar 2014
Geschwister-Scholl-Schule,
Gymnastikraum,
Vor der Höhe 14
146,30 Euro
max. 25 Personen
Bitte beachten: kein Kurstermin am 4. März 2014.

Yoga - Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 37
In der Hektik und unter den Anforderungen des Alltaglebens ist Yoga hervorragend geeignet, Ruhe, Entspannung und eine tiefere Wahrnehmung für sich selbst zu entfalten. Gleichzeitig wird der Körper flexibler, so dass chronischen Verspannungen vorgebeugt werden kann.
Eine jahrtausend Jahre alte Disziplin, die den Menschen in unserer modernen Welt wieder mit sich selbst in Kontakt bringt.

Patricia Eilert
donnerstags, 15:30-17 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 27. Februar 2014
Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
115,50 Euro
max. 18 Personen

Yoga - Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 38
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 37

Patricia Eilert
donnerstags, 17-18:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 27. Februar 2014
Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
115,50 Euro
max. 18 Personen

Yoga für leicht Fortgeschrittene - vormittags

Kurs-Nr. 39
Mit Energie und innerer Ruhe den Tag beginnen. Die Körperübungen (Asanas), Atemführung und Entspannung helfen uns, Verspannungen zu lösen, den Körper zu kräftigen und „in unserer Mitte anzukommen".

Ulrike Ziehl
mittwochs, 9:15-10:45 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 19. Februar 2014
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
115,50 Euro
max. 10 Personen
Bitte beachten: kein Kurstermin am 30. April, 28. Mai und 18. Juni 2014.

Yoga - Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 40
Ulrike Ziehl
mittwochs, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 19. Februar 2014
Janusz-Korczak-Schule, Zimmerstraße 66,
Gymnastikraum
115,50 Euro
max. 18 Personen
Bitte beachten: kein Kurstermin am 30. April, 28. Mai und 18. Juni 2014.

Yoga - Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 41
Ulrike Ziehl
donnerstags, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 20. Februar 2014
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstraße 66,
Gymnastikraum
115,50 Euro
max. 18 Personen

Yoga für Geübte

Kurs-Nr. 42
Ein idealer Kurs für alle, die nach dem Anfängerkurs weitermachen oder nach einer Pause wieder einsteigen wollen. Die erlernten Yogastellungen werden vertieft und erweitert.

Ulrike Ziehl
mittwochs, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 19. Februar 2014
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstraße 66,
Gymnastikraum
115,50 Euro
max. 18 Personen
Bitte beachten: kein Kurstermin am 30. April, 28. Mai und 18. Juni 2014.

Qigong - Die 8 Brokate Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 43
Die acht Brokatübungen gehören zu den bekanntesten und ältesten Qigong-Übungen. Jeder Kurstermin wird Elemente aus dem stillen Qigong sowie Lockerungs- und Dehnungsübungen beinhalten. Wir werden die acht Brokatübungen gemeinsam einüben, und es

besteht Raum zu individuellem Üben. Die Übungen können an die jeweilige Befindlichkeit der Teilnehmer angepasst werden. Besondere Kenntnisse oder körperliche Voraussetzungen existieren nicht. Wöchentlich 90 Minuten lang haben Sie die Möglichkeit, zur inneren Ruhe zu kommen, den eigenen Körper wahrzunehmen und sich zu zentrieren.

Jürgen Schaum
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(10 x 2 UE)
ab Donnerstag, 6. März 2014
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
50 Euro
max. 13 Personen

Tai-Chi-Chuan (Peking-Form)

Kompaktkurs
Kurs-Nr. 44
Tai-Chi-Chuan ist eine millionenfach für die Gesundheit bewährte heilgymnastische Meditation in Bewegung und ist taoistischen Ursprungs. Sie bewirkt eine Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Die entspannungsfördernden Bewegungsabläufe, kombiniert mit intensiver Atmungskontrolle, steigern das Wohlbefinden und helfen, Krankheiten zu vermeiden.
Der Einstieg in den laufenden Wochenkurs ist ohne weiteres möglich.

Wahjudin Wangsadinata
Sonntag, 16. März 2014,
9-15 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
17,50 Euro
max. 12 Personen

Tai-Chi-Chuan (Peking-Form)

Kurs-Nr. 45
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 44

Wahjudin Wangsadinata
mittwochs, 19:45-21:15 Uhr
(9 x 2 UE)
ab Mittwoch, 5. März 2014
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
45 Euro
max. 12 Personen

Mittelalterlicher Schwertschaukampf

Kurs-Nr. 46
(ab 14 Jahren)
Das Mittelalter begeistert. Ob auf Mittelalter-Märkten wie dem „Hayner Burgfest" oder in Kinofilmen: Im Zentrum steht meist der Ritter mit einem Schwert. Auf vielen Märkten gibt es Schaukampfshows. Ich habe solche Shows organisiert und durchgeführt und freue mich immer wieder darauf, neuen Leuten diesen Sport näher zu bringen.
Dieser Kurs will einen ersten Einblick in die Kunst des Schaukampfes geben, der sowohl die Kämpfer wie auch die Zuschauer fesselt. Es wird die Fähigkeit vermittelt, einen 1,5-Händer sicher zu führen. Die Sicherheit der Kursteilnehmer steht neben dem Spaß im Vordergrund. Hier werden Ausdauer, Hand-Augen-Koordination, das Vertrauen in sich selbst und andere besonders trainiert und auf die Probe gestellt.
Informationen rund um den Schwertschaukampf finden Sie unter www.mittelalterlicher-schaukampf.de.

Salvatore Gallo
mittwochs, 18-20 Uhr
(12 x 2,67 UE)
ab Mittwoch, 26. Februar 2014
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90,
Gymnastikhalle
89,61 Euro
max. 8 Personen

Materialkosten (ca. 7,50 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Schwimmschule in der vhs Langen

Bei Schwimmkursen ist der Eintritt an der Kasse selbst zu entrichten!
Es besteht kein Anspruch auf Nachholtermine!

Schwimmen für Kinder

(ab 5 Jahre)
Kurs-Nr. 47
Kinder ab dem 5. Lebensjahr können in den Schwimmkursen die Grundlagen des Brustschwimmens erlernen; die Kinder sollten bereits mit dem Element Wasser vertraut sein.
Die Lehrmethodik baut sich wie folgt auf: spielerisches Erlernen des Tauchens - Erlernen der Arm- und Beinbewegung - Koordination der Arme und Beine (mit Schwimmhilfen).
Anschließend geht es vom Lehrbecken in das Sportbecken, die nächste Hürde steht an: tiefes Wasser! Hier lernen die Kinder das Vertrauen zum Wasser - weitere Koordinationsmethoden folgen, bis die Kinder stufenweise auf die Schwimmhilfen verzichten können.
Ziel des Kurses ist es, sich sicher im Wasser fortzubewegen.

Der Kurs findet dreimal in der Woche statt.
Simon Schappert
montags, mittwochs und
freitags, jeweils 15 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 24. Februar 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Lehrschwimmbecken
36 Euro
max. 10 Kinder

Schwimmen für Kinder

(ab 5 Jahre)
Kurs-Nr. 48
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 47

Der Kurs findet dreimal in der Woche statt.
Simon Schappert
montags, mittwochs und
freitags, jeweils 16 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 24. Februar 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Lehrschwimmbecken
36 Euro
max. 10 Kinder

Schwimmen für Kinder

(ab 5 Jahre)
Kurs-Nr. 49
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 47

Der Kurs findet dreimal in der Woche statt.
Nicole Eggestein
montags, mittwochs und
freitags, jeweils 15 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 17. März 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Lehrschwimmbecken
36 Euro
max. 10 Kinder

Schwimmen für Kinder

(ab 5 Jahre)
Kurs-Nr. 50
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 47

Der Kurs findet dreimal in der Woche statt.
Nicole Eggestein
montags, mittwochs und
freitags, jeweils 16 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 17. März 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Lehrschwimmbecken
36 Euro
max. 10 Kinder

Bitte beachten: Letzter Kurstag ist Donnerstag, 28. März 2013!

Aqua-Jogging

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 51
Es wird mit geringem Aufwand der gesamte Körper trainiert. Die Bänder und Gelenke werden geschont, die Wirbelsäule entlastet und die Muskulatur trainiert. Aqua-Jogging verbessert Ausdauer und Atmung, schult Gleichgewichtssinn und Konzentration, regt die Durchblutung von Haut und Bindegewebe an und reduziert außerdem das Körperfett.
Die Übungen werden teilweise mit Geräten durchgeführt.

Der Kurs findet zweimal in der Woche statt.
Ulrike Schmidt
montags und donnerstags,
jeweils 18-18:45 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 17. Februar 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Sprungbecken
65 Euro
max. 12 Personen

Aqua-Jogging

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 52
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 51

Der Kurs findet zweimal in der Woche statt.
Ulrike Schmidt
montags und donnerstags,
jeweils 18-18:45 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 24. März 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Sprungbecken
65 Euro
max. 12 Personen

Aqua-Jogging

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 53
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 51

Der Kurs findet zweimal in der Woche statt.
Nicole Eggestein,
montags und donnerstags,
jeweils 19-19:45 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 17. Februar 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Sprungbecken
65 Euro
max. 12 Personen

Aqua-Jogging

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 54
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 51

Der Kurs findet zweimal in der Woche statt.
Ulrike Schmidt
mittwochs und sonntags,
jeweils 10-10:45 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Mittwoch, 19. Februar 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Sprungbecken
65 Euro
max. 12 Personen

Aqua-Jogging

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 55
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 51

Der Kurs findet zweimal in der Woche statt.
Ulrike Schmidt
mittwochs und sonntags,
jeweils 10-10:45 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Mittwoch, 26. März 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Sprungbecken
58,50 Euro
max. 12 Personen

Aqua-Jogging

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 56
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 51

Der Kurs findet zweimal in der Woche statt.
Nicole Eggestein,
mittwochs, 20 Uhr,
und
sonntags, 15 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Mittwoch, 19. Februar 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Sprungbecken
65 Euro
max. 12 Personen

Kraulkurs Basis I

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 57
Der zehnstündige Kraulkurs umfasst Atemtechnik, Grundlagen der Arm- und Beinarbeit sowie Koordination und Kondition.

Der Kurs findet dreimal in der Woche statt.
Simon Schappert
montags, 20 Uhr,
mittwochs und freitags,
jeweils 19 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 27. Januar 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Schwimmerbecken
65 Euro
max. 10 Personen

Kraulkurs Basis I

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 58
Der zehnstündige Kraulkurs umfasst Atemtechnik, Grundlagen der Arm- und Beinarbeit sowie Koordination und Kondition.

Der Kurs findet dreimal in der Woche statt.
Philipp Schappert
montags, 20 Uhr,
mittwochs und freitags,
jeweils 19 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Freitag, 14. März 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Schwimmerbecken
65 Euro
max. 10 Personen

Kraulkurs Basis II

Aufbaukurs
Kurs-Nr. 59
Für Teilnehmende, die bereits den Kraulkurs Basis I besucht haben.

Der Kurs findet dreimal in der Woche statt.
Michelle Rupp
montags, 20 Uhr,
mittwochs, 19 Uhr,
und
samstags, 17 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Mittwoch, 19. Februar 2014
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Schwimmerbecken
65 Euro
max. 10 Personen

Es besteht die Möglichkeit, in der Schwimmschule auch Einzelunterricht zu nehmen.
Nähere Informationen erhalten Sie bei der Geschäftsstelle der vhs Langen.

Fitness & Gymnastik

TBF-Total Body Fitness

Kurs-Nr. 60
Intensives Ganzkörpertraining zur Kräftigung von Oberkörper, Rücken, Bauch, Beinen und Po. Zur Konditionssteigerung werden leichte bis mittelschwere Aerobic-Schritte in leichten Choreografien aneinandergereiht. Hauptsächlich werden jedoch Kräftigungsübungen im Stehen, Sitzen und verschiedenen Positionen

am Boden, gelegentlich auch in Bewegung durchgeführt. Jeder Teilnehmer hat die Möglichkeit, entsprechend seinem individuellen Fitnessstand, zwischen leichten, mittleren und schweren Varianten einer Übung zu wählen. Eine entspannende Dehnphase rundet die Stunde ab und sorgt für ein angenehmes Wohlgefühl. Für die Kräftigungs- und Muskelaufbauübungen benötigen wir 2 Hanteln (max. 1 kg) und 1 Thera-Band (ca. 2,5 m Länge). Sie erhalten diese Geräte in größeren Kaufhäusern.

Marianne Schäfer
montags, 17:45-18:45 Uhr
(9 x 60 Min.)
ab Montag, 24. Februar 2014
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, EG
30 Euro
max. 15 Personen

TBF-Total Body Fitness

Kurs-Nr. 61
Folgekurs
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 60

Marianne Schäfer
montags, 17:45-18:45 Uhr
(9 x 60 Min.)
ab Montag, 12. Mai 2014
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, EG
30 Euro
max. 15 Personen

TBF-Total Body Fitness

Kurs-Nr. 62
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 60

Marianne Schäfer
mittwochs, 20-21 Uhr
(9 x 60 Min.)
ab Mittwoch, 26. Februar 2014
Wallschule, Wallstraße 25,
Turnhalle
30 Euro
max. 18 Personen

TBF-Total Body Fitness

Kurs-Nr. 63
Folgekurs
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 60

Marianne Schäfer
mittwochs, 20-21 Uhr
(9 x 60 Min.)
ab Mittwoch, 14. Mai 2014
Wallschule, Wallstraße 25,
Turnhalle
30 Euro
max. 18 Personen

Body-Fit

Kurs-Nr. 64
Nach einem den Kreislauf anregenden Aerobic-warm-up wird nur mit Einsatz des eigenen Körpers ein effektives Kräftigungsprogramm durchgeführt. Der Schwerpunkt der Übungen liegt auf dem Bereich Bauch-Beine-Po (BBP). Koordinationsübungen lassen jedoch den ganzen Körper von Kopf bis Fuß arbeiten. Der Rücken wird bis hin zu den kleinsten Muskeln gestärkt und somit die Körperhaltung verbessert. Anschließende Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab und geben uns ein besseres Körpergefühl. Bei schönem Wetter gehen wir raus!

Irina Kitzmann
montags, 19-20 Uhr
(16 x 60 Min.)
ab Montag, 17. Februar 2014
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, EG
53,32 Euro
max. 15 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 3. März und 30. Juni 2014.

Fitness - Latin Feeling

Kurs-Nr. 65
Fühl die Musik und lass los! Lateinamerikanische Rhythmen bringen dich in Form. Zur Musik sich bewegen und Spaß daran haben. Spannend und geeignet für jedermann und für alle, die ihre Pfunde ohne großen Aufwand wegtanzen möchten.

Elvira Knatz
montags, 18:30-19:30 Uhr
(12 x 60 Min.)
ab Montag, 24. Februar 2014
Geschwister-Scholl-Schule,
Gymnastikraum,
Vor der Höhe 14
40 Euro
max. 18 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 3. März 2014.

AERO-BBP

Kurs-Nr. 66
Kräftigung der gesamten Körpermuskulatur, Aufwärmung durch kontrolliertes Herzkreislauftraining mit gleichbleibender Intensität. Optimal zur Anregung des Fettstoffwechsels. Verbesserung der Körperhaltung durch gezielte Ganzkörpergymnastik. Straffung der Problemzonen und Ausgleich von Muskeldysbalancen. Das Training kennt keine Altersgrenze, und der Spaßfaktor wird sehr hoch angesetzt.

Gabriele Olivetti
dienstags, 17-18 Uhr
(13 x 60 Min.)
ab Dienstag, 1. April 2014
Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
43,32 Euro
max. 16 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 10. Juni 2014.

AERO-BBP

Kurs-Nr. 67
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 66

Gabriele Olivetti
dienstags, 18-19 Uhr
(13 x 60 Min.)
ab Dienstag, 1. April 2014
Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
43,32 Euro
max. 16 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 10. Juni 2014.

Get FIT - feel good

Kurs-Nr. 68
Effektive Übungen für jeden Fitnesslevel
Herzkreislauf- sowie Problemzonentraining
Tun Sie etwas für Ihre Gesundheit und Ihre Fitness, Sie werden sich besser fühlen!

Mitzubringen sind: Isomatte, Handtuch, Hanteln (1 kg) u. ca. 2 m Thera-Band (bei der Kursleitung oder in größeren Kaufhäusern erhältlich)

Elvira Knatz
mittwochs, 17:45-18:45 Uhr
(13 x 60 Min.)
ab Mittwoch, 26. Februar 2014
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, OG
43,32 Euro
max. 20 Personen

Get FIT - feel good

Kurs-Nr. 69
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 68
Mitzubringen sind: Isomatte, Handtuch, Hanteln (1 kg) u. ca. 2 m Thera-Band (bei der Kursleitung oder in größeren Kaufhäusern erhältlich)

Elvira Knatz
mittwochs, 18:45-19:45 Uhr
(13 x 60 Min.)
ab Mittwoch, 26. Februar 2014
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, OG
43,32 Euro
max. 20 Personen

Gymnastikkurs für Frauen

Kurs-Nr. 128
Nähere Informationen finden Sie unter dem Schüler- und Familienzentrum (Seite 40).

Olga Witt
montags, 9:30-10:30 Uhr
(24 x 60 Min.)
ab Montag, 27. Januar 2014
Schüler- und Familienzentrum,
Hans-Kreiling-Allee 15 a
21 Euro
max. 6 Personen

Ab 7 Personen wird ein zweiter Kurs angeboten:
10:30-11:30 Uhr.

Fit im Alter - Bewegung contra Osteoporose

- vormittags -
Kurs-Nr. 70
Spezielle Gymnastik zum Aufbau der Halte- und Stützmuskulatur. Die Übungen tragen dazu bei, weiteren Knochensubstanzabbau zu verzögern, die Muskulatur zu kräftigen und Gelenkversteifungen vorzubeugen. Beweglichkeitstraining zur Mobilisation und Stabilisation.

Elvira Knatz
freitags, 9:30-10:30 Uhr
(10 x 60 Min.)
ab Freitag, 28. Februar 2014
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
33,33 Euro
max. 12 Personen

Wirbelsäulengymnastik - Rücken-fit

- vormittags -
Kurs-Nr. 71
Kräftigungs- und Dehnungsübungen sowie Mobilisierung der gesamten Wirbelsäule. Gleichgewichtsschulung, Stabilisierung der aufrechten Haltung, erweiternd rückengerechtes Alltagsverhalten.

Elvira Knatz
dienstags, 9:30-10:45 Uhr
(14 x 75 Min.)
ab Dienstag, 25. Februar 2014
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
58,33 Euro
max. 12 Personen

Wirbelsäulengymnastik - Rücken-fit

- vormittags -
Kurs-Nr. 72
Diese Gymnastik soll jenen helfen, die Probleme mit dem Schultergürtel, dem Rücken und der Wirbelsäule haben. Eine falsche Haltung kann zu Haltungsschwächen, langfristig zu schmerzhaften Haltungsschäden bis hin zur starken Minderung der Beweglichkeit führen.
Zur Vorbeugung und Vermeidung fortgeschrittener Schäden werden speziell auf den Rücken abgestimmte Übungen durchgeführt für die Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur. Darüber hinaus erfolgt eine Mobilisierung der gesamten Wirbelsäule.
Die pflegerische Gymnastik ist ebenfalls nach einer krankengymnastischen Behandlung empfehlenswert.

Sarah Weigl
montags, 10-11:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Montag, 24. Februar 2014
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, OG
75 Euro
max. 25 Personen

Funktionsgymnastik - Bewegung - Stretching - Entspannen

Kurs-Nr. 73
Angeboten wird eine Ganzkörperkräftigung und -dehnung mit anschließender Bauchmuskel- und Wirbelsäulengymnastik. Natürlich alles mit Musik (kein Aerobic).

Sarah Weigl
montags, 19:45-20:45 Uhr
(15 x 60 Min.)
ab Montag, 24. Februar 2014
Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
50 Euro
max. 18 Personen

Funktionsgymnastik - Bewegung - Stretching - Entspannen

Kurs-Nr. 74
Nach dem Aufwärmprogramm folgen funktionsgerechte Übungen für Wirbelsäule und Gelenke sowie unterschiedliche Methoden zur Kräftigung und Dehnung verschiedener Muskelgruppen. Ein Entspannungsteil rundet die Übungsstunde ab.
Bitte mitbringen: Matte, Turnschuhe und Physioband

Sylvia Liersch
dienstags, 18:30-19:30 Uhr
(9 x 60 Min.)
ab Dienstag, 25. Februar 2014
Ludwig-Erk-Schule,
Gymnastikhalle,
Bahnstraße 40
30 Euro
max. 16 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 4. März 2014.

Rumba-Gymnastik - Tänzerische Bewegungstherapie

Für Anfänger und Wiedereinsteiger

Kurs-Nr. 75
Tanz und Bewegung fördern das Gefühl des Wohlbefindens und bieten eine spannende Möglichkeit, sich für eine Weile dem Alltagstrott zu entziehen. Spannungen, Sorgen und Ängste werden abgebaut und weichen einer positiven Lebenseinstellung. Mittels Rumba-Gymnastik können Sie Kondition (Aerobe Kapazität), Koordination, Rhythmus, Körperspannung/Entspannung und Kommunikationskompetenzen mit Spaß üben und verbessern sowie gleichzeitig lateinamerikanische Rhythmen (Merengue, Salsa, Vallenato, Lambada, Cumbia usw.) kennen und tanzen lernen. Zusätzlich wird über Methoden der Gesundheitspädagogik spielerisch auf die Schwerpunkte Bewegung, Zufriedenheit, Gesundheit und Entspannung eingegangen

Marco Camacho-Lopez
mittwochs, 19-20 Uhr
(12 x 60 Min.)
ab Mittwoch, 26. Februar 2014
Wallschule,
Wallstraße 25,
Turnhalle
40 Euro
max. 18 Personen

Orientalischer Tanz - Choreographie Auffrischung

Kurs-Nr. 76
Der orientalische Tanz bringt viel Spaß und Abwechslung durch seine Vielfalt an Bewegung und auch durch die verschiedenen Stilrichtungen mit Hilfsmitteln wie z.B. Schleier oder Stock.
In diesem Kurs können Sie erst einmal in die Welt des Bauchtanzes hineinschnuppern, um zu testen, ob dies wirklich das Richtige für Sie ist. Natürlich steht dabei das Erlernen der Grundschritte und -figuren im Vordergrund. Trotzdem schaf-

Atelier de la danse
Ballettstudio Irene und Sarah Rodin
Wilhelm-Leuschner-Platz 4 · 63225 Langen · Telefon 06103 / 5 27 66
www.atelier-de-la-danse.de
Neue Kurse!

Für Erwachsene:
Modern Dance
Rückenschule (m. Krankenkassenbezuschussung)
Placement
Klassisches Ballett (ab Anfängerniveau)

Für Kinder:
Tänzerische Früherziehung ab 3 J.
(neuer Kurs: Donnerstag, 15.00 Uhr)
Jazz Dance ab 8 J.
Klassisches Ballett

fen wir am zweiten Kursabend, diese schon in einer kleinen Choreografie zu verbinden. Sollte Sie danach das Tanzfieber gepackt haben, können Sie gerne in den weiterführenden Kurs einsteigen. Teilnehmen können alle interessierten Frauen ab 16 Jahren.

Carina Kruip
Dienstag, 11. Februar 2014, und
Dienstag, 18. Februar 2014,
jeweils 19:15-20:45 Uhr
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, EG
10 Euro
max. 15 Personen

Orientalischer Tanz - aufbauende Mittelstufe

Kurs-Nr. 77

Tanzen ist Sport für den Körper und gleichzeitig Wellness für den Geist und die Seele. Außerdem macht es auch noch Spaß, die Vielfalt der Bewegungen zu erlernen. Dabei bietet gerade der orientalische Tanz auch viel Abwechslung durch die unterschiedlichen Stilrichtungen, wie z.B. Stocktanz, Schleiertanz, Folkloretänze oder auch ein kräftiges Trommelsolo. Frauen, die an diesem Kurs teilnehmen möchten, sollten mindestens einen Anfängerkurs besucht und auch Freude am Miteinander haben. Dabei sind uns Quereinsteigerinnen immer gerne willkommen.

Carina Kruip
dienstags, 19:15-20:45 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Dienstag, 25. Februar 2014
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, EG
75 Euro
max. 15 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 29. April und 27. Mai 2014.

Tennis zum Schnuppern

In den Tennissport hineinschnuppern ohne längerfristige Verpflichtung. Spaß an der Bewegung unter professioneller Anleitung.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Dieses Angebot gilt nicht für Klubmitglieder (TKL) bzw. Mitglieder anderer Tennisvereine.

Wolfgang Schaaf
samstags, 12-13 Uhr
ab Samstag, 18. Januar 2014 – 5. April 2014
(12 x 60 Minuten, kein Kurs in den Ferien)
10 Euro pro Person, pro Stunde
3-4 Personen

Bitte beachten: Tennisschuhe für den Sandplatz sind Bedingung! Plätze werden vom Verein gestellt, Schläger, Bälle werden vom Trainer mitgebracht.

Anmeldung und Informationen:
Tennisklub Langen
Berliner Allee 75
63225 Langen (Hessen)
www.tennisklub-langen.de
info@tennisklub-langen.de
wolfgangschaaf@t-online.de

Kurse für Kinder und Jugendliche

Tut-Klong-La

Dienstag, 22. April 2014, bis Samstag, 26. April 2014
(2. Woche der Osterferien)
7. Musik-Camp von Musikschule Langen und Koordinationsstelle Jugendarbeit Langen
Workshopwoche für Kinder und Jugendliche von 10 bis 18 Jahren
Workshops für Rock- und Pop-Bands, Bläser, Folklorensemble und mehr
Außerdem:
Vocalcoaching, Jam Session, Abschlusskonzert sowie anschließendes Konzert für Freunde
Kontakt:
Koordinationsstelle Jugendarbeit/Jugendzentrum Langen
Nördliche Ringstraße 96-98
Gesine Joachim, Telefon 06103 2022768, gjoachim@langen.de
Carda Schuebelin, Telefon 06103 2022766,
cschuebelin@langen.de · www.juz-langen.de
Musikschule Langen · Darmstädter Straße 27
Uwe Sandvoß, Telefon 06103 9104-71,
musikschule@langen.de · www.musikschule@langen.de

Hinweis: Kurse für Berufsfindung und Bewerbungstraining findet Ihr/finden Sie unter der Rubrik „Arbeit und Beruf" (Seite 34).

Langener Mütterzentrum

Mütterzentrum Langen e. V.,
Zimmerstraße 3,
63225 Langen (Hessen)

Telefon 06103 53344
(Mo.-Fr. 10-12 Uhr),
Fax 06103 3126566
E-Mail
muetterzentrum@zenja-langen.de

Wenn Sie sich für weitere Kinderkurse interessieren, dann wenden Sie sich an den Förderverein der Grundschule, die Ihr Kind besucht:

Förderverein der
Albert-Schweitzer-Schule e.V.
Angelika Gottschling,
Berliner Allee 35,
63225 Langen (Hessen),
Telefon 06103 924003

Förderer-Verein der
Geschwister-Scholl-Schule
Karin Köllges,
Vor der Höhe 14,
63225 Langen (Hessen),
Telefon 06103 22952

Förderverein der
Ludwig-Erk-Schule e.V.
Monika Damm,
Bahnstraße 40-42,
63225 Langen (Hessen),
Telefon 06103 22369

Förderverein der Sonnenblumenschule e.V.
Christine Klich, Zinkeysenstraße 2, 63225 Langen (Hessen),
Telefon 06103 23398

Förderverein der
Wallschule e. V.
Sylvia Venghaus,
Wallstraße 25,
63225 Langen (Hessen),
Telefon 06103 8074707

Sprachen lernen in

vhs-Lernstufen nach dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen"

(von unten nach oben zu lesen)

Lernstufe		Am Ende dieser Stufe können Sie	Mögliche Prüfungen
C2	↑ ↑ ↑	gesprochene und schriftliche Sprache problemlos verstehen. Sie können sich an allen Gesprächen und Diskussionen mühelos beteiligen und sind auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Ausdrucksweisen sehr vertraut. Sie können die Sprache in allen privaten und beruflichen Situationen in anspruchsvollen Zusammenhängen schriftlich wie mündlich angemessen und präzise anwenden.	Deutsch – Englisch Französisch Italienisch - Spanisch
Lernstufe		**Am Ende dieser Stufe können Sie**	**Mögliche Prüfungen**
C1	↑ ↑ ↑	längeren Reden und Gesprächen mit komplizierten Zusammenhängen folgen, lange und komplexe Sach- und literarische Texte, Fachartikel und lange technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in Beziehung zu Ihrem Spezialgebiet stehen. Sie können sich fast mühelos spontan und fließend ausdrücken, die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben und in der Ausbildung angemessen und präzise anwenden. Sie können sich schriftlich klar und präzise ausdrücken, Texte über komplexe Sachverhalte verfassen und den für den Leser angemessenen Stil wählen.	Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Spanisch
Lernstufe		**Am Ende dieser Stufe können Sie**	**Mögliche Prüfungen**
B2	↑ ↑ ↑	längeren Redebeiträgen und komplexer Argumentation in der Standardsprache sowie den meisten Nachrichtensendungen folgen. Sie können sich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern möglich ist, und können sich an Diskussionen beteiligen. Darüber hinaus können Sie klare detaillierte Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, Aufsätze verfassen, persönliche und formelle Briefe schreiben und deutlich machen, was wichtig ist.	Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Spanisch
Lernstufe		**Am Ende dieser Stufe können Sie**	**Mögliche Prüfungen**
B1	↑ ↑ ↑	die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht. Sie können die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen und sich zusammenhängend zu vertrauten Themen, z.B. Familie, Hobbies und Beruf äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten begründen.	Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Niederländisch Portugiesisch Russisch – Schwedisch Spanisch
Lernstufe		**Am Ende dieser Stufe können Sie**	**Mögliche Prüfungen**
A2	↑ ↑ ↑	Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke/Wörter verstehen, wenn es z.B. um einfache Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen oder Arbeit geht. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen und mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und alltägliche Dinge beschreiben.	Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Niederländisch Portugiesisch Russisch - Schwedisch Spanisch - Tschechisch
Lernstufe		**Am Ende dieser Stufe können Sie**	**Mögliche Prüfungen**
A1	↑ ↑ ↑	vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen, Fragen zu Ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.	Deutsch – Englisch Französisch Italienisch – Spanisch Türkisch

Sprachen

Deutsch-Kurse

Voraussetzung für den Besuch der Kurse „Deutsch als Fremdsprache" ist die Kenntnis des lateinischen Alphabets in Wort und Schrift!

Beratung und Anmeldung:

Wenn Sie sich zum ersten Mal für einen Deutsch-Kurs bei der Volkshochschule Langen anmelden, dann sollten Sie unbedingt an einem **Beratungsgespräch** teilnehmen, damit Sie sich für den richtigen Kurs entscheiden!

Termine:
Montag, 10. Februar 2014, und
Montag, 17. Februar 2014,
jeweils zwischen 19 und 21 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 13

Deutsch Anfängerkurs

(Teil 1) A 1
Kurs-Nr. 78
Beratungsgespräch beachten!
Dieser Kurs ist für Anfänger ohne oder mit geringen Sprachkenntnissen geeignet.
Sie lernen alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze. Sie können sich vorstellen und sich im alltäglichen Gespräch verständigen.

Lehrbuch: Schritte 1,
Kurs- und Arbeitsbuch
(ISBN 3-19-201704-2),
Max-Hueber-Verlag, ab Lektion 1

Anmeldung und Einzelheiten beim Beratungsgespräch (siehe oben)

Deutsch als Fremdsprache mit geringen Vorkenntnissen

A 1.2
Kurs-Nr. 79
Fortsetzung Kurs-Nr. 97
v. Semester 2013/2

Beratungsgespräch beachten!
Der Kurs richtet sich an Deutschlernende, die bereits über geringe Kenntnisse auf Niveau A 1.1 verfügen. Seiteneinsteiger sind willkommen

Lehrbuch: Schritte 2,
Kurs- und Arbeitsbuch
(ISBN 3-19-001705-0),
Max-Hueber-Verlag, ab Lektion 1

Gerhard Hill
dienstags und donnerstags,
jeweils 18-19:30 Uhr
(30 x 2 UE)
ab Dienstag, 25. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 3
120 Euro (ermäßigt: 90 Euro)
max. 18 Personen

Zusätzliche Kosten für Kopien (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Deutsch als Fremdsprache mit geringen Vorkenntnissen

A 2.1
Kurs-Nr. 80
Fortsetzung Kurs-Nr. 98 und 98A v. Semester 2013/2

Bitte Beratungsgespräch beachten!
Der Kurs richtet sich an Deutschlernende, die bereits Vorkenntnisse auf Niveau A 1.2. haben. Seiteneinsteiger sind willkommen.

Lehrbuch: Schritte 3,
Kurs- und Arbeitsbuch
(ISBN 3-19-201806-2),
Max-Hueber-Verlag, ab Lektion 1

Gerhard Hill
montags und mittwochs,
jeweils 18-19:30 Uhr
(30 x 2 UE)
Montag, 24. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 5
120 Euro (ermäßigt: 90 Euro)
max. 18 Personen

Zusätzliche Kosten für Kopien (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Deutsch als Fremdsprache mit Vorkenntnissen

B 1.1
Kurs-Nr. 81
Fortsetzung Kurs-Nr. 99 und 100 v. Semester 2013/2

Bitte Beratungsgespräch beachten!
Dieser Kurs richtet sich an Deutschlernende, die bereits über Vorkenntnisse auf Niveau A 2.2 verfügen. Wiedereinsteiger und neue Teilnehmer mit entsprechenden Vorkenntnissen sind willkommen. Das Ziel dieses Kurses sind Deutschkenntnisse, die zum Zertifikat Deutsch B1 vorbereiten

Lehrbuch: Schritte 5,
Kurs- und Arbeitsbuch
(ISBN 978-3-19-001808-6),
Max-Hueber-Verlag, ab Lektion 1

Gerhard Hill
montags und mittwochs,
jeweils 19:30-21 Uhr
(30 x 2 UE)
ab Montag, 24. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 5
120 Euro (ermäßigt: 90 Euro)
max. 18 Personen

Zusätzliche Kosten für Kopien (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Deutsch als Fremdsprache Konversation

B2
Kurs-Nr. 82
Fortsetzung Kurs-Nr. 101
v. Semester 2013/2

Dieser Kurs richtet sich an Deutschlernende, die ihre sprachliche Kompetenz erweitern und vertiefen möchten. Der Fokus liegt auf den Bereichen Alltag und Beruf und behandelt unter anderem die wichtigsten Felder für den Einstieg ins Berufsleben. Er beginnt mit der Niveaustufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) und führt zum Niveau B2.

Lehrbuch: wird noch bekannt gegeben.

Johana Dudichum
montags und mittwochs,
jeweils 18-19:30 Uhr
(30 x 2 UE)
ab Montag, 24. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 4
120 Euro (ermäßigt: 90 Euro)
max. 20 Personen

Zusätzliche Materialkosten (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Sprachkurs für Frauen und Männer „Wir sprechen Deutsch"

Kurs-Nr. 127
Nähere Informationen finden Sie unter dem Schüler- und Familienzentrum (Seite 40).

Lydia Ehret
dienstags und donnerstags,
jeweils 9-10:30 Uhr
(49 x 2 UE)
ab Dienstag, 14. Januar 2014
Schüler- und Familienzentrum,
Hans-Kreiling-Allee 15 a
30 Euro
max. 15 Personen

Englisch-Kurse

Englisch Anfängerkurs

A 1
Kurs-Nr. 83
Englischkenntnisse sind heutzutage in vielen Lebensbereichen nützlich und werden auch im Berufsleben mehr und mehr vorausgesetzt. Dieser Kurs richtet sich an AnfängerInnen, die noch kein Englisch hatten, bzw. deren Englischunterricht schon sehr lange zurückliegt. Hier wird Ihnen eine gesunde Basis für Ihre Englischkenntnisse vermittelt.

Lehrbuch: face2face
Elementary Student's Book
(978-3-12-539731-6) und
Workbook
(978-3-12-540071-9),
Ernst-Klett-Verlag, ab Lektion 1

Sabrina Mirza
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 27. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 6

Buchhandlung
litera
Ihre Buchhandlung in Langen
63225 Langen
Bahnstraße 32
Tel. (0 61 03) 87 01 14
www.litera-langen.de
Bei uns finden Sie alle
Lehr- und Arbeitsbücher
für die VHS-Kurse, dazu auch
CDs und CD-Roms.

75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

A 1
Kurs-Nr. 84
Fortsetzung Kurs-Nr. 103
v. Semester 2013/2

Englischkenntnisse sind heutzutage in vielen Lebensbereichen nützlich und werden auch im Berufsleben mehr und mehr vorausgesetzt. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits über Vorkenntnisse verfügen. Hier wird Ihnen eine gesunde Basis für Ihre Englischkenntnisse vermittelt. Quereinsteiger sind herzlich willkommen.

Das Unterrichtsmaterial wird in der ersten Stunde besprochen.

Sabrina Mirza
donnerstags, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 27. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 6
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Englisch mit Vorkenntnissen I

A 1
Kurs-Nr. 85
Fortsetzung Kurs-Nr. 104
v. Semester 2013/2

Englischkenntnisse werden heute fast immer vorausgesetzt. Wenn Sie Ihre erweitern und vertiefen wollen, dann kommen Sie zu uns. Anhand des Buches lernen Sie, sich in dieser Sprache auszudrücken und diese immer besser zu verstehen. Um Ihren Wortschatz zu erweitern, lesen wir kurze, leicht verständliche Texte. Seiteneinsteiger sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: The New Cambridge English Course, Band 1, und Arbeitsbuch (ISBN 3-12-539015-x und ISBN 3-12-539016-8), Ernst Klett-Verlag, ab Lektion 21

Heidemarie Westermeier
donnerstags, 20-21:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 27. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 1
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 18 Personen

Englisch mit erweiterten Vorkenntnissen II

Kurs-Nr. 86
Fortsetzung Kurs-Nr. 105
v. Semester 2013/2

Englischkenntnisse sind heutzutage in vielen Lebensbereichen nützlich und werden auch im Berufsleben mehr und mehr vorausgesetzt. Dieser Kurs richtet sich an Lerninteressierte und Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen. Hier wird Ihnen eine gute Basis für Ihre Englischkenntnisse vermittelt.

Lehrbuch: face2face Elementary Student's Book (ISBN 3-12-539-731-6) und Workbook
(ISBN 3-12-539-732-4),
Ernst-Klett-Verlag, ab Lektion 12
Weitere Lektüre wird im Kurs bekannt gegeben.

Janine Wendland
mittwochs, 9:15-10:45 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 26. Februar 2014
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 16
75 Euro (ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 12 Personen

Englisch mit guten Vorkenntnissen

A 2
- vormittags
- mit einfacher Konversation

Kurs-Nr. 87
Fortsetzung Kurs-Nr. 106
v. Semester 2013/2
Hemmungen in der englischen Sprache abbauen mit einer Muttersprachlerin!
Wir arbeiten mit einer englischen Zeitschrift, aber lassen unsere Konversation auch wandern. Wir sprechen ganz locker aus dem Leben und tauschen viel aus. Wenn wir ein Wort oder eine Phrase nicht wissen, lernen wir es eben anders auszudrücken, damit unsere Klasse lebendig und locker ist und Anfänger auch viel Spaß haben. Sie können ruhig Ihre Hemmungen zu Hause lassen!

Kein Lehrbuch erforderlich!
Es wird mit der Zeitschrift „Spotlight" gearbeitet.

Elaine Hawbaker
dienstags, 9:30-11 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Dienstag, 25. Februar 2014
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 12 Personen

Englisch mit sehr guten Vorkenntnissen

B 1
Kurs-Nr. 88
Fortsetzung Kurs-Nr. 107
v. Semester 2013/2

Möchten Sie sich in Englisch weiterbilden, weil Sie es häufig im Urlaub einsetzen wollen, oder soll es Ihrem beruflichen Fortkommen dienen, dann kommen Sie zu uns. Anhand des Lehrbuches wiederholen wir die Grammatik, gehen aber auch auf aktuelle Themen ein. In einer netten Gruppe lernen Sie, die Sprache besser zu verstehen und sich gut darin auszudrücken. Seiteneinsteiger sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: The New Cambridge English Course, Band 2, und Arbeitsbuch (ISBN 3-12-539115-4 und 3-12-539116-1),
Ernst-Klett-Verlag, ab Lektion 30
Heidemarie Westermeier
donnerstags, 18:30-20 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 27. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 1
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 18 Personen

Englisch - Fortgeschrittene

B 1
- vormittags
Kurs-Nr. 89
Fortsetzung Kurs-Nr. 108
v. Semester 2013/2

Brush up your English in a nice group. Focus on communication. Newcomers welcome.

Lehrbuch: Straightforward pre-intermediate B1, Student's book, Workbook + CDs (ISBN 978-3-19-072952-4), ab Lektion 8

Gisela Bender
dienstags, 9:30-11 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Dienstag, 25. Februar 2014
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 16
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 12 Personen

Englisch - Konversation

B 2
Kurs-Nr. 90
Fortsetzung Kurs-Nr. 109
v. Semester 2013/2

Put your English into action, focus on reading, communication and fluency. New participants are always welcome.
Das Unterrichtsmaterial wird in der ersten Stunde besprochen und teilweise gestellt.
Gisela Bender
montags, 9-10:30 Uhr
(15 x 2 UE)
Montag, 24. Februar 2014
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
75 Euro

(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 12 Personen

Englisch - Konversation

Kurs-Nr. 91
Möchten Sie Ihre Kompetenz der englischen Sprache erweitern und vertiefen, dann kommen Sie zu uns. Wir diskutieren über aktuelle Themen und wiederholen an jedem Kursabend ein Gebiet aus der Grammatik.

Kein Lehrbuch erforderlich!

Heidemarie Westermeier
mittwochs, 18:30-20 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 26. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 1
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Business English - London calling!

Kurs-Nr. 92
Fortsetzung Kurs-Nr. 111
v. Semester 2013/2

English conversation is not a problem for you, but the business world holds new challenges. Perhaps you have to write e-mails, write letters and faxes and you must be able to discuss business matters with customers abroad or with colleagues in conference calls. Maybe you need to polish up your grammar rules, make small talk or write reports.
This course will be tailored to the needs of the group. As well as selecting a book together, you can also bring material from work.
Become more effective, more professional and more relaxed in the business environment.

Elaine Hawbaker
dienstags, 18:30-20 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Dienstag, 25. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 1
75 Euro , (ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 12 Personen

Französisch-Kurse

Französisch - Fortgeschrittene III

A 2 - vormittags
Kurs-Nr. 93
Fortsetzung Kurs-Nr. 113
v. Semester 2013/2

Bonjour, wollen Sie Französisch in einer netten Gruppe lernen? Dann sind Sie herzlich willkommen. Unser Ziel ist es vor allem zu sprechen, Dialoge zu führen und zu diskutieren. Dazu wird die Grammatik wiederholt. Auch für Seiteneinsteiger!

Lehrbuch: On y va! A2
(ISBN 978-3-19-003351-5),
Hueber Verlag, ab Lektion 8

Françoise Siegel
donnerstags, 9-10:30 Uhr
(13 x 2 UE)
ab Donnerstag, 20. Februar 2014
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
65 Euro
(ermäßigt: 48,75 Euro)
max. 12 Personen

Französisch - Fortgeschrittene IV

A 2 - B 1- vormittags
Kurs-Nr. 94
Fortsetzung Kurs-Nr. 114
v. Semester 2013/2

Möchten Sie Ihre Französischkenntnisse reaktivieren?
Dann kommen Sie zu uns! Wir wiederholen Grammatik und Grundelemente (Alltagssituationen, Umgangssprache, Vokabeln).
Wir machen die ersten Schritte in die französische Konversation.

Lehrbuch: On y va! B1
(ISBN 978-3-19-003354-6),
Hueber Verlag, ab Lektion 6

Françoise Siegel
mittwochs, 11-12:30 Uhr
(14 x 2 UE)
ab Mittwoch, 19. Februar 2014
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
70 Euro
(ermäßigt: 52,50 Euro)
max. 12 Personen

Französisch - Konversation

B 1 - B 2 - vormittags
Kurs-Nr. 95
Fortsetzung Kurs-Nr. 115
v. Semester 2013/2
Wir unterhalten uns über aktuelle Themen, lesen Artikel aus den Zeitungen „Revue de la Presse" und „Ecoute" und wiederholen die französische Grammatik mit leichten Übungen. Das alles mit viel Spaß und in einer netten Atmosphäre.

Françoise Siegel
donnerstags, 10:30-12 Uhr
(13 x 2 UE)
ab Donnerstag, 20. Februar 2014
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
65 Euro
(ermäßigt: 48,75 Euro)
max. 12 Personen

Französisch - Konversation

B 2 - vormittags
Kurs-Nr. 96
Fortsetzung Kurs-Nr. 116
v. Semester 2013/2
Wollen Sie Ihre Französischkenntnisse in netter Atmosphäre pflegen und erweitern? Mit aktuellen Themen und Texten, Rollenspielen und grammatischen Übungen? Soyez les bienvenus.

Françoise Siegel
mittwochs, 9:30-11 Uhr
(14 x 2 UE)
ab Mittwoch, 19. Februar 2014
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
70 Euro
(ermäßigt: 52,50 Euro)
max. 12 Personen

Italienisch-Kurse

Cari amici della lingua italiana,

Sie finden wieder eine große Auswahl an Italienischkursen im Frühjahrsprogramm, die Ihnen die italienische Sprache und Kultur nach Deutschland bringen. In aufgeschlossener Atmosphäre erwartet Sie ein kreativer Unterricht, das „Handwerkszeug" hierfür sind Lehrbücher, Lernspiele, Lieder, Texte zu aktuellen Themen, Filme etc. Auf neue Teilnehmer freuen wir uns. Für eine telefonische Beratung stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.
Benvenuti al Vostro corso d' italiano.

Bärbel Martini

DER BUCHLADEN
Lutherplatz 2 63225 Langen
Mo-Fr 9.00 - 18.30 Uhr
Sa 9.00 - 14.00 Uhr
Fon 06103-28717
Fax 06103-51428
info@buchladen-langen.de
www.buchladen-langen.de
Bei uns bekommen Sie die Lehr- und Arbeitsbücher zu den VHS-Kursen

Italienisch - Anfänger mit geringen Vorkenntnisse

A 1
Kurs-Nr. 97

Andiamo a prendere un espresso?

Lehrbuch: Espresso 1,
Lehr- und Arbeitsbuch mit CD
(ISBN 978-3-19-005438-1),
Zusatzübungen
(ISBN 978-3-19-125325-7),
Max Hueber Verlag, ab Lektion 4

Bärbel Martini
mittwochs, 18:30-20 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 26. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 3
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Italienisch - Anfänger mit guten Vorkenntnissen

A 1
Kurs-Nr. 98
Fortsetzung Kurs-Nr. 118
v. Semester 2013/2

Andiamo a prendere un espresso?

Lehrbuch: Espresso 1,
Lehr- und Arbeitsbuch mit CD
(ISBN 978-3-19-005438-1),
Zusatzübungen
(ISBN 978-3-19-125325-7),
Max Hueber Verlag, ab Lektion 9

Bärbel Martini
mittwochs, 20-21:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 26. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 3
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Italienisch - Fortgeschrittene II

A 2
Kurs-Nr. 99
Fortsetzung Kurs-Nr. 119
v. Semester 2013/2

Andiamo a prendere un altro espresso?

Lehrbuch: Espresso 2,
Lehr- und Arbeitsbuch mit CD
(ISBN 978-3-19-005459-8),
Zusatzübungen
(ISBN 978-3-19-065342-3),
Max Hueber Verlag, ab Lektion 5
Morte nel parco: Italienisch-Rätsel mit Commissario Nicoletti
(ISBN 978-3-8174-9158-2),
Compact-Verlag

Bärbel Martini
montags, 19-20:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Montag, 24. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 3
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 12 Personen

Italienisch - Fortgeschrittene III

A 2
Kurs-Nr. 100
Fortsetzung Kurs-Nr. 120
v. Semester 2013/2

Chiaro! Continuamo a studiare l'italiano.

Lehrbuch: Chiaro! A2 -
Der Italienischkurs,
Kurs- und Arbeitsbuch
(ISBN 978-3-19-005449-7),
Sprachtrainer
(ISBN 978-3-19-065449-9),
Max Hueber Verlag, ab Lektion 6
La notte del mistero: Italienisch-Rätsel mit Commissario Nicoletti
(ISBN 978-3-8174-8835-3),
Compact-Verlag

Bärbel Martini
mittwochs, 17-18:30 Uhr
(15 x 2 UE)
Mittwoch, 26. Februar 2014,
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 3
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 12 Personen

Italienisch - Konversation

B 1
Kurs-Nr. 101
Fortsetzung Kurs-Nr. 121
v. Semester 2013/2

Avreste voglia di leggere, di parlare e anche di ripetere la grammatica italiana?

Unterrichtsmaterial: Großes Übungsbuch Italienisch: 3000 Übungssätze zu allen wichtigen Grammatikthemen (ISBN 978-3-007905-6), Hueber Verlag
Weitere Lektüre wird in der ersten Unterrichtsstunde besprochen.

Bärbel Martini
montags, 17:30-19 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Montag, 24. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 3
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 12 Personen

Spanisch-Kurse

Spanisch Anfänger ohne Vorkenntnisse

Kurs-Nr. 102
Sie möchten in Ihrem nächsten Spanischurlaub die Sprache besser verstehen oder auch selbst einmal ein paar Worte sprechen? Sie haben Interesse eine neue Sprache zu erlernen? In diesem Kurs werden Sie Schritt für Schritt in die spanischen Grundkenntnisse eingeführt. Sie erlernen einfache Ausdrücke und Sätze und bekommen einen Einblick in die spanische Kultur.

Lehrbuch: eñe A 1:
Der Spanischkurs,
Kurs- und Arbeitsbuch
(ISBN 978-3-19-004219-7),
Hueber, ab Lektion 1

Claudia Ramm Doman
montags, 18-19:30 Uhr
(17 x 2 UE)
ab Montag, 17. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 1
85 Euro
(ermäßigt: 63,75 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

A 1
Kurs-Nr. 103
Fortsetzung Kurs-Nr. 122
v. Semester 2013/2

Sie haben bereits geringe Spanisch-Vorkenntnisse, wollen aber noch einen Schritt nach vorne kommen und die Welt des Spanisch erleben? Dann ist dieser Kurs richtig für Sie. Seiteneinsteiger sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! -
A 1 - Kurs- und Arbeitsbuch mit Vokabeltaschenbuch und Lösungsheft
(ISBN 978-3-464-20488-7),
Cornelsen, ab Lektion 6

Marco Acosta
montags, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Montag, 24. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 2
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch mit Vorkenntnissen

A 1
Kurs-Nr. 104
Fortsetzung Kurs-Nr. 124
v. Semester 2013/2

Hola, buenos días! Sie kennen schon die spanische Präsensform und die einfache Vergangenheit, Ihre Aussprache ist schon recht gut, aber Sie möchten Ihre Spanischkenntnisse noch vertiefen und verbessern? Dann sind Sie hier richtig. Ich freue mich auf Sie.

Lehrbuch: Perspectivas 1 Band 1 - Paket auténtica
(978-3-464-20066-7),
Cornelsen, ab Lektion 12

Marco Acosta
mittwochs, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 26. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 2
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch mit guten Vorkenntnissen

A 2
Kurs-Nr. 105
Fortsetzung Kurs-Nr. 125
v. Semester 2013/2

Hola puede ya reservar una viaje y una habitación en español? Conoce la primera forma del pasado, pero le gustaría profundizar sus conocimientos en este idioma?
Wenn Sie mit Ja geantwortet haben, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. In diesem Semester werden wir Ihre allgemeinen Spanischkenntnisse vertiefen und verbessern.

Lehrbuch: Perspectivas A 1, Band 1 - Kurs- und Arbeitsbuch
(ISBN 978-3-464-20066-7),
Cornelsen, ab Lektion 14

Marco Acosta
dienstags, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Dienstag, 25. Februar 2014
Dreieichschule,
Goethestraße 6,
Pavillon P 1
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch mit guten Vorkenntnissen

A 2
Kurs-Nr. 106
Fortsetzung Kurs-Nr. 126
v. Semester 2013/2

Hola, puede ya reservar una viaje y una habitación en español? Conoce todas 2 de las 3 formas del pasado, pero le gustariá profundizar y ejercitar sus conocimientos en este idioma?
Wenn Sie mit Ja geantwortet haben, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. In diesem Semester werden wir Ihre allgemeinen Sprachkenntisse vertiefen und verbessern.

Lehrbuch: Perspectivas A 2
(ISBN 978-3-464-20066-7),
Cornelsen, ab Lektion 2

Marco Acosta
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 27. Februar 2014
Dreieichschule,
Goethestraße 6,
Pavillon P 1
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch mit guten Vorkenntnissen

A 2
Kurs-Nr. 107
Español para alumnos con conocimientos medios de castellano
Hola, sus conocimientos de español son buenos, los tiempos del pasados, presente y futuro no son problema para usted? Pero de todas manera le gustaría repasar y profundizar sus conocimientos de esta lengua romana? Venga a este curso que lo realizará en una atmosfera muy simpática con compañeros muy amables.

Lehrbuch: Perspectivas A 2, Band 2
(ISBN 978-3-464-20068-1),
Cornelsen, ab Lektion 5

Marco Acosta
mittwochs, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 26. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 2
75 Euro, (ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch mit guten Vorkenntnissen

A 2
Kurs-Nr. 108
Sus conocimientos en el castellano son buenos, pero siente que le falta todavía mejorar algunos detalles en su expresión. En este curso podrá hacerlo, a través de la utilización de textos y artículos periodísticos del nivel A 2. Lo espero.

Lehrbuch: Perspectivas A 2
(ISBN 978-3-464-20068),
Cornelsen, ab Lektion 11

Marco Acosta
donnerstags, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 27. Februar 2014
Dreieichschule,
Goethestraße 6,
Pavillon P 1
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch Fortgeschrittene

B 1
Kurs-Nr. 109
Hola, sus conocimientos del español son bastante buenos, pero todavia tiene algunos problemas con la grámatica avanzada? Este curso se dirige a las personas que quieren perfeccionar y practicar sus conocimientos en la lengua castellana.

Lehrbuch: Perspectivas B 1
(ISBN 978-3-464-20470-2),
Cornelsen, ab Lektion 10

Marco Acosta
dienstags, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Dienstag, 25. Februar 2014
Dreieichschule,
Goethestraße 6,
Pavillon P 1
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch - Fortgeschrittene Konversation

B 1
Kurs-Nr. 110
Hola, ven a conversar con nostros, ampliar tu vocabulario y mejorar la gramática.
Deseamos viajar por costumbres y paisajes de Latinoamérica y España. Trataremos temas culturales y sociales de estos mundos tan diversos.
Ven a convesar con nostros! Te esperamos!

Lehrbuch: Avenida
(ISBN 978-3-12-514960-1),
Ernst-Klett-Verlag

Claudia Ramm Doman
mittwochs, 20-21:30 Uhr
(17 x 2 UE)
ab Mittwoch, 19. Februar 2014
Dreieichschule,
Goethestraße 6,
Pavillon P 1
85 Euro
(ermäßigt: 63,75 Euro)
max. 13 Personen

Spanisch - Konversation

B 2
Kurs-Nr. 111
Curso de alumnos avanzados de español

Usted ya habla español, sus conocimientos de gramática son casí perfectos. Si es así este curso, es el correcto para usted. En él solo haremos conversación de temas actuales y cotidianos. Veremos películas españolas con el sónido original, jugaremos juegos, es decir la pasaremos muy bien y sobre todo prácticaremos mucho el idioma de Cervantes.
Venga lo espero.
Se trabajar con material fotocopiable y tal vez algún libro que será definido al principio del curso.

Marco Acosta
montags, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Montag, 24. Februar 2014
Adolf-Reichwein-Schule,

Zimmerstraße 60,
Pavillon P 2
75 Euro
(ermäßigt: 56,25 Euro)
max. 15 Personen

Arbeit & Beruf

Für Schüler - Wie finde ich den richtigen Beruf für mich?

Kurs-Nr. 112
Noch steckt man mitten im Lernen und schon soll man sich entscheiden, welchen Beruf man wählen möchte. Dabei hat man das Gefühl, dass es ganz viele spannende Berufe gibt, die man gar nicht kennt. Wie soll man sich da entscheiden?
In diesem Kurs werden gängige, aber auch außergewöhnliche Berufe vorgestellt, und wir sprechen über Stärken, Talente, Träume, Hobbies, aber auch Schwächen.
Ist Ausbildung, Duales Studium oder ein Studium der richtige Weg? Gibt es mehrere Wege, um ein Ziel zu erreichen? Am Ende hat jeder eine Auswahl von Berufseinstiegsmöglichkeiten für sich gefunden.

Martina Fleß
Samstag, 15. März 2014,
10-16:15 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
19,60 Euro
max. 15 Personen

Bewerbungstraining für Schüler

Kurs-Nr. 113
Kursinhalt:
- Wie finde ich einen Ausbildungsplatz (Internet)?
- Lebenslauf, Anschreiben, Foto
- Vorbereitung auf das Vorstellungsgespräch
- Fragen im Vorstellungsgespräch
- Assessmentcenter
- Verhaltenskodex und Kleidungsetikette

Wer sie schon vorbereitet hat, kann seine Bewerbungsunterlagen mitbringen.

Martina Fleß
Samstag, 22. März 2014,
10-17 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
22,40 Euro
max. 15 Personen

Baufinanzierung

Kurs-Nr. 114
Die günstigste Baufinanzierung ist nicht immer die beste Baufinanzierung.
Dieser Kurs behandelt die finanzielle Seite des Eigentumserwerbs. Es werden die unterschiedlichen Darlehensarten erklärt und die verschiedenen staatlich geförderten Finanzierungsbausteine erläutert.
Das Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmern die Besonderheiten und verschiedenen Fachbegriffe rund um das Thema Immobilienfinanzierung zu erläutern.

Tobias Spengler
Samstag, 1. März 2014,
10-16 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
17,50 Euro
max. 15 Personen

EDV

Einführung in das Betriebssystem Windows 7

Kurs-Nr. 115
Dieser Kurs bietet Ihnen einen schnellen Einstieg in die Bedienung und den Umgang mit dem Betriebssystem Windows 7. Sie werden in kurzer Zeit in der Lage sein, die wesentlichen Funktionen von Windows 7 effizient zu nutzen und mit der neuen grafischen Benutzeroberfläche intuitiv zu arbeiten. Sie lernen, wie Sie Programme starten und mehrere geöffnete Programme nutzen, wie Sie den Windows Explorer effektiv bedienen und Ihre Dateien und Ordner verwalten und sinnvoll organisieren. Individuelle Anpassungen des Startmenüs und der Taskleiste ermöglichen es Ihnen, das Betriebssystem noch effektiver zu nutzen. So gelingt Ihnen der perfekte Einstieg in die Windows-7-Welt.

Ingo Thomas
Mittwoch, 30. April 2014,
Mittwoch, 7. Mai 2014,
Freitag, 9. Mai 2014,
und
Mittwoch 14. Mai 2014,
jeweils 18-21 Uhr
(4 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
77,55 Euro
max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Erste Schritte in die Textverarbeitung mit Microsoft Word 2010

Kurs-Nr. 116
Dieser Kurs vermittelt anhand vieler praxisnaher Beispiele und Übungen Grundkenntnisse über die Standardfunktionen eines modernen Textverarbeitungsprogramms.

Kursinhalt:
Eingabe, Korrektur, Verschieben und Kopieren, Suchen und Ersetzen, sowie Drucken von Texten, Formatierung von Zeichen, Absätzen und Seiten, Tabulatoren, Nummerierungen und Aufzählungen, Erstellung und Formatierung von Tabellen, mehrspaltige Dokumente, AutoText, Korrekturen, Grafiken.
Der Kurs ist für die Programmversion Microsoft Office Word 2010 konzipiert.

Vorkenntnisse: Computer-Basiskenntnisse

Ingo Thomas
Freitag, 21. Februar 2014,
18-21 Uhr,
Samstag, 22. Februar 2014,
9-14 Uhr,
Freitag, 28. Februar 2014,
18-21 Uhr,
und
Samstag, 1. März 2014,
9-14 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
92,95 Euro
max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Textverarbeitung Word 2010 - Fortgeschrittene - Wochenendseminar

Kurs-Nr. 117
Ziel: Vertiefung und Erweiterung der Textverarbeitungskenntnisse

Kursinhalt:
Tabellen, Serienbriefe, Einrichten von Kopf- und Fußzeile, Dokumentvorlagen, Formatvorlagen, einfache Macros, große Dokumente
Voraussetzung: Kenntnisse der Textverarbeitung (etwa im Umfang, wie im Grundlagenkurs beschrieben) und Windows-Kenntnisse

Ingo Thomas
Freitag, 21. März 2014,
18-21 Uhr,
Samstag, 22. März 2014,
9-16 Uhr,
und
Sonntag, 23. März 2014,
9-16 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
92,95 Euro
max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Tabellenkalkulation mit Excel 2010 - Grundlagen

Kurs-Nr. 118
Kursinhalt: Einführung in die Benutzeroberfläche Excel, Arbeit mit Tabellen und Arbeits-

mappen, einfache Formeln und Funktionen, einfache Diagramme, Druckaufbereitung

Uwe Daneke
Mittwoch, 5. Februar 2014,
Donnerstag, 6. Februar 2014,
Mittwoch, 12. Februar 2014,
Donnerstag, 13. Februar 2014,
und
Mittwoch, 19. Februar 2014,
jeweils 18:15-21:30 Uhr
(5 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
92,95 Euro
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Tabellenkalkulation mit Excel 2010 - Aufbaukurs

Kurs-Nr. 119

Kursinhalt: Formeln und Funktionen, Sortieren und Filtern, Bezüge über mehrere Arbeitsmappen, Schutz von Tabellen, Arbeit mit Pivot-Tabellen, Einführung in Makros

Uwe Daneke
Mittwoch, 2. Juli 2014,
Donnerstag, 3. Juli 2014
Mittwoch, 9. Juli 2014,
Mittwoch, 16. Juli 2014,
und
Donnerstag, 17. Juli 2014,
jeweils 18:15-21:30 Uhr
(5 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
92,95 Euro
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Access 2010 – Grundlagen - Wochenendseminar

Kurs-Nr. 120

Grundlagen relationaler Datenbanken:
Starten von MS-Access, Anlegen einer neuen Datenbank, Datenbankfenster, Erstellen und Bearbeiten der Datenbankobjekte, Tabellenentwurf, Beziehungen zwischen Tabellen, referentielle Integrität, Erstellen von einfachen Auswahlabfragen, Formularen und Berichten, Einrichten der Arbeitsumgebung, Startoptionen der Datenbank

Uwe Daneke
Freitag, 23. Mai 2014,
18:15-21:30 Uhr,
Samstag, 24. Mai 2014,
9-16 Uhr,
und
Sonntag, 25. Mai 2014,
9-16 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
92,95 Euro
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Präsentation mit PowerPoint 2010

Kurs-Nr. 121

Kursinhalt: Erstellen einer Präsentation, Textgliederung, Erstellen und Bearbeiten der Folienobjekte (Texte, Zeichnungsobjekte, Diagramme usw.) und deren Animation, Erzeugung von Hand-outs, Erstellen einer Entwurfsvorlage

Uwe Daneke
Mittwoch, 26. Februar 2014,
Donnerstag, 27. Februar 2014,
Mittwoch, 5. März 2014,
Donnerstag, 6. März 2014,
und
Mittwoch, 12. März 2014,
jeweils 18:15-21:30 Uhr
(5 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
92,95 Euro
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Ihre ersten Schritte im Internet - so geht's!

Kurs-Nr. 122

Starten Sie in das Internet und nutzen Sie dessen vielfältige Möglichkeiten! Der Kurs führt Sie systematisch an das Thema Internet heran.

Kursinhalt:
- Einrichten eines Internetzugangs
- Suchen und Navigieren im Internet
- Senden und Empfangen von E-Mails
- Online-Banking, Einkaufen, Plaudern
- Gezielte Suche und Herunterladen von Daten
- Sicherheit im Internet (Computerviren etc.)

Voraussetzung: grundlegende Computer- und Windows-Kenntnisse

Ingo Thomas
Mittwoch, 4. Juni 2014,
Mittwoch, 11. Juni 2014,
und
Mittwoch, 18. Juni 2014,
jeweils 18-21 Uhr (3 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
62,15 Euro
max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Fotos verwalten, bearbeiten und präsentieren

Kurs-Nr. 123

Bringen Sie Ordnung in Ihre Bilderflut. Google Picasa bietet die Möglichkeit, kostenlos und einfach digitale Fotos zu bearbeiten und zu verwalten.

Kursinhalt:
- Grundlagen und Installation
- Bedienung und Organisation Ihres privaten Fotoarchivs
- Bearbeiten von Fotos (Zuschneiden, rote Augen)
- Präsentation von Fotos (Ausdruck, Diashow, Webalbum)
- Digitalisierung von analogen Fotos

Voraussetzung: grundlegende Computer- und Windows-Kenntnisse

Ingo Thomas
Mittwoch, 19. März 2014,
Mittwoch, 26. März 2014,
und
Donnerstag, 27. März 2014,
jeweils 18-21 Uhr
(3 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
62,15 Euro
max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Einstieg in die Bildbearbeitung mit GIMP

Kurs-Nr. 124

Richten Sie sich Ihr persönliches Fotostudio auf dem Computer ein! In diesem Kurs werden Sie mit den Möglichkeiten der digitalen Fotografie und der Bildbearbeitung am Computer vertraut. Mit dem kostenlosen Programm GIMP 2.6 finden Sie hervorragend den Einstieg in das kreative Gestalten von Digitalfotos.

Kursinhalt:
GIMP 2.6 installieren und Anwendungstechniken erlernen
Farbwerte und Belichtungen optimieren
Objekte freistellen und entsprechend neu montieren
Bilder nachschärfen oder weichzeichnen
Porträts durch Retusche attraktiver machen
Ebenen und Ebenenmasken erfolgreich anwenden

Voraussetzung: grundlegende Computer- und Windows-Kenntnisse

Ingo Thomas
Mittwoch, 2. April 2014,
Freitag, 4. April 2014,
und
Mittwoch, 9. April 2014,
jeweils 18-21 Uhr
(3 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
62,15 Euro
max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Vom digitalen Bild zum eigenen Fotobuch

Kurs-Nr. 125

Schlummern auf Ihrer Festplatte auch Hunderte, wenn nicht sogar Tausende digitale Bilder? Der Urlaub war wieder wunderschön, der Fotoapparat ein ständiger Begleiter. Doch möchten Sie Ihre Schätze ja auch gerne ansprechend präsentieren, damit auch andere etwas davon haben. Stapel von Papierabzügen herumreichen ist dabei wenig hilfreich. Aber in einer familiären Runde oder im Freundeskreis ein profihaft anmutendes Fotobuch zeigen zu können oder dieses einfach nur bei einem schönen Glas Wein in Ruhe anzuschauen, lässt den Urlaub noch einmal Revue passieren. Erinnerungen werden so wach gehalten und auf Dauer konserviert, immer wieder schnell abrufbar. Lernen Sie die Erstellung eines Fotobuches auf der Basis Ihrer eigenen mitgebrachten Bilder.
Die Teilnehmer werden gebeten, einen USB-Stick (mind. 4 GB) mitzubringen. Dieser kann bereits mit eigenen Fotos bestückt sein (Verwendung im praktischen Teil).

Voraussetzung: Grundlegende Computer- und Windows-Kenntnisse

Detlef Schüler
Freitag, 13. Juni 2014,
und
Samstag, 14. Juni 2014,
jeweils 19-20:30 Uhr
(2 x 2 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
15,40 Euro
max. 10 Personen

Tipps für Video-Tripps: Wie Ihr Reisefilm fertig aus der Kamera kommt

Kurs-Nr. 126

Seit Fotokameras auch in Full HD videografieren können, hat das Urlaubsfilmen zunehmend an Attraktivität gewonnen. Doch das Festhalten der Reiseerlebnisse in bewegenden Bildern will gelernt sein. Auch und gerade, wenn man sich mit der Nachbereitung des Gedrehten nicht groß beschäftigen mag. Dieser Kurs lehrt in Theorie und Praxis, was man anstellen muss, damit der Reisefilm fertig aus der Kamera kommt: So etwa das Drehen auf Anschnitt, die Inszenierung aus dem Stegreif, wie Sie sich von der Situation leiten lassen oder stets einen guten Ton einfangen. Happy End des Workshops: Ihr gelungener „Streifen", den man sich immer wieder gerne ansieht.
Einzige Voraussetzung, die Sie mitbringen müssen: eine Full HD Digital-Camera mit AVCHD Einstellung und SD Card.

Jürgen Bremer
Samstag, 5. April 2014,
und
Sonntag, 6. April 2014,
jeweils 9-16 Uhr
(2 x 8 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
61,60 Euro
max. 10 Personen

Vortragsreihe Computer und Neue Medien

Kooperationsveranstaltungen von vhs und Polizeipräsidium Südosthessen

Sicher surfen im Netz – Prävention in eigener Sache

Vortrag
Markus Wortmann
Dienstag, 18. März 2014,
19:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
Eintritt frei

Online Geschäfte/ Online Banking – Worauf sollten Sie achten?

Vortrag
Markus Wortmann
Dienstag, 13. Mai 2014,
19:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
Eintritt frei

Soziale Netzwerke – Anmeldung, Teilnahme, Kündigung

Vortrag
Markus Wortmann
Dienstag, 3. Juni 2014,
19:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
Eintritt frei

Stenografenverein 1897 Langen E. V.

Kursprogramm 1/2014
Zusätzliche Informationen unter Telefon 06103 42620 und www.stenografenverein.de

Wichtiger Hinweis:

Die Kurse in Kurzschrift, Tastaturschreiben am PC und Bürokommunikation werden vom Stenografenverein 1897 Langen E. V.
Postfach 16 62
63206 Langen
durchgeführt.
Bitte melden Sie sich direkt bei der Geschäftsstelle an:
Telefon 06103 42620
Fax 06103 3720692
E-Mail
Info@Stenografenverein-Langen.de

Ihre Anrufe erreichen unsere Geschäftsstellenleiterin unter deren privatem Telefonanschluss. Wir bitten Sie daher, Anrufe zu üblichen Geschäftszeiten vorzunehmen. Ggf. erreichen Sie nur den Anrufbeantworter, dann rufen wir Sie schnellstmöglich zurück.

Für PC-Kurse kontaktieren Sie bitte die Geschäftsstelle der vhs Langen im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, 63225 Langen, Telefon: 06103 910460.

Die Kurse und Seminare finden im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, 63225 Langen, statt (in Raum 21, im 1. OG, Seminare gegebenenfalls auch in Raum 3 oder Raum 16).

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten alle Kursteilnehmer ein Zertifikat, anderenfalls eine Teilnahmebescheinigung.

Gern führen wir auch tagsüber oder abends Schulungen in Ihrem Unternehmen durch – in allen Fächern und nach Ihren Terminvorstellungen!

Kurzschrift/Stenografie

Seit 2000 Jahren ist die Kurzschrift die schnellste (Hand-) Schrift, die es gibt. Steno ist nach wie vor unschätzbar wertvoll beim Notieren und Konzipieren (z. B. in Studium, Ausbildung und Beruf) sowie beflügelnd als Hobby für Menschen, die gern schneller schreiben wollen als andere. Überzeugen Sie sich vom großen Nutzen der Stenografie in einer unserer Schnupperstunden!

Kostenlose Schnupperstunden Kurzschrift/Stenografie

Termin:
Montag, 10. Februar 2014,
19 Uhr
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 21
Weitere Schnupperstunden-Termine auf Anfrage möglich.

Kurzschrift/Stenografie (Verkehrsschrift)

In diesem Kurs steht zunächst das Erlernen der Verkehrsschrift der Deutschen Einheitskurzschrift im Mittelpunkt. Es schließt sich die praxisgerechte Anwendung der Kurzschrift als Diktat-, Konzept- und Notizschrift (für Protokolle, Mitschriften...) an. Ferner bietet er Schnellschreibübungen bis zu 100 Silben/Minute.

Dauer: 45 Unterrichtseinheiten zu je 90 Minuten
Termine:
möglicher Start: montags abends,
17:45 oder 19:30 Uhr,
so bald wie möglich, nach Absprache mit den Teilnehmern

Bei mind. 8 Teilnehmern auch tagsüber Gruppen- oder Firmenschulungen möglich.

Gebühr: 195 Euro inkl. Lehrmaterial (bei mindestens 8 Teilnehmern)

Personen mit Kurzschriftkenntnissen können in den laufenden Kurs einsteigen, um ihre Fähigkeiten/Kenntnisse zu vertiefen und die Schreibgeschwindigkeit zu erhöhen.
Gebühr nach Absprache.

Kurzschrift (Eilschrift)

auf Anfrage/nach Absprache mit den Teilnehmern

Kurzschrift-Training

Jeden 1. und 3. Montag im Monat von 17:45 bis 19:15 Uhr (ab 120 Silben/Min.) und von 19:30 bis 21:00 Uhr (60 – 120 Silben/Min.). Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen, schnuppern Sie doch mal rein! Wir bitten um vorherige telefonische Anmeldung.

Dauer: ohne zeitliche Begrenzung
Beginn: Teilnahme und „Hineinschnuppern" jederzeit möglich.
Gebühr: Voraussetzung für die dauerhafte Teilnahme ist die Mitgliedschaft im Stenografenverein 1897 Langen E. V. (Beitrag zurzeit 35 Euro/Jahr, 30 Euro bei Erteilung einer Einzugsermächtigung).

Kurzschrift-Training in englischer Sprache

Termine für das Training in englischer Kurzschrift auf Anfrage.

Dauer: montags, 19:30 Uhr, 90 Minuten
Gebühr: Voraussetzung für die dauerhafte Teilnahme ist die Mitgliedschaft im Stenografenverein 1897 Langen E. V. (zurzeit 35 Euro/Jahr, 30 Euro bei Erteilung einer Einzugsermächtigung).

Workshop Kurzschrift/Stenografie

zur Auffrischung von Kurzschriftkenntnissen

Für Teilnehmer, die bereits die Kurzschrift erlernt und vielleicht einige Regeln und Kürzel verlernt haben, besteht in diesem Arbeitskreis die Möglichkeit, ihre Kenntnisse aufzufrischen und auch ihre Schreibgeschwindigkeit zu steigern. Die bisherige Schreibgeschwindigkeit sollte zwischen 40 und 120 Silben pro Minute liegen. Je nach Zusammensetzung des Teilnehmerkreises werden auch Kürzel und Regeln der Eilschrift behandelt.

Termin:
Samstag, 8. Februar 2014,
10-13 Uhr,
und
Samstag, 10. Mai 2014,
10-13 Uhr
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 21
Gebühr: 25 Euro (für Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 15 Euro)

Tastaturschreiben (10-Finger-Blindschreiben) am PC

Schreiben Sie schneller am PC mit dem 10-Finger-System und sparen Sie dadurch wertvolle Zeit – Ihr Leben lang!

Während früher fast nur ausgebildete Schreibkräfte eine Tastatur bedienen mussten, hat durch den Einzug der PCs und des Internets in alle Bereiche der Berufswelt sowie ins Privatleben das Tastaturschreiben an Bedeutung zugenommen. Ohne Tastatur funktioniert kaum eine Text- und Datenverarbeitung, eine Tabellenkalkulation oder ein Datenbankprogramm. Künftig werden immer mehr Menschen unterschiedlichster Berufsgruppen einen großen Teil ihrer Arbeitszeit an der Tastatur eines PCs verbringen. Für sie alle ist es unumgänglich, die Tastatur „blind" bedienen zu können. Die Beherrschung des 10-Finger-Blindschreibens trägt zur Vermeidung von Gesundheitsschäden durch die Arbeit am PC bei. Vor allem der zeitliche Rationalisierungseffekt ist nicht außer Acht zu lassen.

Kostenlose Schnupperstunde Tastaturschreiben

Termin:
Dienstag, 28. Januar 2014,
19:30 Uhr
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 21
Weitere Schnupperstunden-Termine auf Anfrage möglich.

Crash-Kurs Tastaturschreiben am PC für Erwachsene

Dieser Lehrgang vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten im Tastaturschreiben. Es werden die Griffwege für die Buchstaben und – in Abhängigkeit von der Schreibgeschwindigkeit der Teilnehmer – die Ziffern und Zeichen erarbeitet. Zusätzliche Übungen am heimischen PC sind bei diesem Crash-Kurs unbedingt erforderlich. Ziel ist das Erreichen einer Schreibgeschwindigkeit von ca. 60 Anschlägen pro Minute.

Dauer:
10 Unterrichtseinheiten

Termine:
montags und donnerstags von 18:15 Uhr bis 20:15 Uhr
Beginn: 10. März 2014 bis 10. April 2014
Gebühr: 95 Euro inkl. Lehrmaterial bei mindestens 8 Teilnehmern

Vormittagskurs:
Dauer: 6 Wochen
Termine: entweder Dienstag oder Mittwoch oder Donnerstag (in Absprache mit den Teilnehmern)
Beginn: Kalenderwoche 6 bis Kalenderwoche 11 (Anfang Februar bis Mitte März)

vormittags
von 10 Uhr bis 13 Uhr
Gebühr:
72 Euro inkl. Lehrmaterial bei mindestens 8 Teilnehmern

Tastaturschreiben am PC für Kinder

Ziel dieses Lehrgangs ist es, den 11- bis 14-jährigen Teilnehmern das „blinde" Tastaturschreiben mit 10 Fingern zu vermitteln. Es werden alle Griffwege erarbeitet und einfache, kindgerechte Schriftstücke gestaltet.

Dauer:24 Unterrichtseinheiten zu je 90 Minuten

Termine:
donnerstags, 16:30-18 Uhr
freitags, 16-17:30 Uhr
Beginn:
Kurs 1: ab Donnerstag, 23. Januar 2014 bis 24. Juli 2014
Kurs 2: ab Freitag, 9. Mai 2014 bis 12. Dezember 2014
Gebühr: 130 Euro inkl. Lehrmaterial bei mindestens 8 Teilnehmern

Training Tastaturschreiben und Briefgestaltung

Das Training dient der Verbesserung der Schreibfertigkeiten, insbesondere des Schnellschreibens bei geringer Fehlerzahl, der Vorbereitung auf Prüfungen wie z. B. bei der IHK oder Wettkämpfe der Stenografenorganisation. Geübt werden besonders die normgerechte Briefgestaltung nach DIN 5008 und der schnellstmögliche Umgang mit der Tastatur, z. B. bei Korrekturen.

Dauer:
ohne zeitliche Begrenzung
Termine:
dienstags von 18 Uhr bis 19:30 Uhr (außer Ferien):
am 21.01., 28.01., 11.02., 25.02., 11.03., 25.03., 08.04., 29.04., 13.05., 27.05., 03.06., 17.06., 01.07., 15.07., 22.07.
(wird fortgesetzt)

Beginn:
Teilnahme und „Hineinschnuppern" jederzeit möglich.
Gebühr:
Voraussetzung für die dauerhafte Teilnahme ist die Mitgliedschaft im Stenografenverein 1897 Langen E. V. (Beitrag zurzeit 35 Euro/Jahr, 30 Euro bei Erteilung einer Einzugsermächtigung).

Seminar „Geschäftsbriefe schreiben – modern, stilvoll, kundenorientiert"

Briefe sind Visitenkarten – ob herkömmliche Post oder E-Mail. Doch den Absender empfehlen und die Sympathie des Empfängers gewinnen, das kann nur ein guter Brief. Gut ist ein Brief, bei dem alles stimmt – Stil und nicht zuletzt die Orthographie. Darum müssen Sachbearbeiter, Korrespondenten und vor allem die Schreibkräfte wissen: Wie schreibt man heute korrekt?
Lerninhalte u. a.: Grundregeln für alle Briefeschreiber, allgemeine Stilgebote, Wahl und Gebrauch der Wörter, richtiger Satzbau, Textgestaltung, Schlussfloskeln, typische Fehler.

Referent ist der aus Funk und Fernsehen bekannte Lektor, Schulbuchautor und Deutsch-Experte Klaus Wilfried Schwichtenberg.

Termin:
Samstag, 22. März 2014
Dauer: 10-17 Uhr
Gebühr: 69 Euro
(Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 50 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 16

Seminar „Einführung in die neue deutsche Rechtschreibung"

Seit 1. August 2005 ist die neue Rechtschreibung verbindlich! Der Stenografenverein Langen bietet zusätzlich zu dem genannten Termin weitere Einführungsseminare an. Fragen Sie unsere Geschäftsstelle nach den aktuellen Terminen, gern auch nach Vereinbarung als Inhouseschulung.

Machen Sie sich sachkundig und entdecken Sie, dass die neue Rechtschreibung viel logischer ist als die alte! Wir helfen Ihnen dabei. Wir behaupten: 1. Auch Sie können sich mit der Rechtschreibreform schon bald anfreunden! 2. Sie hat jede Menge Positives zu bieten! Sie glauben beides nicht? Lassen Sie sich überraschen – in unserem Seminar, das von einem führenden Rechtschreibreform-Experten Deutschlands geleitet wird. Er erklärt Ihnen auch leicht verständlich, warum die Änderungen erfolgt sind. Natürlich wird auch auf die neuesten Änderungen von 2006 eingegangen.

Lerninhalte u. a.: Die wichtigsten Regeln für Wortarten, Getrennt- und Zusammenschreibung, Groß- und Kleinschreibung, Zeichensetzung, Herkunft der Wörter (Etymologie), die aktuellsten Änderungen.
Referent ist der aus den Medien bekannte Lektor, Schulbuchautor und Deutsch-Experte Klaus-Wilfried Schwichtenberg.

Termin:
Samstag, 22. Februar 2014
10-17 Uhr
Gebühr:
69 Euro (Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 50 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

Kommas setzen – aber richtig!

Haben Sie Probleme mit dem Komma? Setzen Sie die Kommas schon immer „nach Gefühl"? Dagegen haben wir etwas. Alle, die Verantwortung für ihre Korrespondenz tragen, brauchen gründliche Kenntnisse, wie sie unser Komma-Seminar vermittelt. Der Referent Klaus-Wilfried Schwichtenberg, Lektor eines Schulbuchverlages und Deutsch-Experte, versteht es, den Seminarteilnehmern die scheinbar trockenen Lernin-

halte anschaulich zu erläutern und einzuprägen. Lerninhalte: Die wichtigsten unveränderten Kommaregeln und die neuen Kommaregeln

Termine:
Samstag, 1. Februar 2014,
und
Samstag, 5. April 2014
Dauer:
14–18 Uhr
Gebühr: 42 Euro (Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 32 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

Themenabend „Das Allerwichtigste rund ums Schreiben im Schnelldurchgang"

Einmal kreuz und quer durch den „Normengarten": Basiswissen zu den allerwichtigsten Schreibregeln für Briefe, E-Mails und alle sonstigen Schriftstücke, z. B. für das Schreiben von Adressen, Zahlen, Daten, Abkürzungen und Straßennamen, Verwendung von (Sonder-) Zeichen. Mit kurzem Streifzug durch die neue Rechtschreibung, Tipps zur Dudenbenutzung und Besprechung von typischen Fehlern.

Termin:
Dienstag, 18. Februar 2014
Dauer:
19–21 Uhr
Gebühr:
20 Euro (Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 15 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21
Referentin: Regine Daneke, 1. Vorsitzende des Stenografenvereins 1897 Langen E. V.

Seminar „Rechtschreib-Check"

Groß oder klein? Getrennt oder zusammen? Doppel-s oder ß? Mit Bindestrich oder ohne? Testen Sie Ihr Wissen zur neuen deutschen Rechtschreibung und lernen Sie die wichtigsten Regeln kennen – kurz, kompakt, informativ. Überzeugen Sie beruflich und privat mit den korrekten Schreibungen.

Termin:
Dienstag, 4. Februar 2014
Dauer:
19–21 Uhr
Gebühr:
20 Euro (Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 15 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21
Referent ist der Texter, Übersetzer und Lektor Kai Endres.

Lyrik-Themenabend „Mein Lieblingsgedicht – es muss nicht immer Goethe sein!"

Wer liest heute überhaupt noch Gedichte und warum? Was macht die Faszination aus, die von Gedichten ausgehen kann? Es muss nicht immer Goethe sein – auch zeitgenössische Autorinnen und Autoren haben uns etwas zu sagen.

Wer von den Teilnehmern ein Lieblingsgedicht hat, kann dieses zur Besprechung vorschlagen. Dieses wollen wir gemeinsam näher betrachten. Was spricht uns an dem Gedicht besonders an, oder was gefällt uns daran vielleicht auch nicht?

Auch wer sich bisher noch wenig mit Lyrik befasst hat, aber aufgeschlossen ist, wird sicher noch mehr Freude und Spaß an Gedichten gewinnen. Zum Abschluss dichten wir alle gemeinsam einen Limerick!

Referentin ist Frau Soz. päd. grad. Petra Görg

Bei genügend Interessenten ist ein weiterer Themenabend am 6. Mai 2014 möglich.

Termin:
Dienstag, 18. März 2014
Dauer:
19–21:15 Uhr (mit Pause)
Gebühr:
20 Euro (Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 15 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

Vortrag „Über das Leben und Wirken des genialen Kurzschrifterfinders Franz Xaver Gabelsberger"

Seit 106 Jahren existiert in Langen eine Straße dieses Namens – aber wissen Sie eigentlich, wer Gabelsberger war?

Der Referent Gregor Keller, Ehrenpräsident des Deutschen Stenografenbundes und der INTERSTENO, erzählt aus dem bewegten und ereignisreichen Leben Gabelsbergers – über sein Streben und Ringen um den Erfolg und den Willen, niemals aufzugeben.

Termin:
Dienstag, 1. April 2014
Dauer:
18:30–19:30 Uhr
Gebühr:
Eintritt frei - bitte vorher anmelden!
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

Vortrag über das Leben und Wirken von Astrid Lindgren

Die Bücher der weltberühmten schwedischen Autorin Astrid Lindgren wurden in 95 Sprachen übersetzt. In ihren Kindergeschichten (beispielsweise Pippi Langstrumpf, Michel aus Lönneberga) gilt immer das Motto: Niemals Gewalt. Sie schrieb auch, dass die Stenografie etwas sehr Nützliches sei. Aus dem Leben und Wirken der Schriftstellerin - sie stenografierte alle ihre Bücher - erzählt das Ehrenmitglied des Langener Stenografenvereins Gregor Keller, Ehrenpräsident des Deutschen Stenografenbundes und der INTERSTENO.

Termin:
Dienstag, 6. Mai 2014
Dauer: 18:30–19:30 Uhr
Gebühr:
Eintritt frei, bitte vorher anmelden!
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

PowerPoint für Schüler (und Eltern)

In diesem Crash-Kurs erlernen Schülerinnen und Schüler (ab etwa 12 Jahren) die wichtigsten PowerPoint-Funktionalitäten, die benötigt werden, um in der Schule ein Referat mit PowerPoint-Unterstützung halten zu können.

Vermittelt wird, wie man eine Präsentation anlegt, eine Textfolie gestaltet und animiert, weitere Folienobjekte wie SmartArts, ClipArts, Fotos und andere wirkungsvoll einsetzt. Auch werden die wichtigsten Verhaltensweisen beim Präsentieren angesprochen.

Im Rahmen der verfügbaren Raumkapazität können auch Eltern teilnehmen, damit sie ihre Kinder beim späteren Erstellen einer Präsentation effektiv unterstützen können.

Termin:
Samstag, 15. Februar 2014
Dauer: 9–14 Uhr
(6 UE à 45 Min.)
Gebühr:
45 Euro
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21
Referent: Uwe Daneke

Computerkurse im Begegnungszentrum Haltestelle

Durch das Computerzentrum von dem Begegnungszentrum Haltestelle der Stadt Langen finden seit 1996 mit großem Erfolg Schulungen am Computer statt. Viele konnten ihr Interesse an der Welt der Computer entdecken und von der

langjährigen Schulungserfahrung profitieren.

Sechs Fragen:

- Wollen Sie verständliche Erklärungen?
- Wollen Sie nicht schon wieder hören: „Das ist doch ganz einfach!"
- Sind Sie neugierig und möchten Sie mitreden können?
- Wollen Sie keine Angst mehr vor dem Computer haben?
- Suchen Sie ein neues Hobby?
- Kommen Sie mit Ihrem Computer zu Hause nicht zurecht?

Eine Antwort:
Dann ran an die Maus!
In gemütlicher Atmosphäre schult die Haltestelle mit maximal sechs Kursteilnehmern. Jeder kommt hier zu Wort, und auf jeden kann angemessen eingegangen werden. In den Kursen für Computereinsteiger werden keinerlei Computerkenntnisse vorausgesetzt. Ein eigener Computer ist nicht notwendig. Beratungen für den Computerkauf gehören mit dazu. Bei allen Schulungen wird großer Wert auf eine verständliche und beispielhafte Vermittlung gelegt.

Kursangebot

Für absolute Anfänger sind die **Einsteigerkurse** geeignet. Sie benötigen außer Ihrer Neugier keinerlei Vorkenntnisse. Ihre Enkel werden staunen, wenn Sie plötzlich mit Begriffen wie „Festplatte", „Windows" oder „CD-ROM" um sich werfen.

Diejenigen, die mit „Windows" und der Maus schon Erfahrung haben, sind in den Aufbaukursen gut aufgehoben:
Briefe schreiben mit Microsoft Word; das Internet entdecken im Internetkurs; Software installieren und Systempflege; Tabellen und Briefköpfe erstellen mit Word; Einladungen mit Fotos und Grafiken in Word erstellen; Fotos einscannen und bearbeiten mit Photo Paint; Einladungen mit Fotos und Grafiken mit Corel Draw erstellen; Homepage-Programmierung für das Internet; Rechnungen bezahlen von zu Hause aus - Homebanking; kaufen und verkaufen mit Ebay; Visitenkarten selbst gemacht. Das Angebot wird ständig erweitert und aktualisiert.

Das aktuelle Kursangebot mit Terminen und den Kursbeiträgen erhalten Sie unter Telefon 06103 203-920 umgehend zugeschickt. Oder Sie schauen in die aktuelle ZEITLOS, das kostenlose Magazin der Haltestelle, der Seniorenhilfe und der Arbeiterwohlfahrt. ZEITLOS ist in den Apotheken, im Rathaus und natürlich im Begegnungszentrum Haltestelle in der Elisabethenstraße 59a in Langen erhältlich.

Schüler- und Familienzentrum

Hans-Kreiling-Allee 15 A
63225 Langen (Hessen)
Telefon 06103 4590933
Email kbraun@langen.de

Mitreden, mitmachen, miteinander lernen – unter diesem Motto werden weiterhin Kurse in Kooperation von Volkshochschule und Schüler- und Familienzentrum mit neuen Formen von stadtteilorientierten Kultur- und Bildungsangeboten angeboten. Statt starrem Kursplan gibt es viel Zeit und Raum zum Kennenlernen, zum gegenseitigen Helfen, um gemeinsam Ideen zu entwickeln und mehr. Experten aus der Stadtverwaltung, Vereinen und Institutionen stehen als Ansprechpersonen zur Verfügung.

Sprachkurs für Frauen und Männer „Wir sprechen Deutsch"

Kurs-Nr. 127
Der Kurs wendet sich an Mütter und Väter unterschiedlicher Nationalitäten, die noch wenig Deutsch sprechen können und deren Kinder die Kinderbetreuungseinrichtungen und Schule besuchen oder bald besuchen werden. Der Kurs orientiert sich an dem Erfahrungs- und Kenntnisstand der Gruppe.
Gemeinsam werden alltägliche Situationen besprochen und an praktischen Beispielen geübt. Weiterhin gibt es Informationen über das Bildungs- und Gesundheitssystem. Der Kurs bietet ebenso Gelegenheit, sich auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.

Lydia Ehret
dienstags und donnerstags,
jeweils 9-10:30 Uhr
(49 x 2 UE)
ab Dienstag, 14. Januar 2014
Schüler- und Familienzentrum,
Hans-Kreiling-Allee 15 a
30 Euro
max. 15 Personen

Gymnastikkurs für Frauen

Kurs-Nr. 128
Bewegung fördert das Wohlbefinden, macht Spaß und verbessert die Gesundheit. Wer etwas aus der Übung gekommen ist oder noch nie Sport getrieben hat, ist beim Gymnastikkurs für Frauen genau richtig. Der Kurs richtet sich an Frauen, die wenig oder keine Erfahrungen mit sportlichen Bewegungsformen haben. Einfache Übungen zum Dehnen und Wohlfühlen, aber auch zur Kräftigung der Muskulatur werden unter fachlicher Anleitung geübt.

Olga Witt
montags, 9:30-10:30 Uhr
(24 x 60 Min.)
ab Montag, 27. Januar 2014
Schüler- und Familienzentrum,
Hans-Kreiling-Allee 15 a
21 Euro
max. 6 Personen

Ab 7 Personen wird ein zweiter Kurs angeboten:
10:30-11:30 Uhr.

Arabisch-Kurs

In regelmäßigen Abständen treffen sich zwei Frauengruppen im Schüler- und Familienzentrum, um gemeinsam Arabisch zu lernen. Der Unterricht findet in der Regel donnerstags nachmittags für Anfängerinnen von 14 bis 16 Uhr und mittwochs vormittags für Fortgeschrittene von 9:30 bis 11:45 Uhr statt. Die Kurse werden von Touria Ill Bakkal ehrenamtlich geleitet.

Literaturtreff

Frauen sind eingeladen, mit uns nach Herzenslust über gelesene Bücher zu diskutieren. Dabei geht es nicht um eine perfekte literarische Analyse, Ausgangspunkt ist vielmehr das eigene Leseerlebnis.
Wir vom Literaturtreff der Frauenwerkstatt Langen sind eine Gruppe von Frauen „im besten Alter", die sich jeden 1. Mittwoch im Monat um 19:30 Uhr im Schüler- und Familienzentrum trifft. Die Buchvorschläge kommen von den Mitgliedern der Gruppe und spiegeln so auch ihre Vielfalt wieder.

Ansprechpartnerinnen:
Jutta Schultz,
Telefon 06103 72778,
Anne Kastorff-Kühl,
Telefon 06103 71327

Saz „Musik verbindet die Welt"

Im Kurs wird das Musizieren mit dem Instrument Saz erlernt, das in verschiedenen Ländern (z.B. Türkei) eine lange Tradition aufweist. Der Kurs wird für Mädchen und Jungen jedes Alters angeboten.

Hürsehit Köse, Musiklehrer
montags: 17:30-19:45 Uhr
Schüler- und Familienzentrum
Hans-Kreiling-Allee 15 A
35 Euro/Monat

Anmeldung und Information:
Türkischer Elternverein Langen e.V.
1. Vorsitzender: Metin Solak
Telefon: 01776013548

Anmeldung und Kontakt
In den Ferien und an Feiertagen finden die Kurse nicht statt.
Weitere Angebote (Café-Treff, Mittwochsfrühstück, Kochaktionen, Nähangebot mit der Nähmaschine, Jugend-Treff, Orientierung am Computer, Veranstaltungen, Vermietungen etc.) finden Sie zusätzlich in den regelmäßig erscheinenden Flyern des Schüler- und Familienzentrums.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:
Frau Katharina Braun
Schüler- und Familienzentrum
Hans-Kreiling-Allee 15 A
63225 Langen
Telefon 06103 4590933
E-Mail kbraun@langen.de

Veranstaltungen der Evangelischen Familienbildung im Kreis Offenbach 1. Halbjahr 2014

(Auszug)

Weitere Kurse und Informationen:
Evangelische Familienbildung im Kreis Offenbach
Haus der Kirche, Langen
Bahnstraße 44
63225 Langen
Telefon 06103 3007825
Fax 06103 3007829
E-Mail
info@familienbildung-langen.de
www.familienbildung-langen.de

Kurse in der Ev. Johannesgemeinde:

Uhlandstraße 24 a
63225 Langen

Mit Kräutern durch das Jahr I
Kräuternachmittag mit Kochen und Anrühren für Heilzwecke

Kurs-Nr.: Q720
Samstag, 3. Mai 2014,
14-17 Uhr
Kursleitung: **Eva Gibbels**
13 Euro zzgl. 1,50 Euro für Lebensmittel und Zutaten für Heilzwecke
Anmeldung und Information: 06103 71215

Mit Kräutern durch das Jahr II
Kräuternachmittag mit Kochen und Anrühren für Heilzwecke

Kurs-Nr.: Q721
Samstag, 10. Mai 2014,
14-17 Uhr
Kursleitung: **Eva Gibbels**
13 Euro zzgl. 1,50 Euro für Lebensmittel und Zutaten für Heilzwecke
Anmeldung und Information: 06103 71215

Kurse im Haus der Kirche:

Bahnstraße 44
63225 Langen

Heuschnupfen & Co.
Kurs-Nr.: Q703
Dienstag, 11. März 2014,
20-22 Uhr
Kursleitung:
Helen Fuhrländer
7 Euro
Anmeldung und Information: 06103 3007825

Was unsere Füße uns erzählen
Vortrag über die Fußanalyse nach der Ginsberg-Methode

Kurs-Nr.: Q709
Dienstag, 8. April 2014,
20-22 Uhr
Kursleitung:
Maritta Roth-Dechert
8 Euro
Anmeldung und Information: 06103 985243

Kommunikation in der Partnerschaft
Ein Abend für Paare

Kurs-Nr.: Q220/1
Dienstag, 24. Juni 2014,
19:30.21 Uhr
Kursleitung:
Michael Gallisch
12 Euro (pro Paar)
Anmeldung und Information: 06103 3007825

Kreis Offenbach
vhs
LQW ArtSet Qualitätstestiert am 27.04.2006
Kreisvolkshochschule Offenbach

Kreisweit bieten wir ergänzend ein umfangreiches Programm in den Bereichen:

| Gesellschaft | Frauen | Kunst und Kultur |
| Gesundheit | Sprachen | Arbeit und Beruf |
| Grundbildung |

Informationen, Beratung und Anmeldung:
Kreisvolkshochschule Offenbach
Frankfurter Str. 160-166, 63303 Dreieich
Tel.: 0 61 03 / 31 31 – 13 13
E-Mail: vhs@kreis-offenbach.de
www.kreis-vhs-offenbach.de

Wir bieten zertifizierte Bildung!

Vielfalt der Bildung!

Hinweise auf das Programm der VHS-Egelsbach 2014/1

Das Programmheft liegt wieder in Banken, Arztpraxen und Geschäften aus.
Infos über neue Kurse im VHS–Büro, Telefon 06103 2027636, Fax 06103 2027692
Internet
www.vhs-egelsbach.de,
E-Mail
anfrage@vhs-egelsbach.de

Angebote der VHS-Musikschule-Egelsbach
Instrumentalunterricht für alle Altersgruppen, für Erwachsene gern auch am Vormittag
Flöte, Posaune, Klarinette, Gitarre, E-Gitarre, Violine, Keyboard, Klavier, Cello, Querflöte, Fagott, Ensemblespiel auf Wunsch
Für Kinder ab 5 Jahren „Brassini – Frühinstrumentalunterricht an der Posaune"
Babymusikgarten für Babys ab 4 Monaten
Musikgarten Teil 1 für Kinder von 1 ½ bis 3 Jahren und Elternteil
Musikgarten Teil 2 für Kinder von 3 bis 4 Jahren mit Elternteil
Musikalische Früherziehung für Kinder ab 4 Jahren (ohne Eltern)

Angebote der VHS-Egelsbach
Vorträge / Seminare:
Meditationsabende - Reiki 1 und Reiki 2 -
Fingeryoga und Gesichtsmassage – Emotionale Balance – Babytragekurs – Coaching für Mensch und Hund mit dem TEAMCANIN-hessen – Aktzeichnen

Kultur und Gestalten:
Kindertanz für Kinder ab 4 Jahren, Preballett, Ballett, (Montag, Mittwoch und Donnerstag)
Ballett für Erwachsene am Donnerstagabend
Die Montagsmaler in der Hexenküche

Gesundheitskurse:
Zumba am Dienstagabend und Freitagnachmittag (2 Termine)
Yoga am Mittwochabend und Donnerstagvormittag – Tai Chi Chuan – Fortgeschrittene und Kung Fu am Donnerstagabend – Rückenschule am Dienstagabend – Joyrobic am Montagabend – Pilates am Montagabend und am Mittwochvormittag

Sprachkurse:
Englisch: am Vormittag, Englisch für Anfänger und English for Refreshers am Dienstagabend
Französisch: Konversation am Donnerstagabend
Italienisch: Fortgeschrittene am Dienstagvormittag und am Mittwochabend
Spanisch für Teilnehmende mit Vorkenntnissen am Mittwochabend

Dozentinnen und Dozenten der vhs Langen

Acosta, Marco	06103 9881951
Bender, Gisela	06103 72422
Biermann, Annegret	069 831769
Bläser, Brigitte	06103 49656
Bredemeier, Marion	06103 733679
Brill, Lothar	06105 44329
Camacho-Lopez, Marco	06103 270590
Daneke, Uwe	06103 203-200
Dannefelser-Schuchmann, Heike	06150 53730
Dudichum, Johana	06103 74834
Eilert, Patricia	06103 5095657
Felger, Jürgen	069 26912155
Filippi-Wagner, Karin	06103 53937
Gallo, Salvatore	06103 570900
Grein, Gerd J.	06162 73325
Hawbaker, Elaine	069 7894114
Heinemann, Karin	089 6706964
Hill, Gerhard	0171 2679336
Hochberger, Sabine	06103 52147
Kitzmann, Irina	06103 929401
Knatz, Elvira	06103 71909
Koch-Saremba, Anne	06103 88583
Kruip, Carina	06150 135561
Liersch, Sylvia	06103 79116
Martini, Bärbel	06102 6340
Mirza, Sabrina	06103 25605
Olivetti, Gabriele	0163 7764554
Orth, Brigitte	06101 803535
Ramm Doman, Claudia	06150 9795574
Schäfer, Marianne	06103 9881857
Schaum, Jürgen	06103 51113
Schaum-Distelmann, Esther	06103 51113
Schüler, Detlef	06103 8070774
Siegel, Françoise	06103 25648
Sommer, Elfriede	06103 86477
Thomas, Ingo	06150 867747
Wangsadinata, Wahjudin	06103 66985
Weigl, Sarah	0173 7470976
Wendland, Janine	06103 74978
Westermeier, Heidemarie	06103 71589
Weigl, Sarah	06103 922008
Wendland, Janine	06103 74978
Westermeier, Heidemarie	06103 71589