

Programm 2. Halbjahr 2017

September bis Januar





vhs Kreis Offenbach

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

in den 70ern war richtig was los! In ganz Hessen sorgte die Gebietsreform mit neuen Zuschnitten der Landkreise sowie der Zusammenführung von Gemeinden zu neuen Städten dafür, dass vieles neu zu organisieren war. Im Kreis Offenbach, so wie wir ihn heute kennen, sind Gemeinden entweder in die Nachbarstädte eingegliedert worden. Lämmerspiel beispielsweise kam zu Mühlheim oder es entstanden völlig neue Städte, wie etwa Rödermark aus dem Zusammenschluss von Ober-Roden und Urberach. Auch das Dreieich von heute besteht aus fünf, einst selbstständigen Gemeinden. All das jährt sich dieses Jahr zum 40. Mal. Mit zahlreichen Veranstaltungen wird daher an die einschneidenden Veränderungen der Gebietsreform erinnert.

Auch die Arbeit der Volkshochschulen im Kreis Offenbach änderte sich in den 70er Jahren grundlegend. Von entscheidender Bedeutung war dabei das Volkshochschulgesetz von 1970. Es verpflichtete Landkreise zur Einrichtung einer eigenen Volkshochschule. 1971 war es dann auch im Kreis Offenbach so weit: Die Volkshochschule Kreis Offenbach erhielt ihre Satzung, die übrigens im Kern noch heute gültig ist. In den Städten und Gemeinden existierten dagegen schon seit vielen Jahren Volkshochschulen. Sie nannten sich auch Volksbildungswerk oder Bund für Volksbildung. Waren es vor 1970 exakt 15 an der Zahl, blieben nach der Gebietsreform noch elf selbstständige Einrichtungen übrig. Sie alle sorgen seitdem gemeinsam mit der vhs Kreis Offenbach für wohnortnahe, qualitativ anspruchsvolle Bildungsangebote.

Man kann sich unschwer die langwierigen und sicher auch anstrengenden Sitzungen vorstellen, derer es bedurfte, um diese Neuordnungen letztlich umzusetzen. Das Ergebnis jedoch kann sich sehen lassen. Die Volkshochschulen im Kreis bereichern die Menschen und sind ein fester Bestandteil der Bildungslandschaft der Region. Bei aller

Eigenständigkeit ziehen die einzelnen Volkshochschulen zudem alle an einem Strang und sind dem einen gemeinsamen Ziel verpflichtet: Bildung für alle!

Die Veränderungen der 70er Jahre in den Kreisen, Städten und Gemeinden Hessens sind längst Geschichte. Mit ihnen einher gingen einschneidende Veränderungen im Bereich der Erwachsenenbildung. Fest steht jedoch: Der Weg, den wir im Kreis Offenbach gewählt haben, hat sich bewährt. Das neue Programmheft, das Sie gerade in den Händen halten, sowie die vielen, innovativen Angebote unserer Volkshochschulen sind ein Beleg dafür.



In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein interessantes, spannendes und effektives Semester an Ihrer Volkshochschule; ganz gleich, wo Sie im Kreis Offenbach zu Hause sind.

Herzlichst

Oliver Quilling, Landrat Kreis Offenbach

Neu entdecken: **Das Kursangebot Gesundheit** Sie möchten beweglicher werden? Yoga Vielfalt: Sich richtig entspannen? für Einsteiger/innen und Geübte, für den Rücken, Den Rücken stärken? in der Mittagspause Gesund genießen? siehe S. 20f Das alles können Sie bei uns! Feldenkrais: Entdecken Sie die Kursangebote kleine Bewegung - große Wirkung der vhs Kreis Offenbach siehe S. 21 für Ihre Gesundheit und **Entspannung und Meditation:** erleben Sie... erlernen und üben in angenehmer Gruppenatmosphäre siehe S. 22 Kochen und Backen gesund und köstlich: von "low carb" bis Laugenbrezel siehe S. 24 ... und vieles mehr! Claudia Homberg, Yogalehren

Inhalt

Gesamtes Bildungsangebot der

who Krais Offenbach

vns Kreis Offenbach	1
vhs Dietzenbach	42
vhs Heusenstamm	59
vhs Rodgau	66
vhs in Rödermark	81
vhs Dreieich	91
vhs Egelsbach	91
vhs Hainburg	91
vhs Langen	
vhs Mühlheim	
vhs Neu-Isenburg	92
vhs Obertshausen	93
vhs Seligenstadt	93
Stichwortverzeichnis	
Anmeldeformulare	95

Impressum

Herausgeber: Kreis Offenbach Der Kreisausschuss - Volkshochschule -Frankfurter Str. 160 - 166, 63303 Dreieich

Redaktion: Hildgard Fries und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der vhs Kreis Offenbach

Layout, Satz: Petra Baumgardt

Druck: Offenbach-Post Pressehaus Bintz-Verlag GmbH & Co. KG

Fotonachweis: fotolia.com (teilweise)
Auflage: 46.000



Volkshochschule Rödermark

Informationen

Geschäftsstelle

63322 Rödermark (Ober-Roden)
vhs im Zehnthof
Dieburger Str. 9 - 11 (neben dem Rathaus)
Eingang über den Hof, **1. Etage**Telefon 06074 922700
Telefax 06103 3131-13 99
e-mail: vhs@kreis-offenbach.de
Internet: www.vhs-roedermark.de

Sprechzeiten

Montags: 09.00 bis 12.00 Uhr und 14.00 bis 17.00 Uhr

Mittwochs: 09.00 bis 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Die Geschäftsstelle ist geschlossen:

 Herbstferien:
 09. – 21.10.2017

 Brückentage:
 02. + 30.10.2017

 Winterpause:
 20.12.2017 – 05.01.2018

Sofern nichts anderes vereinbart wird, fallen alle Veranstaltungen an beweglichen Ferientagen sowie an den Feiertagen und während der Schulferien aus und werden im Verlauf des Semesters nachgeholt.

Semesterende: 31.01.2018

Das nächste Programmheft erscheint voraussichtlich am 05.01.2018 gedruckt, am 02.01.21018 im Internet.

Anmeldungen

Anmeldungen werden sofort nach Erscheinen des vorliegenden Programmheftes entgegengenommen. Schriftliche Anmeldungen (Anmeldeformular auf Seite 95) senden Sie bitte an:

vhs Rödermark Dieburger Str. 9-11, 63322 Rödermark

Persönliche Anmeldungen sind während der nebenstehenden Sprechzeiten möglich.

Telefonische und elektronische Anmeldungen über die Internet-Seite www.vhs-roedermark.de sind ebenfalls möglich, sofern die anmeldende Person ein SEPA-Lastschriftmandat erteilt (hat).

Die Anmeldung ist in jedem Fall verbindlich. Auch der Eintrag in die Teilnahmeliste ist eine verbindliche Anmeldung.

Gebührenpflicht entsteht mit der Anmeldung.

Weitere Teilnahmebedingungen:

Die vhs Rödermark ist eine Außenstelle der vhs Kreis Offenbach. Es gelten die Geschäftsbedingungen und weiteren Informationen auf der 2. Umschlagseite.

Für Druckfehler keine Haftung





Daniela Muth



Lothar Murmann

Luise Oberdorfer Luise Oberdorfer, Leitung

Pädagogische Mitarbeiterin der Kreis-vhs und Fachbereichsleiterin Pädagogik, Eltern- und Familienbildung, Psychologie, Kommunikation und Frauenbildung. Gerne berate ich Sie in Bildungsfragen, freue mich über Anregungen, z.B. bezüglich neuer Kursthemen, und bin offen für Ihre (konstruktive) Kritik: Tel.: 06103 3131-1332.

e-mail: l.oberdorfer@kreis-offenbach.de

Daniela Muth, Sachbearbeitung

Verwaltungsangestellte der Kreis-vhs. Gerne beantworte ich Ihre organisatorischen Fragen rund um Anmeldung, Gebührenpflicht, -ermäßigung und -befreiung: Tel.: 06103 3131-1342 e-mail: d.muth@kreis-offenbach.de

Lothar Murmann

Freiberuflich, teils ehrenamtlich, Mittelsmann zu den Schulen und "Unterstützer vor Ort". Tel. 06106 778743

Anmeldung auch über unsere Homepage www.vhs-roedermark.de möglich.





Gesellschaft

Gedächtnistraining

Geistig fit ein Leben lang mit MAT-Gehirnjogging

Die geistige Fitness ist keine fixe Größe. Sie lässt sich nachgewiesenermaßen in wenigen Wochen beträchtlich steigern. Mit der Methode "MAT*-Gehirnjogging" (*Mentales Aktivierungstraining) erlernen Sie ein Training, das Sie mit 5-10 Minuten Aufwand täglich ein Leben lang geistig fit hält und Ihre mentalen Ressourcen mobil macht. Gehirnjogging wirkt sich auch positiv auf Ihren gesamten Gesundheitszustand aus. In diesem Kurs Iernen Sie in lockerer Atmosphäre die Trainingsmethode kennen.

R010629

Gudrun Müller, MAT-Trainerin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 Sa, 30.09.2017, 10.00-17.00 Uhr € 25,-, (zzgl. Materialkosten: € 4,-)



Gudrun Müller, Psychologische Beraterin (SfG), MAT-Trainerin

Recht

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

K010501 Jörn Breitung Kursbeschreibung siehe S. 3

Psychologie

Resilienz - die Stehaufmenschen-Methode

- Premiumkurs Kleingruppe Schwierige Situationen gehören zu unserem

Alltag. Jedoch: Ist eine Krise ein Problem oder eine Herausforderung für Sie? Wie gehen wir am besten damit um oder wie können wir sogar gestärkt daraus hervorgehen? Außer der Frage der mentalen Einstellung gibt es auch noch einige Resilienz-Techniken, die in diesem Kurs vermittelt werden. Wir üben anhand eigener oder auch vorgegebener Beispiele.

Gudrun Müller, Psychologische Beraterin (SfG), MAT-Trainerin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 Sa. 23.09.2017. 10.00-17.00 Uhr

€ 50,-, (zzgl. Materialkosten: € 2,-), 4-7 TN

Von der Vision zur Wirklichkeit -Gib Träumen eine Chance!

- Premiumkurs Kleingruppe "Träume sind Schäume" wurde uns schon in

der Kindheit beigebracht. Aber muss das so sein? Und welche Einflüsse haben diese Erfahrungen aus der Kindheit auf unseren Umgang als Erwachsene mit unseren Träumen? In diesem Kurs legen wir den Fokus ganz auf unsere Herzenswünsche und Visionen, erkennen die Blockaden, die uns an der Verwirklichung hindern und räumen diese spielerisch aus dem Weg. Techniken aus dem NLP und der Systemischen Arbeit begleiten den Kurs mit vielen praktischen Übungen, ergänzt durch die Vermittlung theoretischer Hintergründe.

Sabine Gramann, NLP-Master Coach, Systemische Coach Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Sa, 09.12.2017, 10.00-16.00 Uhr € 40,-, 4-7 TN

40 Jahre vhs Rödermark!

Mit der Gebietsreform 1977 – vor 40 Jahren – entstand die vhs Rödermark als echte Außenstelle der Volkshochschule Kreis Offenbach. Seither unterhält sie vor Ort eine Geschäftsstelle und nimmt sehr erfolgreich die Aufgaben einer örtlichen Volkshochschule wahr – unterstützt von der Stadt Rödermark durch die Überlassung von Unterrichtsräumen. Das möchten wir mit Ihnen feiern!

Wir laden Sie herzlich ein zu einem "Tag der offenen Tür"

Wann: Samstag, den 26.08.2017, ab 13.00 Uhr Wo: vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11 (1. Etage), in Rödermark (Ober-Roden)

Was: Sie haben die Möglichkeit, sich über unsere Angebote zu *informieren*, in einige hinein zu *schnuppern*, Ihre Sprachkenntnisse in Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch unverbindlich *testen* zu lassen, sich an fröhlichen Aktionen zu *beteiligen*, einem Gitarrenkonzert zu *lauschen*, die Weiterbildungsberatung aus dem HLL mit Fragen zu *löchern*, sich persönlich und direkt *anzumelden* und nicht zuletzt, sich an einem kleinen internationalen Buffet zu *laben*, das im Wesentlichen von Teilnehmer/innen, Dozent/innen, Mitarbeiter/innen und Unterstützer/innen der vhs Rödermark zusammengestellt wurde.

Und wir alle freuen uns auf SIE!

Ein Flyer mit dem genauen Programmablauf liegt – unter anderem – im Rathaus und in der Geschäftsstelle aus, kann dort gerne auch angefordert (06074 922700) oder auf unserer Homepage (www.vhs-roedermark.de) abgerufen werden.

Coachinggruppe: Die Glücksleiter *K010709*

Gabriele Holler

Kursbeschreibung siehe S. 5

Gehen oder bleiben, reden oder schweigen?

K010712 Renate Sulzmann Kursbeschreibung siehe S. 5

Mit Achtsamkeit Stress und Angst besiegen - Übungen für Anfänger/ innen und Fortgeschrittene K010723 Manfred Karl Böhm Kursbeschreibung siehe S. 6f

Endlich rauchfrei - mit Hypnose, Premiumkurs Kleingruppe K010742

Peter Urbassek Kursbeschreibung siehe S. 8

Das Hypno-Schlank-Programm -Abnehmen mit Hypnose

K010744 Peter Hrhassek

Kursbeschreibung siehe S. 8

Philosophie



Manfred Karl Böhm, Dipl.-Theologe, . Publizist

Vortrag: Im Leiden Sinn finden? Viktor E. Frankl und der leidende Mensch

"Der Mensch, der sich von seinem Unglück abzulenken oder sich zu betäuben versucht. löst kein Problem." (Viktor E. Frankl) Leiden ist eine Grunderfahrung des Menschen. Es beginnt, wo wir mit unabänderlichen Schicksalsschlägen konfrontiert sind, etwa einer chronischen Erkrankung, einer Behinderung, dem Verlust geliebter Menschen oder dem Scheitern einer Beziehung... Können wir trotz dieser Leiderfahrungen Sinn im Leben finden? Der Wiener Neurologe, Psychiater und Philosoph Viktor E. Frankl, der drei Konzentrationslager überlebt hat ist überzeugt, dass

Der Vortrag führt in das Denken des weltbekannten Arztphilosophen ein.

dies möglich ist. Er zeigt uns, wie Sinnfindung

R010872

gelingen kann.

Manfred Karl Böhm, Dipl.-Theologe, Publizist

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum Mi. 01.11.2017, 19.00 Uhr

- Fintritt frei -

(tel.) Anmeldung erbeten

Länderkunde

Digitale Fotoschau: Rundreise durch Neuseeland (Teil 2) - Die Nordinsel

Nach beschaulicher Überfahrt von der Süd-zur Nordinsel zeigt sich die Hauptstadt Wellington mit Gebäuden aus der englischen Kolonialzeit, aber auch mit modernen Architektur-Glanzlichtern. Napier, 1931 durch ein Erdbeben total zerstört, wurde im reinen Jugendstil wieder aufgebaut. Ein Juwel !! Wie auch die Basstölpel-Kolonie am Cape Kidnappers, Im geothermisch und vulkanisch hoch aktiven Zentral Plateau bestaunen wir brodelnde und stinkende Thermalfelder und schneebedeckte Vulkane. Die Coromandel Halbinsel und die Bay of Islands als die Wassersportparadiese, die windgepeitschte, von Maori-Sagen umwehte Nordspitze und die riesigen, hunderte Jahre alten Kauri-Kiefern an der Westküste sind weitere Höhepunkte. Die heimliche "never sleeping" Hauptstadt Auckland, umgeben von Vulkanen und Meer bildet den Abschluss der Reise.

Günter Kloos, Hannelore Kloos

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8. Rothaha-Saal Mi, 20.09.2017, 20.00

€ 5,- nur Barzahlung vor Ort (tel.) Anmeldung erbeten

Natur

Diavortrag: Naturschutzschätze der Rhön für Naturfreunde

Die vulkanisch entstandene Rhön zählt zu den schönsten und eigenartigsten Mittelgebirgen Deutschlands. Und die wertvollsten Kerngebiete in den drei Bundesländern Hessen, Bayern und Thüringen sind durch ein großes Biosphärenreservat geschützt.

Aufgrund der speziellen geologischen Faktoren ist die Rhön von einer besonders vielfältigen Fauna und Flora besiedelt, die heute mittels modernen Naturschutzmaßnahmen gezielt gepflegt wird. Der Vortrag zeigt die charakteristischen Landschaften, Tiere und Pflanzen mit ihren ökologischen Ansprüchen und auch einige überraschende thüringische Schönheiten am "Grünen Band" - der ehemaligen Grenze

Naturfreunde können viele Tipps für die nächsten Wanderungen mit nach Hause nehmen...

Martin Schroth, Diplom-Biologe Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal Mi, 08.11.2017, 20.00 Uhr € 5.- nur Barzahlung vor Ort (tel.) Anmeldung erbeten



Das Werntal

© M. Schroth

Diavortrag: Main-Fränkische Naturschätze

Die mainfränkische Region entlang der Main-Achse von Gemünden über Karlsstadt bis Würzburg bietet neben dem berühmten Frankenwein eine Fülle von wunderschönen Landschaften mit blumenreichen Heiden auf den sonnenwarmen fränkischen Muschelkalkhöden.

So finden sich hier prächtige Gesellschaften von Orchideen und Schmetterlingen, seltene Vogelarten wie Heidelerche und Ziegenmelker - kurzum eine Lebensgemeinschaft, die so vielfältig und farbenprächtig ist, dass der Naturfreund oft ins Schwärmen gerät.

Holen Sie sich lohnende Urlaubs- und Wandertipps für diese außergewöhnliche Region! R011421

Martin Schroth, Diplom-Biologe Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8. Rothaha-Saal Mi, 10.01.2018, 20.00 Uhr € 5,- nur Barzahlung vor Ort (tel.) Anmeldung erbeten

Entwerfen Sie Ihren Traumgarten, Workshop

K011430

Michael Maier

Kursbeschreibung siehe S. 9

Blumenzwiebeln für die Blütenpracht im Frühjahr

. Vortraa K011433

Anke Holzmann-Wirth

Kursbeschreibung siehe S. 10

Boden, Düngung und Kompost

K011435

Anke Holzmann-Wirth

Kursbeschreibung siehe S. 10

Mischkultur und Fruchtwechsel im Gemüsegarten

Vortrag

K011436

Anke Holzmann-Wirth Kursbeschreibung siehe S. 10

Frauen



Dem Erinnerungsfluss folgen -Kreatives autobiografisches Schreiben für Frauen

K081706

Karin Walther-Weckmann Kursbeschreibung siehe S. 10

Literatur

Agatha Christie

Literarische Lesereise K020102

Lou Heinrich

Kursbeschreibung siehe S. 11

"Worte sind der Seele Bild" -13 unverzichtbare Gedichte

K020105

Winfried B. Sahm Kursbeschreibung siehe S. 12



Kurse für Kinder und Jugendliche



Zeichnen und Malen



Brigitte Zips, Malerin

Freie Acrylmalerei für Fortgeschrittene

Die Kursteilnehmer/innen werden begleitet wahlweise bei vorgeschlagenen Themen oder bei ihren individuellen Acryl-Arbeiten bezgl. Materialkunde, Farbenlehre, Mal- und Spachteltechnik Motivwahl und Rildaufhau Sie werden gefördert im Ausbau ihres eigenen Stils. Der Schwerpunkt liegt in der praktischen Arbeit.

Bitte mitbringen: Benötigtes Material und Werkzeuge wie Acrylfarben, Pinsel, Spachtel, Wassergefäß, Palette o.ä., Malgründe wie Papier. Leinwand etc.

R020530

Brigitte Zips, Malerin Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestr. 39, Veranstaltungsraum Mo, ab 23.10.2017, 18.00-21.00 Uhr

Keramik

€ 90,-, 9 Termine, 36 UE

Bei allen Keramik-Kursen werden die Materialkosten nach Verhrauch berechnet und sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten. Informationen und Bildmaterial unter www.keramik-im-puls.de.



Keramik, kreativer Start in den Tag

Kreativität und eigene Ideen in eine keramische Arbeit umsetzen, dabei individuell gestalten und arbeiten - dies alles lässt sich beim Töpfern verwirklichen. Anfänger/innen können ebenso wie Fortgeschrittene mit Hilfe verschiedener Techniken schöne und einzigartige Dinge entstehen lassen. Eine elektrische Töpferscheibe ist vorhanden.

Bitte mitbringen: ein eigenes Händehandtuch R020631

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum, Bachgasse, Töpferraum

Di, ab 15.08.2017, 09.30-11.45 Uhr

 \in 90,- (Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet und sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten), 12 Termine, 36 UE

Keramik für Anfänger/innen und Fortgeschrittene am Abend

Verschiedene Aufbau- und Dekorationstechniken bilden die Grundlage für das kreative Arbeiten mit Ton. Anfänger/innen können ebenso individuell arbeiten wie Fortgeschrittene. Egal ob Gartenskulptur, Blumenschale oder Geschirr, durch die eigene "Handschrift" wird jedes Stück zu etwas Besonderem. Es kann auch an der elektrischen Töpferscheibe gearbeitet werden.

Bitte mitbringen: ein eigenes Händehandtuch

R020635

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum, Bachgasse, Töpferraum

Mi, ab 16.08.2017, 19.00-21.15 Uhr

 \in 90,- (Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet und sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten), 12 Termine, 36 UE

R020637

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum, Bachgasse, Töpferraum

Do, ab 17.08.2017, 19.00-21.15 Uhr € 90,- (Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet und sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten), 12 Termine, 36 UE

Kreative Keramikwerkstatt für Kinder



Phantasievolle Gegenstände ganz nach eigenen Vorstellungen und Wünschen herzustellen, dazu eignet sich kaum ein Material so gut wie Ton. Gleichsam geschmeidig wie fest kann man ihn mit den richtigen Handgriffen, Tipps und Tricks, die ihr im Kurs erlernt, zu einem ganz persönlichen Kunstwerk werden lassen. Wer keine Angst hat sich mal die Hände dreckig zu machen und Lust auf Formen und Farben hat ist hier genau richtig. Auch können hier natürlich weihnachtliche oder winterliche Dekoration oder ein besonderes Geschenk hergestellt werden. Ich freue mich auf eure Ideen.

Bitte mitbringen: Arbeitskleidung und Händehandtuch

R020639

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum, Bachgasse, Töpferraum

Mi, ab 01.11.2017, 17.00-18.30 Uhr

€ 20,- ermäßigte Gebühr für Schüler/innen (Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet und sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten.), 5 Termine, 10 UE

Musik

Blues Harp - Workshop für Einsteiger

Vom einfachen Melodiespiel zum erdigen Blues

K020815

Dieter Kropp

Kursbeschreibung siehe S. 17

Blues Harp II - Aufbauworkshop

Die Magie der Mundharmonika in der Rock-, Pop- und Bluesmusik *K020816*

Dieter Kropp

Kursbeschreibung siehe S. 17

Tanz

Salsa und Merengue - Karibische Lebensfreude

K020911

Maria Bischoff, Joachim Romero Kursbeschreibung siehe S. 18

Tango Argentino

Einführung

Maria Bischoff, Joachim Romero Kursbeschreibung siehe S. 18

Disco Fox

Einführung K020913

Maria Bischoff, Joachim Romero Kursbeschreibung siehe S. 18

Disco Fox

Weiterführung KO20914

Maria Bischoff, Joachim Romero Kursbeschreibung siehe S. 18

Hula Hoop

R030244 ff Lisa Schaffner

Kursbeschreibung siehe S. 86

Kunsthandwerk

Viking Kordel - Silberschmuck selbst gestalten

Die Wikinger knüpften nach dieser Technik ihre Taue, wir hingegen verarbeiten 999er Feinsilber zu Schmuckstücken. Es entstehen in jeder gewünschten Stärke und Länge die schönsten Armbänder und Ketten. Mit einem edlen Verschluss haben Sie Ihr erstes Designerstück selbst hergestellt und können sich bewundern lassen - oder es zu Weihnachten verschenken! Dieser Kurs ist für Anfänger/innen geeignet. Die Werkzeuge werden gestellt, Material wird nach Verbrauch mit der Kursleiterin abgerechnet. Ein Armband kostet ca. $\[\]$ 19,–, eine Kette ab $\[\]$ 39,–.

R021237

Ilona Neubecker

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Fr, ab~03.11.2017, $18.00-21.00~Uhr <math>\stackrel{<}{\le} 30$,-, 3~Termine, 12~UE



Silberschmuck modellieren -

Workshop

Reines Silber 999,9 als Knetmasse. Wir können Ohrringe ab \in 12,-, Ringe und Anhänger ab \in 20,- anfertigen. Es wird geformt, gefeilt und gebrannt. Steine können auch eingesetzt werden. Sie können eigene mitbringen oder diese im Kurs erwerben. Für Anfänger/innen bestens geeignet. Werkzeuge werden gestellt.

Die Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

R021238

Ilona Neubecker

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5 *Sa, 25.11.2017,* 10.00-16.30 Uhr € 28,-, 1 Termin, 8 UE, 7-8 TN - keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Mode



Marie-Luise Macey, Schneidermeisterin, Kostümbildnerin

Aktuelle Mode - selbst genäht

In angenehmer Atmosphäre werden wir die Geheimnisse der Schneiderkunst lüften. Sie lernen zuschneiden, nähen und anprobieren, egal ob Anfänger/in oder Fortgeschrittene/r. Voraussetzung: Spaß am Nähen!

Bitte mitbringen: Nähgarn, Schere, Maßband, Stecknadeln, gewünschter Stoff und evtl. gewünschtes Schnittmuster, eigene Nähmaschine wer mag.

R021440

Marie-Luise Macey, Schneidermeisterin, Kostümbildnerin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 Mi, ab 06.09.2017, 19.30-21.45 Uhr € 90.-, 12 Termine, 36 UE

R021441

Marie-Luise Macey, Schneidermeisterin, Kostümbildnerin

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 *Fr, 08.09.2017,* 19.00-21.15 Uhr *Sa, 09.09.2017,* 13.00-18.15 Uhr *So, 10.09.2017,* 10.00-15.15 Uhr € 45,-, 3 Termine, 18 UE

R021442

Marie-Luise Macey, Schneidermeisterin, Kostümbildnerin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 *Fr, 20.10.2017*, 19.00-21.15 Uhr *Sa, 21.10.2017*, 13.00-18.15 Uhr *So, 22.10.2017*, 10.00-15.15 Uhr \in 45,-, 3 Termine, 18 UE

R021443

Marie-Luise Macey, Schneidermeisterin, Kostümbildnerin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 *Fr*, *24.11.2017*, 19.00-21.15 Uhr *Sa*, *25.11.2017*, 13.00-18.15 Uhr *So*, *26.11.2017*, 10.00-15.15 Uhr € 45,-, 3 Termine, 18 UE

R021444

Marie-Luise Macey, Schneidermeisterin, Kostümbildnerin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 Fr, 19.01.2018, 19.00-21.15 Uhr Sa, 20.01.2018, 13.00-18.15 Uhr So, 21.01.2018, 10.00-15.15 Uhr € 45.-, 3 Termine, 18 UE

Kosmetik

Make-up to go

- Premiumkurs Kleingruppe

Welche Frau hat morgens schon ausgiebig Zeit für ihr Make-up? Da muss es Ruck-Zuck gehen. Schritt für Schritt lernen Sie Ihr persönliches, unkompliziertes "Ruck-Zuck Make-up" zu schminken. Profitipps und Tricks von einer Visagistin zeigen Ihnen, dass es auch mal schnell gehen kann um ein natürliches Make-up zu schminken.

Bitte mitbringen: Tischspiegel, Ihre Tagespflege, Kosmetiktücher und etwas zum Abschminken

R021447

Alexandra Heberer, Visagistin Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum Mi, 13.09.2017, 18.00-21.00 Uhr € 20,- (zzgl. Materialkosten € 8,- bitte direkt an die Kursleiterin bezahlen), 4-7 TN



Alexandra Heberer, Visagistin

Schminken - aber natürlich!

- Premiumkurs Kleingruppe

Welche Frau möchte sich nicht typgerecht und natürlich schminken - ohne dabei angemalt auszusehen? Lernen Sie Schritt für Schritt Ihr persönliches Make-up selbst zu schminken. Mit professionellen Tipps einer Visagistin erarbeiten Sie Ihr individuelles Make-up für den Tag und für den Abend. Augenbrauen und Lippen werden dezent in Form gebracht und verschiedene Lidschattentechniken werden vorgestellt und geübt.

Bitte mitbringen: Tischspiegel, Ihre Tagespflege, Kosmetiktücher und etwas zum Abschminken

R021448

Alexandra Heberer, Visagistin Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum Mi, 29.11.2017 und 13.12.2017, 18.00-21.00 Uhr

 $\ \ \, \in$ 40,- (zzgl. Materialkosten $\ \ \ \, \in$ 15,- bitte direkt an die Kursleiterin bezahlen), 2 Termine, 4-7 TN

Sie finden uns im Internet unter:

www.vhs-roedermark.de





Entspannung / Stressbewältigung

Entspannt ins Wochenende

Nach der Arbeitswoche entspannt auf Entschleunigung umschalten. Sanfte Übungen aus dem Yoga und Qigong bereiten Sie auf die Entspannung vor. Sie lernen verschiedene Entspannungsverfahren (z.B. Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Atemübungen etc.) kennen und anwenden. Ein wichtiger Bestandteil des Kurses sind Meditationen aus verschiedenen Traditionen. Für Wiederholer geeignet, da auch wechselnde Inhalte.

Bitte mitbringen: Übungsmatte

R030125

Rigobert Jakob, geprüfter Yogalehrer nach BYV und 3HO

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 *Fr, ab 01.09.2017,* 16.30-18.00 Uhr € 70 - 14 Termine 28 UF



Eva Maria Sell, Life-/Business-Coach, Yoga-/ Business-Yogalehrerin, Personalfachfrau

Leichte Wege aus dem Stress - *Workshon*

Sie wünschen sich mehr Stressresistenz und Bewusstsein in unseren bewegten Zeiten als Basis für ein zufriedenes Leben und Arbeiten? Erleben Sie in diesem Workshop:

- tiefe Entspannungstechniken
- einfache Übungen zur Energiegewinnung
- Mikropausen (effektive Regeneration z.B. am Arbeitsplatz)
- wie Sie Mentaltechniken anwenden
- persönliche Analyse Ihrer Stresssituationen
- wie Sie Ihre Ressourcen stärken (z.B. mit der "Pharaotechnik")
- Entspannungs-Traumreise

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke, Kissen usw., Schreibutensilien, Snack und Getränk

R030126

Eva Maria Sell, Life-/Business-Coach, Yoga-/Business-Yogalehrerin, Personalfachfrau Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal Sa, 21.10.2017, 10.00-16.00 Uhr € 20.-

Anmeldung
auch per Fax an
06103 3131-1399
oder über die
Homepage möglich:
www.vhs-roedermark.de



Lietta Schröder, Entspannungspädagogin, Autorin

Workshop zum Buch "Finde die Ruhe im Sturm" -

Wie Du aus deinem Alltag eine Meditation machst

Dieser Workshop, der entsprechend zum genannten Buch konzipiert wurde, richtet sich an alle Menschen, die mehr Lebensqualität erfahren möchten indem sie lernen, immer wieder Ruhe in stürmischen Zeiten zu finden. Wir schauen uns an, wie wir gemäß dem Motto "Meditation ist wenn du trotzdem lachst" neue Sichtweisen entwickeln können und lernen die Magie gedankenfreier Räume kennen, samt deren Auswirkungen. Das Umprogrammieren energieraubender Gedankenketten in gewinnbringende Gedanken durch Visualisierungsübungen rundet den Workshop ab.

Die Teilnahme am Workshop setzt nicht das Lesen des Buches voraus!

Bitte mitbringen: Warme, bequeme Kleidung, Matte, Decke und Kissen R030127

Lietta Schröder, Autorin, Entspannungspädagogin

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal $\it Sa, 18.11.2017, 14.00-17.00$ Uhr $\it \in 10, -$

Qigong

Qigong als ganzheitlicher Weg zur physischen und psychischen Gesundheit

"Fliegender Kranich" - Workshop
Nach einer Einführung in die Grundlagen der
Traditionellen Chinesischen Medizin und die
philosophischen Einflüsse des Daoismus, des
Konfuzianismus und des Buddhismus wird die
transpersonale Psychologie nach Ken Wilber
vorgestellt. Nach Aufwärm- und MeditationsStandübungen lernen Sie die 5 Formen des
Kranich-Qigongs und das "stille Qigong" (Neigong) kennen. Dieses kontemplative nach Innen
spüren entspricht dem daoistischen Wu Wei
und trägt zur ganzheitlichen Gesundung bei.
Dieser Workshop empfiehlt sich als Einstieg in
den laufenden Qigong-Kurs, kann aber auch
unabhängig davon besucht werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung *R030128*

Detlef Bittner, zertifizierter Taiji-Chuan-Lehrer (DDQT) und Anbieter von ZEN-Einführungskursen

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 *Sa, 16.09.2017,* 09.00-14.00 Uhr € 18.-

Qigong - fortlaufender Kurs Stressabbau und Erhöhung der Resilienz

In diesem Kurs werden die Themen des Workshops vertieft und die Formen des Kranich-Qigongs und des stillen Qigong in Verbindung mit dem Atem von Grund auf gelernt und eingeübt. Denn wenn Qigong als Säule der Traditionellen Chinesischen Medizin gesundheitspräventiv wirken soll, müssen die Formen richtig und regelmäßig praktiziert werden. Diese können auch einzeln gut in den Alltag integriert werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung. *R030129*

Detlef Bittner, zertifizierter Taiji-Chuan-Lehrer (DDQT) und Anbieter von ZEN-Einführungskursen

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 $\it{Mi, ab~20.09.2017, 20.15-21.15}$ Uhr $\it{\in}~40,$ 7, 12 Termine, 16 UE

Yoga



Gerlinde Glade-Solkidis

Hatha Yoga Flow

- für Einsteiger/innen

Dieser Unterricht für Anfänger/innen ist die erste Stufe der Praxis. Unabhängig von Alter oder körperlicher Verfassung geht es hier sowohl darum, Achtsamkeit für den Körper zu entwickeln, als auch Energien von Körper und Geist zu schulen. Nach und nach können sich Energiebahnen öffnen und Prana (Lebensenergie) kann müheloser durch den Körper fließen. Wir werden Haltungen in einem sanften Fluss im Einklang mit dem Atem üben.

Bitte mitbringen: Übungsmatte, Decke und bequeme Kleidung.

R030141

Gerlinde Glade-Solkidis
Rödermark (Urberach), Halle Urberach,
Am Schellbusch 1, Mehrzweckraum
Mo, ab 04.09.2017, 09.00-10.30 Uhr
€ 70,-, 14 Termine, 28 UE

Vinyasa Yoga

- für Personen mit Yoga-Erfahrung Vinyasa Yoga ist die besondere Art zwischen Sequenzen von Bewegungen (Haltungen), die mit dem Atem synchronisiert sind und als Übergang von einer Asana (Haltung) in die andere dienen. Wir wollen den ganzen Körper kräftigen und dehnen und Entspannungs- sowie Yoga Atemtechniken üben.

Bitte mitbringen: Übungsmatte, Decke und bequeme Kleidung.

R030142

Gerlinde Glade-Solkidis

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Am Schellbusch 1, Mehrzweckraum *Mo, ab 04.09.2017,* 10.30-12.00 Uhr € 70.-. 14 Termine, 28 UE

Anti-Stress Yoga

Yoga ist ein ganzheitliches Übungssystem zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Dieser Kurs richtet sich an alle, die mit sanften Übungen zu ihrer inneren Mitte kommen möchten. Wir üben Asanas (Körperübungen), Pranayama (Atemübungen), Entspannung (Shavasana) und auf Wunsch auch Meditation. Muskeln und Bänder werden gekräftigt und gedehnt, der Körper gewinnt an Beweglichkeit, der Geist kommt zur Ruhe. Wir gönnen uns Auszeit vom Alltag, üben uns im Loslassen und lernen, die daraus gewonnene Kraft und Ruhe in unser Leben zu integrieren.

Bitte mitbringen: eine Matte, Decke, warme Socken und ggf. ein kleines Kissen

R030148

Gabriela Marx-Schuster, Yogalehrerin BYV Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal Mo, ab 06.11.2017, 18.25-19.55 Uhr € 60,-, 12 Termine, 24 UE

RO30149 nur Fortgeschrittene Gabriela Marx-Schuster, Yogalehrerin BYV Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal Mo, ab 06.11.2017, 20.00-21.30 Uhr € 60,-, 12 Termine, 24 UE



Gabriela Marx-Schuster, Yogalehrerin BYV

Hatha-Yoga für Jede/n

Die Körperübungen (Asanas) kräftigen und dehnen die Muskulatur, fördern Ausdauer, Beweglichkeit und Balance. Erhöhte Vitalität, geistige Ruhe und eine ausgeglichene Atmung sind das Resultat. So fühlen Sie sich nach dem Kurs entspannt und energetisiert zugleich - bereit, um den Anforderungen des Alltags in aller Gelassenheit zu begegnen. Das Erleben des gegenwärtigen Moments wird durch Körper und Atem erfahrbar, der Kontakt zur eigenen Lebendigkeit und inneren Zufriedenheit wird gestärkt.



Bitte mitbringen: Yoga-Matte und bequeme Kleidung

R030150

Beate Bordt, Lehrerin

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal Di, ab 05.09.2017, 19.30-21.00 Uhr € 70,-, 14 Termine, 28 UE



Beate Bordt

Kundalini Yoga - Spüre die Lebensfreude

Kundalini Yoga bietet vielseitige und auch mit Bewegungen einher gehende Übungsreihen zu unterschiedlichen Gesundheitsthemen, wobei Kundalini die allgemeine Lebensenergie bezeichnet. Energetisierend, reinigend und entspannend, fördert Kundalini Yoga Ausgeglichenheit und Gesundheit. Körper- und Atemübungen mit Tiefenentspannung und Meditationen stehen dabei im Einklang. Für Einsteiger/innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Bitte mitbringen: Übungsmatte R030152

Rigobert Jakob, geprüfter Yogalehrer nach BYV und 3HO

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Mi, ab 06.09.2017, 18.30-20.00 Uhr € 65,-, 13 Termine, 26 UE

Hatha Yoga 1 - Körper und Geist stärken und beruhigen

Die 8 Stufen des Yoga nach dem Weisen Patanjali dienen als Orientierung des ganzheitlichen Yogawegs. Unter yogatherapeutischen Gesichtspunkten fördern ausgewählte Körperübungen die Gesundheit und sorgen auch dafür, dass der Rücken als zentraler Stützpunkt des Körpers gestärkt wird. Atemübungen, Meditation und Tiefenentspannung sind Bestandteil der Stunden und tragen dazu bei, Stress und Verspannungen, Ursache vieler körperlicher Beschwerden, abzubauen. Für Anfänger/ innen mit oder ohne Vorkenntnisse/n. Bitte mitbringen: Übungsmatte

Rigobert Jakob, geprüfter Yogalehrer nach BYV und 3HO

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal Do, ab 31.08.2017, 16.25-17.55 Uhr € 70,-, 14 Termine, 28 UE

R030154

Rigobert Jakob, geprüfter Yogalehrer nach RYV und 3HO

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Fr, ab 01.09.2017, 14.45-16.15 Uhr € 70,-, 14 Termine, 28 UE

Hatha Yoga 2 - Ankommen in Körper, Geist und Atem

In einer Zeit voller Hetze und Stress gibt uns Yoga als übendes Verfahren die Fähigkeit, zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit zu gelangen, wir erleben uns intensiver und bewusster, lernen inneren Abstand zu bewahren. Konzentration schweifender Gedanken. Erhöhung der Beweglichkeit und Kräftigung der Muskulatur führen zu einem Gefühl allgemeinen Wohlbefindens. Für erfahrene Anfänger/innen und Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: Übungsmatte

Rigobert Jakob, geprüfter Yogalehrer nach BYV und 3HO

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8. Rothaha-Saal Do, ab 31.08.2017, 18.00-19.30 Uhr € 70,-, 14 Termine, 28 UE

Gymnastik / Körpererfahrung



Doris Vierkant, Physiotherapeutin

Ausgleichsgymnastik für die Wirbelsäule

Bewegungsarmut und überwiegend sitzende Tätigkeiten im Beruf, aber auch psychische Belastungen können zu Spannungen und Schmerzen im Bewegungsapparat führen. Im Kurs wollen wir durch Intensivierung der

Körperwahrnehmung und schonende Bewegungsübungen solchen Beschwerden vorbeugen. Elemente aus der Rückenschule mit Informationen zu verbesserter Haltung und Bewegung im Alltag sollen die Teilnehmer/ innen befähigen, selbständig mit auftretenden Rückenproblemen umzugehen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Matte bzw. Decke und ein Kissen

Doris Vierkant, Physiotherapeutin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11. Raum 1 Mo, ab 14.08.2017, 17.00-18.15 Uhr € 50,-, 12 Termine, 20 UE

R030221

Doris Vierkant, Physiotherapeutin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11. Raum 1 Mo, ab 14.08.2017, 18.20-19.35 Uhr € 50,-, 12 Termine, 20 UE

R030222

Gabriele Schmitt-Schleinkofer,

Krankengymnastin

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Am Schellbusch 1, Mehrzweckraum Mi. ab 06.09.2017. 10.00-11.15 Uhr € 50,-, 12 Termine, 20 UE

R030223

Gabriele Schmitt-Schleinkofer,

Krankengymnastin

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8. Rothaha-Saal Fr. ab 01.09.2017, 09.15-10.30 Uhr € 50,-, 12 Termine, 20 UE

R030224

Gabriele Schmitt-Schleinkofer,

Krankengymnastin

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal Fr, ab 01.09.2017, 10.30-11.45 Uhr € 50,-, 12 Termine, 20 UE

Sanfte Gymnastik mit Progressiver Muskelentspannung

In diesem Kurs werden mit funktioneller Wirbelsäulengymnastik und rückenkräftigenden Übungen muskuläre Dysbalancen ausgeglichen, vernachlässigte Muskelpartien gekräftigt, verspannte und verkürzte Muskeln gelockert und gedehnt. Der Entspannungsteil endet mit der Progressiven Muskelentspannung. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, großes

R030227

Ute Kampfmann

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal Mo, ab 14.08.2017, 09.30-10.30 Uhr € 28,-, 8 Termine

Handtuch und feste Sportschuhe

R030228

Ute Kampfmann

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8. Rothaha-Saal Mo, ab 14.08.2017, 10.30-11.30 Uhr € 28,-, 8 Termine

Gymnastik am Vormittag

Mit ruhiger Musik wird eine rückenfreundliche Gymnastik angeboten. Übungen, die besonders die Problemzonen Bauch, Beine, Po betreffen, stehen im Mittelpunkt. Die Kräftigung aller wichtigen Muskelgruppen, die Verbesserung der Kondition durch ein kurzes Herz-Kreislauf-Training und die Dehnung und Entspannung am Ende der Stunde verbessern Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit des gesamten Körners.

Bitte mitbringen: Matte bzw. Decke R030230

Ilona Heberer

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal Mo. ab 23.10.2017, 09.30-10.30 Uhr € 40.-. 12 Termine. 16 UE

Sie finden uns im Internet unter.

www.vhs-roedermark.de

Rückenfitness

Körperliche Fitness sichert eine kräftige Muskulatur, mindert Verschleißerscheinungen an den Gelenken und schützt somit vor vielen Beschwerden. Schwerpunkt dieser Stunde sind kräftigende Übungen für den Rücken, gezieltes Bauchtraining sowie Übungen, um die Beweglichkeit des ganzen Körpers zu verbessern. Entspannende Dehn- und Atemübungen bilden den Schluss der Stunde. Bitte mitbringen: Matte bzw. Decke

R030231am Vormittag Ilona Heberer

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal Mo, ab 23.10.2017, 10.30-11.30 Uhr € 40,-, 12 Termine, 16 UE

R030232 am frühen Abend Heike Freund

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Di, ab 29.08.2017, 17.30-18.30 Uhr, kein Kurs am 26.09./14.11./19.12. dafür in den Herbstferien

€ 50,-, 15 Termine, 20 UE



Bodyfitness

Nach einer Aufwärmphase folgen intensive gewebestraffende und muskelaufbauende Übungen besonders für Bauch-Beine-Po. Mobilisation des Schultergürtels und der Wirbelsäule, Dehnung der verkürzten, verspannten Muskulatur.

Bitte mitbringen: Handtuch oder Matte, feste Schuhe und etwas zum Trinken

R030233

Monika Dries

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27. Graf-Reinhard-Saal Do, ab 17.08.2017, 18.00-19.15 Uhr € 63,-, 15 Termine

R030234

Monika Dries

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal Do, ab 17.08.2017, 19.30-20.45 Uhr € 63,-, 15 Termine



After Work Gym - für einen entspannteren Feierabend

Energie tanken, Kraft sammeln, Durchatmen, zu sich selbst finden z.B. nach einem langen Arbeitstag - mit speziellen Übungen aus Mental Balance, Yoga, Pilates, Faszienund Wirbelsäulengymnastik üben wir uns in Achtsamkeit, aktivieren, lockern und dehnen die verspannte Muskulatur, besonders im Hals-Nacken-Bereich, im Schultergürtel und im Rücken. Die bewusste Atmung spielt hier eine zentrale Rolle bei der Entspannung und um in unsere Mitte und unser Gleichgewicht zu finden. Eine Tiefenentspannung, z.B. mit einer Körperreise, rundet die Stunde ab. Sie können anschließend Ihren (Feier-) Abend viel entspannter genießen.

Bitte mitbringen: Matte, großes Handtuch oder Decke, evtl. kleines Kopfkissen, dicke Socken R030238

Heike Freund

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Di. ab 29.08.2017, 18.30-19.30 Uhr. kein Kurs am 26.09./14.11./19.12. dafür in den

€ 50,-, 15 Termine

Pilates - Wohlfühlprogramm

Pilates ist eine sanfte, wirkungsvolle Trainingsmethode. Einzelne Muskeln und Muskelpartien werden gezielt angesprochen, gespannt und gedehnt. Es schult die Körperwahrnehmung, optimiert das Gleichgewicht, fördert eine aufrechte und graziöse Haltung und lässt den Bauch flach und fest werden.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Pilatesball (wenn vorhanden) und Getränk

R030239

Heike Freund

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Mi, ab 30.08.2017, 17.15-18.15 Uhr, kein Kurs am 27.09./04.10./01.11./15.11./20.12. 2017, dafür in den Herbstferien € 50,-, 15 Termine

Sanftes Ganzkörpertraining -Pilates & Entspannung

Mit speziellen sanften Übungen aus Pilates, Yoga, dem Faszientraining und der Wirbelsäulengymnastik aktivieren wir in diesem Kurs unsere Muskulatur, besonders in Rücken und Bauch. Haltungsübungen und Stretching verbessern unsere Flexibilität und Beweglichkeit, trainieren unser Gleichgewicht. Mit Atem- und Lockerungsübungen runden wir die Stunde ab. Verspannungen können gelöst werden und wir finden entspannt zu unserer inneren Mitte.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Pilatesball (wenn vorhanden) und Getränk

R030240

Heike Freund

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Fr, ab 01.09.2017, 09.15-10.15 Uhr, kein Kurs am 29.09./06.10./27.10./03.11./22.12., dafür in den Herbstferien

€ 50,-, 15 Termine



Bewegung - Spaß - Entspannung

Ein Ganzkörpertraining, sowohl für die Hauptmuskelgruppen als auch die Tiefenmuskeln. Spezielle Übungen zur Mobilisation und Kräftigung, sowie Faszien Training um Verspannungen und Verklebungen im Gewebe zu lösen und Schmerzen zu reduzieren.

Bitte mitbringen: Matte. Handtuch und Getränk R030242

Alexandra Weisenburger

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Do, ab 07.09.2017, 18.00-19.00 Uhr € 48,-, 14 Termine



Lisa Schaffner, Feuerkünstlerin, Certified Hoop Love Coach

Hula-Hoop: Beginner

Sie suchen ein kreatives Workout, das Bewegungen zu Musik und Fitness verbindet? Spaß soll es auch machen? Dann sind Sie hier genau richtig. Für diesen Kurs werden keinerlei tänzerischen oder sonstigen Vorkenntnisse benötigt. Mit Spaß an Bewegung werden wir die Grundlagen des Hula Hooping und verschiedene Kombinationen nach Ihrem Interesse lernen. Verschiedene Hoops können ausgeliehen werden. Weiterführende Informationen und Kontaktmöglichkeiten bei etwaigen Fragen finden Sie unter www.lucifers-match.de

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Wasser R030244

Lisa Schaffner, Feuerkünstlerin und zertifizierte Hoop Trainerin Rödermark (Ober-Roden), Sporthalle, Kapellenstraße 14, Foyer Mi, ab 06.09.2017, 20.00-21.30 Uhr € 20,-, 4 Termine, 8 UE

Hula-Hoop: Basis & Mittelstufe

Wir verfeinern unsere Hoopdance Kenntnisse, lernen neue Bewegungen und verbinden verschiedenste Tricks. Das Spielen des Reifens von Kopf bis Fuß, Schritte und Drehungen, Zirkustricks wie Isolations- und Double Hooping können gelernt werden. Ihnen sagen diese Begriffe noch nichts? Kein Problem- kommen Sie vorbei! Alle Level und Altersklassen sind herzlich willkommen. Verschiedene Hoops können gerne ausgeliehen werden. Weiterführende Informationen und Kontaktmöglichkeiten finden Sie unter www.lucifers-match.de.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Wasser

Lisa Schaffner, Feuerkünstlerin und zertifizierte Hoop Trainerin Rödermark (Ober-Roden), Sporthalle, Kapellenstraße 14, Foyer Mi, ab 25.10.2017, 20.00-21.30 Uhr € 15,-, 3 Termine, 6 UE

Hula-Hoop: Level+

- Premiumkurs Kleingruppe

Sie waren bereits in einem unserer Basic oder Medium Kurse und haben Lust mehr zu lernen? Nach individuellen Wünschen werden wir unsere Kenntnisse ausbauen und neue Onund Offbody Tricks meistern. Gerne können wir kleinere Choreografien erarbeiten um unser Workout in noch fließendere Bewegungen zu verwandeln. Come and find vour flow! Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Wasser R030246

Lisa Schaffner, Feuerkünstlerin und zertifizierte Hoop Trainerin Rödermark (Ober-Roden), Sporthalle, Kapellenstraße 14, Foyer Mi, ab 29.11.2017, 20.00-21.30 Uhr € 30,-, 3 Termine, 6 UE, 4-7 TN

Jumping Fitness -Das originale Trampolin-Workout

Beim Jumping Fitness Workout sind über 400 Muskeln im Einsatz, viel mehr als bei vergleichbaren Ausdauersportarten. Das macht Jumping Fitness so effektiv und schweißtreibend. Dazu ist es sehr gelenkschonend und für jede/n geeignet! Mitreißendes Workout zu motivierender Musik - macht garantiert glücklich und süchtig! In Zusammenarbeit mit der VITABEL Frauen Fitness GmbH.

R030250 - für Teenies (Mädchen) Renate Rossbach

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6 Mi, ab 13.09.2017, 16.00-17.00 Uhr € 66,-, 10 Termine

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

R030251 – nur für Frauen Renate Rossbach

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6 Fr, ab 15.09.2017, 18.45-19.45 Uhr € 66,-, 10 Termine, 14 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

R030252 - für Männer und Frauen Renate Rossbach

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6 Sa, ab 16.09.2017, 10.15-11.15 Uhr € 66,-, 10 Termine, 14 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Schwimmstil optimieren -Fitness verbessern

K030206 Illya Gerovych

Kursbeschreibung siehe S. 23

Chinesisch

Chinesisch A1.2 am Vormittag

K040202 Sisouphan Thao-Tsana Kursbeschreibung siehe S. 28

Deutsch als Fremdsprache

Interessierte, die erstmals einen Deutschkurs bei uns besuchen möchten, sollten sich frühzeitig einen Termin für eine ausführliche Beratung und Einstufung gemäß ihrem Kenntnisstand geben lassen. Wenn Sie eine Berechtigung oder Verpflichtung zur Teilnahme am Integrationskurs haben, ist diese Beratung obligatorisch. Bitte vereinbaren Sie einen Termin: 06074 922700.



Anna Elsner, Deutschlehrerin

Deutsch als Fremdsprache

Vorkurs Lesen und Schreiben

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben Für Teilnehmer/innen, die das Alphabet gut kennen und jetzt in Vorbereitung auf den Besuch eines Integrationskurses lernen wollen, noch besser und schneller zu lesen und zu schreihen

R040438

Anna Elsner

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5 Di/Do, ab 15.08.2017, 11.45-14.00 Uhr, (kein Unterricht vom 26.09.-06.11.2017) € 180,-, 30 Termine, 90 UE

Integrationskurse

Deutsch als Fremdsprache

Das lateinische Alphabet Basiskurs Modul 1+2

AlphaPlus, Basiskurs, Cornelsen Verlag R040439

Michael Hörter

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Mo/Di/Mi/, ab 21.08.2017, 08.45-11.45 Uhr

€ 400,-, 50 Termine, 200 UE



Deutsch als Fremdsprache

Das lateinische Alphabet Basiskurs Modul 3+4

AlphaPlus, Basiskurs, Cornelsen Verlag R040440

Ebeth Nesinary Resmol Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5 Mo/Di/Fr. ab 14.08.2017. 14 15-17 15 Uhr € 400,-, 50 Termine, 200 UE

Deutsch als Fremdsprache A1.1-

A2.1 – *Urberach vormittags* Integrationskurs Modul 1+2+3 Schritte plus 1 NEU, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag

R040444

Horst Holler

Rödermark (Urberach), Pavillons der ehem. Helene-Lange-Schule, Liebigstraße 62 Mo-Fr, ab 14.08.2017, 09.00-12.00 Uhr € 600.-. 75 Termine. 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A1.1-

A2.1 – Urberach nachmittags Integrationskurs Modul 1+2+3 (LL) Schritte plus 1 NEU, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag.

R040445

Dorothee Andreas

Rödermark (Urberach), Pavillons der ehem. Helene-Lange-Schule, Liebigstraße 62 Mo-Do, ab 21.08.2017, 14.00-17.00 Uhr € 600,-, 75 Termine, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A1.1 -A2.1

Integrationskurs Modul 1+2+3 Schritte plus 1, NEU, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag R040446

Sabine Weimer, Horst Holler

€ 600,-, 75 Termine, 300 UE

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5 Mo-Do, ab 14.08.2017, 18.30-21.30 Uhr



Sahine Weimar. Deutschlehrerin

Deutsch als Fremdsprache A1

Integrationskurs Modul 1 Schritte plus 1, NEU Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag

R040447

Horst Holler

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Mo-Do, ab 15.01.2018, 13.45-16.45 Uhr € 200,-, 25 Termine, 100 UE

Deutsch als Fremdsprache A1.2-

A2.2 - Urberach vormittags Integrationskurs Modul 2+3+4 Schritte plus 2, NEU, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber-Verlag.

R040448

Dorothee Andreas

Rödermark (Urberach), Gemeindezentrum St. Gallus, Traminer Str. 8

Mo-Do, ab 14.08.2017, 09.00-12.00 Uhr € 600,-, 75 Termine, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A1.2

Urberach nachmittags

Integrationskurs Modul 3+4+5, (LL) Buch 2 + 3 +4

Schritte plus 2 NEU, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag.

R040450

Ingrid Mager, Johanna Sosunov

Rödermark (Urberach), Pavillons der ehem. Helene-Lange-Schule, Liebigstraße 62 Mo-Fr. ab 21.08.2017. 14.00-17.00 Uhr € 600,-, 75 Termine, 300 UE



Gerda Kloidt. Deutschlehrerin

Deutsch als Fremdsprache A2.1/

Integrationskurs Modul 3+4+5 Schritte plus 3 NEU, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag. R040451

Gerda Kloidt

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 Mo-Do. ab 14.08.2017. 08.45-11.45 Uhr

€ 600,-, 75 Termine, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A2/B1

Integrationskurs Modul 4+5+6 Schritte plus 4, NEU, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag.

Vorbereitung auf den Deutsch-Test für Zuwanderer (A2/B1) am 26./27.01.2018 R040453

Dr. Gerd Kaul

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 Mo-Do, ab 14.08.2017, 13.30-16.30 Uhr

Deutsch als Fremdsprache LL

Integrationskurs Modul 4+5+6 Wiederholer

€ 600.-. 75 Termine. 300 UE

Schritte plus 4 NEU, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag.

Vorbereitung auf den Deutsch-Test für Zuwanderer (A2/B1)

R040454

Anna Elsner

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5 Mo-Do, ab 06.11.2017, 08.30-11.30 Uhr € 600,-, 75 Termine, 300 UE



Orientierungskurs, Abschluss des Integrationskurses mit 100 Stunden "Leben in Deutschland"

Deutsch als Fremdsprache B1

Integrationskurs Modul 5+6

Schritte plus 5, NEU Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag

Vorbereitung auf den Deutsch Test für Zuwanderer (A2/B1) am 15./16.12.2017 R040455

Horst Holler

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Mo-Do, ab 06.09.2017 (Mi). 13.45-16.45 Uhr € 400,-, 50 Termine, 200 UE

Deutsch als Fremdsprache B1.1+B1.2

Integrationskurs Modul 5+6 Schritte plus 5, NEU, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag

Vorbereitung auf den Deutsch-Test für Zuwanderer am 26./27.01.2018 R040457

Evelyn Tzschentke, Ingrid Mager Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule,

Kapellenstr. 12. Raum 01-EG-45 Mo-Do, ab 18.09.2017, 18.30-21.30 Uhr € 400,-, 50 Termine, 200 UE

Orientierungskurse

Orientierungskurs - Abschluss des Integrationskurses

In diesem Kurs erfahren Sie kompakt und sprachlich leicht verständlich Wissenswertes über Geschichte, Kultur, Institutionen und Politik der Bundesrepublik Deutschland. Der Kurs ist für vom BAMF geförderte Teilnehmer/innen des Integrationskurses verpflichtend, steht aber auch allen Interessierten offen, die mehr über ihre neue Heimat erfahren und/oder sich auf den Einbürgerungstest vorbereiten möchten. Der Kurs endet mit dieser Prüfung. Termine auf Anfrage.

R040458

€ 200,-, 100 UE



Klasse Gerda Kloidt, Integrationskurs A2

Deutsch für Beruf und Alltag, B2.2, 2. Semester

Aspekte neu, ab Lektion 5, Klett Verlag, Übungsgrammatik Klipp und Klar, Grundstufe, Klett Verlag. Teilnahmevoraussetzung: gute B1+ Kenntnisse.

Wir führen Sie zu einem qualifizierten B2 Abschluss. Wir festigen Ihre grammatikalischen Kenntnisse und erweitern konsequent Ihren Wortschatz, Sie lernen, sich im privaten und beruflichen Umfeld spontan und fließend mit Muttersprachlern zu verständigen. Sie können Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, persönliche und formelle Briefe verfassen und deutlich machen, was wichtig ist.

R040460

Gerda Kloidt, Christa Geiß

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11. Raum 3 Mo/Do, ab 14.08.2017, 18.00-21.00 Uhr € 264,-, 33 Termine, 132 UE

Englisch

Englisch A1.2, Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

- Premiumkurs Kleingruppe EASY English, Cornelsen Verlag

Englisch ist EASY und so heißt auch unser Buch, mit dem wir arbeiten werden. Der Kurs wendet sich an Teilnehmer/innen, die ihre Englischkenntnisse vertiefen oder auffrischen möchten. Kurze Konversation und lustige Spiele begleiten unseren Kurs. Sie trainieren das Hören, das Lesen, das Schreiben und vor allem das Sprechen.

R040631

Valeria Duru

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2 Do, ab 07.09.2017, 18.00-19.30 Uhr € 150,-, 15 Termine, 30 UE, 4-7 TN

Englisch A1.7

Konversation für Anfänger/innen

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen, die sich mit geringen Vorkenntnissen in Englisch unterhalten möchten. Wir üben das Sprechen in einer netten, freundlichen Atmosphäre bis wir uns dabei sicher fühlen und lernen, schon mit einem kleinen Wortschatz gut zu kommunizieren

R040633

Kawkab Hattar

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4 Di, ab 29.08.2017, 10.20-11.50 Uhr € 80,-, 16 Termine, 32 UE





Kawkab Hattar, Kursleiterin Enalisch

Englisch A1.9

für Ältere

Sie sind schon etwas älter, haben jetzt mehr Zeit und nur einige Semester systematisch Englisch gelernt? Dann gibt es gute Gründe damit weiter zu machen:

- Sprachen lernen hält geistig fit, Sie trainieren Ihr Gedächtnis, neue Gehirnzellen und Verbindungen können entstehen.
- Sie können sich bei Urlaubsreisen im Ausland verständigen und auch Ihre unmittelbare Umgebung hier besser verstehen!
- Sie stärken Ihr Selbstbewusstsein.
- Sie lernen neue Leute kennen.

Also - nichts wie hin, wir freuen uns auf Sie! R040634

Kawkab Hattar

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4 Di, ab 29.08.2017, 08.50-10.20 Uhr € 80,-, 16 Termine, 32 UE



Christine Gringer Kursleiterin Englisch

English Conversation A2/B1

We learn English by using English! Weitermacher/innen und Wiedereinsteiger/innen üben in diesem Kurs ihre englischen Konversationsfertigkeiten. In Partnerarbeit, Gruppengesprächen und im Plenum trainieren wir das Englisch Sprechen anhand von für Sie relevanten Alltagssituationen. So festigen Sie Ihre Sprechsicherheit, erweitern Ihren Wortschatz und verbessern Ihre Aussprache. Je nach Bedarf arbeiten wir Grundlagen auf oder erwerben diese neu. "Neuzugänge" sind herzlich willkommen.

R040635

Christine Gringer, zertifizierte TESOL Trainerin (Teaching English to Speakers of Other Languages) Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestr. 39, Beratungsraum Mo, ab 23.10.2017, 18.30-20.00 Uhr € 55.-. 11 Termine. 22 UE

Englisch B1 für ältere Bürger/innen

K040607 Christa Geiß Kursbeschreibung siehe S. 29

Englisch B1/B2

face2face, Intermediate Student Book + Work Book Unit 7

We speak more and more fluently, discuss politics and whatever is interesting at the moment. Of course we also have a Student Book and a Work Book to improve our vocabulary and grammar. Besides we have a lot of fun and enjoy our English Lesson every week. Newcomer welcome!

R040636

Ingeborg Schuster Rödermark (Waldacker). Bürgertreff. Goethestr. 39, Beratungsraum Mi, ab 13.09.2017, 10.00-11.30 Uhr € 75,-, 15 Termine, 30 UE

Destination English! B1/B2

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben. Do you want to improve your conversational skills, learn more vocabulary, practise grammar, just chat or relax and enjoy the world of English? Then come along!

R040637 Manuela Behrenbeck

Rödermark (Ober-Roden). Nell-Breuning-Schule. Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-42 Do, ab 07.09.2017, 18.00-19.30 Uhr € 50,-, 10 Termine, 20 UE

Englisch B2

Wir legen viel Wert auf praktische Konversation sowie auf das Lesen und Übersetzen verschiedener Texte. Anhand eines Grammatikbuches frischen wir unsere Kenntnisse auf. Zusteiger/ innen sind herzlich willkommen.

R040639

Christa Geiß

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestr. 39, Beratungsraum Do, ab 07.09.2017, 14.00-15.30 Uhr € 75.-. 15 Termine. 30 UE

Englisch B2 für ältere Bürger/innen

K040615

Christa Geiß

Kursbeschreibung siehe S. 30



Englisch B2 Upper-Intermediate Level

We read and discuss texts taken from the magazine Spotlight which cover a wide variety of subjects. Audio texts and personal presentations contribute to making this an informative and challenging course. Homework reading or exercises are part of our programme.

R040640

Penelope Klemen

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4 Do. ab 02.11.2017, 09.00-10.30 Uhr € 30,-, 6 Termine, 12 UE

Englisch B2

"As you like it" - Conversation-Mix

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben If you want to

- * brush up your English
- * improve your conversational skills
- * advance your level of grammar
- * read a wide variety of press articles and/or short stories or simply enjoy a morning listening to and chatting in English then come and join our lively and animated group.

R040642

Manuela Behrenbeck

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Am Schellbusch 1, Garderobenraum Mi, ab 06.09.2017, 10.30-12.00 Uhr € 50,-, 10 Termine, 20 UE

Englisch B2 **Conversation-Mix**

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben "Where there's a will, there's a way." Für Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen. R040643

Manuela Behrenbeck

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-42 Do, ab 07.09.2017, 19.30-21.00 Uhr € 50,-, 10 Termine, 20 UE

Enalisch C1

Für Teilnehmer/innen mit guten Kenntnissen, die lernen möchten, sich je nach Situation (Alltag, Beruf) noch besser ausdrücken zu können. Schwerpunkte sind:

- Konversation, Diskussion, Wortschatz
- Grammatik nach Bedarf
- leichtes Business English (Telefonate, Faxe, F-Mails usw.)

R040644

Christa Geiß

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof. Dieburger Str. 9-11. Raum 4 *Di, ab 05.09.2017,* 19.30-21.00 Uhr € 75,-, 15 Termine, 30 UE

Cambridge Advanced, Proficiency (FCE, CAE & CPE) and Business Ènglish (BEC1-3) B2-C2

K040618 K040619

David Johnson

Kursbeschreibungen siehe S. 30

Französisch

Französisch für den Urlaub Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

- Premiumkurs Kleingruppe

Französisch für den Urlaub A1, Unité 1, Klett Verlag

Dieser Kurs weckt die Vorfreude auf einen Urlaub in Frankreich. Wir lernen peu à peu was nötig ist, um sich in Urlaubssituationen zu verständigen, üben authentische Redewendungen und Modellsätze und erhalten eine Menge Insidertipps und spannende Einblicke in die Besonderheiten Frankreichs.

R040846

Valeria Duru

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2 Di, ab 07.11.2017, 19.15-20.45 Uhr € 100,-, 10 Termine, 20 UE, 4-7 TN



Nadine Richter, Kursleiterin Französisch

Französisch zum Frühstück -Les petits déjeuners de la communication

Ich habe schon Grundkenntnisse in Französisch (A1), nur das mit dem Sprechen klappt noch nicht so richtig!" Dann kommen Sie doch zum "Petit déjeuner"! In lockerer Atmosphäre bei einem typisch französischen Frühstück, das aus Kaffee/Tee, Croissants, Butter, Marmelade und Käse besteht, wird unser Kursraum zum Restaurant, Marktolatz, Bahnhof oder zum privaten Esszimmer, in dem wir uns in Smalltalk üben. Gemeinsam überwinden wir Schritt für Schritt die Hürden alltäglicher Gesprächssituationen.

R040848

Nadine Richter, M.A.

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 Sa, 16.09., 28.10., 18.11., 16.12.2017 und 20.01.2018, 09.30-11.45 Uhr € 38,-, (zzgl. Materialkosten: € 18,-), 5 Termine, 15 UE

Französisch für Wiedereinsteiger/

- Premiumkurs Kleingruppe

Lehrbuch wird im Kus bekannt gegeben Dieser Kurs wendet sich an alle, die vor einigen Jahren Französisch gelernt haben (bis A2) und die (zum Teil) verschütteten Kenntnisse von Grund auf in raschen Lernschritten wiederholen, ergänzen und vertiefen wollen. Für Anfänger/innen nicht geeignet!

R040849 Valeria Duru

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2 Di, ab 07.11.2017, 17.30-19.00 Uhr € 100,-, 10 Termine, 20 UE, 4-7 TN

Französisch B1

Continuons en français

Voyages 3 (alt), Unité 12, Klett Verlag Indem wir langsam und gründlich vorwärts lernen ("rien ne sert de courir;..."), wollen wir immer wieder Grundkenntnisse, Wortschatz, Ausdrücke und Grammatik wiederholen und vertiefen und vor allem immer mehr Französisch frei sprechen!

R040850

Sabine Malher

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8. Vereinsraum *Di, ab 05.09.2017,* 10.30-12.00 Uhr € 75,-, 15 Termine, 30 UE

Sie finden uns im Internet unter:

www.vhs-roedermark.de





Französisch C1

Initiation à la conversation courante Nous reférant

- aux nouvelles du jour et à des informations en langue française,
- à des articles de journaux,
- à des extraits littéraires d'auteurs surtout contemporains,
- à des chansons et parfois à des films, nous discutons et parlons le français librement et sans appréhension.

Literatur wird im Kurs bekanntgegeben. **R040851**

Sabine Malher

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum **Do, ab 07.09.2017,** 10.30-12.00 Uhr € 75,-, 15 Termine, 30 UE



Italienisch

Italienisch für den Urlaub

Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse Italienisch für den Urlaub A1, Lektion 1, Klett Verlag, ISBN 978-3-12525315-5

Dieser Kurs weckt die Vorfreude auf einen Urlaub in Italien. Wir Iernen alles, was nötig ist, um sich in Urlaubssituationen zu verständigen, üben authentische Redewendungen und Modellsätze und erhalten eine Menge Insidertipps und spannende Einblicke in die Besonderheiten Italiens.

R040960

Giuseppina Giaveri-Keusch Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4 Do, ab 07.09.2017, 19.30-21.00 Uhr € 65,-, 13 Termine, 26 UE

Italienisch A1.3 Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

- Premiumkurs Kleingruppe
Allegro, Band 1, Lezione 7
In einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter erweitern wir Schritt für Schritt unsere Kenntnisse dieser wunderschöne Sprache. Das Lerntempo wird individuell an die Gruppe angepasst.

R040961

Christa Geiß

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestr. 39, Beratungsraum *Mi, ab 06.09.2017,* 17.00-18.30 Uhr € 100,-, 10 Termine, 20 UE, 4-7 TN





Giuseppina Giaveri-Keusch, Kursleiterin Italienisch

Italienisch A1.4

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben Dieser Kurs ist für Lerngewohnte und Wiedereinsteiger/innen mit Grundkenntnissen geeignet, die intensiv und aktiv Italienisch lernen möchten

R040963

Giuseppina Giaveri-Keusch Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4 Mo, ab 04.09.2017, 17.15-18.45 Uhr € 65,-, 13 Termine, 26 UE

R040964

Giuseppina Giaveri-Keusch Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4 Fr, ab 08.09.2017, 17.15-18.45 Uhr € 65,-, 13 Termine, 26 UE

Italienisch A1.7

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen Espresso 1, Lezione 10, Hueber Verlag Wir erweitern die erworbenen Grundkenntnisse und erschließen uns sprechend, verstehend, lesend und schreibend weitere Themen. Allora: prendiamo un altro espresso insieme? R040965

Giuseppina Giaveri-Keusch Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4 Do, ab 07.09.2017, 18.00-19.30 Uhr € 65.-. 13 Termine. 26 UE

Italienisch A2.3

- Premiumkurs Kleingruppe
Allegro Band 2, Lezione 8, Klett Verlag
In einer kleinen Gruppe erweitern wir praxisbezogen die in den letzten Semestern erworbenen Kenntnisse dieser schönen Sprache
- und erleben an jedem Kurstag italienisches
Lebensgefühl pur. Wir legen vor allen Dingen
Wert auf Konversation.

R040966

Christa Geiß

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4 *Di, ab 29.08.2017,* 18.00-19.30 Uhr € 120,-, 12 Termine, 24 UE, 4-7 TN

Italienisch A2.9

Espresso, Band 2, Lezione 10, Hueber Verlag. Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. Auf einfache und unterhaltsame Weise erweitern Sie Ihre Grundkenntnisse der italienischen Sprache.

R040967

Giuseppina Giaveri-Keusch
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,
Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Mo, ab 04.09.2017, 19.00-20.30 Uhr
€ 65.-, 13 Termine, 26 UE

Italienisch B1

Wir legen vor allen Dingen Wert auf viel Konversation, sowie das Lesen und Übersetzen leichter Texte. Außerdem wiederholen und erweitern wir unsere Grammatikkenntnisse. Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben und das Lerntempo wird individuell an die Gruppe angepasst. Zusteiger/innen sind herzlich willkommen.

R040968

Christa Geiß

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestr. 39, Beratungsraum *Mi, ab 06.09.2017,* 18.30-20.00 Uhr €75,-, 15 Termine, 30 UE

Italiano - Conversazione Livello B1

Da zero a cento, Hueber Verlag Questo corso è ideale per chi vuole superare gli ostacoli per esprimersi con proprietà e rinfrescare il proprio italiano parlando delle situazioni quotidiane già familiari, temi conosciuti e argomenti di interesse comune. R040969

Giuseppina Giaveri-Keusch

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Lesecafé im Bücherturm *Mi, ab 06.09.2017, 17.*15-18.45 Uhr € 65,-, 13 Termine, 26 UE

Italiano avanzati (B1/B2)

Azzurro più, Lezione 6, Klett Verlag Volete migliorare le vostre conoscenze in una piacevole atmosfera? Parlare di temi attuali e ripassare la grammatica? Allora siete i benvenuti!

R040970

Giuseppina Giaveri-Keusch
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,
Dieburger Str. 9-11, Raum 2
Mi, ab 06.09.2017, 08.45-10.15 Uhr
€ 65,-, 13 Termine, 26 UE

Italienisch B2

Giochi, letture e naturalmente un po' di grammatica.

R040972

Paolalberta Vidi-Cortelli Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum Mi, ab 13.09.2017, 09.30-11.00 Uhr € 60,-, 12 Termine, 24 UE

Spanisch

Spanisch A1 Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse - intensiv

"Con Gusto", Band 1, Unidad 1, Klett Verlag Dieser Kurs wendet sich an Anfänger/innen, die einen schnellen Lernerfolg durch mehr Unterrichtsstunden pro Kursabend anstreben. R042228

Betty Sarabia

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-34 **Do, ab 21.09.2017,** 19.00-21.15 Uhr €75,-, 10 Termine, 30 UE

Spanisch A1 - Auffrischung

- Premiumkurs Kleingruppe
Hablamos Auffrischungskurs Sr

Hablamos Auffrischungskurs Spanisch A1, Langenscheidt Verlag

Dieser Kurs richtet sich an alle, die vor einiger Zeit schon einmal einen Spanischkurs besucht, aber seitdem vieles wieder vergessen haben und ihre Kenntnisse in einem überschaubaren Zeitraum gerne auffrischen möchten. Im Mittelpunkt steht die mündliche Kommunikation. *R042229*

Betty Sarabia

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4 2xSa, 09.12./16.12.2017, 09.00-12.00 Uhr und 4xDo, 14.12./21.12.2017 und 18.01./25.01.2018, 19.00-21.15 Uhr € 100.-, 6 Termine, 20 UE, 4-7 TN



Betty Sarabia, Kursleiterin Spanisch

Spanisch A1.2

Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

"Con Gusto", Band 1, Unidad 3, Klett Verlag In einer überschaubaren und angenehmen Gruppe erweitern wir praxisbezogen und in lockerer Atmosphäre unsere im ersten Semester erworbenen Kenntnisse der spanischen Sprache.

R042230

Maria Erdmann-Martinez

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 *Di, ab 05.09.2017*, 19.00-20.30 Uhr € 70,-, 14 Termine, 28 UE

Spanisch A1.4

Anfänger/innen mit Vorkenntnissen "Con Gusto", Band 1, Unidad 9, Klett Verlag In einer überschaubaren Gruppe erweitern wir schnell und praxisbezogenen die bereits erworbenen Kenntnisse der spanischen Sprache. R042234

Amelia Requena

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-34 *Di, ab 05.09.2017,* 19.30-21.00 Uhr € 60,-, 12 Termine, 24 UE

Spanisch A2.5

"Con gusto", Band 2, Unidad 10, Klett Verlag In entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß erweitern wir in einer überschaubaren Gruppe unsere bisher erworbenen Kenntnisse der spanischen Sprache.

R042237

Amelia Requena

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-34 \it{Di} , $\it{ab~05.09.2017}$, 18.00-19.30 Uhr $\it{\in}$ 60,-, 12 Termine, 24 UE







Spanisch A2.8

"Con Gusto", Band 2, Unidad 11, Klett Verlag Für leicht Fortgeschrittene. Sie werden in einer netten Gruppe Ihre Kenntnisse der spanischen Sprache ausbauen, um sich in alltäglichen Situationen verständigen zu können.

R042238

Margarita Voigt-Herrera Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-54 Do, ab 31.08.2017, 18.30-20.00 Uhr € 75,-, 15 Termine, 30 UE



Monica Vasquez-Tauber, Kursleiterin Spanisch

Spanisch Konversation mit Muße für Fortgeschrittene (B1-B2)

- Premiumkurs Kleingruppe

Dieser Kurs eignet sich für Personen mit guten Vorkenntnissen in Spanisch, die diese mit Spaß und ohne Leistungsdruck erhalten, anwenden und auffrischen möchten. Wir sprechen über kulturelle und landeskundliche Aspekte und weitere aktuelle Themen, behandeln daneben natürlich auch grammatische Strukturen und festigen und erweitern unseren Wortschatz. R042240

Monica Vasquez-Tauber

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,
Dieburger Str. 9-11, Raum 2

Do, 14.09., 05.10., 26.10., 23.11.,

14.12.2017 und 18.01.2018,
10.00-13.00 Uhr

€ 120,-, 6 Termine, 24 UE, 4-7 TN

Öffnungszeiten der Stadtbücherei



Bücherturm Ober-Roden Trinkbrunnenstr. 8 Tel.: 06074 911-630 E-Mail: stabue@roedermark.de

Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag: 10.00 – 12.00 und 15.00 – 19.00 Uhr Donnerstags geschlossen.

Jeden 1. Sonntag im Monat: 10.00 – 13.00 Uhr

Bücherei im Rathaus Urberach Konrad-Adenauer-Str. 6 - 8 Tel.: 06074 911-848 E-Mail: stabue@roedermark.de

Montag: 15.00 – 19.00 Uhr Donnerstag: 10.00 – 12.00 und 15.00 – 19.00 Uhr

EDV, Arbeit und Beruf



Produktiver Arbeiten mit Excel am eigenen Gerät

K050233

*Hildegard Hügemann*Kursbeschreibung siehe S. 35

Pivot-Tabelle - am eigenen Gerät *K050234*

Hildegard Hügemann

Kursbeschreibung siehe S. 35

Excel - Produktiver Arbeiten - am eigenen Gerät

K050235

*Hildegard Hügemann*Kursbeschreibung siehe S. 35

MS-Access 2010 - Workshop Datenbank-Projekte erfolgreich realisieren - am eigenen Gerät

K050250

*Hildegard Hügemann*Kursbeschreibung siehe S. 36

WordPress - Webseiten erstellen *K050301*

Oliver Weck

Kursbeschreibung siehe S. 37

Karriere - Coachinggruppe K050903

Gabriele Holler

Kursbeschreibung siehe S. 39

Anmeldung
auch per Fax an
06103 3131-1399
oder über die
Homepage möglich:
www.vhs-roedermark.de

4 Planting Rödermark

Mit der Gebietsreform 1977 – vor 40 Jahren – entstand die vhs Rödermark als echte Außenstelle der Volkshochschule Kreis Offenbach. Seither unterhält sie vor Ort eine Geschäftsstelle und nimmt sehr erfolgreich die Aufgaben einer örtlichen Volkshochschule wahr – unterstützt von der Stadt Rödermark durch die Überlassung von Unterrichtsräumen. Das möchten wir mit Ihnen feiern!

Wir laden Sie herzlich ein zu einem "Tag der offenen Tür"

Wann: Samstag, den 26.08.2017, ab 13.00 Uhr Wo: vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11 (1. Etage), in Rödermark (Ober-Roden)

Was: Sie haben die Möglichkeit, sich über unsere Angebote zu *informieren*, in einige hinein zu *schnuppern*, Ihre Sprachkenntnisse in Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch unverbindlich *testen* zu lassen, sich an fröhlichen Aktionen zu *beteiligen*, einem Gitarrenkonzert zu *lauschen*, die Weiterbildungsberatung aus dem HLL mit Fragen zu *löchern*, sich persönlich und direkt *anzumelden* und nicht zuletzt, sich an einem kleinen internationalen Buffet zu *laben*, das im Wesentlichen von Teilnehmer/innen, Dozent/innen, Mitarbeiter/innen und Unterstützer/innen der vhs Rödermark zusammengestellt wurde.

Und wir alle freuen uns auf SIE!

Ein Flyer mit dem genauen Programmablauf liegt – unter anderem – im Rathaus und in der Geschäftsstelle aus, kann dort gerne auch angefordert (06074 922700) oder auf unserer Homepage (www.vhs-roedermark.de) abgerufen werden.



Lothar Elsner, Mann der ersten Stunde. Leiter und Motor der vhs Rödermark von der Gründung 1977 bis 2009.

Mathematik

Mathematik (10.Schuljahr)

Vorbereitung auf die Realschulabschlussprüfung

In diesem Kurs werden prüfungsrelevante Aufgabenbereiche vermittelt und wiederholt. Damit wird die Realschulabschlussprüfung intensiv vorbereitet.

Bitte mitbringen: karierte Blätter, Stifte, Lineal, Geodreieck und Zirkel, Taschenrechner R060821

Mario Bauer

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3 *Di, ab 07.11.2017,* 17.00-18.30 Uhr € 40,- ermäßigte Gebühr für Schüler/innen, 10 Termine, 20 UE



Mathe-Kurs zur Vorbereitung auf das Abitur 2018 - Grundkurs

Grundlagen zur Vorbereitung auf das Abitur für Grundkurs in Mathematik in den drei Grundgebieten Analysis, Stochastik, Analytische Geometrie und lineare Algebra anhand entsprechender Aufgaben.

R060823

Gabriele Breitbach-Hitzel,

Dipl.Math., Softwareentwicklerin, Lehrerin Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-37 *Mi, ab 01.11.2017,* 18.00-20.15 Uhr € 60,- ermäßigte Gebühr für Schüler/innen, 10 Termine, 30 UE

Mathe-Training zur Vorbereitung auf das Abitur 2018 Leistungskurs

Wir bereiten uns intensiv auf das Abitur für den Leistungskurs in Mathematik vor. Anhand entsprechender Prüfungsaufgaben der Vergangenheit in den drei Grundgebieten Analysis, Stochastik, Analytische Geometrie und lineare Algebra.

R060824

Gabriele Breitbach-Hitzel,

Dipl.Math., Softwareentwicklerin, Lehrerin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5 *Fr., ab 17.11.2017, 18.00-20.15 Uhr* € 48,- ermäßigte Gebühr für Schüler/innen, 8 Termine, 24 UE

ANMELDUNG

Arbeitsabschnitt Frühjahr/Herbst 201

whs Kreis Offenbach Frankfurter Str. 160-166 63303 Dreieich Kurs-Nr. beginnt mit K	uhs Dietzenbach e.V. Wilhelm-Leuschner Str. 33 63128 Dietzenbach Kurs-Nr. beginnt mit Di	whs Heusenstumm Im Herrngarten 1 63150 Heusenstamm Kurs-Nr. beginnt mit He	☐ vhs Rodgau Hintergasse 15 63110 Rodgau Kurs-Nr. beginnt mit Ro	☐ vhs Rödermark Dieburger Str. 9-11 63322 Rödermark Kurs-Nr. beginnt mit R
Name/Vorname				
(bei Personen unter 18 Jahr	(bei Personen unter 18 Jahren, bitte auch Name/Vorname eines Erziehungsberechtigten)	eines Erziehungsberechtigte	(ue	
Straße/Hausnummer				
PLZ/Wohnort				
Telefon (tagsüber)				
E-Mail (wird wenn angegeben vorrangig verwendet)	oen vorrangig verwendet)			
Jahrgang: (Geschlecht: 🛮 männlich	u weiblich (freiwillige Ar	🗖 weiblich (freiwillige Angaben zu statistschen Zwecken)	.ken)
KURS-NR.:	TITEL			
KURS-NR.:	TITEL			
🗖 Ich beantrage Gebüh	🗖 Ich beantrage Gebührenermäßigung/-befreiung. (Nachweis bitte unbedingt der Anmeldung beifügen)	. (Nachweis bitte unbec	lingt der Anmeldung bei	lfügen)
Für Kurse bei der vhs K ı	Für Kurse bei der vhs Kreis Offenbach, vhs Dietzenbach, vhs Rodgau und vhs Rödermark bitte Zahlart wählen:	zenbach, vhs Rodgau u	und vhs Rödermark bit	te Zahlart wählen:
☐ Ich möchte per Rechr	\square Ich möchte per Rechnung bezahlen (zzgl. \in 2,50 Verwaltungsgebühr pro Veranstaltung)	O Verwaltungsgebühr pr	o Veranstaltung)	
L Ich möchte per Lastsc	Lich möchte per Lasischriff bezahlen und erfeile ein SEPA-Lasischriffmandaf (siehe Kuckseife)	ın SEPA-Lastschrittmanda	at (siehe Kückseite)	
Kurse der vhs Heusenstamm wer bei weniger als 10 Teilnehmenden.	Kurse der vhs Heusenstamm werden immer per Rechnung bezahlt, bitte beachten Sie dabei die gestaffelten Gebühren bei weniger als 10 Teilnehmenden.	Rechnung bezahlt, bitte	beachten Sie dabei die	gestaffelten Gebühren
Datum	Unterschrift (Vor- und Zuname)	ıme)		
(Bei Personen unter 18 Jahr	(Bei Personen unter 18 Jahren Unterschrift eines Erziehungsberechtigten.)	.berechtigten.)		
Mit der Unterschrift werd Homepage entnehmen ode	Mit der Unterschrift werden die Teilnahmebedingungen der veranstaltenden vhs anerkannt. Diese können Sie der jeweiligen Homepage entnehmen oder bei der vhs erfragen. Diese Anmeldung ist verbindlich.	en der veranstaltenden vh nmeldung ist verbindlich.	ıs anerkannt. Diese können	Sie der jeweiligen



ANMELDUNG

Arbeitsabschnitt Frühjahr/Herbst 201

L vhs Kreis Offenbach Frankfurter Str. 160-166 W 63303 Dreieich 6 Kurs-Nr. beginnt mit K	whs Dietzenbuch e.V. Wilhelm-Leuschner Str. 33 63128 Dietzenbach Kurs-Nr. beginnt mit Di	whs Heusenstamm Im Herrngarten 1 63150 Heusenstamm Kurs-Nr. beginnt mit He	uhs Rodgau Hintergasse 15 63110 Rodgau Kurs-Nr. beginnt mit Ro	uhs Rödermark Dieburger Str. 9-11 63322 Rödermark Kurs-Nr. beginnt mit R
Name/Vorname				
(bei Personen unter 18 Jahren, bitte auch Name/Vorname eines Erziehungsberechtigten)	bitte auch Name/Vorname	eines Erziehungsberechtigte	(ue	
Straße/Hausnummer				
PLZ/Wohnort				
Telefon (tagsüber)				
E-Mail (wird wenn angegeben vorrangig verwendet)	vorrangig verwendet)			
Jahrgang: Ge	Geschlecht: 🛮 männlich	u weiblich (freiwillige Ar	🗖 weiblich (freiwillige Angaben zu statistschen Zwecken)	ken)
KURS-NR.:	TITEL			
KURS-NR.:	TITEL			
🗖 Ich beantrage Gebührenermäßigung/-befreiung. (Nachweis bitte unbedingt der Anmeldung beifügen)	nermäßigung/-befreiung	. (Nachweis bitte unbec	lingt der Anmeldung bei	fügen)
Für Kurse bei der vhs Kreis Offenbach, vhs Dietzenbach, vhs Rodgau und vhs Rödermark bitte Zahlart wählen:	s Offenbach, vhs Dietz	enbach, vhs Rodgau ı	und vhs Rödermark bit	te Zahlart wählen:
\Box Ich möchte per Rechnung bezahlen (zzgl. \in 2,50 Verwaltungsgebühr pro Veranstaltung)	ıg bezahlen (zzgl. \in 2,5 $^{\circ}$	0 Verwaltungsgebühr pr	o Veranstaltung)	
🔲 Ich möchte per Lastschrift bezahlen und erteile ein SEPA-Lastschriftmandat (siehe Rückseite)	ft bezahlen und erteile e	in SEPA-Lastschriftmandc	at (siehe Rückseite)	
Kurse der vhs Heusenstamm werden immer per Rechnung bezahlt, bitte beachten Sie dabei die gestaffelten Gebühren bei weniger als 10 Teilnehmenden.	mm werden immer per F menden.	Rechnung bezahlt, bitte l	oeachten Sie dabei die	gestaffelten Gebühren
Datum	Unterschrift (Vor- und Zuname)	me)		
(Bei Personen unter 18 Jahren Unterschriff eines Erziehungsberechtigten.)	Unterschrift eines Erziehungs	berechtigten.)		
Mit der Unterschrift werden die Teilnahmebedingungen der veranstaltenden vhs anerkannt. Diese können Sie der jeweiligen Homepage entnehmen oder bei der vhs erfragen. Diese Anmeldung ist verbindlich.	die Teilnahmebedingunge ei der vhs erfragen. Diese A	en der veranstaltenden vh nmeldung ist verbindlich.	i s anerkannt. Diese können	Sie der jeweiligen



■ Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats

Bitte beachten Sie: Das SEPA-Lastschriftmandat ist nur im Original gültig, daher bitte per Post schicken oder persönlich abgeben!	Datum/Ort Unterschrift	IBAN: DE	Kreditinstitut (Name)	Postleitzahl und Wohnort	Straße und Hausnummer	Name und Vorname (Kontoinhaber)	□ vhs Kreis Offenbach/vhs Rödermark (Kreiskasse Offenbach, Gläubiger-ID DE84ZZZ00000096815) □ vhs Dietzenbach e.V. (Gläubiger-ID DE81VHS00000564312) □ vhs Rodgau (Stadt Rodgau, Gläubiger-ID DE04ZZZ00000026669) Ihre Mandatsreferenznummer wird Ihnen noch mitgeteilt. Ich ermächtige die veranstaltende vhs (bitte oben ankreuzen) Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrifteinzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der veranstaltenden vhs auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.
Post schicken oder			 _ 				inem Konto mittels Lastschrift en vhs auf mein Konto gezo- tum, die Erstattung des belas- ten Bedingungen.

■ Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats

Datum/Ort Unterschrift Bitte beachten Sie:	IBAN: DE	Postleitzahl und Wohnort BIC:	Straße und Hausnummer	Name und Vorname (Kontoinhaber)	Ich ermächtige die veranstaltende vhs (bitte oben ankreuzen) Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der veranstaltenden vhs auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.	 □ vhs Kreis Offenbach/vhs Rödermark (Kreiskasse Offenbach, Gläubiger-ID DE84ZZZ00000096815) □ vhs Dietzenbach e.V. (Gläubiger-ID DE81VHS00000564312) □ vhs Rodgau (Stadt Rodgau, Gläubiger-ID DE04ZZZ00000026669) Ihre Mandatsreferenznummer wird Ihnen noch mitgeteilt.
---	----------	--------------------------------	-----------------------	---------------------------------	--	---