vhs
Ladenburg/
Ilvesheim e.V.

Frühjahr/ Sommer 2021

Kursbeginn:
11. Januar 2021

Anmeldungen
ab sofort per Post
oder per
E-Mail: anmeldung@
vhs-ladenburg.de

Liebe Leserin, lieber Leser,

ein ungewöhnlich, turbulentes Jahr 2020 liegt fast hinter uns – ein unvorhersehbares Jahr 2021 kommt auf uns zu! Gelernt haben wir, dass von heute auf morgen alles anders sein kann…

Wie sich die Coronakrise weiterentwickelt, kann niemand wissen!

Nach wie vor kommen immer wieder neue Corona-Verordnungen heraus, welche wir natürlich umgehend in Ihrem Sinne umsetzen müssen und auch werden.

Aktuell haben wir in den meisten Angeboten die maximale Teilnehmerzahl reduziert, um ein Ansteckungsrisiko zu minimieren.

Außerhalb der Unterrichtsräume ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen, in den Unterrichtsräumen wird das Tragen ebenfalls empfohlen. All unsere Räume sind so bestuhlt, dass der Mindestabstand eingehalten wird. Außerdem gilt: Hände waschen und desinfizieren! Wenn wir alle gemeinsam die Regeln einhalten, können wir vielleicht nach und nach zur neuen Normalität zurückkehren.

Eine Planung für ein Halbjahr ist in dieser Zeit fast unmöglich, dennoch zeigt Ihnen das vorliegende Programm, dass wir versuchen, Ihnen weiterhin ein Bildungsangebot vor Ort zu ermöglichen und vor allem umzusetzen.

Denn was wäre das Leben ohne die vhs?

Bildung ist für uns alle ein Schlüssel zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben, ebenso wie an Fortschritt und Erfolg im Beruf. Dies ist ein lebenslanger Prozess. Niemand ist heute und in Zukunft irgendwann „fertig“ und kann sich auf seinem Wissens- und Bildungsstand ausruhen. Deshalb bleibt Lernen in jeder Lebensphase wichtig. Die vhs Ladenburg-Ilvesheim e.V. ist Ihr kompetenter und engagierter Begleiter vor Ort.

Wir haben für Sie wieder eine bunte Vielfalt im Bereich Gesellschaft an Führungen, Vorträgen, Studienfahrten und Konzerten zusammengestellt.

Unser Kursangebot aus den Bereichen Kultur, Gesundheit, Sprachen und berufliche Bildung enthält viel Neues! Darunter auch spannende Angebote für den Bereich „Junge vhs“.

Ob alle geplanten Veranstaltungen und Kurse durchgeführt werden, können wir nicht versprechen. Wir blicken jedoch mit viel Zuversicht in die Zukunft und sind gespannt, welche Herausforderungen uns erwarten.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Durchblättern dieses Heftes sowie beim Stöbern auf unserer Homepage.

Für das kommende Jahr wünschen wir Ihnen allen eine gute Zeit miteinander, bleiben Sie gesund und wir freuen uns, Sie bei dem ein oder anderen Angebot begrüßen zu dürfen.

Ihr Team der vhs Ladenburg-Ilvesheim e.V.

Inhaltsverzeichnis

Allgemeine Informationen ---------- 3
Ferienplan ---------- 4
Hygieneplan ---------- 5

Programm Ladenburg

Gesellschaft

Führungen ---------- 7
Vorträge ---------- 12
Studienfahrten ---------- 12
Konzerte ---------- 14
TiL präsentiert ---------- 15

Kultur

Theater ---------- 16
Literatur ---------- 16
Musik ---------- 17
Fotografie und Film ---------- 17
Kunst ---------- 19
Kunsthandwerk ---------- 20

Gesundheit

Yoga ---------- 24
Pilates ---------- 30
Wirbelsäulengymnastik ---------- 31
Entspannung ---------- 32
Fitness und Bewegung ---------- 34
Körper und Seele ---------- 37
Ernährung ---------- 39
Kochen und Backen ---------- 40

Sprachen

Deutsch als Fremdsprache ---------- 45
Englisch ---------- 46
Französisch ---------- 46
Italienisch ---------- 47
Spanisch ---------- 48
Neugriechisch ---------- 49
Niederländisch ---------- 50
Türkisch ---------- 50

Inhaltsverzeichnis

Beruf

EDV ---- 53
Recht ---- 56
Handwerk ---- 58
Xpert Business ---- 61

Junge VHS

Kreativität ---- 67
Kunst ---- 71
Gesundheit und Körper ---- 71
Schule und Literatur ---- 73
Sprachen ---- 75
EDV ---- 76
Kindergeburstage ---- 77

Programm Ilvesheim

Kultur

Tanzen ---- 79
Nähen ---- 79

Gesundheit

Yoga ---- 80
Pilates ---- 81
Wirbelsäulengymnastik ---- 81
Entspannung ---- 82
Tennis ---- 83
Aquakurse ---- 84

Junge VHS

Kindergeburtstage ---- 86

Allgemeine Geschäftsbedingungen ---- 87
Datenschutz ---- 89
Leitbild der Volkshochschulen ---- 92
Die Volkshochschulen der Region Unterer Neckar ---- 93
Anmeldekarte ---- 94
Stadtpläne ---- 95

Die Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. ist ein gemeinnütziger Verein. Sie ist nach dem Gesetz zur Förderung der Weiterbildung und des Bibliothekswesens des Landes Baden-Württemberg als staatlich förderungswürdig anerkannt.
Die Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. ist Mitglied im Volkshochschulverband Baden-Württemberg e.V.

Geschäftsstellen:

Hauptstelle Ladenburg:

Altes Rathaus, Hauptstraße 39,
68526 Ladenburg
✆ 0 62 03 / 92 32 00
Email: anmeldung@vhs-ladenburg.de
Leitung: Melanie Dommel
Verwaltung: Jürgen Schwarz
Petra Roß

Außenstelle: Ilvesheim:

Rathaus, Schlossstraße 9,
68549 Ilvesheim
✆ 06 21 / 49 54 10
Email: anmeldung@vhs-ladenburg.de

Öffnungszeiten:

Ladenburg:
Montag – Donnerstag: 09.00 – 12.00 Uhr
Donnerstag: 15.00 – 18.00 Uhr

Öffnungszeiten:

Ilvesheim:
Donnerstag: 15.00 – 18.00 Uhr

Vorstand der VHS Ladenburg- Ilvesheim e.V.

Vorsitzender: Holger Ueberrein
Stellvertreterin: Dagmar Klopsch-Güntner

Weitere Vorstandsmitglieder:

I. Delegierte der Stadt Ladenburg:

Bürgermeister Stefan Schmutz — Stellvertreterin: Günter Bläß
Uwe Wagenfeld — Stellvertreter: Karl Meng
Dr. Isabel Sohn-Frank — Stellvertreter: Marius Steigerwald

II. Delegierte der Gemeinde Ilvesheim:

Barbara Hefner — Stellvertreter: Georg Sommer
Bernhard Ries — Stellvertreterin: Dr. Sandra Stickel
Sarah Nick-Toma — Stellvertreter: Ines Reis

III. Gewählt von der Mitgliederversammlung:

Hans Haschek, Ruth Hilger, Axel Schulz, Helga Thome

Rechnungsprüfer:

Daniel Müller (Stadt Ladenburg)
Klaus Hering (Gemeinde Ilvesheim)
Norbert Treuholz (Mitgliederversammlung)

Bankverbindungen:

Sparkasse Rhein Neckar Nord
DE81 6705 0505 0066 0019 03

Volksbank Kurpfalz
DE26 6709 2300 0033 3990 65

Semesterbeginn:

Frühjahr-/Sommersemester:
1-2021: Montag, 11. Januar 2021

Wintersemester:
2-2021: Montag, 13. September 2021

Ferienplan der VHS Ladenburg-Ilvesheim

Januar 2021

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
53					1	2	3
1	4	5	6	7	8	9	10
2	11	12	13	14	15	16	17
3	18	19	20	21	22	23	24
4	25	26	27	28	29	30	31

Februar 2021

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
5	1	2	3	4	5	6	7
6	8	9	10	11	12	13	14
7	15	16	17	18	19	20	21
8	22	23	24	25	26	27	28

März 2021

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

April 2021

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

Mai 2021

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

Juni 2021

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

Juli 2021

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

August 2021

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
30							1
31	2	3	4	5	6	7	8
32	9	10	11	12	13	14	15
33	16	17	18	19	20	21	22
34	23	24	25	26	27	28	29
35	30	31					

September 2021

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
35			1	2	3	4	5
36	6	7	8	9	10	11	12
37	13	14	15	16	17	18	19
38	20	21	22	23	24	25	26
39	27	28	29	30			

Oktober 2021

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
39					1	2	3
40	4	5	6	7	8	9	10
41	11	12	13	14	15	16	17
42	18	19	20	21	22	23	24
43	25	26	27	28	29	30	31

November 2021

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
44	1	2	3	4	5	6	7
45	8	9	10	11	12	13	14
46	15	16	17	18	19	20	21
47	22	23	24	25	26	27	28
48	29	30					

Dezember 2021

KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
48			1	2	3	4	5
49	6	7	8	9	10	11	12
50	13	14	15	16	17	18	19
51	20	21	22	23	24	25	26
52	27	28	29	30	31		

Gesetzliche Feiertage 2021 Baden-Württemberg

01. Januar '21	Neujahr	01. Mai '21	Tag der Arbeit	03. Oktober '21	Tag der Dtsch. Einheit
06. Januar '21	Heilige Drei Könige	13. Mai '21	Himmelfahrt	01. November '21	Allerheiligen
02. April '21	Karfreitag	24. Mai '21	Pfingstmontag	25. Dezember '21	1. Weihnachtstag
05. April '21	Ostemontag	03. Juni '21	Fronleichnam	26. Dezember '21	2. Weihnachtstag

Ferienplan für das Schuljahr 2021/2022

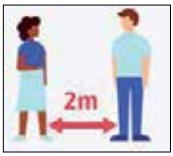
	erster Ferientag:		letzter Ferientag	
Weihnachtsferien	Montag,	23. 12. 2020	Sonntag,	10.01.2021
Winterferien	Montag,	15. 02. 2021	Sonntag,	21.02.2021
Osterferien	Mittwoch,	31. 03. 2021	Sonnag,	11.04.2021
verlängertes Wochenende	Donnerstag,	13. 05. 2021	Sonntag,	16. 05.2021
Pfingstferien	Dienstag,	25. 05. 2021	Sonntag,	06.06.2021
Sommerferien	Donnerstag,	29. 07. 2021	Sonntag,	12.09.2021
Herbstferien	Montag,	01. 11. 2021	Sonntag,	07.11.2021
Weihnachtsferien	Donnerstag,	23. 12. 2021	Sonntag,	10.01.2022

Hygieneplan der vhs Ladenburg-Ilvesheim e.V.

Für den laufenden Kursbetrieb gelten aktuell (Stand: 22.07.2020) die nachfolgenden Regeln. Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis und die Beachtung der Vorgaben – so leisten wir alle unseren Beitrag, die Ausbreitung des Virus zu erschweren.

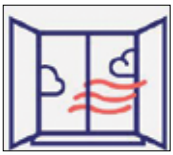
Das Betreten der Unterrichtsorte ist derzeit nur mit Mund-Nasen-Schutz gestattet. Bitte beachten Sie dies auch während den Pausen und dem Weg zur Toilette. **Im Kurs selbst herrscht keine generelle Maskenpflicht!**

Bitte waschen und desinfizieren Sie gründlich Ihre Hände vor Beginn des Kurses – entsprechende Säulen mit Desinfektionslösung stehen im Haus bereit.



In den Gebäuden sowie in den Kursräumen herrscht eine Abstandspflicht von 1,5 m zu allen Personen. Ferner bitten wir Sie Körperkontakt in jeglicher Form (Händeschütteln usw.) zu vermeiden.

Bitte beachten Sie die aktuellen Kapazitätsgrenzen unserer Räume. Aus diesem Grund darf momentan auch **kein Kursbesuch ohne Anmeldung** stattfinden. **Es ist spätestens alle 20 Minuten auf ausreichende Durchlüftung der Räume zu achten**!



Um einen möglichst kurzen Aufenthalt in unserem Haus zu haben, kommen Sie bitte maximal 5 Minuten vor Kursbeginn und verlassen das Gebäude nach Kursende einzeln und zügig wieder.

Ferner müssen wir Sie bitten, bei unseren Bewegungskursen bereits umgezogen an den jeweiligen Kursorten zu erscheinen, da wir aktuell keine Räumlichkeiten zum Umkleiden zur Verfügung stellen können.

Sollten Sie eindeutige Krankheitssymptome zeigen, bitten wir Sie zum Wohle aller Beteiligten zu Hause zu bleiben. Selbstverständlich sind ein gelegentliches Husten oder Niesen kein Ausschlussgrund. Bitte beachten Sie die Nies-Etikette (Armbeuge).

Vielen Dank für Ihr Verständnis und Ihre Mithilfe!

Ausdrucksstark

in verschiedenen Formaten.
Qualitäts- und terminsicher
in allen Lagen.

M+M Druck GmbH
Mittelgewannweg 15
69123 Heidelberg
Telefon: 0 62 21 / 82 73-0
Telefax: 0 62 21 / 82 73-15
E-Mail: info@mm-druck.de
www.mm-druck.de

- Flyer
- Folder
- Broschüren
- Kataloge
- Briefbögen
- Visitenkarten
- Plakate
- Kalender
- Etiketten

... und vieles mehr

Führungen

211-2000 Führung durch das Lobdengau-Museum Heimatbund Ladenburg e.V.

Der Heimatbund Ladenburg e.V. bietet in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. eine Führung durch die Römerabteilung des Lobdengau-Museums an. Im ehemaligen Bischofspalais präsentiert Ladenburg seine Vergangenheit: die römischen Kastelle, die römische Stadt Lopodunum mit Stadtmauer, Forum, Basilika, Mansio, Theater, Tempeln, Bädern, villae rusticae sowie die römische Götterwelt.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
In der Gebühr ist der Eintrittspreis bereits enthalten.
Sonntag, 7. Februar 2021
14.30 Uhr – 15.30 Uhr
1 Nachmittag, 6,00 €
Eingang Lobdengau-Museum, Amtshof 1

211-2001 Führung durch das Lobdengau-Museum Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-2000
Sonntag, 18. April 2021
14.30 Uhr – 15.30 Uhr
1 Nachmittag, 6,00 €
Eingang Lobdengau-Museum, Amtshof 1

211-2010 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ladenburg ist eine attraktive mittelalterlich geprägte Kleinstadt mit einer langen und wechselvollen Geschichte. Tauchen Sie ein in die römische Vergangenheit, in die Zeit der Wormser Bischöfe im Mittelalter und der frühen Neuzeit. Religiöse Auseinandersetzungen prägten das Leben der Stadt.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Sonntag, 24. Januar 2021
11.00 Uhr – 12.30 Uhr
1 Vormittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2011 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-2010
Sonntag, 21. Februar 2021
11.00 Uhr – 12.30 Uhr
1 Vormittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2012 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-2010
Sonntag, 21. März 2021
11.00 Uhr – 12.30 Uhr
1 Vormittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2013 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-2010
Sonntag, 25. April 2021
11.00 Uhr – 12.30 Uhr
1 Vormittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2014 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-2010
Mittwoch, 12. Mai 2021
14.00 Uhr – 15.30 Uhr
1 Nachmittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2015 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-2010
Sonntag, 30. Mai 2021
11.00 Uhr – 12.30 Uhr
1 Vormittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2016 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-2010
Mittwoch, 16. Juni 2021
14.00 Uhr – 15.30 Uhr
1 Nachmittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2017 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-2010
Sonntag, 27. Juni 2021
11.00 Uhr – 12.30 Uhr
1 Vormittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2018 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-2010
Mittwoch, 14. Juli 2021
14.00 Uhr – 15.30 Uhr
1 Nachmittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2019 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-2010
Sonntag, 25. Juli 2021
11.00 Uhr – 12.30 Uhr
1 Vormittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2020 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-2010
Mittwoch, 11. August 2021
14.00 Uhr – 15.30 Uhr
1 Nachmittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2021 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-2010
Sonntag, 22. August 2021
11.00 Uhr – 12.30 Uhr
1 Vormittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2030 Mit dem Torwächter durch das nächtliche Ladenburg Heimatbund Ladenburg e.V.

Viele Anekdoten und Histörchen wird der Torwächter erzählen, aber Historisches kommt auch nicht zu kurz. Der nächtliche Rundgang dauert eine gute Stunde; unterbrochen durch einen zünftigen Torwächtertrunk. Sofern der Torwächter an diesem

Abend gut bei Stimme ist, wird sogar gesungen.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Freitag, 5. März 2021
20.00 Uhr – 21.00 Uhr
1 Abend, 9,00 € inklusive Trunk
Marktplatzbrunnen

211-2031 Mit dem Torwächter durch das nächtliche Ladenburg Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-2030
Freitag, 19. März 2021
20.00 Uhr – 21.00 Uhr
1 Abend, 9,00 € inklusive Trunk
Marktplatzbrunnen

211-2032 Stadtführung Anno Domini – Zeitreise in das mittelalterliche Ladenburg Heimatbund Ladenburg e.V.

Begleiten Sie eine Bürgerin, die Sie in das mittelalterliche Ladenburg entführt und aus ihrem Leben in der damaligen Gesellschaft so einiges erzählen kann. Lassen Sie sich überraschen!

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Sonntag, 11. April 2021
14.30 Uhr – 16.00 Uhr
1 Nachmittag, 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2033 Stadtführung Anno Domini – Zeitreise in das mittelalterliche Ladenburg Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-2032
Sonntag, 6. Juni 2021
14.30 Uhr – 16.00 Uhr
1 Nachmittag 5,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2034 Lyrischer Stadtspaziergang Heimatbund Ladenburg e.V.

Genießen Sie Gedichte „en passant“ auf einem Spaziergang durch das Städtchen. Schauen Sie mit der Autorin Kristin Wolz gemeinsam auf vielleicht bisher unbemerkte Details, die auch historische Wurzeln haben können. Ausklang bei einem Glas Sekt oder Wein.

Teilnehmergebühr inklusive Getränk
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Sonntag, 21. März 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
1 Abend, 9,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2035 Stadtführung mit überraschenden Begegnungen Heimatbund Ladenburg e.V.

Entdecken Sie Ladenburg auf einem Streifzug durch die Geschichte – von den Kelten und den Römern bis zum ersten Automobil – in der einzigartigen Atmosphäre der Altstadt und treffen Sie eine Bürgerin der mittelalterlichen Stadt, die Ihnen Interessantes über ihre Rolle und ihr Leben in der damaligen Gesellschaft berichtet.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich
Sonntag, 28. März 2021
14.30 Uhr – 16.30 Uhr
1 Nachmittag, 8,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2036 Stadtführung mit überraschenden Begegnungen Heimatbund Ladenburg e.V.

Ausschreibung siehe Kurs Nr. 211-2035
Sonntag, 2. Mai 2021
14.30 Uhr – 16.30 Uhr
1 Nachmittag, 8,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2037 Mit der Römerin durch Ladenburg Heimatbund Ladenburg e.V.

Nachdem die Römer ganz Gallien erobert hatten, kamen sie über den Rhein. Sie bauten zunächst ein Holz- und ein Steinkastell, ehe sie an der strategisch günstigen Stelle am Unterlauf des Neckars den Ort Lopodunum als Hauptort der Civitas Ulpia Sueborum Nicrensium gründeten, dessen Bauten von enormer Größe und Pracht waren. Die Geschichte dieser Zeit wird anhand der noch sichtbaren Bauten dargelegt und nahegebracht. Zwischendurch gibt es eine römische Erfrischung mit Mulsum und Mustacei.

Teilnehmergebühr inklusive Mulsum und Mustacei
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Samstag, 12. Juni 2021
16.00 Uhr – 17.30 Uhr
1 Nachmittag, 9,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-2110 Skulpturenführung in Ilvesheim Heinrich-Vetter-Stiftung Ilvesheim

Gemeinsam laden die Volkshochschule Ilvesheim und die Heinrich-Vetter-Stiftung zu einer Führung durch den Skulpturengarten der Heinrich-Vetter-Stiftung in die Goethestraße 13 in Ilvesheim ein. Es werden die rund 40 Plastiken und Skulpturen vorgestellt und erläutert.
Da die Anzahl der Plätze begrenzt ist, wird um namentliche Anmeldung unter Tel. 06 21/2 33 66 gebeten.
Die Teilnahme ist kostenlos.

Samstag, 19. Juni 2021
11.00 Uhr – 13.00 Uhr
1 Vormittag, kostenlos
Treffpunkt: Goethestraße 13, Ilvesheim

211-2111 Skulpturenführung in Ilvesheim Heinrich-Vetter-Stiftung Ilvesheim

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-2110
Da die Anzahl der Plätze begrenzt ist, wird um namentliche Anmeldung unter Tel. 0621/2 33 66 gebeten.
Die Teilnahme ist kostenlos.

Samstag, 4. September 2021
11.00 Uhr – 13.00 Uhr
1 Vormittag, kostenlos
Treffpunkt: Goethestraße 13, Ilvesheim

211-2200 Führung Schlosskirche Mannheim

Joachim Peters

Die Schlosskirche in Mannheim, wer kennt sie schon?

Schlosskapelle und Grablege Carl-Philipps waren in den 1740er bis 1770er Jahren, vor allem durch die „Mannheimer Schule“, eines der kulturellen Zentren Europas.

Prunkvolle Gottesdienste bei Karl Theodor und Besuche Wolfgang Amadeus Mozarts haben diese Kirche berühmt gemacht.

Nach der durch Erbschaft erzwungenen Verlegung der Residenz nach München verödete sie und wurde zum Depot des Deutschen Roten Kreuzes.

Seit 1872 ist sie nunmehr das Gotteshaus für die Alt-Katholische Kirche.

Dauer der Führung ca. 2 Stunden.

Anreise mit eigenem PKW oder öffentlichen Verkehrsmitteln!

Samstag, 17. April 2021
11.00 Uhr – 12.30 Uhr
1 Vormittag, 5,00 €
Schlosskirche Mannheim

211-2225 Kräuterführung – Helfer am Wegesrand

Kristin Manuwald

Eine Kräuterführung zur Bestimmung von Wildkräutern anhand spezifischer Erkennungsmerkmalen. Sie erhalten Informationen über charakteristische Inhaltsstoffe und deren Wirkung sowie über Anwendungsbeispiele in der Küche und für die Hausapotheke.

Dauer ca. 2 Stunden, festes Schuhwerk erforderlich.

Mittwoch, 24. März 2021
14.30 Uhr – 16.30 Uhr
1 Nachmittag, 10,00 €
Treffpunkt: Ilvesheim, Hopp-Spielplatz

211-2226 Kräuterführung – Helfer am Wegesrand

Kristin Manuwald

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-2225
Mittwoch, 14. April 2021
14.30 Uhr – 16.30 Uhr
1 Nachmittag, 10,00 €
Treffpunkt: Fähre Ladenburg

211-2227 Kräuterführung – Helfer am Wegesrand

Kristin Manuwald

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-2225
Dauer ca. 2 Stunden, festes Schuhwerk erforderlich.
Mittwoch, 28. April 2021
14.30 Uhr – 16.30 Uhr
1 Nachmittag, 10,00 €
Treffpunkt: Ilvesheim, Hopp-Spielplatz

211-2500 Ein Abend im Heidelberger Zoo

Antje Hoyer

Bildnachweis: Heidrun Knigge

Der Heidelberger Zoo schließt im April um 19:00 Uhr seine Tore. Wenn dann alle (Tages-)Besucher gegangen sind, haben Sie während unserer exklusiven 90-minütigen Abendführung jenseits der Besucherströme die seltene Gelegenheit eine ganz besondere Atmosphäre zu erleben. Mit etwas Glück lässt sich dann vielleicht auch das ein- oder andere dämmerungs- und nachtaktive Tier beobachten, nach dem man tagsüber vergeblich Ausschau hält.
Treffpunkt ist um 19.25 Uhr vor dem Zoo-Eingang, Tiergartenstraße 3, Heidelberg.
Inkl. Gruppenbetreuung durch zwei Zooranger, Jahreskarten gelten nicht.
Nur für Erwachsene und begleitete Jugendliche ab 12 Jahren.

Die Teilnahme ist ohne vorherige Anmeldung leider nicht möglich.

Mittwoch, 28. April 2021
19.30 Uhr – 21.00 Uhr
1 Abend 25,00 €
Treffpunkt: Heidelberger Zoo

211-2600 Naturkundlich-ornithologischer Spaziergang am Neckar

Paul Hennze

Naturkundlich-ornithologischer Spaziergang am Neckar und den angrenzenden Grünflächen mit Ausblick auf Möglichkeiten zur Biotopsverbesserung und Auswirkungen auf die Vogelwelt.

Sonntag, 2. Mai 2021
08.00 Uhr – 11.00 Uhr
1 Vormittag, 5,00 €
Treffpunkt: Fähre Ladenburg

Vorträge

211-VSch5 Stressfrei kommunizieren – Gespräche sicher führen

Ulrike-Ebba Gräfin von Sparr, Kommunikationswirtin

Gerade wenn schwierige Gespräche anstehen, breitet sich bei vielen schon im Vorfeld der Stress aus „Was, wenn mir wieder nichts Passendes einfällt?!“ und der Druck wird immer größer. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie mit praxiserprobten Tipps und Tricks genau dem entgegenwirken und künftig nur noch stressfrei kommunizieren:

- Gesprächsinhalte vorbereiten: So argumentieren Sie sachlich
- Wie Sie gegenüber dominanten Gesprächspartnern Kompetenz zeigen
- Schlagfertigkeitstraining: Die passende Antwort auf unerwartete Fragen
- Emotionsfallen erkennen: Nein-Sagen und Kritik üben ohne schlechtes Gewissen
- Lernen Sie zu sagen: „Das ist mir wichtig!“
- Gesprächssituationen durchlaufen: Wie Sie beim Small Talk selbstbewusst mitmischen

Freitag, 16. April 2021
18:15 Uhr – 21:15 Uhr
1 Abend, 22,00 €
Schriesheim, vhs-Haus, Vortragssaal

ANMELDUNG:
bitte direkt über die vhs Schriesheim

Studienfahrten

211-1004 Sonderausstellung „Gier“ und „Wissenspalast“ und Stadtbibliothek Stuttgart

„Habgier der Ausbeuter und Neugier der Forscher. Hass auf Fremde und Hass auf Krieg. Verbotene Liebe und fanatische Liebe.“ So beginnt die Erläuterung zur Sonderausstellung im „Haus der Geschichte“ in Stuttgart.

Die Ausstellung hinterfragt in einer Ausstellungstrilogie – Gier, Hass, Liebe – was den Menschen antreibt. Wir widmen uns in einer Führung diesen Schlüssel-Emotionen und besuchen im Anschluss die spektakuläre Stadtbibliothek am Mailänder Platz. Geballtes Wissen in Papier- und digitaler Form in einem außergewöhnlichen Gebäude (2011 neu eröffnet) auf 11 Geschossen mit an die 500.000 Medien.

Leistungen:

- Zugfahrt Dossenheimer BH – Stuttgart HBH
- Eintritte & Führungen
- Organisation & Reiseleitung

Nicht enthalten:

- Versicherung
- Mittagessen, Getränke
- Reise(rücktritts)versicherung

Bitte die geltenden Hygiene-Maßnahmen einhalten!

Donnerstag, 04.02.2021,
9.00 Uhr – 17.00 Uhr
1 Tag, 45,00 €

ANMELDUNG:
direkt über die vhs Dossenheim

KONZERTE

Konzerte im Schloss

Der große Saal im Oberndorff'schen Schloss von Neckarhausen bietet seit mehr als 30 Jahren einen willkommenen Rahmen für die traditionellen Konzerte der Volkshochschule, die unter dem Namen Konzerte im Schloss ein reges Interesse finden. Die Künstler schätzen den Saal wegen seiner einzigartigen Akustik und die Zuhörer erfreuen sich an dem festlichen Glanz.

Neujahrskonzert

Trio Johanna Jung, Harfe
Yasuko Kagen, Klavier
Siegfried Jung, Tuba

Es erklingen Auftragskompositionen von sieben Komponisten aus unterschiedlichen Ländern und Kulturen; allen gemeinsam ist die Volksmusik des jeweiligen Heimatlandes.
Wir werden zeitgenössische Musik im harmonischen Gewand erleben, die mitreißender nicht sein kann!

Termin: Sonntag, 10. Januar 2021 um 17.00 Uhr
Ort: Großer Sitzungssaal, Schloss Neckarhausen, 1. OG
Eintritt: 20,00 €
ANMELDUNG: direkt über die vhs Edingen-Neckarhausen

Ramón Jaffé, Violoncello

„Klassik ist seine Liebe – Flamenco seine Leidenschaft"

Die Vielfalt verschiedenster Kulturen durchzieht das biographische und künstlerische Leben von Ramón Jaffé.
Geboren in Riga, setzte er sein Leben in Israel und später in Deutschland fort.
Seine Lehrer waren u.a. Don Jaffé, S. Végh, D. Schafran und B. Pergamenschikow.
Zahlreiche Wettbewerbspreise waren die Basis für seine daraufhin einsetzende Solistenlaufbahn, welche ihn in u.a. die grossen Konzerthäuser von Berlin, Wien, Amsterdam, München, St. Petersburg, Köln, Leipzig und Salzburg und grossen internationalen Festivals führte. Feinste Künstler zählen zu seinen Kammermusikpartnern & Ko-Solisten.
Jaffé hat die künstlerische Leitung von 2 Festivals in Tirol und den Niederlanden inne. 25 CDs dokumentieren sein künstlerisches Schaffen.

Termin: Sonntag, 21. März 2021, 17.00 Uhr
Ort: Schlosshof, Schloss Neckarhausen
Eintritt: 15,00 €
ANMELDUNG: direkt über die vhs Edingen-Neckarhausen

Vorankündigung Veranstaltungen

Theaterinitiative Ladenburg

211-51 TiL Theaterinitiative Ladenburg

Regie: Jeanette Rosen

Nachdem „Nora oder Ein Puppenhaus“ von Henrik Ibsen durch den ersten Lockdown nicht aufgeführt werden konnte und die geplanten Ersatztermine durch den zweiten Soft-Lockdown auch ausgefallen sind, soll es wohl nicht sein und wir blicken nach vorne.
Wir planen im Frühjahr/Sommer wieder ein Theaterstück unter der Regie von Jeanette Rosen aufzuführen. Das Stück steht momentan noch nicht fest. Sobald wir mehr zur Lokalität, die Termine sowie das Stück wissen, geben wir das zeitnah bekannt.
Wir freuen uns auf Euch!!!
Eure TiL

211-52 inselART trifft VHS: Musik und Literatinnen und Literaten

(Wolz, Timmermann, Sprakties)

Vorankündigung
Freitag, 18. Juni 2021
19.00 Uhr – 22.00 Uhr

StadtbibliothekLadenburg

Unsere Öffnungszeiten sind:

Montag	14.00 Uhr – 19.00 Uhr
Dienstag	10.00 Uhr – 14.00 Uhr
Donnerstag	14.00 Uhr – 19.00 Uhr
Freitag	10.00 Uhr – 18.00 Uhr
Samstag	10.00 Uhr – 13.00 Uhr

Theater

211-7100 Entdecke deine Spielfreude! mit der „TiL“ Theaterinitiative Ladenburg

Jeanette Rosen

Lust Theaterluft zu schnuppern und dein Publikum mit Bühnenpräsenz, Stimme und Emotionen in den Bann zu ziehen? Dann bist du bei uns richtig! Wir sind ein bunt gemischter Haufen von Amateurschauspielern und erarbeiten jedes Jahr ein Theaterstück unserer Wahl. Wir treffen uns immer mittwochs in der Wallstadter Straße 36-38 von 19.00 Uhr bis 21.00 Uhr. Unter der Leitung von Jeanette Rosen (Schauspielerin und Regisseurin) befinden wir uns gerade in der Stückauswahl, danach heißt es auf die Bretter fertig los! Vor oder auch hinter der Bühne suchen wir kreative Köpfe!

Bist du dabei? Dann schreib uns einfach eine E-Mail an webmaster.til@vodafone-mail.de oder ruf uns an:
Tel. 06203-796709 oder 0171-1872815,
Website: www.til-ladenburg.de.

mittwochs, 13. Januar 2021
19.00 Uhr – 20.00 Uhr
24 Abende, 36,00 €
TiL-Proberaum, Wallstadter Straße 36-38

Literatur

211-7110 Lesen Sie auch so gerne?

Angelika Arns

Lesen Sie auch so gerne und finden nie jemanden, mit dem Sie über Ihre Eindrücke reden können?

Genau hier wollen wir mit unserem Gesprächskreis über aktuelle Literatur Abhilfe schaffen.

Im Abstand von drei Wochen liest jeder das gleiche Buch und gemeinsam werden wir dann darüber sprechen. Dabei ist nicht an ein akademisches „Interpretieren und Analysieren“ gedacht, sondern an eine persönliche Aussprache darüber, wie das jeweilige Buch auf die unterschiedlichen LeserInnen gewirkt hat. Wir freuen uns auf möglichst lebhafte und kontroverse Gespräche.

Neue LeserInnen sind herzlich willkommen!

12.04.2020 Norbert Scheuer	
Winterbienen	22,00 €
10.05.2020 Ayobami Adebayo	
Bleib bei mir	22,00 €
14.06.2020 Sasa Stanisic	
Herkunft	22,00 €
12.07.2020 Anne Weber	
Anette, ein Heldinnenepos	22,00 €

montags, 12. April 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
4 Abende, 26,00 €
Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 8

211-7111 Fit für den eigenen Roman

Christopher Hönig

Ihr größter Traum ist es, ein selbst geschriebenes Buch in den Händen zu halten? Ihr Kopf ist voller Ideen, aber Sie wissen nicht, wo Sie anfangen sollen? In diesem Anfängerkurs lernen Sie die Grundlagen des Erzählens für Romane. Was macht eine gute Geschichte aus? Wie strukturiere ich eine Handlung? Welche Konflikte erzeugen Spannung? In Einzel- und Gruppenarbeiten entwickeln Sie eine zündende Idee, arbeiten diese aus, füllen sie mit Charakteren, Orten und Ereignissen und kommen so Schritt für Schritt dem Inhalt Ihres ganz eigenen Romans näher. Ziel des Kurses ist es, dass jede*r Teilnehmer*in mit dem Schreiben loslegen kann.

samstags, 12. Juni 2021
14.30 Uhr – 19.30 Uhr
4 Nachmittage, 100,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Musik

211-7120 Musik hören und verstehen

Andreas Benend

Der Kurs „Musik hören und verstehen“ wendet sich an klassikinteressierte Jugendliche (ab etwa 14 Jahre) und Erwachsene. Er soll Hintergründe zur Musikgeschichte und -theorie vermitteln, die das Verständnis klassischer Musik erleichtern und vertiefen.

Zum Beethovenjahr 2020 wollten wir uns in den vier Vorlesungen des Herbstsemesters mit vier großen Werken des Bonner Meisters beschäftigen. Da dies aufgrund der Corona-Situation nicht geklappt hat, holen wir das in 2021 nach.

Donnerstag, 06. Mai 2021:
Symphonie Nr. 3 „Eroica“

Donnerstag, 20. Mai 2021:
Die „Neunte“

Donnerstag, 10. Juni 2021:
Die Missa solemnis

Donnerstag, 24. Juni 2021:
Klaviersonate Nr. 32 op. 111

Kursleiter: Andreas Benend
(Diplom-Pianist und -Musikpädagoge)

donnerstags, 6. Mai 2021
20.00 Uhr – 21.30 Uhr
4 Abende, 26,00 €
Musikschule, Lustgartenstraße 10, Raum 4

Fotografie und Film

FOTOTREFF
LADENBURG

211-7130 Fototreff

Dr. Helmut Raab

Der Fototreff ist eine lockere Zusammenkunft erfahrener Amateurfotografen. Die Gruppe trifft sich zweimal monatlich, am 1. und am 3. Dienstag eines jeden Monats in der VHS Ladenburg. Erfahrungsaustausch, Bildbesprechungen, Informationen über die neuesten Entwicklungen auf dem Gebiet der Fotografie, aber auch gemeinsame Bearbeitungen fotografischer Themen sowie organisierte Exkursionen stehen auf dem Kursprogramm.

dienstags, 12. Januar 2021
16.30 Uhr – 18.00 Uhr
13 Nachmittage, 13,00 €
online-Kurs

211-2501 Lightpainting – Magische Bilder mit Licht

Martin Keim

Erschaffe durch lange Belichtungszeiten magische Bilder. Ihr werdet mit unterschiedlichen Lichtquellen, in einem abgedunkelten Raum, kreative Bilder anfertigen. Von leuchtenden Engelsflügeln, brennenden Händen bis hin zu Lichtkugeln – Eurer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Zudem werdet ihr auch eigene Lichtquellen erstellen.

Eure Bilder könnt Ihr danach auf einem USB-Stick zusammen mit der gebastelten Lichtquelle mit nach Hause nehmen.

Lernziele:

- Eigenständiges Erstellen von Langzeitaufnahmen mit unterschiedlichen Lichtquellen
- Besonderheiten des Fotografierens bei Dunkelheit kennenlernen
- Erstellen eigener Leuchtmittel (können im Anschluss mitgenommen werden)
- Gestalten von Lightpaintingbildern mit dem Smartphone

Samstag, 27.02.2021,
10.00 Uhr – 16.30 Uhr
Dossenheim, Mühlbachhalle UG
1 Tag, 95,00 €

ANMELDUNG:
direkt über die vhs Dossenheim

211-2500 Trickfilm – erwecke deine Legostadt zum Leben!

Martin Keim

Wie erweckt man eine Legostadt zu leben? In diesem Workshop lernt ihr, wie ihr euren eigenen Trickfilm zu Hause drehen könnt. Dafür werdet ihr in Gruppen einen Trickfilm drehen und schneiden. Mit deiner Gruppe wirst du mehrere Szenen des Films drehen. Später werdet ihr die einzelnen Szenen zu einem ganzen Film zusammenfügen. Hierzu baut ihr aus Lego zunächst eigene Kulissen. Danach heißt es: „Licht? – Kamera? – Action!“ – erwecke Eure Kulisse mit der Kamera zum Leben. Der Film wird zuletzt mit Geräuschen und Musik nachvertonen und geschnitten. Euren fertigen Trickfilm könnt ihr danach auf einem USB-Stick mit nach Hause nehmen.

Lernziele:

- Die Teilnehmer lernen wie sie selbst einen Trickfilm zu Hause produzieren können
- Den Schnitt eines Videos inklusive dessen Vertonung mit Geräuschen und Musik
- Aufbauen und richtiges Einleuchten einer flexiblen Kulisse
- Schreiben eines Skriptes
- Abläufe und Organisation bei Dreharbeiten

Bitte einen USB-Stick mitbringen und mit Namen kennzeichnen. Keine eigenen Legosteine mitbringen. Es stehen bis zu 10.000 Teile zur Verfügung.

Freitag, 12.02.2021,
13.00 Uhr – 19.30 Uhr
Dossenheim, Mühlbachhalle UG
1 Tag, 95,00 €

ANMELDUNG:
direkt über die vhs Dossenheim

Kunst

211-7200 Aquarell- und Acrylmalerei

Klaus Grögerchen

Farben und Pinsel wiederentdecken und mitmachen!
Wir malen auf Papier, Karton oder Leinwand mit Aquarell-, Acryl- und Dispersionsfarben nach eigenen Ideen oder gemeinsamen Aufgabenstellungen.
Ziel ist der Austausch untereinander und eine individuelle Interpretation der Themen im Einklang mit den Fähigkeiten der einzelnen Kursteilnehmer.
Anfänger und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen.
Am ersten Vormittag werden die Materialien gestellt bzw. für die Folgetermine besprochen.

mittwochs, 13. Januar 2021
09.30 Uhr – 11.30 Uhr
10 Vormittage, 66,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7201 Aquarell- und Acrylmalerei

Klaus Grögerchen

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7200
mittwochs, 14. April 2021
09.30 Uhr – 11.30 Uhr
5 Vormittage, 33,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7202 Experimentelles Zeichnen – von Null auf Kunst

Klaus Grögerchen

Zeichnen ist noch vor der Schrift die einfachste und schnellste Form einer Mitteilung. Doch wann benutzen wir heute noch einen Stift, eine Feder oder gar einen Pinsel? Wir haben es in frühen Jahren gelernt, jetzt können wir auf dem Papier unseren Fähigkeiten wieder Leben einhauchen!
Beim Abzeichnen von Gegenständen oder beim Zeichnen aus der Vorstellung sind wir schöpferisch tätig. Das ist eine beglückende Erfahrung, bei der wir Spuren setzen ... für uns und andere Betrachter.
Der Kurs richtet sich an alle Neugierigen, die über ihre schlummernden Talente staunen möchten.
Alle Materialien für den ersten Termin werden gestellt. Das restliche benötigte Material wird am ersten Kurstag besprochen.

mittwochs, 13. Januar 2021
17.30 Uhr – 19.30 Uhr
5 Abende, 33,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

211-7203 Experimentelles Zeichnen – von Null auf Kunst

Klaus Grögerchen

Dieses Angebot versteht sich zum einen als Fortsetzung und zum anderen als Neueinstieg für diejenigen, die den vorausgehenden Kurs aus terminlichen Gründen nicht wahrnehmen können.

mittwochs, 24. Februar 2021
17.30 Uhr – 19.30 Uhr
5 Abende, 33,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

211-7204 Lust auf Künstlerische Experimente?

Peter Schmidt-Grüne

Schaut man sich Maler der letzten 100 Jahre an, so fällt bei vielen der spielerische Gebrauch von Farbe und Formen auf – um nur einen zu nennen: Miro (der eine Wand des Ludwigshafener Hack-Museum gestal-

tet hat). Oft steht am Anfang der Zufall der Bildgestaltung. Erst dann lässt der künstlerische Blick das fertige Bild entstehen.

In ähnlicher Weise gehen auch wir vor. Nicht jeder Pinselstrich wird genauestens überlegt; dafür kommt die Freude am Experimentieren nicht zu kurz. Es darf auch gelacht werden. Gemalt wird mit allem, was uns zur Verfügung steht, Spachtel, Walzen, ja auch mit Schaschlikspießen etc.. Auch lernen Sie alternative Drucktechniken kennen und hoffentlich schätzen.

Stoßen Sie zu uns, wenn Sie eine entspannte Atmosphäre mögen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur die Lust auf gemeinsames Malen.

Eigenes Material kann gern benutzt werden – muss aber nicht.

mittwochs, 5. Mai 2021
09.30 Uhr – 12.00 Uhr
10 Vormittage, 75,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Kunsthandwerk

211-7210 Töpferwerkstatt am Vormittag

Dorothee Guth

In dem Kurs treffen sich Töpfererfahrene, Wiedereinsteiger und Anfänger, um individuelle Dekoobjekte in Aufbautechnik für Haus und Garten zu formen. Auch ohne Töpferscheibe können so an 5 Vormittagen tolle Töpferwaren gefertigt werden. Für das Trocknen und Brennen gibt es eine Pause von ca. 3 bis 6 Wochen, bevor alles glasiert werden kann. Die fertigen Werke können dann voraussichtlich vor Ostern abgeholt werden.

Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

mittwochs, 13. Januar 2021
09.00 Uhr – 12.00 Uhr
5 Vormittage, 45,00 €
Werkrealschule Kellerwerkraum

211-7211 Töpferwerkstatt am Vormittag

Dorothee Guth

In dem Kurs treffen sich Töpfererfahrene, Wiedereinsteiger und Anfänger, um individuelle Dekoobjekte in Aufbautechnik für Haus und Garten zu formen. Auch ohne Töpferscheibe können so an 5 Vormittagen tolle Töpferwaren gefertigt werden. Für das Trocknen und Brennen gibt es eine Pause von ca. 3 bis 6 Wochen, bevor alles glasiert werden kann. Die fertigen Werke können dann voraussichtlich nach Ostern abgeholt werden.

Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

mittwochs, 3. März 2021
09.00 Uhr – 12.00 Uhr
5 Vormittage, 45,00 €
Werkrealschule Kellerwerkraum

211-7212 Töpferwerkstatt

Dorothee Guth

Dekorative Gegenstände aus Ton in Aufbautechnik herstellen, das gelingt Anfängern und Fortgeschrittenen in diesem Kurs. Die Werke der ersten beiden Abende werden nach dem Trocknen und Brennen am dritten Abend glasiert. Danach erfolgt ein weiterer Brand, so dass die fertigen Werke voraussichtlich vor Ostern abgeholt werden können.

Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Bitte mitbringen: Altes Hemd oder Schürze

mittwochs, 20. Januar 2021
18.00 Uhr – 20.15 Uhr
3 Abende, 23,00 €
Werkrealschule Kellerwerkraum

211-7213 Töpferwerkstatt

Dorothee Guth

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7212

dienstags, 2. Februar 2021
18.00 Uhr – 20.15 Uhr
3 Abende, 23,00 €
Werkrealschule Kellerwerkraum

211-7214 Goldschmiedekurs

Jonas Herrmann

In diesem Workshop werden die Grundkenntnisse des Goldschmiedens nähergebracht. Werkzeuge und Maschinen sowie das Material (Silber 925) werden von dem Dozenten zur Verfügung gestellt und am Ende des Kurses berechnet. Jeder Kursteilnehmer kann sein eigenes Schmuckstück anfertigen (Ring, Ohrring, Anhänger, Ring ca. 50,00 € bis 95,00 €). Es wird darauf geachtet, dass das Schmuckstück bis Ende des Workshops fertiggestellt ist. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Mietgebühr für Werkzeug und Maschinen (ca. 18,00 €) sowie die Kosten für das Schmuckstück werden mit dem Dozenten direkt abgerechnet.

Samstag, 24. April 2021
10.00 Uhr – 18.00 Uhr
1 Tag, 35,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-7217 Keramikmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Petra Sohn

In diesem Workshop werden verschiedene Techniken und Effektglasuren der Keramikmalerei gezeigt und ausprobiert. Gestaltet wird ein bereits geformter schlichter Keramikrohling, wie z. B. eine Schale oder Tasse. Da die Freude am Kombinieren unterschiedlichster Farben und Effekte im Vordergrund steht, ist dies auch für ungeübte Maler/-innen leicht umzusetzen. Vor Ort kann in gemütlicher Atmosphäre aus über 100 verschiedenen Keramikrohlingen und einer Vielzahl von Glasurfarben ausgewählt werden. Die Kunstwerke werden dann bei ca. 1000 °C gebrannt, sodass eine Gebrauchskeramik entsteht, an der man lange Freude hat!

Die Materialkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet

Freitag, 12. März 2021
19.30 Uhr – 22.30 Uhr
1 Abend, 15,00 €
Keramiklädchen, Kirchenstr. 12

211-7220 Blüten nass gefilzt (inkl. Rosen)

Jannine Weimer

Wir erlernen an diesem Abend mehrere Techniken verschiedenste Blüten herzustellen. Blüten kommen am Schlüsselanhänger, auf Türstoppern, Eierwärmern oder auch als Brosche zum Einsatz. Auch eine hübsche Blüte auf dem Hut oder als Armband ist ein Hingucker!
In einer kreativen Kleingruppe lernen wir das älteste Textilhandwerk kennen...

Bitte 2 alte Handtücher mitbringen.

Die Materialkosten in Höhe von 4,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Montag, 8. Februar 2021
17.00 Uhr – 20.00 Uhr
1 Nachmittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-7221 Armstulpen in Nunotechnik gefilzt (Anfänger/Fortgeschrittene)

Jannine Weimer

An diesem Abend erweitern wir unsere Garderobe mit einem Paar selbstkreierten Armstulpen. In einer japanischen Filztechnik stellen wir Pulswärmer her, welche uns in dieser kalten Jahreszeit warm halten.
Kuschelige Schafwolle und reine Seide sind die Materialien welche wir dazu benutzen werden.
In einer Kleingruppe erfahren wir die älteste Textilkunst der Menschheit.

Bitte 2 alte Handtücher mitbringen.

Die Materialkosten in Höhe von 7,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Montag, 15. Februar 2021
17.00 Uhr – 20.00 Uhr
1 Nachmittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-7222 Wir verpassen unserem Smartphone eine handgefilzte, individuelle Hülle (für Anfänger/Fortgeschrittene)

Jannine Weimer

Wir filzen mit Hilfe einer Schablone eine passgenaue Hülle für unser Handy.
Sie schützt es vor Stürzen, Kälte usw.
Wir arbeiten mit bunter Schafwolle und diversen anderen Fasern...
In einer Kleingruppe erfahren wir die älteste Textilkunst seit es Menschen gibt.

Bitte 2 alte Handtücher mitbringen.

Die Materialkosten in Höhe von 7,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Dienstag, 16. Februar 2021
17.00 Uhr – 20.00 Uhr
1 Nachmittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-7223 Wilde Hühner, handgefilzt (Anfänger/Fortgeschrittene)

Jannine Weimer

Wir filzen in einer Kleingruppe lustige Hühner, welche als Türstopper oder auf dem Fensterbrett hübsch aussehen. Mit Seifenschaum und Wasser werden die netten Gesellen hergestellt, danach mit der Filznadel und allerlei schillernden Fasern ausgeschmückt und zu guter Letzt noch ausgestopft.

Bitte 2 alte Handtücher mitbringen.

Die Materialkosten in Höhe von 7,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Mittwoch, 17. Februar 2021
17.00 Uhr – 20.00 Uhr
1 Nachmittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-7230 Perlen + Ketten (verarbeiten und reparieren)

Julia Strähle

In diesem Kurs können Sie Ihre eigenen Perlen und Ketten verarbeiten und reparieren:

1. neu aufziehen (evtl. knüpfen)
2. neu gestalten, kürzen, verlängern
3. neue Verschlüsse anbringen

Folgende Materialien können im Kurs bei der Kursleiterin erworben werden:

– Perlen aus Edelsteinen, Glas, Zuchtperlen

- Zwischenteile aus echtem Silber (auch vergoldet) + Metall
- Verschlüsse (Karabiner, S-Haken, Magnet)

Werkzeug steht zur freien Verfügung.

Mittwoch, 21. April 2021
17.30 Uhr – 21.15 Uhr
1 Abend, 20,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-7231 Endlich Frühling

Heidrun Häußer

Sie gestalten unter Anleitung eine Frühlingsdeko, die Ihren Tisch oder Ihre Tür bereichern wird. Gerne dürfen eigene, wasserdichte Gefäße mitgebracht werden. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, was Sie fertigen möchten.

Die Materialkosten werden vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 20. März 2021
11.00 Uhr – 14.00 Uhr
1 Vormittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-7232 Endlich Frühling

Heidrun Häußer

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7231

Mittwoch, 24. März 2021
18.00 Uhr – 21.00 Uhr
1 Vormittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-7233 Ikebana

Keiko Terai-Bierbrauer

Die Kunst des Ikebana, auf deutsch „lebendige Blume“, ist seit dem 8. Jahrhundert tief in der japanischen Kultur verwurzelt. Eine Meisterin der Ohara-Schule vermittelt Ihnen die alte und modernisierte Kunst des Blumen-Arrangements.

Bitte mitbringen: Ikebana- oder kleine Gartenschere, eine flache Schale (ca. 20-25 cm Durchmesser), Schreibutensilien und einen Kenzan-Blumenigel (mindestens 300g).

Der Blumenigel und die Ikebana-Schale sind auch über die Dozentin erhältlich.

Die Materialkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Weitere Termine: 25. März und 22. sowie 29. April 2021

donnerstags, 18. März 2021
19.15 Uhr – 21.00 Uhr
4 Abende, 40,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-7234 Ikebana

Keiko Terai-Bierbrauer

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7233

Weitere Termine: 24. Juni, 01. und 15. Juli 2021

donnerstags, 17. Juni 2021
19.15 Uhr – 21.00 Uhr
4 Abende, 40,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Förderung durch die Krankenkassen

Im Bereich Gesundheit bietet Ihnen unser Programm ein hochwertiges Angebot an Kursen zur Gesundheitsförderung und primären Prävention. Als Einrichtung in öffentlicher Verantwortung sichern und entwickeln wir systematisch die Qualität unseres Gesundheitsangebotes weiter. Wir sind den hohen Qualitätsstandards unseres vhs-Verbandes verpflichtet.
Eine **vhs-Teilnahmebescheinigung** stellen wir Ihnen gerne nach Ende Ihres Gesundheitskurses mit umfangreichen Angaben zum Kurs (ohne Bestätigung einer Prüfung nach § 20, SGB V) aus, wenn Sie an mindestens 80% der Kursstunden teilgenommen haben. Die Teilnahme an Gesundheitskursen kann von den Krankenkassen gefördert werden. Die Krankenkassen und die Zentrale Prüfstelle Prävention der Krankenkassen (ZPP) legen dabei jeweils eigene Erstattungskriterien im Sinne des § 20, SGB V zugrunde, die sich untereinander und von den hohen Standards der Volkshochschulen unterscheiden.
Ob und wie Ihre Kursteilnahme gefördert wird, bitten wir Sie deshalb direkt mit Ihrer Krankenkasse zu klären.
Bonusprogramme: Für einen Eintrag in Ihrem KK-Bonusheft gehen Sie bitte mit Ihrer vhs-Anmeldebestätigung zu Ihrer Krankenkasse.

Yoga

211-7501 Yoga

Jürgen Fesser

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

montags, 11. Januar 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Domhof Ladenburg, Hauptstr. 7

211-7502 Yoga

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7501

montags, 11. Januar 2021
19.30 Uhr – 21.00 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Domhof Ladenburg, Hauptstr. 7

211-7503 Yoga

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7501

Bei schönem Wetter findet der Kurs auf der Rasenfläche des Hortes „Haus des Kindes“ statt.

montags, 12. April 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
13 Abende, 104,00 €
Domhof Ladenburg, Hauptstr. 7

211-7504 Yoga

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7501

Bei schönem Wetter findet der Kurs auf der Rasenfläche des Hortes „Haus des Kindes“ statt.

montags, 12. April 2021
19.30 Uhr – 21.00 Uhr
13 Abende, 104,00 €
Domhof Ladenburg, Hauptstr. 7

211-7505 Yoga für Einsteiger

Ute Petritt

Yoga verbindet Körper, Geist und Seele. Die Stunde enthält Übungen zur Entspannung, Verbesserung der Beweglichkeit, Kraft und des Gleichgewichts sowie Atemübungen. Die Dozentin geht dabei auf die Fähigkeiten und Bedürfnisse der Teilnehmer ein.

Bitte bequeme Kleidung, eine Matte und eine dünne Decke mitbringen.

montags, 18. Januar 2021
17.45 Uhr – 19.00 Uhr
10 Abende, 99,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

211-7506 Yoga für Einsteiger

Ute Petritt

Ausschreibung siehe Kurs Nr. 211-7505

Bitte bequeme Kleidung, eine Matte und eine dünne Decke mitbringen.

montags, 19. April 2021
17.45 Uhr – 19.00 Uhr
10 Abende, 99,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

211-7507 Yogilates

Jürgen Fesser

Yogilates ist eine Mischung aus Yoga und Pilates.

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

mittwochs, 13. Januar 2021
17.30 Uhr – 19.00 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 8

211-7508 Yogilates

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7507

mittwochs, 13. Januar 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 8

211-7509 Yogilates

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7507

Bei schönem Wetter findet der Kurs auf der Rasenfläche des Hortes „Haus des Kindes“ statt.

mittwochs, 14. April 2021
17.30 Uhr – 19.00 Uhr
13 Abende, 104,00 €
Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 8

211-7510 Yogilates

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7507

Bei schönem Wetter findet der Kurs auf der Rasenfläche des Hortes „Haus des Kindes“ statt.

mittwochs, 14. April 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
13 Abende, 104,00 €
Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 8

211-7511 Yogilates

Claudia Cordier

Yogilates ist eine Mischung aus Yoga und Pilates.

Ideal für alle, welche die Vorzüge von beidem für sich auf allen Ebenen (Körper, Emotionen, Gedanken) hilfreich spüren möchten.

Yoga mit Übungen zu allen Bewegungsrichtungen und energetischen Wirkungen.

Pilates für die kraftvolle, stabile Körpermitte (besonders Bauch und Rücken).

Ein kraftvolles Ganzkörpertraining mit Spirit.

dienstags, 12. Januar 2021
10.00 Uhr – 11.30 Uhr
11 Vormittage, 88,00 €
Musikschule, Lustgartenstraße 10, Raum 4

211-7512 Yogilates

Claudia Cordier

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7511

dienstags, 13. April 2021
10.00 Uhr – 11.30 Uhr
12 Vormittage, 96,00 €
Musikschule, Lustgartenstraße 10, Raum 4

211-7513 Hatha Yoga

Claudia Cordier

Hatha Yoga ist der körperorientierte Teil der 6 Yogawege.

Yoga bedeutet Einheit / Harmonie.

Ha heißt „Sonne“, Tha heißt Mond“.

Als ganzes Wort heißt es „Anstrengung“.

Hatha Yoga ist also die Harmonisierung der beiden Grundenergien in unserem System, der aktivierenden, wärmenden und der regenerierenden, kühlenden Energie.

Wir praktizieren Körperhaltungen (Asanas), Atemtechniken (Pranayama), Entspannung (Shavasana) und Meditation (Dhyana).

So werden die Muskeln gestärkt, die Flexibilität gefördert, der Stoffwechsel in Schwung gebracht. Wir erlangen mehr Geduld und ein verstärktes Bewusstsein sowie Achtsamkeit von Körper, Emotionen und Gedanken.

Wir können Blockaden lösen und dauerhaft entspannen Durch die bewusste Atmung wird die Durchblutung verbessert und im Alltag fällt es deutlich leichter, ruhig zu bleiben.

Der Schlaf wird besser, der Herzschlag ruhiger – Stress hat keine Chance mehr.

dienstags, 12. Januar 2021
08.30 Uhr – 10.00 Uhr
11 Vormittage, 88,00 €
Musikschule, Lustgartenstraße 10, Raum 4

211-7514 Hatha Yoga

Claudia Cordier

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7513

dienstags, 13. April 2021
08.30 Uhr – 10.00 Uhr
12 Vormittage, 96,00 €
Musikschule, Lustgartenstraße 10, Raum 4

211-7515 Hatha-Yoga

Katja Markmann-Schmitz

Einfache, leicht auszuführende Übungen mit erstaunlicher Wirkung: Das hier praktizierte sanfte Hatha-Yoga eignet sich für alle Altersklassen und jedes Fitnessniveau – Anfänger sind herzlich willkommen.

Jede/r Teilnehmer/in entscheidet selbst, mit welcher Intensität er/sie die effektiven Körper-, Atem- und Meditationsübungen ausführt. Ungesunden Haltungen des Alltags wird gezielt entgegengewirkt, Verspannungen werden gelöst, die Beweglichkeit wird gefördert und die Körperenergien können besser fließen.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannung.

montags, 11. Januar 2021
19.15 Uhr – 20.45 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

211-7516 Hatha-Yoga

Katja Markmann-Schmitz

Ausschreibung s. Kurs-Nr. 211-7515

montags, 12. April 2021
19.15 Uhr – 20.45 Uhr
13 Abende, 104,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

211-7517 Kundalini Yoga für Erwachsene mit Posttraumatischer Belastungsstörung (PTBS)

Nina Siebert

Traumatische Erlebnisse durch Unfälle, Schicksalsschläge oder Verbrechen belasten das Nervensystem und beeinträchtigen die Lebensqualität.

Symptome können Schlaflosigkeit, Alpträume, Schweißausbrüche und kurzzeitige Lähmungen des Körpers sein.

Diese spezielle Technik aus dem Kundalini Yoga soll das innere Gleichgewicht wieder herstellen und neue Kraft und Mut für den Alltag schenken.

Absolute Vertraulichkeit für alle Teilnehmer/innen hat höchste Priorität.

Bitte beachten: der Yogakurs ersetzt in keinem Fall eine therapeutische oder ärztliche Behandlung. Dieser ist eher als Ergänzung dazu zu sehen.

Bitte mitbringen: Wolldecke, Meditationskissen (wenn vorhanden), Yogamatte und bequeme Kleidung.

montags, 11. Januar 2021
17.30 Uhr – 19.00 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

211-7518 Kundalini Yoga für Erwachsene

Nina Siebert

Dynamische und kraftvolle Körperübungen gefolgt von Tiefenentspannung und einer Meditation sorgen für ein neues körperliches und mentales Gleichgewicht.

Durch gezielte Übungen wird das Nervensystem gestärkt, die allgemeine Beweglichkeit verbessert und ein wertvoller Beitrag zur Gesunderhaltung des Körpers bewirkt.

Die Meditationen fördern den bewussten Umgang mit den eigenen Emotionen und deren daraus resultierenden Folgehandlungen.

Bitte mitbringen: Wolldecke, Meditationskissen (wenn vorhanden), Yogamatte und bequeme Kleidung.

montags, 11. Januar 2021
19.30 Uhr – 21.00 Uhr
12 Abende, 96,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

211-7519 Kundalini Yoga für Erwachsene

Nina Siebert

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-7518

mittwochs, 13. Januar 2021
19.30 Uhr – 21.00 Uhr
12 Abende, 96,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

211-7520 Yoga für Schwangere

Nina Siebert

Die Übungen sind speziell für die Zeit der Schwangerschaft konzipiert und werden ergänzt durch eine Tiefenentspannung und eine kleine Meditation. Man braucht keine Vorkenntnisse im Yoga. Yoga-Anfängerinnen sind sehr willkommen!

Die Yogastunden möchten den Frauen Ruhe und Kraft spenden und somit auch mögliche Sorgen und Ängste in Bezug auf die Geburt minimieren.
Der Einstieg in den Kurs ist in jeder Schwangerschaftswoche möglich und nach Rücksprache mit dem Arzt/ der Hebamme kann eine Teilnahme bis kurz vor der Entbindung möglich sein.

Bitte mitbringen: Wolldecke, Meditationskissen (wenn vorhanden), Yogamatte und bequeme Kleidung.

donnerstags, 14. Januar 2021
17.30 Uhr – 19.00 Uhr
12 Abende, 96,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

211-7521 Yoga – Gehmeditation

Gehmeditation ist eine Yoga-Technik um mit bewussten Schritten, einem bestimmten Atemrhythmus sowie einem Mantra eine ganzheitliche körperliche und geistige Entspannung zu fördern. Die Verbindung von Körper und Geist kann die Achtsamkeit, die Vitalität und ein persönliches Wachstum durch die meditative Erfahrung steigern.

Keine Vorkenntnisse im Yoga notwendig.

Bitte tragen Sie feste Laufschuhe und bequeme Sport-/ oder Laufbekleidung.

Treffpunkt: Wasserturm Ladenburg.

Bei schlechtem Wetter findet eine Meditation mit leichten Yogaübungen im Yogazentrum Mukande, Bahnhofstrasse 32 in Ladenburg, statt.

freitags, 15. Januar 2021
11.00 Uhr – 12.00 Uhr
12 Vormittage, 64,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-7522 Sanfter Hatha-Yoga 50+

Manuela Förg

Atmung, Entspannung, Mobilisierung, Kräftigung
Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.
Wir praktizieren behutsame und dennoch wirksame und ausgleichende körperliche Übungen, Atemübungen, Entspannung und Meditation. Die Körperwahrnehmung, die Achtsamkeit wird geschult, der Stoffwechsel und das Immunsystem angeregt, Körper und Geist gestärkt und in die Balance gebracht.
Bitte mind. 1-2 Stunden vor Yoga keine Hauptmahlzeit mehr einnehmen. Bequeme Kleidung tragen, die eigene Yogamatte, Hilfsmittel (ABS-Socken wenn man nicht barfuß praktizieren möchte), warme Socken und eine Zudecke mitbringen.

montags, 18. Januar 2021
10.00 Uhr – 11.30 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

211-7523 Sanfter Hatha-Yoga 50+

Manuela Förg

Ausschreibung siehe Kurs Nr: 211-7522

montags, 12. April 2021
10.00 Uhr – 11.30 Uhr
12 Abende, 96,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

211-7524 Sanfter Hatha Yoga – Gentle Yoga

Manuela Förg

Eine besonders sanfte Yoga-Praxis, behutsam, vorbeugend und dennoch wirksam mit dem Fokus auf Gesundheit und körperliches Wohlbefinden ohne sich viel anstrengen zu müssen.

Wir praktizieren Übungen zur sanften Gelenkmobilisation, sanfte Dehnung und Kräftigung, Regeneration und Entspannung.
Gentle Yoga bedeutet sanft und ist für alle die sich bei einer besonders sanften Yoga Praxis wohl fühlen und ihrem Körper nicht zu viel zumuten wollen.
Rückenbeschwerden, Gelenkschmerzen und Versteifungen werden gemindert, der Stoffwechsel und die Verdauung werden angeregt, das Gleichgewicht und die Konzentration werden gesteigert, der Atem und die Schlafqualität werden verbessert.
Gentle Yoga ist auch im fortgeschrittenen Alter gut geeignet – viele Übungen können, bei Bedarf, auch mit und auf dem Stuhl praktiziert werden, machbar mit Knie- und Hüftbeschwerden (z.B. Endprothesen – halten Sie dennoch bitte vorher Rücksprache bei Ihrem Arzt).
Bitte mind. 1-2 Stunden vor Yoga keine Hauptmahlzeit mehr einnehmen. Bequeme Kleidung tragen, die eigene Yoga-Matte, Hilfsmittel, rutschfeste Socken wenn man nicht barfuß praktizieren möchte, warme Socken und eine Decke zum Zudecken mitbringen.

montags, 18. Januar 2021
15.30 Uhr – 17.00 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

211-7525 Sanfter Hatha-Yoga – Gentle Yoga

Manuela Förg

Ausschreibung siehe Kurs Nr: 211-7524

montags, 12. April 2021
15.30 Uhr – 17.00 Uhr
12 Abende, 96,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

211-7526 Yoga auf dem Stuhl 50+

Manuela Förg

Yoga auf dem Stuhl ist nicht nur für Menschen die nicht (mehr) Yoga auf dem Boden praktizieren möchten oder können. Viele Übungen kann man auch im Büro anwenden.
Wir üben Atem- und sanfte körperliche Übungen um Entspannung zu erfahren, mehr Lebenskraft und Mobilität zu bekommen bzw. zu erhalten.
Die Verdauung, die Beweglichkeit und Versorgung der Gelenke wird verstärkt.
Leichte Gleichgewichtsübungen mit oder ohne Stuhl fördern das Gleichgewicht und stärken den Körper, der Atem wird durch die Atemschulung vertieft, die Schlafqualität verbessert.
Die schonenden Yoga-Übungen werden mit und auf dem Stuhl praktiziert.
Selbst wenn man in der Bewegungsfreiheit eingeschränkt ist, muss man nicht auf Yoga verzichten.
Alle Übungen werden langsam und nach den eigenen Möglichkeiten durchgeführt.
Bitte mind. 1-2 Stunden vor Yoga keine Hauptmahlzeit mehr einnehmen.
Bequeme Kleidung tragen, rutschfeste Socken und eventuell etwas zum Trinken mitbringen.

mittwochs, 20. Januar 2021
15.45 Uhr – 16.45 Uhr
10 Abende, 54,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

211-7527 Yoga auf dem Stuhl 50+

Manuela Förg

Ausschreibung siehe Kurs Nr: 211-7526

mittwochs, 14. April 2021
15.45 Uhr –- 16.45 Uhr
12 Abende, 65,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

211-7528 Hatha Yoga am Morgen

Manuela Förg

Sanfte Kräftigung und Mobilisierung.

Morgens aktiv und entspannt in den Tag beginnen um in Ruhe und Gelassenheit in den Tag zu starten.

Wir praktizieren aktivierende und ausgleichende körperliche Übungen, Atemübungen, Entspannung und Meditation. Die Körperwahrnehmung, die Achtsamkeit wird geschult, der Stoffwechsel angeregt, Körper und Geist gestärkt und in die Balance gebracht.

Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mind. 1-2 Stunden vor Yoga keine Hauptmahlzeit mehr einnehmen. Bequeme Kleidung tragen, die eigene Yoga-Matte, Hilfsmittel (ABS-Socken wenn man nicht barfuß praktizieren möchte), warme Socken und eine Decke zum Zudecken mitbringen.

donnerstags, 21. Januar 2021
08.30 Uhr – 10.00 Uhr
12 Abende, 96,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

211-7529 Hatha Yoga am Morgen

Manuela Förg

Ausschreibung siehe Kurs Nr: 211-7528

donnerstags, 6. Mai 2021
08.30 Uhr – 10.00 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Bahnhofstr. 32, Ladenburg

Pilates

211-7530 Körpertraining nach der Pilates-Methode

Jürgen Fesser

Pilates ist eine Body-Mind-Methode, die den ganzen Körper formt und streckt, d. h. sie ist eine ganzheitliche Methode, die Körper und Geist einbezieht. Der Schwerpunkt liegt in der effektiven Verbesserung der Haltung, der Körper wird geformt, gestrafft und ins Gleichgewicht gebracht.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

dienstags, 12. Januar 2021
18.00 Uhr – 19.00 Uhr
10 Abende, 54,00 €
Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 8

211-7531 Körpertraining nach der Pilates-Methode

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7530

dienstags, 12. Januar 2021
19.00 Uhr – 20.00 Uhr
10 Abende, 54,00 €
Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 8

211-7532 Körpertraining nach der Pilates-Methode

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7530

Bei schönem Wetter findet der Kurs auf der Rasenfläche des Hortes „Haus des Kindes" statt.

dienstags, 13. April 2021
18.00 Uhr – 19.00 Uhr
13 Abende, 70,00 €
Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 8

211-7533 Körpertraining nach der Pilates-Methode

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7530

Bei schönem Wetter findet der Kurs auf der Rasenfläche des Hortes „Haus des Kindes" statt.

dienstags, 13. April 2021
19.00 Uhr – 20.00 Uhr
13 Abende, 70,00 €
Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 8

Rücken- und Wirbelsäulengymnastik

211-7540 Beckenbodengymnastik mit Rückentraining

Julie Schöpfel

Der Beckenboden ist das Fundament unseres Körpers.

Da er Verbindung zur Bauchmuskulatur, der Rückenmuskulatur und der Hüftmuskulatur hat, ist er bei jeder Bewegung des Körpers aktiv. Schmerzen im unteren Rücken können daher ihre Ursache auch in einem schwachen oder verspannten Beckenboden haben.

Durch gezielte Übungen mit und ohne Hilfsmittel werden die wichtigsten Muskelgruppen, die Haltung sowie die Basisstabilität im Lenden-Becken-Bereich verbessert. Beweglichkeit und Kräftigung stehen im Vordergrund.

Zusätzliche Tipps zum „Richtigen Stehen", „Richtiges Bücken" sowie „Richtiges Tragen" werden in diesem Kurs besprochen.
Ziel ist ein stabiler Beckenboden und starker Rücken für mehr Lebensqualität im Alltag.

dienstags, 12. Januar 2021
11.30 Uhr – 12.30 Uhr
10 Vormittage, 54,00 €
Musikschule, Lustgartenstraße 10, Raum 4

211-7541 Beckenbodengymnastik mit Rückentraining

Julie Schöpfel

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7540

Du hast Spaß dich zur Musik zu bewegen, dann komm vorbei! Wir lernen coole Tänze zu angesagter Musik.

dienstags, 13. April 2021
11.30 Uhr – 12.30 Uhr
10 Vormittage, 54,00 €
Musikschule, Lustgartenstraße 10, Raum 4

211-7542 Wirbelsäulengymnastik

Ute Petritt

Du hast Spaß dich zur Musik zu bewegen, dann komm vorbei! Wir lernen coole Tänze zu angesagter Musik.

montags, 18. Januar 2021
16.45 Uhr – 17.45 Uhr
10 Abende, 55,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

211-7543 Wirbelsäulengymnastik

Ute Petritt

montags, 19. April 2021
16.45 Uhr – 17.45 Uhr
10 Abende, 55,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

Entspannung

211-7550 Qi Gong im Alltag

Hubert Fröhlich

Qi Gong Übungen sind sehr alte heilgymnastische Übungen. Sie sind eine harmonische Verbindung von Aufmerksamkeit, Atmung und Bewegung. Der Körper erfährt Geschmeidigkeit ohne Anstrengung und einen sicheren Stand. Sie folgen dem daoistischen Prinzip, sich Energie zuzuführen, ohne sich zu verausgaben.

Qi Gong ist bestens geeignet, Beweglichkeit, Koordination und Aufmerksamkeit zu üben, Freude an Bewegung zu erleben und die eigene Gesundheit in die Hand zu nehmen.

Inhalt des Kurses sind die 18 Übungen des Taiji Qi Gong.

In entspannter Atmosphäre werden die einzelnen Figuren gemeinsam erlernt und geübt. Sie sind einfach und für jedes Alter geeignet. In diesem Kurs üben Neueinsteiger und Fortgeschrittene zusammen.

Sie benötigen lockere Kleidung, flache Schuhe, eine Decke.

mittwochs, 13. Januar 2021
18.00 Uhr – 19.00 Uhr
12 Abende, 64,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7551 Qi Gong im Alltag

Hubert Fröhlich

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-7550

Sie benötigen lockere Kleidung, flache Schuhe, eine Decke.

mittwochs, 9. Juni 2021
18.00 Uhr – 19.00 Uhr
8 Abende, 43,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7552 Tai Chi Chuan (Anfänger)

Hubert Fröhlich

Tai Chi Chuan ist eine alte asiatische Bewegungskunst mit wohltuenden Einflüssen auf Gesundheit und Befinden. Weiche, langsame und entspannende Bewegungsabläufe bauen Stress ab und fördern die innere Ausgeglichenheit.

Auf den drei Ebenen Körper, Geist und Seele entfalten sich diese alten Weisheiten im Menschen von heute.

Wir üben die Kurzform des Yang Stil. Dieser stellt vor allem die gesundheitlichen und meditativen Aspekte des Tai Chi in den Vordergrund und ist somit für Jeden geeignet.

Zum Kursinhalt gehören neben der Tai Chi Form auch stilles Sitzen (Meditation), sowie ausgewählte Qi Gong Übungen.

Regelmäßiges Üben entfaltet die positive Wirkungsweise des Tai Chi auf Körperhaltung, Atmung, Stoffwechsel und das vegetative Nervensystem.

Die Kurse sind offen für Jung und Alt. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, flache Schuhe und eine Decke mit.

dienstags, 12. Januar 2021
18.00 Uhr – 19.15 Uhr
13 Abende, 87,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7553 Tai Chi Chuan (Anfänger)

Hubert Fröhlich

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-7552

Sie benötigen eine Decke, flache Schuhe, bequeme Kleidung.

dienstags, 8. Juni 2021
18.00 Uhr – 19.15 Uhr
8 Abende, 54,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7554 Tai Chi Chuan (Fortgeschrittene)

Hubert Fröhlich

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-7552

mittwochs, 13. Januar 2021
19.10 Uhr – 20.10 Uhr
12 Abende, 64,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7555 Tai Chi Chuan (Fortgeschrittene)

Hubert Fröhlich

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-7552

Sie benötigen eine Decke, flache Schuhe, bequeme Kleidung.

mittwochs, 13. Januar 2021
20.15 Uhr – 21.15 Uhr
12 Abende, 64,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7556 Tai Chi Chuan (Fortgeschrittene)

Hubert Fröhlich

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-7552

Sie benötigen eine Decke, flache Schuhe, bequeme Kleidung.

mittwochs, 9. Juni 2021
20.15 Uhr – 21.15 Uhr
8 Abende, 43,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7557 Tai Chi Chuan (Fortgeschrittene)

Hubert Fröhlich

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-7552

Sie benötigen eine Decke, flache Schuhe, bequeme Kleidung.

mittwochs, 9. Juni 2021
19.10 Uhr – 20.10 Uhr
8 Abende, 43,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7560 Autogenes Training für Erwachsene – Grundstufe

Irmgard Andrea Kempter

Gerade in unserer hektischen Zeit können wir durch spezielle Entspannungsmethoden lernen, auf sehr unterschiedliche Beschwerden wie Schlafstörungen, Nervosität, Ärger und vieles mehr selbst einzuwirken. Autogenes Training bewirkt körperliche Entspannung und geistig-seelische Harmonisierung. Ziel ist, Sie beim Erlernen der Technik zu begleiten, zu unterstützen und Ihnen zu helfen, das Autogene Training entsprechend Ihren individuellen Bedürfnissen anzuwenden.

Bitte bequeme Kleidung, evtl. warme Socken, Decke mitbringen. Wir üben im Sitzen.

montags, 15. März 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
6 Abende, 54,00 €
Anbau Carl-Benz-Gymnasium, Raum 11

211-7561 Gemischte Techniken, Autogenes Training nach Johannes Heinrich Schultz und Progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobson und andere Übungen – Übungsgruppe

Irmgard Andrea Kempter

Für alle, die entweder Autogenes Training – GRUNDSTUFE oder Autogenes Training – GRUNDSTUFE und AUFBAUSTUFE und Progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobson absolviert haben und an sonstigen Entspannungsübungen inte-

ressiert sind und die einfach gemeinsam, unter Anleitung, weiter üben wollen.

Bitte bequeme Kleidung, evtl. warme Socken, Decke mitbringen. Wir üben im Sitzen.

montags, 15. März 2021
19.45 Uhr – 21.15 Uhr
6 Abende, 54,00 €
Anbau Carl-Benz-Gymnasium, Raum 11

211-7562 PMR – Progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobson

Irmgard Andrea Kempter

Immer mehr Menschen haben in der heutigen Zeit Probleme mit Stress. Dies muss nicht sein, denn dem Stress kann durch verschiedene Entspannungstechniken entgegengewirkt werden. Die Progressive Muskelentspannung ist eine der bekanntesten Entspannungstechniken zur Verminderung und Prävention von Stress. Sie ist einfach zu erlernen und wirkt oft schon nach der ersten Anwendung positiv. Man kann sie unter fast allen Bedingungen einsetzen. Sei es abends vor dem Einschlafen oder aber tagsüber im Büro oder in schwierigen Situationen. Indikatoren sind zum Beispiel Stress, Angst, Lampenfieber, Spannungskopfschmerz, Migräne, Tinnitus, Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen, Bluthochdruck, Asthma und vieles mehr. Ziel ist es, Sie beim Erlernen der Technik zu begleiten, zu unterstützen und Ihnen zu helfen, die Progressive Muskelentspannung entsprechend Ihren individuellen Bedürfnissen anzuwenden.
Bitte bequeme Kleidung, evtl. warme Socken, Decke mitbringen. Wir üben im Sitzen.

montags, 15. März 2021
16.15 Uhr – 17.45 Uhr
6 Abende, 54,00 €
Anbau Carl-Benz-Gymnasium, Raum 11

211-7563 Workshop EFT Klopftechnik

Karin Schauer

Erlernen Sie dieses tolle Instrument zur weiteren Selbstanwendung: die Dozentin zeigt, welche Meridianendpunkte sanft geklopft werden mit dazugehörigen Affirmationen. Die Methode ist zurückzuführen auf Akupunktur und wirkt sehr schnell.

Sehr hilfreich bei Prüfungsstress, Höhenangst, Steigerung des Immunsystems etc.

Bitte Getränk mitbringen

Donnerstag, 25. Februar 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
1 Abend, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Fitness und Bewegung

211-7570 „Forever fit“ – Cardiofitness und Muskeltraining für „Jedermann“

Petra Kempf
Sport und Spaß in der Lobdengauhalle in Ladenburg (Gymnastikraum)
Worauf warten?
Mitzubringen sind: Spaß am Sport und Durchhaltevermögen!

mittwochs, 13. Januar 2021
18.30 Uhr – 20.00 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

211-7571 „Forever fit“ – Cardiofitness und Muskeltraining für „Jedermann“

Petra Kempf

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-7570

mittwochs, 14. April 2021
18.30 Uhr – 20.00 Uhr
14 Abende, 112,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

211-7572 Bodyfit

Annia Lara-Ohr

Bodyfit ist ein effektives Trainingsprogramm für den gesamten Körper. Mit einer Cardiophase aktivieren wir das Herz-Kreislauf-System und verbessern die Ausdauer und Koordination. Danach folgen dynamische Kräftigungsübungen sowie Elemente des Fazientraining. Kraft, Koordination, Körperhaltung, Balance und Beweglichkeit stehen hier im Fokus. Zum Schluss entspannen wir beim dynamischen und statischen Dehnen der Muskulatur.
Bitte mitbringen: Handtuch und Sportschuhe.

mittwochs, 20. Januar 2021
20.10 Uhr – 21.10 Uhr
8 Abende, 43,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

211-7573 Bodystep

Annia Lara-Ohr

Step Aerobic ist ein gelenkschonendes Herz-Kreislauf-Training. Bei fetziger Musik bringen wir den Körper ordentlich in Schwung. Die Kombination verschiedener Schritte und Aufbautechniken machen einfach Spaß. Nicht nur die gesamte Bein- und Gesäßmuskulatur wird beansprucht, sondern auch noch jede Menge Kalorien werden verbrannt und die Koordination verbessert. Haben Sie noch nie Step gemacht oder das letzte Training ist lange her? Kein Problem. Die Schritte werden zunächst einzeln eingeführt und oft wiederholt bis diese kombiniert, bzw. variiert werden. Lassen Sie sich von den fließenden Bewegungen übers, um und auf dem Step begeistern!
Bitte mitbringen: Handtuch und Sportschuhe.

dienstags, 26. Januar 2021
19.30 Uhr – 20.30 Uhr
8 Abende, 43,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7574 Hip Hop Tanzkurs

Janina Engel

Du hast Spaß dich zur Musik zu bewegen, dann kommen vorbei! Wir lernen coole Tänze zu angesagter Musik.

dienstags, 12. Januar 2021
20.30 Uhr – 22.00 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

211-7575 Hip Hop Tanzkurs

Janina Engel

Du hast Spaß dich zur Musik zu bewegen, dann kommen vorbei! Wir lernen coole Tänze zu angesagter Musik.

dienstags, 13. April 2021
20.30 Uhr – 22.00 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

211-7576 Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen und Jugendliche ab 14 Jahren

Yvonne Otterstätter

Trainingsschwerpunkte:
- Stimmschulung
- Distanztraining
- Schutzhaltung
- Abwehrtechniken
- Techniktraining
- Persönliche Distanzfindung/-durchsetzung

donnerstags, 10. Juni 2021
19.15 Uhr – 20.45 Uhr
4 Abende, 32,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

211-7577 Curling – Startkurs

Dr. Rüdiger Kühlwein

Curling ist Trendsport!
Lernen Sie diesen Sport in drei Modulen bis zur Turnierreife kennen.
Der Kurs führt Sie ein in das „Schach auf dem Eis“, wie Curling auch bezeichnet wird. Curling verbindet Taktik, Präzision und Teamgeist und ist in jedem Alter erlernbar.
In den drei Modulen lernen Sie die Technik der Steinabgabe und des Wischens, die Grundzüge der Taktik und der Spielidee sowie die Geschichte des Curlings.
Ihre Trainer sind Übungsleiter, Deutsche Meister und WM-Teilnehmer.
Bitte mitbringen: warme, bequeme Sportbekleidung (Zwiebelschale) und saubere Sportschuhe (am besten Hallenschuhe). Die gesamte Ausrüstung stellt der Curling Club zur Verfügung.
Der Kurs richtet sich an Erwachsene ab 18 Jahren.
Bei gesundheitlichen Problemen, insbesondere bei Einnahme von Blutverdünnern bitte vorher Kontakt zum Curling Club aufnehmen.
www.curling-club-mannheim.de

montags, 11. Januar 2021
19.30 Uhr – 21.30 Uhr
3 Abende, 50,00 €
Eissportzentrum Herzogenried, Mannheim

211-7578 Nordic Walking

Karin Schauer

Vermittelt wird in diesem Kurs der Spaß am Nordic Walking und nebenbei die korrekte Technik, mit dem Ziel, die Kniegelenke zu entlasten und die Schultern zu mobilisieren.
Nur durch die richtige Stockführung etc. ist dies möglich und Sie schützen sich vor Fehlhaltungen.
Ziel ist eine Herz-Kreislauf und Stoffwechselanregung, Stressabbau stellt sich automatisch ein.
Sportliche Kleidung und geeignete Schuhe sowie Stöcke bitte mitbringen, einige Leihpaare sind vorhanden. Bitte geben Sie der VHS Bescheid, wenn Sie Stöcke benötigen.
Die Trainerin ist zertifizierte DNV Nordic Walking Instruktorin.

dienstags, 23. Februar 2021
09.30 Uhr – 11.00 Uhr
5 Vormittage, 42,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-7579 Nordic Walking

Karin Schauer

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-7578

montags, 1. März 2021
17.00 Uhr – 18.30 Uhr
5 Nachmittage, 42,00 €
Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

211-7581 Frauengymnastik mit Musik

Lisa Nickl

Bitte Gymnastikmatte und ein Handtuch mitbringen.

mittwochs, 13. Januar 2021
09.30 Uhr – 10.30 Uhr
15 Vormittage, 80,00 €
Domhof Ladenburg, Hauptstr. 7

211-7582 Gymnastik für Senioren

Irmgard Trinkmann

Weitere Auskunft gerne über Telefon: 06203/5788.
Teilnahmegebühr: 23,00 € vierteljährlich.
Der Kurs ist ganzjährig, außer in den Schulferien.
In Zusammenarbeit mit dem Deutschen Roten Kreuz.

mittwochs, 13. Januar 2021
10.45 Uhr – 11.45 Uhr
23 Vormittage, Teilnahmegebühr:
23,00 € vierteljährlich.
Domhof Ladenburg, Hauptstr. 7

211-7583 Jonglage Workshop

Antje Kiel

Jonglieren kann jeder – man muss nur wissen wie!
Jonglieren entspannt und macht schlau!
Es fasziniert beinahe jeden. Und auch wenn es schwierig aussieht, mehrere Dinge künstlerisch in der Luft zu balancieren, lässt es sich mit etwas Ausdauer leicht erlernen. Wir beginnen mit Tüchern und werden im Verlaufe des Workshops auch mit Bällen starten.
Die wichtigsten Voraussetzungen sind Geduld und die Faszination am Spiel mit der Schwerkraft.
Jonglieren trainiert die Körperwahrnehmung, Koordination und Konzentrationsfähigkeit. Außerdem ist es eine tolle Möglichkeit, den Kopf und Geist nach einem stressigen Tag freizubekommen.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Getränk und Snack.
Für Erwachsene und Kinder ab ca. 12 Jahren geeignet!

Samstag, 20. März 2021
16.00 Uhr – 18.30 Uhr
1 Nachmittag, 14,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Körper und Seele

211-7590 Wechseljahre – natürlich unterstützen

Rita Fehst

Hitzewallungen, Schlafstörungen, Depressionen, Gewichtzunahme, Energiemangel, Osteoporose, schwache Blase, trockene Augen – die Liste ließe sich noch lange weiterführen. All das sind die „Nebenwirkungen“ vom Älterwerden, den Wechseljahren!
Wenn die gesundheitlichen Probleme nach einigen Jahren überhand nehmen, wird meist nur was Künstliches verschrieben. Die Ursache, ein Mangel an natürlichen Hormonen, wird nicht diskutiert. Kräuterkundige Frauen längst vergangener Zeiten kannten noch Leinöl, Rotklee, Frauenmantel, Schafgarbe und für Männer das Wilde Weideröschen und Kürbiskerne, um Beschwerden des Älterwerdens zu bessern.
Dass es auch anders – und tatsächlich risikolos – geht, erklärt die Referentin anschaulich. Auf der Suche nach Ursachen ihrer „Trockenen Augen“ und anderen Beschwerden des Älterwerdens hat sie mit naturidentischen Hormonen endlich Abhilfe schaffen können.

Freitag, 22. Januar 2021
19.00 Uhr – 21.00 Uhr
1 Abend, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-7592 Lachyoga – Lachtherapie

Florentina Ionescu

Happylogen haben in den letzten Jahren gezeigt, wie die Psychologie des Glücks funktioniert und wie das entsprechende Zentrum im Gehirn aktiviert werden kann. Der Kurs folgt den Spuren der bekanntes-

ten Glücksforscher und versucht, das persönliche „Glücks-Gen“ ausfindig zu machen. Die Mittel dazu sind: Humor, Farben, bewusste Atmung, Bewegung und Gespräche zu wichtigen Lebensstrategien wie z.B. „emotionale Intelligenz in Beziehungen“ und „Flow-Effekte bei der Arbeit“.

Bitte bequeme Kleidung mitbringen!

Freitag, 16. April 2021
18.30 Uhr – 21.30 Uhr
1 Abend, 18,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-7594 Improvisationstheater Workshop für Erwachsene

Antje Kiel

Improvisationstheater bietet die wunderbare Möglichkeit, zu lernen, wie man ohne Vorbereitung, aus dem Moment heraus, etwas darzustellen vermag. Gefragt sind Kreativität, Spontanität und jede Menge Spiellust. Gerade diejenigen, die bereit sind zu spielen, können ganz zu sich selbst kommen und erfahren dadurch eine enorme Stärkung des Selbstbewusstseins.

Mit Hilfe von zahlreichen Methoden aus der Theater- und Körperarbeit und der Improvisation entdecken und trainieren wir diesen Spieltrieb. Also steigen Sie ein in die spannende Welt des Improvisationstheaters und erleben Sie, wie viel Spaß Improvisationstheater macht und was Sie davon auch im Alltag anwenden können.

Samstag, 20. März 2021
19.00 Uhr – 21.30 Uhr
1 Abend, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7595 THE WORK of Byron Katie

Jule Kühn

Vielleicht ist alles viel leichter als wir denken?
Vielleicht ist nicht das Problem das Problem, sondern die Art, wie wir darüber urteilen?
THE WORK ist ein sanfter und kraftvoller Weg, anders mit unseren Problemen umzugehen, als wir es gewohnt sind.
Wir machen uns vertraut mit den vier Fragen und den Umkehrungen von „THE WORK“. Diese wenden wir in Einzel- und Gruppenübungen an. Das Seminar eignet sich sowohl für WORK-Einsteiger, als auch zur Vertiefung für bereits WORK-Erfahrene.
Das Seminar ist mit zwei Tagen auf die Ausbildung zum Coach of Byron Katie (vtw) anrechenbar.

samstags, 24. April 2021
10.00 Uhr – 16.30 Uhr
2 Tage, 80,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7596 Make- up-Kurs

Sandra Röger

Sie interessieren sich für Ihr persönliches Make up? Individuell auf Sie abgestimmt? Die Dozentin zeigt es Ihnen.

- kurze Hautdiagnose
- Abdeck- und Schminktechniken
- Typgerechtes Tages- Make Up
- Vorher- /Nachher-Foto u.v.m.

Bitte kleines Gästehandtuch mitbringen.

Materialkosten: 5,00 €.

Samstag, 6. Februar 2021
13.00 Uhr – 16.00 Uhr
1 Nachmittag, 25,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-7597 Make up Kurs

Sandra Röger

Sie interessieren sich für Ihr persönliches Make up? Individuell auf Sie abgestimmt? Die Dozentin zeigt es Ihnen.

- kurze Hautdiagnose
- Abdeck- und Schminktechniken
- Typgerechtes Tages- Make Up
- Vorher- /Nachher-Foto u.v.m.

Bitte kleines Gästehandtuch mitbringen.

Materialkosten: 5,00 €.

Samstag, 24. April 2021
13.00 Uhr – 16.00 Uhr
1 Nachmittag, 25,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Ernährung

211-3000 Ernährung optimal

Alexandra Scheid

Was machen wir für Ernährungsfehler? Welche Tricks und Tipps gibt es, um dauerhaft ein besseres Wohlfühlgewicht zu haben und sein Gewicht zu stabilisieren, so dass das körperliche Wohlbefinden 24/7 gegeben ist.
Lernen Sie die einfachen „Spielregeln“ für Ihre optimale Ernährung und bleiben Sie mit der Unterstützung unserer Diätassistentin erfolgreich am Ball.
inkl. Unterrichtsmaterialien/Kopien
exkl. Materialkosten

montags, 01. März 2021
18.15 – 19.45 Uhr
Dossenheim, Schauenburghalle, Raum 5
3 Abende, 32,00 €

ANMELDUNG:
direkt über die vhs Dossenheim

211-7430 Whisky-Seminar: Highlands und Speyside

Stephan Mechler

Im Zentrum des Seminars stehen schottische Single Malts aus den Regionen Speyside und Highlands.

Hierbei werden min. 6 hochwertige Whiskys aus den verschiedenen, typischen Whisky-Regionen verköstigt und analysiert, darunter auch Einzelabfüllungen und Flaschen von unabhängigen Abfüllern.

Zusätzlich erhalten Sie viele interessante Hintergrundinformationen über die jeweilige Brennerei, Herstellung, Lagerung und Reifung und vieles mehr. Außerdem gibt es einen kleinen Snack als Grundlage.

Dieses Angebot richtet sich sowohl an Whisky-Einsteiger als auch an erfahrene Whisky-Trinker.

(Für wiederholende Teilnehmer: Es gibt jedes Semester andere Whiskys!)

Sonntag, 28. Februar 2021
20.00 Uhr – 23.00 Uhr
1 Abend, 45,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7431 Whisky-Seminar: Die Vielfalt von Scotch Whisky

Stephan Mechler

Im Zentrum des Seminars steht die große Vielfalt schottischer Single Malts.
Hierbei werden min. 6 hochwertige Whiskys aus den verschiedenen, typischen Whisky-Regionen verköstigt und analysiert, darunter auch Einzelabfüllungen und Flaschen von unabhängigen Abfüllern.
Zusätzlich erhalten Sie viele interessante Hintergrundinformationen über die jeweilige Brennerei, Herstellung, Lagerung und Reifung und vieles mehr. Außerdem gibt es einen kleinen Snack als Grundlage.

Dieses Angebot richtet sich sowohl an Whisky-Einsteiger als auch an erfahrene Whisky-Trinker.
(Für wiederholende Teilnehmer: Es gibt jedes Semester andere Whiskys!)

Freitag, 12. März 2021
20.00 Uhr – 23.00 Uhr
1 Abend, 45,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7440 Rotes Piemont

Christian Mühlbauer

Entdecken Sie die Einzigartigkeit der beiden roten Hauptrebsorten des Piemonts, dem Nebbiolo und dem Barbera. Die Weine aus der Nebbiolo-Rebe, wie z.B. Barbaresco und Barolo, besitzen ein unverkennbares Aromaspektrum, aristokratische Eleganz und eine lange Lagerfähigkeit. Aus der Barbera-Rebe werden kraftvolle und fruchtige Weine mit einer kräftigen Säure gekeltert. Sie verkosten mind. 8 verschiedene Rotweine, vom Einstiegs-Barbera bis hin zum noblen Lagen-Barolo. Sie erfahren Wissenswertes über die Geschichte dieser Region, die Winzer mit ihren unterschiedlichen Vinifikationen und das Terroir. Lassen Sie sich überraschen und erleben Sie einen schönen und interessanten Weinabend.
In der Gebühr sind die Weinkosten, Weißbrot, Wasser und Handout enthalten.

Freitag, 30. April 2021
19.00 Uhr – 21.30 Uhr
1 Abend, 40,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-7441 Die junge Winzergeneration Deutschlands

Christian Mühlbauer

Jung, innovativ, experimentierfreudig. Andres Meyer, Katrin Wind, Michael und Thomas Andres und Philipp König sind junge, aufstrebende Winzer(innen), die das elterliche Weingut übernommen haben und eine neue Weingutsphilosophie und Weinstilistik eingeführt haben. Sie verkosten mind. 8 Weine (rot und weiß) von talentierten Jungwinzer(innen), hauptsächlich aus der Pfalz, aber auch aus Rheinhessen und dem Rheingau. Sie erfahren Wissenswertes über diese Weinanbaugebiete, die Winzer(innen) mit ihren Philosophien und vieles mehr. Erleben Sie einen schönen und interessanten Weinabend.
In der Gebühr sind die Weinkosten, Weißbrot, Wasser und Handout enthalten.

Freitag, 2. Juli 2021
19.00 Uhr – 21.30 Uhr
1 Abend, 40,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kochen und Backen

211-7401 Hobbyköche – Kochkurs für Männer

Barbara Kempf-Dudler

Für alle Männer, die Lust am Kochen haben und sich nach der Arbeit zum gemeinsamen Kochen treffen möchten. Einsteiger sind hier ebenso willkommen wie gestandene Hobbyköche, die ihre Kenntnisse erweitern möchten. Schnippeln, rühren, brutzeln in kleinen Gruppen und anschließend in großer Runde genießen – dazu bringt die Dozentin abwechslungsreiche Rezepte und alle Zutaten mit für saisonale und regionale, aber auch internationale Vorspeisen, Suppen- und Soßenvariationen, Fleisch- und Fischgerichte, Fingerfood und Desserts. Vermittelt werden Tipps und Tricks rund um die Lust des Kochens. Sie sind danach vielleicht kein Meisterkoch, aber Sie werden merken, wieviel Spaß

Kochen macht – vor allem mit Gleichgesinnten. Am Semesterende gibt es einen Abschlussabend, zu dem die Partnerin/ein Freund eingeladen wird.
Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.
Die Lebensmittelkosten werden mit der Dozentin abgerechnet.
Weitere Termine sind am 04.02. / 04.03. / 15.04./06.05. und 24.06.2021.
Der Termin für das Abschlußkochen wird noch vereinbart.

donnerstags, 14. Januar 2021
18.45 Uhr – 22.30 Uhr
7 Abende, 70,00 €
Merian-Realschule, Schulküche MRS

211-7402 Kochkurs für Männer

Barbara Kempf-Dudler

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.
Die Lebensmittelkosten werden mit der Dozentin abgerechnet.
Weitere Termine sind am 25.02. / 18.03. / 22.04./20.05. und 01.07.2021

donnerstags, 21. Januar 2021
18.45 Uhr – 22.30 Uhr
6 Abende, 60,00 €
Merian-Realschule, Schulküche MRS

211-7411 „Es muschelt wieder!“

Ralf Schreiber

Die zarten Meeres-Delikatessen stecken allesamt in einer harten Schale. Jakobsmuscheln oder Austern sind pur besonders beliebt. Die schwarz-blauen Miesmuscheln werden gern im Sud gegessen oder Venusmuscheln schmecken köstlich mit Pasta. Wir geben Tipps für Einkauf und Zubereitung der feinen Meerestiere.
Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.
Lebensmittelkosten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet (ca. 15,00 € – 22,00 €).

Dienstag, 26. Januar 2021
18.00 Uhr – 21.30 Uhr
1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Merian-Realschule, Schulküche WRUN

211-7412 „Ganz Kohl bleiben!“

Ralf Schreiber

So fein können Kohlgerichte sein. Entdecken Sie die zarten Seiten eines manchmal unterschätzten Gemüses.
Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.
Lebensmittelkosten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet (ca. 15,00 € – 22,00 €).

Dienstag, 9. Februar 2021
18.00 Uhr – 21.30 Uhr
1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Merian-Realschule, Schulküche WRUN

211-7413 „Gratins und Aufläufe“

Ralf Schreiber

Aufläufe oder Gratins sind absolute Lieblinge aus dem Ofen, denn sie sind schnell gemacht, abwechslungsreich und ergeben eine feine Beilage oder eine Hauptmahlzeit, die so richtig satt macht. Außerdem können Kartoffeln, Nudeln, Gemüse und Fleisch zu immer wieder neuen Ideen verarbeitet werden, damit sind Aufläufe und Gratins immer eine gute Idee, wenn Lebensmittel übrig geblieben sind. Wir zeigen euch die schönsten Rezepte für euer nächstes Ofengericht.
Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet (ca. 15,00 € – 22,00 €).

Dienstag, 23. Februar 2021
18.00 Uhr – 21.30 Uhr
1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Merian-Realschule, Schulküche WRUN

211-7414 „Russland – Weites Land, rauhes Klima“

Ralf Schreiber

Die russische Küche ist erstaunlich einheitlich für das sich weit erstreckende Russland, das verschiedene Klima- und Vegetationszonen besitzt. Selbst in verschiedenen anderen Ländern der ehemaligen Sowjetunion ist die Küche sehr ähnlich und es bestehen nur geringe regionale Unterschiede. Die russische Küche ist in ihren Ursprüngen arm und bäuerlich und auch heute noch sind die Gerichte einfach und nahrhaft.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet (ca. 15,00 € – 22,00 €).

Dienstag, 9. März 2021
18.00 Uhr – 21.30 Uhr
1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Merian-Realschule, Schulküche WRUN

211-7415 „After Work – Startklar für den Feierabend!“

Ralf Schreiber

Die Termine sind dicht gepackt, der Arbeitstag hat meistens mehr als 8 Stunden, da muss mittags oft ein schneller Imbiss reichen. Am Abend sollten wir uns selbst belohnen mit raffinierten Gerichten und gute Getränke dazu – ob allein, mit Partner oder Freunden.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet (ca. 15,00 € – 22,00 €).

Dienstag, 23. März 2021
18.00 Uhr – 21.30 Uhr
1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Merian-Realschule, Schulküche WRUN

Bei Kochkursen ist ein Rücktritt nur bis fünf Werktage vor Kursbeginn kostenfrei möglich, da von den Dozentinnen die Einkäufe rechtzeitig geplant und getätigt werden müssen.

Melden Sie sich nach dieser Frist ab, so sind sowohl die Kursgebühr als auch die Lebensmittelumlage zu zahlen.

Eine Teilnahme ohne vorherige Anmeldung ist nicht möglich.

Bauernhof Linnenbach

Hofladen Linnenbach

Neubotzheim 1 · 68526 Ladenburg
0 62 03 / 1 45 81
info@bauernhof-linnenbach.de

Schweinefleisch aus eigener Haltung · Tee, Marmelade und andere Spezialitäten aus eigener Herstellung · Obst und Gemüse aus der Region · Pflanzen und Blumen, Kürbisse aus eigenem Anbau sowie jahreszeitliche Dekorationsartikel.

Weitere Informationen unter:
www.bauernhof-linnenbach.de

Schade, Schade, Schade... ☹
...hätten wir gewusst, dass Sie teilnehmen möchten, hätten wir den Kurs nicht abgesagt. Daher unsere Bitte: melden Sie sich rechtzeitig an! Rechtzeitig: Mind. 10 Tage vorher

VOLKSHOCHSCHULE
LADENBURG/ILVESHEIM e.V.

Gebühren für Sprachkurse

Sind weniger als 8 Teilnehmer/innen angemeldet, erhöht sich die Kursgebühr.
Die Kursgebühr wird nach dem 2. Kursabend entsprechend der bis zu diesem Zeitpunkt angemeldeten Teilnehmer festgesetzt.

UE	8 UE	17 UE	20 UE	22 UE	24 UE	26 UE	28 UE	30 UE	32 UE	34 UE	36 UE	40 UE	50 UE
Grundgebühr bei 8 Teilnehmern und mehr	26,– €	55,– €	64,– €	70,– €	77,– €	83,– €	90,– €	96,– €	102,– €	109,– €	116,– €	128,– €	160,– €
Grundgebühr bei 7 Teilnehmern	30,– €	64,– €	73,– €	80,– €	88,– €	95,– €	103,– €	110,– €	112,– €	125,– €	133,– €	146,– €	183,– €
Grundgebühr bei 6 Teilnehmern	34,– €	72,– €	80,– €	93,– €	103,– €	110,– €	120,– €	128,– €	136,– €	145,– €	154,– €	160,– €	208,– €
Grundgebühr bei 5 Teilnehmern	41,– €	87,– €	102,– €	112,– €	123,– €	133,– €	144,– €	153,– €	163,– €	174,– €	185,– €	204,– €	255,– €
Grundgebühr bei 4 Teilnehmern	52,– €	111,– €	128,– €	140,– €	154,– €	166,– €	180,– €	192,– €	204,– €	218,– €	232,– €	256,– €	320,– €

1 UE (Unterrichtseinheit) = 45 Minuten, z.B. 24 UE sind 12 Kurstage

Welcher Kurs ist der richtige für mich? Damit Sie den für sich passenden Kurs finden, dürfen Sie nach Ihrer unverbindlichen Anmeldung gerne die erste Kurstunde schnuppern und erst anschließend entscheiden, ob Sie verbindlich am Kurs teilnehmen möchten.

Stand: 26.11.2020

Deutsch als Fremdsprache

211-7301 Deutsch als Fremdsprache – Niveau A1 (Anfänger)

M.A. Martina Grohmann

Wollen Sie anfangen Deutsch zu lernen? Hier bekommen Sie grundlegende Kenntnisse über die deutsche Sprache sowie die Grammatik und können mit diesem Niveau alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und benutzen.

Dieser Kurs findet montags von 18:00 – 19:30 Uhr und donnerstags von 8:30 – 11:00 Uhr statt und umfasst 5 Unterrichtseinheiten in der Woche.

Buch: Schritte Plus Neu A1.1,
ISBN 978-3-19-301081-0

montags, 11. Januar 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
20 Termine, 50 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7302 Deutsch als Fremdsprache – Niveau A2 (Grundstufe)

M.A. Martina Grohmann

Sie wollen ihre deutschen Grundkenntnisse verbessern. Dann geht es mit Niveau A2 weiter. Bei diesem Niveau steht die Verständigung in normalen Alltagssituationen im Vordergrund. Nach diesem Kurs sind Sie bereit für die B1 Prüfung.

Dieser Kurs findet montags von 19:30 – 21:00 Uhr und freitags von 18:00 – 19:30 Uhr statt und umfasst 5 Unterrichtseinheiten in der Woche.

Buch: Schritte Plus Neu A2.1 ,
ISBN 978-3-19-301083-4

montags, 11. Januar 2021
18.00 Uhr -– 19.30 Uhr
20 Termine, 40 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7303 Deutsch als Fremdsprache – Vorbereitung für die DTZ Prüfung und Test „Leben in Deutschland“

M.A. Martina Grohmann

Integration ist uns sehr wichtig, daher bereiten wir Sie auf die DTZ Prüfung vor und anschließend geht es mit der Vorbereitung auf den Test „Leben in Deutschland“ weiter um das „Zertifikat Integrationskurs“ zu erhalten.
Dieser Kurs findet dienstags von 18:00 – 21:00 Uhr statt und umfasst 4 Unterrichtseinheiten in der Woche.
Buch: Fit für den Deutsch-Test für Zuwanderer. Übungsbuch
Autor/en: Johannes Gerbes, Frauke van der Werff
ISBN: 3190516898

dienstags, 12. Januar 2021
18.00 Uhr – 21.00 Uhr
10 Termine, 40 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

Englisch

211-7310 Englisch für Fortgeschrittene

Ruth Hilger

donnerstags, 14. Januar 2021
09.00 Uhr – 10.30 Uhr
15 Vormittage, 30 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7311 Reading, Talking and Ruminating Grammar

Ruth Hilger

donnerstags, 14. Januar 2021
10.30 Uhr – 12.00 Uhr
15 Vormittage, 30 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7312 Englisch für die Reise

M.A. Kirsten Thiery

Dieser Kurs ist an Personen gerichtet mit keinen oder nur wenigen Englischkenntnissen, die sich auf der Reise verständigen möchten.

Beginnend mit grammatikalisch notwendigen Grundelementen, steigen wir in Reise Englisch für Anfänger ein.

Zusätzliche Material-/Kopierkosten:
1,00 €

dienstags, 12. Januar 2021
14.40 Uhr – 16.10 Uhr
15 Nachmittage, 30 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-650 Englisch für die 4. Klasse

M.A. Kirsten Thiery

Unterstützend und aufbauend auf den Unterrichtsplan der 4./5. Klasse, werden die Kinder bereits auf die weiterführende Schule vorbereitet.

Dieser Kurs baut auf dem vorhergehenden in 2020 auf, neue Schüler können allerdings gerne einsteigen.

Zusätzliche Material-/Kopierkosten:
1,00 €

dienstags, 12. Januar 2021
16.15 Uhr – 17.30 Uhr
15 Nachmittage, 145,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Französisch

211-7320 Conversation, Lecture et Grammaire

Ruth Hilger

dienstags, 12. Januar 2021
09.00 Uhr – 10.30 Uhr
15 Vormittage, 30 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7321 Le Francais de tous les jours

Ruth Hilger

dienstags, 12. Januar 2021
10.30 Uhr – 12.00 Uhr
15 Vormittage, 30 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7322 Französisch für Anfänger mit Grundkenntnissen (A2.1)

Muriel Calvi-Großkopf

In diesem Kurs für Anfänger, lernen die Teilnehmer*innen in entspannter Lernatmosphäre, sich in Alltagssituationen in Frankreich zurecht zu finden (z.B. Begrüßung/ Vorstellung, im Restaurant, beim Einkaufen, etc). Einfache grammatische Strukturen helfen beim Ausbau der Sprachkenntnisse.

Achtung: kein reiner Anfängerkurs!!!

Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.

Quereinsteiger willkommen.

Lehrwerk: On y va ! A1
ISBN 978-3-19-103325-5

mittwochs, 3. März 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
4 Abende, 8 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7323 Französisch für Anfänger mit Grundkenntnissen (A2.2)

Muriel Calvi-Großkopf

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7322

mittwochs, 14. April 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
10 Abende, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-651 Französisch für Kinder ab 9 Jahren

Maxime Neureither

In diesem Kurs können Kinder in die französische Sprache hineinschnuppern. Sie lernen die Grundzüge der Sprache kennen. Ideal für Kinder, die die 4. Klasse oder 5. Klasse besuchen und sich bei der zukünftigen Fächerwahl unsicher sind.
Sie werden altersgerecht auf den Übergang in die weiterführenden Schulen vorbereitet. Stupides Pauken ist hierbei nicht angesagt. Der Kurs ist spielerisch und interaktiv angelegt, sodass die Kinder quasi nebenbei lernen – während sie großen Spaß beim Mitmachen und an der Kreativität der Fachkräfte haben.

montags, 11. Januar 2021
16.00 Uhr – 17.30 Uhr
10 Nachmittage, 97,00 €
VHS, Altes Rathaus

211-652 Französisch für Kinder ab 9 Jahren

Maxime Neureither

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-651

montags, 12. April 2021
16.00 Uhr – 17.30 Uhr
10 Nachmittage, 97,00 €
VHS, Altes Rathaus

Italienisch

211-7330 Italienisch für Fortgeschrittene

Giuseppina Lesle

mittwochs, 27. Januar 2021
19.30 Uhr – 21.00 Uhr
15 Abende, 30 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7331 Endlich Zeit für Italienisch (Niveau A1/A2)

Adriana Panarese-Klenk

Sie haben früher einmal Italienisch gelernt, aber es ist schon lange her? Jetzt haben Sie endlich Zeit, um Ihre Kenntnisse aufzufrischen und weiterzuentwickeln? Wollen Sie praktische Informationen über Land, Leute und Alltagsleben erwerben, um in Alltagssituationen gut zurechtzukommen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig!

Buch + CD : Endlich Zeit für Italienisch, Hueber Verlag

Rückfragen direkt bei der Dozentin unter der Telefonnummer 06203-82084 (mit AB)

donnerstags, 25. Februar 2021
16.00 Uhr – 17.30 Uhr
12 Nachmittage, 24 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7332 Italienisch am Nachmittag für Anfänger (A1)

Adriana Panarese-Klenk

In diesem Kurs für Anfänger werden Sie mit viel Spaß und wenig Grammatikpaukerei nicht nur wichtige Alltagssituationen üben, sondern auch viel über Bräuche und Traditionen Italiens erfahren.

Das Buch wird im Unterricht bekannt gegeben.

Rückfragen direkt bei der Dozentin unter der Tel.Nr. 06203-82084 (mit AB)

mittwochs, 3. März 2021
16.30 Uhr – 18.00 Uhr
12 Nachmittage, 24 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

Spanisch

211-7340 Spanisch für Anfänger A1

Mireia Bufurull Cortes

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Buch: Con gusto nuevo A1, ab Lektion 4

montags, 11. Januar 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
18 Abende, 36 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7341 Conversación en español

Mireia Bufurull Cortes

dienstags, 12. Januar 2021
09.00 Uhr – 10.30 Uhr
18 Vormittage, 36 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7342 Español A2

Mireia Bufurull Cortes

Sie wollen Ihre Spanisch-Kenntnisse wieder auffrischen? Dann sind Sie bei uns richtig!

Dieser Kurs bietet Ihnen Lektüre und Konversation und etwas Grammatik ist auch dabei!

Das Niveau liegt bei A2.

Buch: Con gusto nuevo A2, ab Lektion 4.

mittwochs, 13. Januar 2021
10.30 Uhr – 12.00 Uhr
18 Vormittage, 36 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7345 Spanische Grammatik & Conversación en español

Raul Pardo-Santamaria

Auffrischungskurs für Fortgeschrittene. Der Dozent stammt aus Kolumbien, hat politische Wissenschaften und Germanistik studiert.

montags, 11. Januar 2021
17.00 Uhr – 18.30 Uhr
10 Abende, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7346 Spanisch für Jugendliche

Raul Pardo-Santamaria

Der Kurs ist für Jugendliche der Oberstufe geeignet.

dienstags, 12. Januar 2021
17.00 Uhr – 18.30 Uhr
10 Abende, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7347 Spanisch für Jugendliche – Ferienkurs

Raul Pardo-Santamaria

Der Kurs ist für Jugendliche der Oberstufe geeignet.

Dienstag, 6. April 2021 bis Freitag 09. April 2021
9.00 Uhr – 10.30 Uhr
4 Vormittage, 8 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

Neugriechisch

211-7350 Neugriechisch mit Vorkenntnissen (A2)

Chrissi Argiriadou-Hermann

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende, die bereits Vorkenntnisse haben, die sie in Griechenland oder in etwa fünf Semestern VHS-Kursen erworben haben. Sie können die griechische Schrift lesen und schreiben und kleine Gespräche in Alltagssituationen führen. Dieser Kurs bietet Ihnen die Gelegenheit, Ihren Wortschatz und Ihre kommunikativen Kompetenzen weiter in angenehmer Atmosphäre auszubauen.

Lehrwerk: Pame! A1, Hueber Verlag

Kursbuch ISBN 978-3-19-0054046

Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-0254040 ab Lektion 6/7

donnerstags, 21. Januar 2021
18.30 Uhr – 20.00 Uhr
15 Abende, 30 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7351 Neugriechisch für den Urlaub – für Interessierte ohne Vorkenntnisse (A1)

Chrissi Argiriadou-Hermann

Dieser Kurs richtet sich an Griechenland-Reisende, die sich in kurzer Zeit die wichtigsten Redemittel für den Alltag aneignen möchten.

Wenn Sie es beim letzten Aufenthalt leid waren, sprachlos zu sein und nichts zu verstehen, sind Sie hier richtig. Dieser Kurs ist ganz bewusst nicht als Grammatik- oder Sprachkurs im traditionellen Sinne konzipiert, sondern es sollen mit Übungen ausgewählte Alltagssituationen geübt

bzw. kommunikative Fähigkeiten erlernt werden. Er ist eine ideale sprachliche und landeskundliche Vorbereitung auf eine Reise nach Griechenland.
Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

donnerstags, 21. Januar 2021
20.15 Uhr – 21.30 Uhr
10 Abende, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7352 Neugriechisch VII für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen (A1)

Emmanouel Emmanouilidis

Für Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen.
Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

dienstags, 2. Februar 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
15 Abende, 30 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

Niederländisch

211-7360 Niederländisch für leicht Fortgeschrittene – A2

Iris Lipowsky-Overduin

Fortführung des Kurses aus dem Semester II/20.
Achtung: Kein Anfängerkurs! Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.
Quereinsteiger willkommen.
Wir arbeiten mit dem neuen Buch „Wat leuk! A2“ Kursbuch 978-3190054619, Arbeitsbuch 978-3190254613 und Lösungsheft .

donnerstags, 14. Januar 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
10 Abende, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7361 Niederländisch für leicht Fortgeschrittene – A2

Iris Lipowsky-Overduin

Fortführung des Kurses aus dem Semester I/21.
Achtung: Kein Anfängerkurs !!! Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.
Quereinsteiger willkommen.
Wir arbeiten mit dem neuen Buch „Wat leuk! A2“ Kursbuch 978-3190054619, Arbeitsbuch 978-3190254613 und Lösungsheft.

donnerstags, 15. April 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
10 Abende, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

Türkisch

211-7371 Türkisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Hasan Özgür Tuna

In diesem Kurs erlernen Sie das Lesen und die Sprache.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Buch: Türkisch Grammatisches Lehrbuch für Anfänger und Fortgeschrittene
Angelika Landmann (Autorin)
ISBN: 978-3-447-10517-0
Harrassowitz Verlag

samstags, 16. Januar 2021
10.30 Uhr – 12.00 Uhr
10 Vormittage, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7372 Türkisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Hasan Özgür Tuna

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7371

samstags, 17. April 2021
10.30 Uhr – 12.00 Uhr
10 Vormittage, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7373 Türkisch für Fortgeschrittene

Hasan Özgür Tuna

In diesem Kurs werden Ihre Kenntnisse vertieft.
Buch: Türkisch Grammatisches Lehrbuch für Anfänger und Fortgeschrittene
Angelika Landmann (Autorin)
ISBN: 978-3-447-10517-0
Harrassowitz Verlag

samstags, 16. Januar 2021
12.30 Uhr – 14.00 Uhr
10 Nachmittage, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-7374 Türkisch für Fortgeschrittene

Hasan Özgür Tuna

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7373

samstags, 17. April 2021
12.30 Uhr -– 14.00 Uhr
10 Nachmittage, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 44

211-653 Türkisch für Kinder ab 9 Jahren

Hasan Özgür Tuna

In diesem Kurs erlernen die Kinder das Lesen und die Sprache.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

samstags, 16. Januar 2021
09.00 Uhr – 10.30 Uhr
10 Vormittage, 97,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

211-654 Türkisch für Kinder ab 9 Jahren

Hasan Özgür Tuna

In diesem Kurs erlernen die Kinder das Lesen und die Sprache.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

samstags, 17. April 2021
09.00 Uhr – 10.30 Uhr
10 Vormittage, 97,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

Weinstube Cronberger Mühle

an der historischen Stadtmauer von

Ladenburg

Öffnungszeiten: Do - Sa 18.00-23.00 Uhr
So und Feiertage 16.00-22.00 Uhr
Mo - Mi Ruhetag

Mühlgasse 23 – Telefon 0 62 03 / 1 52 33

Familie W. + J. Dreier

Lehmkuhl

Feine Weine

Mit unseren feinen Weinen aus Frankreich und anderen Ländern erwarten Sie Genuss und Lebensfreude. Und das zu einem Preis-Leistungsverhältnis, das keinen Vergleich zu scheuen braucht.

68526 Ladenburg, Tel. 06203/180026 Mobil 0172/6276939
Lehmkuhl.feineweine@online.de www.bourdic.de
Lager: Rosenhof, Schriesheimer Fußweg 5 a
(gegenüber Baumschule Huben)

Für einen Besuch in unserem Lager vereinbaren Sie bitte unbedingt telefonisch einen Termin.

EDV

211-7601 PC für Anfänger

Uwe Borstorff

Der Einstieg in den PC ist oftmals schwierig, wenn zwar bereits einige wenige Grundkenntnisse vorhanden sind, aber das Weiterführende fehlt. Die Bedienung des Computers ist nicht ganz klar und deshalb für ganz einfache Funktionen oftmals fremde Hilfe notwendig. Lernen Sie in diesem Kurs die Grundkenntnisse, einfache Texte schreiben, sich im Internet leichter bewegen, Emails schreiben und beantworten sowie Texte, Bilder und Dateien speichern. Die idealen Voraussetzungen, um später weiterführende Kurse zu besuchen oder um sich zunächst im PC-Alltag zurechtzufinden.

dienstags, 19. Januar 2021
09.00 Uhr – 12.00 Uhr
4 Nachmittage, 80,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7602 Umgang mit Windows 10

Uwe Borstorff

Windows 10 ist das aktuelle Betriebssystem von Microsoft. Typisch sind die Kacheln auf der Bedienoberfläche und der Einsatz von Apps – dabei handelt es sich um Anwendungs-Software, wie beispielsweise Wetterbericht, Bildbearbeitung oder Spiele. Sie lernen Schritt für Schritt, Windows 10 und seine Möglichkeiten für sich zu nutzen.

mittwochs, 10. März 2021
13.30 Uhr – 16.30 Uhr
3 Nachmittage, 60,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7603 PC im Alltag – kurz und kompakt

Uwe Borstorff

Die tägliche Arbeit im Büro wird durch den Einsatz von MS Office effizienter. Mit den Programmen WORD, EXCEL und OUTLOOK lassen sich die meisten Bürotätigkeiten abdecken. Wie man diese Programme sinnvoll einsetzt und die Dateien zwischen ihnen austauscht, vermittelt der Kurs.
Ziel / effizienter Einsatz von MS Office im Büroalltag / Inhalt / Geschäftsbriefe mit WORD erstellen / Dokumentvorlagen abspeichern / Serienbriefe erzeugen / einfache Berechnungen mit EXCEL / Zahlenmaterial aufbereiten / Dokumentenverwaltung / mit Outlook Nachrichten senden und empfangen / mit Outlook Kontakte und Termine verwalten.
Vorkenntnisse / Grundwissen in Windows und Word erforderlich!

dienstags, 8. Juni 2021
09.00 Uhr – 12.00 Uhr
4 Nachmittage, 80,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7610 Grundkurs Excel

Georg Fellner

Sie haben mit Zahlen und Daten zu tun und möchten diese Informationen übersichtlich in Form von Tabellen und Diagrammen darstellen, dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Nach dem ersten Kennenlernen der Bedienoberfläche des Programms, lernen Sie zunächst einfache und später komplexere Tabellen zu erstellen und diese Ihren Wünschen nach zu gestalten. Sie werden Excel einsetzen, um innerhalb Ihrer Tabellen aussagekräftige Ergebnisse zu berechnen und die Daten grafisch ansprechend darzustellen. Mit diesem Kurs erhalten Sie das Wissen, wie man z. B. ein

elektronisches Haushaltsbuch anlegt oder die Ein- und Ausgaben von Vereinen dokumentiert und auswertet.

dienstags, 9. März 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
3 Abende, 33,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7611 Grundkurs Excel

Georg Fellner

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7610

donnerstags, 10. Juni 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
3 Abende, 33,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7620 Bildbearbeitung mit GIMP – Basiskurs

Jörg Jacobsen

GIMP ist ein professionelles und kostenloses Bildbearbeitungsprogramm mit vielen leistungsfähigen Werkzeugen. In diesem kompakten Seminar lernen Sie, Ihre digitalen Bilder auf einfache, aber effektive Art zu optimieren und zu bearbeiten.
Inhalte: Arbeitsoberfläche anpassen – Bilder öffnen, speichern und exportieren – theoretische Grundlagen: Dateiformate, Farbräume, Histogramme – Malwerkzeuge – Bilder anpassen (skalieren, drehen, zuschneiden, etc.) – Bildkorrekturen (Farben, Helligkeit, Kontrast, etc.) – Retuschieren – Erstellen von Auswahlen – Grundzüge der Arbeit mit Ebenen – sonstige Bildverbesserung (entrauschen, schärfen)
Teilnahmevoraussetzungen: EDV- und Windows-Kenntnisse
Bitte mitbringen: USB-Stick, 4 GB

Samstag, 27. Februar 2021
10.00 Uhr – 17.00 Uhr
1 Tag, 52,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7621 Bildbearbeitung mit GIMP – Basiskurs

Jörg Jacobsen

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7620

Samstag, 19. Juni 2021
10.00 Uhr – 17.00 Uhr
1 Tag, 52,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7622 Bildbearbeitung mit GIMP – Aufbaukurs

Jörg Jacobsen

GIMP ist ein professionelles und kostenloses Bildbearbeitungsprogramm mit vielen leistungsfähigen Werkzeugen. In diesem kompakten Seminar lernen Sie aufbauend auf dem Grundkurs, Ihre digitalen Bilder mit fortgeschrittenen Techniken zu optimieren und zu bearbeiten.
Inhalte:
Farbverläufe und Muster, fortgeschrittene Transformationswerkzeuge, weiterführende Techniken bei der Erstellung von Auswahlen – (verschachtelte) Ebenen und Ebenen-Modi – Ebenenmasken – fortgeschrittene Methoden beim Entrauschen und Schärfen – Fotomontagen und Collagen – Restaurierung alter Fotos – Aufbereitung von Portraits – Umwandlung von Farbbildern in ausdrucksstarke Schwarz-Weiß-Bilder – Freistellen feiner Strukturen (Blätter, Haare) – wichtige Filter – Grundzüge der Textfunktion
Teilnahmevoraussetzungen: EDV- und Windows-Kenntnisse sowie Grundlagen von GIMP

Bitte mitbringen: USB-Stick, 4 GB

Samstag, 27. März 2021
10.00 Uhr – 17.00 Uhr
1 Tag, 52,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7623 Bildbearbeitung mit GIMP – Aufbaukurs

Jörg Jacobsen

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7622

Samstag, 17. Juli 2021
10.00 Uhr – 17.00 Uhr
1 Tag, 52,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7625 Freie Software im Überblick – kostenlos und leistungsfähig

Jörg Jacobsen

Für viele Anwender ist freie Software interessant, weil sie kostenlos erhältlich ist und sich durch ihre Leistungsfähigkeit einen guten Ruf erworben hat. In diesem Vortrag werden wichtige Vertreter von freier Software und deren Einsatzmöglichkeiten vorgestellt. Sie erhalten einen grundlegenden Überblick.
Inhalte:
Verschiedene Lizenzen (Shareware, Open Source, Freeware etc.) – Alternativen zu MS Office: Texte, Tabellen, Datenbanken und Grafiken mit Libre Office – Programme zur Bildbearbeitung: Bilder und Grafiken mit GIMP – Verwaltung und Aufbereitung von Digitalfotos mit Darktable – Vektorzeichnungen mit Inkscape – Layouts mit Scribus – fotorealistische 3D-Darstellungen mit Blender

Teilnahmevoraussetzungen: Offenheit für neue Ideen, PC-Grundkenntnisse

Donnerstag, 11. Februar 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
1 Abend, 13,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7626 Freie Software im Überblick – kostenlos und leistungsfähig

Jörg Jacobsen

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7625

Donnerstag, 10. Juni 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
1 Abend, 13,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7630 iPad / iPhone (nur Apple-Geräte)

Jürgen Schwarz

Dieser Kurs wendet sich an alle, die tiefer in das Thema iPhone-/iPad einsteigen wollen. Wir beginnen mit den ersten Schritten, gehen dann aber mehr in die Tiefe. Der Dozent gibt Ihnen einen Überblick über die grundsätzliche Bedienung und zeigt Ihnen ein paar nützliche Apps und praktisches Zubehör. Danach werden Tipps&Tricks im Umgang mit den Geräten besprochen. Die Fragen der Teilnehmer und das Üben stehen im Mittelpunkt.
Das Gerät muss bereits eingerichtet sein. Bringen Sie bitte das Passwort für Ihre Apple-ID mit.

dienstags, 12. Januar 2021
16.00 Uhr – 18.00 Uhr
2 Nachmittage, 36,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7631 iPad / iPhone (nur Apple-Geräte)

Jürgen Schwarz

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-7630

montags, 12. April 2021
16.00 Uhr – 18.00 Uhr
2 Nachmittage, 36,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7632 Android Smartphone / Tablet

Jürgen Schwarz

Dieser Kurs wendet sich an alle, die tiefer in das Thema Smartphone / Android einsteigen wollen. Wir beginnen mit den ersten Schritten, gehen dann aber mehr in die Tiefe. Der Dozent gibt Ihnen einen Überblick über die grundsätzliche Bedienung und zeigt Ihnen ein paar nützliche Apps und praktisches Zubehör. Danach werden Tipps & Tricks im Umgang mit den Geräten besprochen. Die Fragen der Teilnehmer und das Üben stehen im Mittelpunkt.
Das Gerät muss bereits eingerichtet sein. Bringen Sie bitte das Passwort für Ihr Google-Konto (PlayStore) mit.

mittwochs, 13. Januar 2021
16.00 Uhr – 18.00 Uhr
2 Nachmittage, 36,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-7633 Android Smartphone / Tablet

Jürgen Schwarz

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-7632

montags, 26. April 2021
16.00 Uhr – 18.00 Uhr
2 Nachmittage, 36,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

Recht

211-7640 Immobilien erfolgreich privat verkaufen – Was muss ich beachten um teure Fehler zu vermeiden?

Markus Popp

Immobilienverkauf in oder nach Coronazeiten – was muss ich nun unbedingt beachten?
Inhalt: Welche Auswirkungen hat die gegenwärtige Situation auf dem Wert meiner Immobilie? Welche Unterlagen benötige ich zum erfolgreichen Verkauf und wie vermeide ich teure Fehler? Welche Kniffe gibt es, um den Wert meiner Immobilie zu steigern? Was muss ich beim Besichtigen beachten und wie kann ich sicher präsentieren? Der Dozent ist Diplom-Betriebswirt (FH) und arbeitet seit einigen Jahren als Makler sowie als Makler-Ausbilder.

Donnerstag, 4. März 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
1 Abend, 13,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7641 Immobilien erfolgreich privat verkaufen – Was muss ich beachten um teure Fehler zu vermeiden?

Markus Popp

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-7640

Donnerstag, 17. Juni 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
1 Abend, 13,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7650 Vereinsrecht „Verein, Vorstand, Mitglied und Paragraph“

Frank Richter

Der Verein ist eine der beliebtesten Organisationsformen für Menschen mit gleichen Interessen. Daher ist die Kenntnis dieses Rechtsgebietes für alle Beteiligten wichtig.
Zum Inhalt des Vortrages gehören insbesondere:

- Anforderungen an die Vereinssatzung
- Möglichkeiten der Satzungsgestaltung
- Rechte und Pflichten von Vorständen und Mitgliedern

- Haftung des Vereins für seine Organe und Mitglieder
- Haftung des Vorstands und der Mitglieder

Dauer etwa eine Stunde + eine halbe Stunde für Fragen

Donnerstag, 4. Februar 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
1 Abend, 12,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7651 Vereinsrecht – „Verein, Vorstand, Mitglied und Paragraph“

Frank Richter

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7650

Donnerstag, 24. Juni 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
1 Abend, 12,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7652 Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuung

Frank Richter

Meist geraten Menschen unerwartet in eine Situation, in der sie nicht mehr wirksam am Rechtsverkehr teilnehmen können, sei es durch einen Unfall, eine Erkrankung oder auch ein alterbedingter Abbau der eigenen Fähigkeiten. Ohne entsprechende Vollmachten können selbst Ehepartner oder sonstige Angehörige nichts unternehmen. Sowohl hinsichtlich der Führung des Familienbetriebes als auch hinsichtlich der medizinischen Behandlung ist man nun Fremden ausgeliefert. Denn in diesem Fall gelten Regelungen im Testament nicht, da der Testierende noch lebt, so dass das Betreuungsgericht einen Betreuer bestellt.
Mehrfach hat der Bundesgerichtshof festgestellt, dass dem in einer Patientenverfügung geäußerten Willen zu folgen ist.
Der Vortrag gibt einen Überblick über die Möglichkeiten solcher Vorsorge.
Dauer etwa eineinhalb Stunden + eine halbe Stunde für Fragen

Donnerstag, 11. März 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
1 Abend, 12,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7653 Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuung

Frank Richter

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-7652

Donnerstag, 1. Juli 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
1 Abend, 12,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-7654 Datenschutz nach der DS-GVO

Frank Richter

Unternehmen, Vereine und Privatpersonen sind verunsichert, was sie nach der Einführung der Datenschutzverordnung noch dürfen oder müssen. Der Vortrag klärt – soweit derzeit ohne klärende Rechtsprechung möglich – über Rechte und Pflichten der Beteiligten auf und versucht Verhaltenshinweise zu geben.

Donnerstag, 15. Juli 2021
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
1 Abend, 12,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Handwerk

ISOVER SAINT-GOBAIN AKADEMIE

211-7660 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen – Infoabend

Erfahren Sie an dem Informationsabend, was Sie bei dem zweitägigen Kurs „Dach selbst dämmen“ erwartet!

Kursinhalte:

1. Samstag:

- Welchen Dämmstoff muss ich einbauen?
- Welche gesetzl. Vorgaben gibt es?
- Welche Werkzeuge brauche ich für die Dämmung?
- Wie verlege ich Dämmung am Dachfenster, an Balkenlagen, auf der obersten Geschossdecke?
- Welche Vorarbeiten muss ich vorher machen?
- Prinzipielle Verlegung der Dampfbremsfolie von Innen.
- Welche Folie soll ich nehmen?
- Wie kann ich alleine Folie richtig verlegen?
- Welches Werkzeug brauche ich für die Folienverlegung?

2. Samstag:

- Wie baue ich die Dampfbremsfolie richtig ein?
- Wie dichte ich an Rohren, Kabeln, Masten, alten oder neuen Balken oder Steckdosen an?
- Wo fange ich an mit der Verlegung?
- Welche Vorarbeiten sollte ich vorher prüfen (Untergrund tragfähig? Vorher Untergrund reinigen?)
- Welches Klebeband wofür?
- Wieviel und welches Material muss ich einkaufen?
- Wo bekomme ich alles her?

Mittwoch, 24. Februar 2021
19.30 Uhr – 21.00 Uhr
1 Abend, kostenlos
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-7661 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen – Infoabend

Ausschreibung siehe Kurs Nr: 211-7660

Mittwoch, 7. April 2021
19.30 Uhr – 21.00 Uhr
1 Abend, kostenlos
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-7662 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen – Infoabend

Ausschreibung siehe Kurs Nr: 211-7660

Mittwoch, 7. Juli 2021
19.30 Uhr – 21.00 Uhr
1 Abend, kostenlos
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-7663 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen – Infoabend

Ausschreibung siehe Kurs Nr: 211-7660

Mittwoch, 28. Juli 2021
19.30 Uhr – 21.00 Uhr
1 Abend, kostenlos
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-7664 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen

Der kalte Winter ist vorbei, die Heizkostenabrechnung wirkt sich noch auf die Haus-

haltskasse aus und man ist schon in der Planung der Sommerferien. Laufende Ausgaben, die in kleinen Schritten sich immer mehr vom hart verdienten Geld abknabbern. Doch wie wäre es, wenn man einen Teil des Budgets in die Modernisierung des eigenen Hauses steckt? Zum Beispiel in die Dämmung vom Dach? Leider bewirkt der Fachkräftemangel und die ausgelasteten Auftragsbücher der Handwerker, dass man bis zu einem Jahr auf einen Profi warten muss. Also entscheiden sich viele Bauherrschaften, die vermeintlich einfache Dachdämmung selber zu machen, ob im Altbau oder im Neubau.

Aber Vorsicht, auch hier gibt es Gefahren, die bei unsachgemäßer Verlegung und nicht sauber ausgeführter Verlegung der Dampfbremse oft einen Schaden für die Bausubstanz, die Gesundheit und schließlich auch aufs Geld gehen können!

Deshalb bietet das Ladenburger Unternehmen Saint Gobain ISOVER G+H AG für interessierte Bauherrschaften an zwei Samstagen die richtige Verlegung von Dämmung im Dach und fachlich korrekte Montage der Dampfbremse an. In diesen Praxisseminartagen legen Sie selber Hand an, schneiden die Dämmung zu, bauen alles so ein, dass Sie auf der sicheren Seite sind, gesetzliche Vorgaben erfüllen und schließlich das gute Gefühl haben, alles richtig gemacht zu haben. Sie lernen von Praxistrainern der ISOVER Akademie, die seit Jahren Zimmerer, Dachdecker und Trockenbauer ausbilden.

Sorgen Sie dafür, dass Ihr Zuhause den Komfort und die Sicherheit bietet, den Sie sich für ihre Familie wünschen. Sparen Sie Heizkosten, denn der nächste Winter kommt bestimmt!

Folgende Inhalte werden geschult:

1. Samstag:

- Welchen Dämmstoff muss ich einbauen?
- Welche gesetzl. Vorgaben gibt es?
- Welche Werkzeuge brauche ich für die Dämmung?
- Wie verlege ich Dämmung am Dachfenster, an Balkenlagen, auf der obersten Geschossdecke?
- Welche Vorarbeiten muss ich vorher machen?
- Prinzipielle Verlegung der Dampfbremsfolie von Innen.
- Welche Folie soll ich nehmen?
- Wie kann ich alleine Folie richtig verlegen?
- Welches Werkzeug brauche ich für die Folienverlegung?

2. Samstag:

- Wie baue ich die Dampfbremsfolie richtig ein?
- Wie dichte ich an Rohren, Kabeln, Masten, alten oder neuen Balken oder Steckdosen an?
- Wo fange ich an mit der Verlegung?
- Welche Vorarbeiten sollte ich vorher prüfen (Untergrund tragfähig? Vorher Untergrund reinigen?)
- Welches Klebeband wofür?
- Wieviel und welches Material muss ich einkaufen?
- Wo bekomme ich alles her?

An beiden Tagen können Sie gerne Fotos machen, Videos drehen um das erlernte Wissen auf Ihrer Baustelle parat zu haben (Es gelten hierzu die gesetzl. Vorgaben des Datenschutzgesetzes).

In der Kursgebühr sind folgende Leistungen enthalten:

- Stellen von sämtlichen Dämmstoffmaterial, Dampfbremsfolie, Klebebänder,

Dichtmassen und benötigtes Werkzeuge für die Schulung
- Schulungshalle mit Schulungsmodellen, Getränke (Kaffee, Wasser, Softdrinks), kleiner Imbiss zu Mittag
- Fachgerechte Entsorgung der verbrauchten Materialien durch ISOVER

samstags, 6. März 2021
09.00 Uhr – 13.30 Uhr
2 Tage, 147,00 €
Industriestr. 13, Ladenburg

211-7665 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen

Kursausschreibung siehe Kurs Nr: 211-7664

samstags, 17. April 2021
09.00 Uhr – 13.30 Uhr
2 Tage, 147,00 €
Industriestr. 13, Ladenburg

211-7666 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen

Kursausschreibung siehe Kurs Nr: 211-7664

samstags, 17. Juli 2021
09.00 Uhr – 13.30 Uhr
2 Tage, 147,00 €
Industriestr. 13, Ladenburg

211-7667 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen

Kursausschreibung siehe Kurs Nr: 211-7664

samstags, 7. August 2021
09.00 Uhr – 13.30 Uhr
2 Tage, 147,00 €
Industriestr. 13, Ladenburg

TANZ SPORT CLUB BLAU-SILBER e.V.
da Tanzen Spaß macht!

Tanzen hält fit!
Mach mit
Wenn Sie Interesse an Gesellschaftstänzen haben, ist in einem unserer Tanzkreise bestimmt noch ein Platz frei für Sie.

Weitere Informationen erhalten Sie
auf: www.blau-silber-ladenburg.de
oder Tel.: 06203-14348
06220-9228233

Digitales und Betriebwirtschaft

Xpert Business Abschlüsse | Betriebswirtschaft

	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanz-buchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuch-halter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen | Lohn | Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●		●
Bilanzierung			●		● alternativ		● alternativ	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●		●	●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●		●	●		●
Personalwirtschaft						●			
Personale Kompetenzen	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen								●

ONLINE-KURSE

Berufliche Weiterbildung mit Xpert Business:
Anerkannte Abschlüsse auf IHK-Niveau

- Das Kurssystem ist modular aufgebaut und bietet dadurch maximale Flexibilität.

Technische Voraussetzungen:

- stabile Internetverbindung (mind. 2 Mbit/s),
- aktueller Browser mit Flash-Plugin
- eine Soundausgabe per Kopfhörer oder Lautsprecher.
- Mikrofon oder Webcam werden nicht benötigt.
- Bereits ab 22.02.2021 können Sie mit Unterstützung der Xpert Hotline die Technik testen.

Abschlussprüfung:

- Im Anschluss an jeden Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung abgelegt werden, die Prüfungsgeführ beträgt 85,00 €.
- Den Prüfungstermin können Sie in Absprache mit der VHS selbst festlegen.

Kostenfreier Rücktritt:

- Wenn Sie nach dem ersten Kursabend feststellen, dass Ihnen der Kurs nicht zusagt, können Sie ohne Angabe von Gründen kostenfrei zurücktreten.

Weitere Infos zu allen Kursen sowie ein Demo-Webinar finden Sie unter www.xpert-business-lernnetz.de.

Alle Xpert Business-Kurse finden dienstags und donnerstags statt.

211-76800 Finanzbuchführung Grundlagen 1

Dieser Kurs aus dem System Xpert Business vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung, Bilanzierung und Kontenführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt.
Inhalte: Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten; Inventur, Inventar und Bilanz; Konten und Organisation der Buchführung. Verbuchen aller laufenden und gängigen Geschäftsvorfälle einschließlich Personalkosten und Umsatzsteuer.
Im Anschluss an den Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung Xpert Business abgelegt werden.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 2. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs

211-76801 Finanzbuchführung 2 mit Xpert Business-Zertifikat

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der

Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021.

dienstags, 2. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs

211-76802 Bilanzierung mit Xpert Business-Zertifikat

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 2. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs

211-76803 Finanzwirtschaft mit Xpert Business-Zertifikat

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf eines Unternehmens ermittelt und nach welchen Regeln Fremd- und Eigenkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 2. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs

211-76804 Kosten- und Leistungsrechnung mit Xpert Business-Zertifikat

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 2. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs

211-76805 Controlling mit Xpert Business-Zertifikat

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswe-

sens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -methoden ein.
Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens, wie im Falle von Zielabweichungen Handlungsalternativen und Maßnahmen entwickelt werden.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021
dienstags, 2. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs

211-76806 Betriebliche Steuerpraxis mit Xpert Business-Zertifikat

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z.B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021
dienstags, 2. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
20 Abende, 330,00 €
online-Kurs

211-76807 Lohn und Gehalt 1 mit Xpert Business-Zertifikat

Die Lohn- und Gehaltsabrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 2. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs

211-76808 Lohn und Gehalt 2 mit Xpert Business-Zertifikat

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 2. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs

211-76809 Personalwirtschaft mit Xpert Business-Zertifikat

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 2. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs

211-76810 Einnahmen-Überschussrechnung mit Xpert Business-Zertifikat

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschussrechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 2. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
11 Abende, 200,00 €
online-Kurs

211-76811 Finanzbuchführung mit DATEV

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 16. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
16 Abende, 330,00 €
online-Kurs

211-76812 Lohn und Gehalt DATEV

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 16. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
16 Abende, 330,00 €
online-Kurs

211-76900 Finanzbuchführung mit Lexware mit Xpert Business-Zertifikat

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware Lexware anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen, sowie aussagekräftige Auswertungen, wie z.B. Summen und Saldenlisten, OP-Listen und USt-Voranmeldung zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Kursinhalte:

- Eingabe/Übernahme von Eröffnungsbilanzen
- Buchen der täglichen Geschäftsvorfälle
- Drucken von Auswertungen
- Mahnwesen und Zahlungsvorschlag
- Periodenabschluss

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 16. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
16 Abende, 330,00 €
online-Kurs

211-76901 Lohn und Gehalt mit Lexware mit Xpert Business-Zertifikat

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software Lexware anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Kursinhalte:

- Institutionsdaten verwalten
- Anlegen von Lohnarten
- Anlegen von Firmen- und Mandantenstammdaten
- Durchführen von Lohn- und Gehaltsabrechnungen
- Ausgeben von Auswertungen
- Lohnjournale
- Bescheinigungen erstellen

Anmeldung bis spätestens 15.02.2021

Techniktest im Zeitraum vom: 22.02.2021 bis 01.03.2021

dienstags, 16. März 2021
18.30 Uhr – 20.30 Uhr
16 Abende, 330,00 €
online-Kurs

ZQB Zertifizierte BildungsQualität
Volkshochschulverband Baden-Württemberg

Kreativität

211-600 Töpfern für Kinder von 6-10 Jahren

Dorothee Guth

In dem Kurs können Kinder mit und ohne Erfahrung mit dem Werkstoff Ton experimentieren. Sie erlernen einfache Techniken, um Gefäße oder Figuren herzustellen. Ein Teil der Gegenstände kann am zweiten Nachmittag mit Engobe bemalt werden. Nach dem Trocknen und Brennen können die Werke ca. 4-6 Wochen später abgeholt werden.

Die Materialkosten (Ton, Dekor) in Höhe von 6,00 € werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Bitte mitbringen: Altes T-Shirt oder Schürze, etwas zu Trinken und vor allem gute Laune.

dienstags, 19. Januar 2021
15.00 Uhr – 16.30 Uhr
2 Nachmittage, 15,00 €
Werkrealschule Kellerwerkraum

211-601 Töpfern für Kinder von 6-10 Jahren

Dorothee Guth

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-600

donnerstags, 21. Januar 2021
15.00 Uhr – 16.30 Uhr
2 Nachmittage, 15,00 €
Werkrealschule Kellerwerkraum

211-605 Keramik bemalen für Ostern für Kinder von 6-8 Jahren

Petra Sohn

In diesem Workshop gestalten wir mit Hilfe von Pinseln, Fingerabdrücken oder den unterschiedlichsten Schwämmchen eine Osterschale und Osteranhänger für den Osterstrauch. Verwendet werden für die bereits fertigen Keramikrohlinge Glasurfarben, die ungiftig und lebensmittelecht sind. Die Kunstwerke werden danach bei 1000 °C im Keramikofen gebrannt. Durch diese hohe Brenntemperatur entsteht eine Gebrauchskeramik, an der die Beschenkten lange Freude haben.
Die Materialkosten in Höhe von 15,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Donnerstag, 11. März 2021
15.30 Uhr – 17.30 Uhr
1 Nachmittag, 10,00 €
Keramiklädchen, Kirchenstr. 12

211-606 Keramik bemalen für Ostern für Kinder ab 9 Jahren

Petra Sohn

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-605

Donnerstag, 18. März 2021
15.30 Uhr – 17.30 Uhr
1 Nachmittag, 10,00 €
Keramiklädchen, Kirchenstr. 12

211-610 Außerirdische Wesen, handgefilzt mit Nassfilztechnik – für Kinder ab 8 Jahren

Jannine Weimer

Figuren aus fremden Galaxien, von weit entfernten Sternen entstehen von eigener Hand geschaffen. Kreativität und auch Vorstellungskraft sind hier gefragt. Die bunte Wolle erweitert den Schaffensprozess und es entstehen wunderbare Aliens und ET‘s. Bitte 2 alte Handtücher mitbringen.

Die Materialkosten in Höhe von 4,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Montag, 15. Februar 2021
10.00 Uhr – 13.00 Uhr
1 Vormittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-611 Meeresfisch in schillernden Farben von Hand gefilzt – für Kinder ab 8 Jahren

Jannine Weimer

Wir filzen mit Wasser und Seifenschaum einen kunterbunten Fisch aus verschiedenen Wollsorten, pflanzlichen und tierischen Fasern. Der Fischbauch ist hohl d.h. er kann jederzeit gefüttert werden. Man kann ihn an die Zimmerdecke hängen oder mit in die Badewanne nehmen.

Bitte 2 alte Handtücher mitbringen.

Die Materialkosten in Höhe von 4,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Dienstag, 16. Februar 2021
10.00 Uhr – 13.00 Uhr
1 Vormittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-612 Kleine Tasche handgefilzt mit Knopf als Verschluss – für Kinder ab 8 Jahren

Jannine Weimer

Wir filzen eine kleine Tasche in Nassfilztechnik aus bunten Fasern mit Hilfe einer Schablone.
Diese kann mit der Filznadel nach Belieben noch vervollständigt werden, am Ende nähen wir einen Knopf zum Verschließen an.
Wir erlernen in diesem Kurs eine sehr alte Handwerkskunst.

Bitte 2 alte Handtücher mitbringen.

Die Materialkosten in Höhe von 4,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Mittwoch, 17. Februar 2021
10.00 Uhr – 13.00 Uhr
1 Vormittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-613 Frühlingsfilzen – Blütengirlande – für Kinder ab 8 Jahren

Jannine Weimer

Wir filzen eine Blütenkette mit Wasser, Seife und Schafwolle. Die filigranen Blüten und Blätter werden auf die Ranke aufgefilzt oder angenäht. Wir stellen in einer sehr alten Handwerkskunst eine Ranke in unserer Lieblingsfarbe her.
In einer Kleingruppe filzen wir in den Räumlichkeiten der VHS.

Bitte 2 alte Handtücher mitbringen.

Die Materialkosten in Höhe von 4,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Montag, 22. März 2021
15.00 Uhr – 18.00 Uhr
1 Nachmittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-614 Ein Osterkörbchen von Hand gefilzt – für Kinder ab 8 Jahren

Jannine Weimer

Bald ist Ostern!
Wir filzen für das bevorstehende Osterfest ein Körbchen aus bunter Schafwolle. Der Osterhase wird es bestimmt bewundern & reich befüllen!

In Nassfilztechnik zaubern wir in einer Kleingruppe ein Unikat. Nach Belieben kann es mit der Filznadel verziert werden.

Bitte 2 alte Handtücher mitbringen.

Die Materialkosten in Höhe von 4,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Montag, 29. März 2021
15.00 Uhr – 18.00 Uhr
1 Nachmittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-618 Ostergeschenke selbst gemacht für Mädchen von 8 bis 13 Jahren

Nadine Münch

Wir stellen heute Badekugeln, Badeschaum und Bodypeeling selbst her.....

Der Osterhase ist bald unterwegs und wir stellen kleine liebevoll selbstgemachte Geschenke her. Wer möchte, kann die Kosmetik auch hübsch österlich verpacken.

Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Samstag, 20. März 2021
10.00 Uhr – 13.00 Uhr
1 Vormittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-619 Schmuckdesignerin – für Kids ab 8 Jahren

Nadine Münch

Wir gestalten heute Schmuck nach Herzenslust.

Ohrringe, Schlüsselanhänger, Armbänder, Ketten..... es werden die neuen Trends an Perlen von der Messe mitgebracht. Schmuck ist zeitlos und es macht immer gute Laune, selbst gemachten Schmuck zu tragen. Kaufen kann jede/r.

Materialkosten: 5,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Samstag, 12. Juni 2021
10.00 Uhr – 13.00 Uhr
1 Nachmittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

ScienceLab
Kinder. Wissen. Mehr.

ScienceLab-Forschervormittage für Grundschulkinder

Wohl alle Eltern kennen Fragen wie diese: Wie kommen die Farben in den Regenbogen? Woher kommt das Licht? Warum geht ein Schiff nicht unter? Schon die Kleinsten wollen wissen, wie die Welt funktioniert. Gefesselt von Phänomenen aus ihrem Alltag suchen sie Antworten auf ihre Fragen. Kinder sind von Natur aus großartige Forscher und Entdecker! Mit altersgerechten Forscherkursen fördert die unabhängige und gemeinnützige Bildungsinitiative ScienceLab spielerisch das Interesse an Natur, Technik und Umwelt. In kleinen Gruppen von maximal acht Kindern bekommen diese die Gelegenheit, Hypothesen zu formulieren, diese in Experimenten zu testen, exakt zu beobachten und das Erforschte anschließend im Gespräch zu diskutieren.

www.science-lab.org

211-VSch1 Programmieren für Anfänger mit LEGO Education WeDo 2.0

Katharina Heller, ScienceLab Kursleiterin, Dipl.-Trophologin

ScienceLab Forschervormittag für Kinder der 2.-4. Klasse (7-10 Jahre)

Wozu brauchen wir Roboter? Was ist eigentlich Programmiersprache? Hast du dich schon einmal gefragt, wie du einen Roboter dazu bringen kannst das zu tun was du möchtest (z.B. fahren, stoppen, sprechen ...)? Dann bist du hier genau richtig. Wir bauen kleine LEGO-Modelle und erwecken diese durch Programmierung

mithilfe eines Computers zum Leben. Hast Du Lust auf neue Herausforderungen?

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken.

Freitag, 19. Februar 2021
09:45 Uhr – 12:45 Uhr
1 Vormittag, 25,00 €
Schriesheim, vhs-Haus, Vortragssaal

ANMELDUNG:
bitte direkt über die vhs Schriesheim

211-VSch2 Osterzeit ist Eierzeit – Experimente rund ums Ei

Katharina Heller, ScienceLab Kursleiterin, Dipl.-Trophologin

ScienceLab Forschervormittag für Grundschulkinder von 6-10 Jahren

Alle Eier sind bemalt und versteckt? Langeweile unterm Osterstrauch? Dann ist es an der Zeit für verrückte Osterexperimente. Schwimmt oder sinkt ein Ei, kann es vielleicht sogar schweben? Kann ich ein Ei ohne Hitze kochen? Können Eier atmen? Wie bekomme ich ein Ei in eine Flasche? Wie stabil sind Eierschalen? Hast du Lust auf Experimente rund ums Ei?

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken.

Donnerstag, 08. April 2021
09:45 Uhr – 12:45 Uhr
1 Vormittag, 25,00 €
Schriesheim, vhs-Haus, Vortragssaal

ANMELDUNG:
bitte direkt über die vhs Schriesheim

211-VSch3 Die Welt der Farben

Katharina Heller, ScienceLab Kursleiterin, Dipl.-Trophologin

ScienceLab Forschervormittag für Vorschulkinder von 4-6 Jahren

Warum ist der Regenbogen bunt? Warum ist der Hase braun? Wie entstehen Farben? Aus welchen Farben besteht das Licht? Kann man Lichtfarben auch mischen? Wir lassen Farben entstehen und verschwinden, suchen und finden den Regenbogen und ergründen den Sinn der Farben in der Natur.

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken.

Samstag, 24. April 2021
10:00 Uhr – 13:00 Uhr
1 Vormittag, 25,00 €
Schriesheim, vhs-Haus, Vortragssaal

ANMELDUNG:
bitte direkt über die vhs Schriesheim

211-VSch4 Alles was fliegt

Katharina Heller, ScienceLab Kursleiterin, Dipl.-Trophologin

ScienceLab *Forschervormittag für Erst- und Zweitklässler (6-8 Jahre*)

Luft ist nicht nur zum Atmen da. Aber was ist Luft überhaupt? Warum steigt ein Heißluftballon auf? Warum kann ein tonnenschweres Flugzeug fliegen? Die Luft ist die wichtigste Voraussetzung für das Fliegen. Wir werden die Luft erforschen und wollen verstehen, warum etwas fliegt. Hast Du Lust eigene Flugobjekte zu bauen?

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken.

Freitag, 28. Mai 2021
09:45 Uhr – 12:45 Uhr
1 Vormittag, 25,00 €
Schriesheim, vhs-Haus, Vortragssaal

ANMELDUNG:
bitte direkt über die vhs Schriesheim

Kunst

211-620 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren

Christian Schura

In diesem Kurs kannst du alles zeichnen: Tiere, Comics, Manga, Trickfiguren, Star Wars, Aliens, Roboter, Autos, Flugzeuge, Meerjungfrauen, Feen, Kobolde, Graffiti und vieles mehr.
Bitte mitbringen: DIN A4 oder DIN A3 Papier, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi und Spitzer.

Montag, 11. Januar 2021
16.00 Uhr – 18.15 Uhr
1 Nachmittag, 12,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-621 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren

Christian Schura

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-620

Montag, 1. Februar 2021
16.00 Uhr – 18.15 Uhr
1 Nachmittag, 12,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-622 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren

Christian Schura

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-620

Montag, 19. April 2021
16.00 Uhr – 18.15 Uhr
1 Nachmittag, 12,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-623 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren

Christian Schura

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-620

Montag, 17. Mai 2021
16.00 Uhr – 18.15 Uhr
1 Nachmittag, 12,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-624 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren

Christian Schura

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-620

Montag, 14. Juni 2021
16.00 Uhr – 18.15 Uhr
1 Nachmittag, 12,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-625 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren

Christian Schura

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-620

Montag, 19. Juli 2021
16.00 Uhr – 18.15 Uhr
1 Nachmittag, 12,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Gesundheit und Körper

211-631 EFT Klopfakupressur für Kinder ab 9 Jahren

Karin Schauer

Mit der erlernten Technik können Schüler sich selbst „behandeln“, z.Bsp.: vor Arbeiten, in Konflikten mit Lehrer etc.

Sehr schnell können sie so den Stress reduzieren! Auch bei Kopfschmerzen, Höhenangst etc. gut einzusetzen.
Es wird gemäß der Coronaregeln unterrichtet, bei der Methode klopft der/die Teilnehmer/in an sich selbst die Akupunkturpunkte, die gezeigt werden.
Wasserflasche bitte zum Kurs mitbringen.

Donnerstag, 11. Februar 2021
17.00 Uhr – 18.30 Uhr
1 Nachmittag, 8,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-632 Erste Hilfe für Kinder

Janina Engel

Ihr hab schon mal gesehen wie Mama, Papa oder andere Familienmitglieder sich weh getan haben? In diesem Kurs lernt ihr mit viel Spiel und Spaß wie auch ihr Erste Hilfe leisten könnt. Wir werden auch tolle Sachen passend zum Thema basteln. Man kann nie zu früh lernen, was man im Notfall machen kann, um Leben zu retten.

Samstag, 23. Januar 2021
09.00 Uhr – 12.00 Uhr
1 Vormittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-633 Erste Hilfe für Kinder

Janina Engel

Ausschreibung siehe Kurs Nr: 211-632

Samstag, 17. April 2021
09.00 Uhr – 12.00 Uhr
1 Vormittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-635 Eltern-Kind-Akrobatik

Antje Kiel

Gemeinsam Zirkusluft schnuppern – das ist das Motto dieses Workshops. Wenn Sie nach einer Möglichkeit suchen, mit Ihrem Kind mal wieder etwas Besonderes gemeinsam zu unternehmen, dann sind Sie hier genau richtig.
Beim „Akrobatik"-Workshop werden wir Springen, Schwingen, Heben, Bauen und viel Spaß haben! Aus einfachen „Handgriffen" werden kleine Kunststücke, die nicht nur Ihr Kind ins Staunen bringen!
Für Eltern und Ihre Kinder, aber auch Onkel, Tante, Paten, Oma oder Opa sind herzlich willkommen.
Es sind keine Vorerfahrungen erforderlich. Auch für „Nichtsportler" geeignet.

Samstag, 20. März 2021
13.00 Uhr – 15.30 Uhr
1 Nachmittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-636 Kinderzirkus Kompaktwoche

Antje Kiel

Langeweile in den Ferien? Wir bringen Bauch, Birne und Beine in Schwung!
Kinder werden begeistert, gefördert & zukunftsstark!
Kinder von 6 – 12 Jahren üben spielerisch Zirkuskünste, wie z.B.:
Akrobatik (lustige & fetzige Boden- / Leiterakrobatik, Sprungübungen, Luftakrobatik...)
Balancieren (Zirkuskugeln, Rollen, Schwebebalken)
Clownerie (kurze spritzig witzige Clown-Theaterstücke – Clownschule)
Jonglage (Diabolo, Sticks, Tücher, Bälle, Eier, ...)
In diesen Kleingruppen werden Einsteiger, genauso wie Fortgeschrittene betreut und angeleitet.
Die Kinder erwartet viel Spaß und ein tolles Gemeinschaftserlebnis.
Bitte einen kleinen Snack und eine Flasche Wasser (keine Glasflasche) mitbringen.

montags, 6. September 2021
09.00 Uhr – 13.00 Uhr
5 Vormittag, 125,00 €
Städtische Turnhalle

211-637 Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Kinder und Jugendliche von 9-13 Jahren

Yvonne Otterstätter

Trainingspunkte:
- Stimmschulung
- Distanztraining
- Schutzhaltung
- Abwehrtechniken
- Techniktraining
- Persönliche Distanzfindung/ -durchsetzung

donnerstags, 10. Juni 2021
18.00 Uhr – 19.00 Uhr
4 Abende, 22,00 €
Lobdengauhalle, Gymnastikraum

Schule und Literatur

211-640 Lesen, Rechnen, Üben....

Gabriele Pauli

Kinder ausländischer Mitbürger kämpfen oft mit zusätzlichen Schulproblemen, weil sie für den deutschsprachigen Unterricht zu Hause nicht immer die nötige Unterstützung erhalten können.
Die VHS bietet während der Schulzeit an zwei Nachmittagen in der Woche, dienstags und donnerstags, pädagogische Hilfe bei den Hausaufgaben an. Bei Spiel, Basteln und kleinen Veranstaltungen wird außerdem regelmäßig der Kontakt unter den einzelnen Kindern gepflegt.
Bis einschließlich 5. Klasse.

dienstags, 12. Januar 2021
14.30 Uhr – 16.30 Uhr
47 Nachmittage, kostenlos
Astrid-Lindgren-Schule, Breslauer Str. 61

211-641 Schreibatelier – Ferienkurs

Johanna Moßig

Ausschreibung siehe Kurs Nr. 211-641

dienstags, 6. April 2021
09.00 Uhr – 13.00 Uhr
4 Vormittage, 75,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-642 Schreibatelier

Johanna Moßig

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-641

montags, 18. Januar 2021
15.30 Uhr – 17.45 Uhr
6 Nachmittage, 63,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-643 Schreibatelier

Johanna Moßig

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-641

montags, 12. April 2021
15.30 Uhr – 17.45 Uhr
6 Nachmittage, 63,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-645 Mathematik-Prüfungsvorbereitung (für Schüler der HS/WRS/RS)

Georg Fellner

Mit diesem Kursangebot möchten wir Schüler der Haupt-/Werkreal- und Realschulen dabei unterstützen, sich gut auf die bevorstehenden schriftlichen Prüfungen im Fach Mathematik am 10.06.2021 vorzubereiten.
Die Schüler üben und lernen in einer Kleingruppe von max. 5 Personen, unterstützt durch einen Mathelehrer, die für die Prüfung relevanten Unterrichtsinhalte. Für die Prüfungsvorbereitung ist der Pauker des

Hutt-Verlages für die jeweilige Schulart mitzubringen.

donnerstags, 25. Februar 2021
17.00 Uhr – 18.30 Uhr
10 Nachmittage, 96,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

211-646 Mathematik-Prüfungsvorbereitung (für Schüler der HS/WRS/RS)

Georg Fellner

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-645

dienstags, 9. März 2021
17.00 Uhr – 18.30 Uhr
10 Nachmittage, 96,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-647 Präsentationstraining (ab Klasse 7)

Anne Franziska Struve

Präsentationen spielen im Schulalltag eine zunehmend wichtige Rolle und fließen verstärkt in die Schulnoten ein.

Ziel des Kurses ist es, zu erlernen, wie man sicher und selbstbewusst eine packende Präsentation hält. In vielen praktischen Übungen lernen die Teilnehmer die Wirkung ihrer Stimme und Körpersprache kennen und können diese optimal einsetzen. Hemmungen vor anderen zu sprechen werden abgebaut und Nervosität sowie Lampenfieber auf ein angemessenes Maß reduziert. Die Teilnehmer lernen die Vor- und Nachteile der unterschiedlichen Präsentationsmedien kennen und erhalten Tipps für eine anschauliche Gestaltung der Powerpoint-Folien bzw. Poster.
Schwerpunkt des zweiten Kurstages ist das Halten einer eigenen Präsentation mit anschließender Videoanalyse und ausführlichem individuellen Feedback.

Zum zweiten Kurstag bitte eine eigene Präsentation mitbringen (auf USB-Stick, per E-Mail an die VHS oder als Poster). Die Präsentation kann gerne eine bereits gehaltene Präsentation sein.

samstags, 23. Januar 2021
09.30 Uhr – 12.30 Uhr
2 Vormittage, 45,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-648 Präsentationstraining (Klasse 2-6)

Anne Franziska Struve

Bereits in der Grundschule spielen Präsentationen eine zunehmend wichtige Rolle und fließen verstärkt in die Schulnoten ein.

Ziel des Kurses ist es, zu erlernen, wie man sicher und selbstbewusst eine packende Präsentation hält. In vielen praktischen und altersgerechten Übungen lernen die Teilnehmer die Wirkung ihrer Stimme und Körpersprache kennen und können diese optimal einsetzen. Hemmungen vor anderen zu sprechen werden abgebaut und Nervosität sowie Lampenfieber auf ein angemessenes Maß reduziert. Die Teilnehmer lernen die Vor- und Nachteile der unterschiedlichen Präsentationsmedien kennen und erhalten Tipps für eine anschauliche Gestaltung der Powerpoint-Folien bzw. Poster.
Schwerpunkt des zweiten Kurstages ist das Vorbereiten und Halten einer eigenen Präsentation mit ausführlichem individuellem Feedback. Optional wird für das Feedback eine Videoanalyse angeboten, d.h. wer möchte wird beim Präsentieren gefilmt und kann sich somit im Nachgang selbst auf Video sehen – oft ein großes Aha-Erlebnis.

mittwochs, 17. Februar 2021
09.30 Uhr – 12.30 Uhr
2 Vormittage, 45,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

211-660 Schule fertig – und was dann?

Ein Workshop zum Thema Berufsfindung und Bewerbung
B3 -– Bildung, Beratung, Berufsfindung
Wenn du bei deiner Bewerbung bestimmte Regeln berücksichtigst, erhöhst du deine Chancen.
In dem Workshop wollen wir folgende Fragen behandeln:
Welcher Beruf passt zu mir?
Wie finde ich einen geeigneten Ausbildungs- oder Studienplatz?
Wie bewerbe ich mich richtig?
In der Kursgebühr sind die Materialkosten bereits enthalten.

dienstags, 26. Januar 2021
16.15 Uhr – 17.45 Uhr
3 Nachmittage, 25,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

211-661 Schule fertig – und was dann?

Ein Workshop zum Thema Berufsfindung und Bewerbung
B3 – Bildung, Beratung, Berufsfindung

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-660

mittwochs, 24. Februar 2021
16.15 Uhr – 17.45 Uhr
3 Nachmittage, 25,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-662 Schule fertig – und was dann?

Ein Workshop zum Thema Berufsfindung und Bewerbung
B3 – Bildung, Beratung, Berufsfindung
Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-660

donnerstags, 15. April 2021
16.15 Uhr – 17.45 Uhr
3 Nachmittage, 25,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Sprachen

211-650 Englisch für die 4. Klasse

M.A. Kirsten Thiery

Unterstützend und aufbauend auf den Unterrichtsplan der 4./5. Klasse, werden die Kinder bereits auf die weiterführende Schule vorbereitet.
Dieser Kurs baut auf dem vorhergehenden in 2020 auf, neue Schüler können allerdings gerne einsteigen.
Zusätzliche Material-/Kopierkosten:
1,00 €

dienstags, 12. Januar 2021
16.15 Uhr – 17.30 Uhr
15 Nachmittage, 145,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-651 Französisch für Kinder ab 9 Jahren

Maxime Neureither

In diesem Kurs können Kinder in die französische Sprache hineinschnuppern. Sie lernen die Grundzüge der Sprache kennen. Ideal für Kinder, die die 4. Klasse oder 5. Klasse besuchen und sich bei der zukünftigen Fächerwahl unsicher sind.
Sie werden altersgerecht auf den Übergang in die weiterführenden Schulen vorbereitet. Stupides Pauken ist hierbei nicht angesagt. Der Kurs ist spielerisch und interaktiv angelegt, sodass die Kinder quasi nebenbei lernen – während sie großen Spaß beim Mitmachen und an der Kreativität der Fachkräfte haben.

montags, 11. Januar 2021
16.00 Uhr – 17.30 Uhr
10 Nachmittage, 97,00 €
VHS, Altes Rathaus

211-652 Französisch für Kinder ab 9 Jahren

Maxime Neureither

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-651

montags, 12. April 2021
16.00 Uhr – 17.30 Uhr
10 Nachmittage, 97,00 €
VHS, Altes Rathaus

211-653 Türkisch für Kinder ab 9 Jahren

Hasan Özgür Tuna

In diesem Kurs erlernen die Kinder das Lesen und die Sprache.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

samstags, 16. Januar 2021
09.00 Uhr – 10.30 Uhr
10 Vormittage, 97,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

211-654 Türkisch für Kinder ab 9 Jahren

Hasan Özgür Tuna

In diesem Kurs erlernen die Kinder das Lesen und die Sprache.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

samstags, 17. April 2021
09.00 Uhr – 10.30 Uhr
10 Vormittage, 97,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 7

211-7346 Spanisch für Jugendliche

Raul Pardo-Santamaria

Der Kurs ist für Jugendliche der Oberstufe geeignet.

dienstags, 12. Januar 2021
17.00 Uhr – 18.30 Uhr
10 Abende, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 7
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 42

211-7347 Spanisch für Jugendliche

Raul Pardo-Santamaria

Der Kurs ist für Jugendliche der Oberstufe geeignet.

dienstags, 6. April 2021
09.00 Uhr – 10.30 Uhr
4 Vormittage, 8 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 7
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 42

EDV

211-664 Computer-Führerschein für Kinder und Jugendliche

Georg Fellner

Du möchtest wissen, wie ein Computer aufgebaut ist und wie er funktioniert? Du möchtest den Computer einsetzen, um kreativ zu sein, indem du Bilder am Computer malst und Fotos nachbearbeitest? Wenn der Computer für dich nicht nur ein Spielgerät sein soll, dann bist du in diesem Kurs genau richtig. Du lernst hier, wie man mit Dateien umgeht und sie sinnvoll organisiert. Du wirst Texte mit Word schreiben, die Texte deinen Wünschen nach anpassen und mit Bildern und Zeichnungen ergänzen. Mit Excel lernst du ein Programm kennen, indem du einfache Tabellen erstellst und die darin enthaltenen Informationen mit Hilfe von Diagrammen

darstellst. Du wirst mit PowerPoint professionell aussehende Präsentation zu einem Thema deiner Wahl erstellen und dafür im Internet nach nützlichen Informationen recherchieren. Werde fit im Umgang mit dem Computer und profitiere davon in Schule und Freizeit.

freitags, 22. Januar 2021
15.00 Uhr – 16.30 Uhr
4 Nachmittage, 44,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

211-665 Computer-Führerschein für Kinder und Jugendliche

Georg Fellner

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-664

freitags, 11. Juni 2021
15.00 Uhr – 16.30 Uhr
4 Nachmittage, 44,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 3

Kindergeburtstage

211-680 Feiern Sie Ihren Kindergeburtstag in der VHS (für max. 5 bis 9 Kinder)

Nadine Münch

Wir bieten Ihnen einen schönen Raum, sowie ein Kreativthema nach Wahl an.

Sie können aus folgenden Themen auswählen:

ab 6 Jahren: z.B.:
- Meerjungfrau gestalten
- Seife herstellen
- Oster- oder Muttertagsdeko
- Schmuckdesign (Schlüsselanhänger, Ohrringe, Armbänder, Ketten)
- Deko jeglicher Art (Muttertagsdeko, Osterdeko, Sommerdeko)

ab 10 bis 15 Jahren:
- Kosmetik herstellen (Badeschaum, Bodypeeling, Badekugel, Lipgloss, Seife)
- Trendy Nailstyling (komplette Maniküre)
- Schmuckdesign (Ohrringe, Schlüsselanhänger, Armbänder, Ketten)
- Deko jeglicher Art (Muttertags-, Oster- oder Sommerdeko)

Die Teilnahme an den Kursen erfolgt auf eigene Gefahr. Für Unfälle haftet die Volkshochschule nicht.
Wir verweisen die Eltern auf ihre Aufsichtspflicht vor Beginn und nach Ende der Veranstaltung.
Die Kurse dauern drei Zeitstunden.

Gruppengebühr 120,00 €, inkl. 20,00 € Materialgebühren
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-690 Kindergeburtstag – Geocaching – für Kids ab 10 Jahren (für 7-10 Kinder)

Ferdinando Abbate

Die Volkshochschule unterstützt Sie bei der Planung und Gestaltung Ihres nächsten Kindergeburtstages mit einer Geocachingtour – die moderne Schnitzeljagd.
Die Teilnahme an den Kursen erfolgt auf eigene Gefahr. Für Unfälle haftet die Volkshochschule nicht.
Wir verweisen die Eltern auf ihre Aufsichtspflicht vor Beginn und nach Ende der Veranstaltung.
Die Kurse dauern drei Zeitstunden.

Gruppengebühr 120,00 €, inkl. 20,00 € Materialgebühren
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Seitenweise
BÜCHER AM MARKT

Spannende Lektüre für Schule & Privat. ✓
Lernmaterialien & Trainingshefte für alle Fächer. ✓
Geschenkkörbe & Geburtstagskörbe. ✓
Klassensätze und Direktlieferung an die Schule. ✓
800 000 Bücher, CD's, DVD's von heute auf morgen. ✓

SEITENWEISE
BÜCHER AM MARKT
Marktplatz 2
68526 Ladenburg

Tel.: 0 62 03-58 48
Fax: 0 62 03-1 69 31
www.seitenweise-bam.de
info@seitenweise-bam.de

MO. - DO. 9.00 - 13.00
15.00 - 18.30
FREITAG 9.00 - 18.30
SAMSTAG 9.00 - 18.00

Einige unserer Leistungen:

- Briefbogen
- Broschüren
- Bücher
- Endlosformulare
- Festschriften
- Flyer
- Kataloge
- Visitenkarten
- Zeitschriften

Charlotte Günther
Fotosatz pick-up
Druckvorlagenherstellung

In der Schanz 1
69198 Schriesheim
Fon: (0 62 03) 6 34 94
Mobil: (01 71) 9 33 35 29
kontakt@fotosatz-pickup.de
www.fotosatz-pickup.de

Tanzen

211-9110 Der Tanzclub für Fortgeschrittene

Stefan Wech

Wir tanzen in lockerer Atmosphäre!
Bei Bedarf werden neue Figuren gezeigt und eingeübt. Teilnehmer bitte paarweise.

montags, 11. Januar 2021
20.30 Uhr – 21.30 Uhr
18 Abende, 90,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

Nähen

211-9120 Zuschneiden, Nähen und Ändern

Gaby Nowack

Lust auf selbst genäht? Entschließen Sie sich fürs Mitmachen und nähen Sie für sich oder andere individuelle Kleidungsstücke, Heimtextilien oder Wohnaccessoires. Auch Nähanfängerinnen sind in diesem Kurs willkommen. Richtiges Maßnehmen sowie Schnittveränderungen werden während des Kurses durchgeführt. Dabei stehen perfekte Passformen und rationelle Nähtechniken im Vordergrund.
Bitte mitbringen: Nähmaschine, Stoff, Schnitt, Zuschneideschere, Stecknadeln, Maßband und Schneiderkreide.

montags, 11. Januar 2021
18.00 Uhr – 21.00 Uhr
5 Abende, 50,00 €
Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2

211-9121 Zuschneiden, Nähen und Ändern

Gaby Nowack

Ausschreibung s. Kurs-Nr. 211-9120

montags, 22. Februar 2021
18.00 Uhr – 21.00 Uhr
5 Abende, 50,00 €
Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2

211-9122 Zuschneiden, Nähen und Ändern

Gaby Nowack

Ausschreibung s. Kurs-Nr. 211-9120

montags, 29. März 2021
18.00 Uhr – 21.00 Uhr
5 Abende, 50,00 €
Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2

211-9123 Zuschneiden, Nähen und Ändern

Gaby Nowack

Ausschreibung s. Kurs-Nr. 211-9120

montags, 17. Mai 2021
18.00 Uhr – 21.00 Uhr
5 Abende, 50,00 €
Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2

Yoga

211-9501 Vinyasa Power Yoga

Petra Wassmer

Vinyasa Yoga ist eine körperbetonte Form des Yoga, bei der die Asanas fließend ineinander übergehen. Ziel ist es, Atem und Bewegung zu synchronisieren, Körper und Geist zu stabilisieren und zu zentrieren.

Bitte sportliche Kleidung und eine rutschfeste Unterlage/Matte mitbringen sowie etwas zum Drüberziehen für die Endentspannung.

montags, 11. Januar 2021
18.50 Uhr – 20.20 Uhr
13 Abende, 114,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

211-9502 Yoga 50 plus

Katja Markmann-Schmitz

Yoga ist eine Entspannungs- und Bewegungsmethode, die auf Körper und Geist gleichermaßen positiv wirkt. Wir erarbeiten uns auf sanfte Weise Yogahaltungen, die der Dehnung, Kräftigung und Beweglichkeit dienen. Außerdem werden Koordinationsfähigkeit und Gleichgewichtssinn gefördert. Entspannungs- und Meditationselemente runden die Übungseinheiten ab. Die Anforderungen werden an die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Teilnehmer/Innen angepasst.

Bitte mitbringen: Bequeme sportliche Kleidung, Yoga- oder Isomatte, rutschfeste Socken und eine dünne Decke.

donnerstags, 14. Januar 2021
09.30 Uhr – 11.00 Uhr
10 Vormittage, 80,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

211-9503 Yoga 50 plus

Katja Markmann-Schmitz

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-9502

donnerstags, 15. April 2021
09.30 Uhr – 11.00 Uhr
12 Vormittage, 96,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

211-9504 Hatha-Yoga

Katja Markmann-Schmitz

Einfache, leicht auszuführende Übungen mit erstaunlicher Wirkung: Das hier praktizierte sanfte Hatha-Yoga eignet sich für alle Altersklassen und jedes Fitnessniveau – Anfänger sind herzlich willkommen. Jede/r Teilnehmer/in entscheidet selbst, mit welcher Intensität er/sie die effektiven Körper-, Atem- und Meditationsübungen ausführt. Ungesunden Haltungen des Alltags wird gezielt entgegengewirkt, Verspannungen werden gelöst, die Beweglichkeit wird gefördert und die Körperenergien können besser fließen.
Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannung.

dienstags, 12. Januar 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 im 1. OG (über die Sandsteintreppe)

211-9505 Hatha-Yoga

Katja Markmann-Schmitz

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-9504

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannung.

dienstags, 12. Januar 2021
20.00 Uhr – 21.30 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

211-9506 Hatha-Yoga

Katja Markmann-Schmitz

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-9504

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannung.

donnerstags, 14. Januar 2021
20.00 Uhr – 21.30 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

211-9507 Hatha-Yoga

Katja Markmann-Schmitz

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-9504

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannung.

dienstags, 13. April 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
12 Abende, 80,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 im 1. OG (über die Sandsteintreppe)

211-9508 Hatha-Yoga

Katja Markmann-Schmitz

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-9504

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannung.

dienstags, 13. April 2021
20.00 Uhr – 21.30 Uhr
12 Abende, 80,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

211-9509 Hatha-Yoga

Katja Markmann-Schmitz

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-9504

donnerstags, 15. April 2021
20.00 Uhr – 21.30 Uhr
12 Abende, 96,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

Pilates

211-9530 Pilates – Training nach der Methode von Joseph Pilates (Matwork)

Karin Rabbe

Der deutschstämmige Joseph Pilates erfand eine Methode des Ganzkörpertrainings, die er erfolgreich zur Kräftigung von Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur einsetzte und in New York selbst unterrichtete. Das Training spricht vor allem die tiefer liegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen an, die für eine korrekte, aufrechte und gesunde Körperhaltung sorgen. Besonderer Wert wird auf die kontrollierte Ausführung und die bewusste Atmung gelegt. Die Körperwahrnehmung wird geschult und das Zusammenspiel von Körper und Geist durch ruhige, fließende Bewegungen verbessert. Sie benötigen für die Übungen bequeme Sportkleidung, eine eigene Gymnastikmatte und ein Handtuch.

montags, 11. Januar 2021
19.00 Uhr – 20.00 Uhr
10 Abende, 54,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 im 1. OG (über die Sandsteintreppe)

Wirbelsäulengymnastik

211-9540 Wirbelsäulengymnastik/Rückenschule

Christine Braxmaier

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, eine Wolldecke und eine Matte!

mittwochs, 13. Januar 2021
18.15 Uhr – 19.15 Uhr
10 Abende, 62,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

211-9541 Wirbelsäulengymnastik/Rückenschule

Christine Braxmaier

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, eine Wolldecke und eine Matte!

mittwochs, 14. April 2021
18.15 Uhr – 19.15 Uhr
10 Abende, 62,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

211-9542 Fasziengymnastik

Christine Braxmaier

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, eine Wolldecke und eine Matte!

mittwochs, 13. Januar 2021
19.15 Uhr – 20.15 Uhr
10 Abende, 62,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

211-9543 Fasziengymnastik

Christine Braxmaier

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, eine Wolldecke und eine Matte!

mittwochs, 14. April 2021
19.15 Uhr – 20.15 Uhr
10 Abende, 62,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

Entspannung

211-9550 Wirbelsäulen Qi Gong

Marion Meisenzahl

Die sanften Übungen des Wirbelsäulen Qi Gong basieren auf den gleichen Grundlagen wie die traditionelle chinesische Medizin. Sie helfen, Verspannungen und Blockaden entlang der Wirbelsäule zu lösen und den freien Fluss der Lebensenergie wiederherzustellen. Durch die Verbindung der Wirbelsäule zu allen Organen werden auch diese langfristig gestärkt. Geübt wird im Stehen, Sitzen und Liegen.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, eine Matte und eine Wolldecke!

montags, 11. Januar 2021
17.00 Uhr – 18.00 Uhr
10 Abende, 67,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

211-9551 Wirbelsäulen Qi Gong

Marion Meisenzahl

Ausschreibung s. Kurs-Nr. 211-9550

montags, 19. April 2021
17.00 Uhr – 18.00 Uhr
10 Abende, 67,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

211-9552 Body Scan (Die Körperreise)

Doris Arns

Beim Body Scan werden Sie nacheinander durch Ihre verschiedenen Körperregionen geführt. Es ist ein wunderschönes inneres Abtasten dieser Bereiche, von den Füßen bis zum Kopf, mittels Konzentration und Achtsamkeit. Dabei begegnen Sie sich selbst und allen Ihren Gedanken / Gefühlen mit einer wohlwollenden und akzeptierenden Haltung.
Der Body Scan ermöglicht, bei regelmäßiger Anwendung, in einen Zustand tiefer körperlicher und seelischer Entspannung zu gelangen. Er fördert somit die Gesunderhaltung und Vitalität und trägt zu einem wohligen Körpergefühl bei. Diese Meditation kann sowohl im Liegen als auch im Sitzen durchgeführt werden, so, wie es für Sie angenehm ist.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Matte, eine Decke, warme Socken, ein flaches Kissen oder ein Handtuch.

dienstags, 12. Januar 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
10 Abende, 80,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 im 1. OG (über die Sandsteintreppe)

211-9553 Body Scan (Die Körperreise)

Doris Arns

Ausschreibung siehe Kurs-Nr. 211-7558

dienstags, 13. April 2021
18.00 Uhr – 19.30 Uhr
12 Abende, 96,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 im 1. OG (über die Sandsteintreppe)

Tennis

211-9570 Tenniskurs für Einsteiger – Kompakt

Julien Lamm

In vier Tagen à 2,0 Stunden bietet die Tennisschule JULA in Kooperation mit der Tennisabteilung der Spielvereinigung 03 Ilvesheim auf deren Anlage einen Grundlagenkurs für alle an, die sich gerne mal mit der gelben Filzkugel auseinandersetzen möchten.

Trainingsinhalte sind u.a. Griffhaltung, Schlagabläufe, Laufschule und im Tennis spezifische Koordinationsabläufe. Außerdem wird viel Tennis „gespielt“.

Bälle werden gestellt. Tennisschlägerbereitstellung auf Anfrage ebenfalls möglich.

Der Kompaktkurs findet Dienstag bis Freitag immer vormittags von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr statt.

dienstags, 6. April 2021
10.00 Uhr – 12.00 Uhr
4 Vormittage, 104,00 €
Tennisplätze am Neckarstadion, Ilvesheim

211-9571 „(Wieder-)Einsteigerkurs Tennis: Grundlagen Technik und Taktik“

Julien Lamm

Die Tennisschule JULA bietet in Kooperation mit der Tennisabteilung der Spielvereinigung 03 Ilvesheim auf deren Anlage einen Grundlagenkurs für alle an, die sich gerne mal mit der gelben Filzkugel auseinandersetzen möchten.

Trainingsinhalte sind u.a. Griffhaltung, Schlagabläufe, Laufschule und im Tennis spezifische Koordinationsabläufe. Außerdem wird viel Tennis „gespielt“.

Bälle werden gestellt. Tennisschlägerbereitstellung auf Anfrage ebenfalls möglich.

Der Kurs findet immer montags von 17.00 Uhr bis 18.00 Uhr und samstags von 09.00 Uhr bis 11.00 Uhr (Ausnahme letzter Samstag von 09.00 bis 10.00 Uhr) statt.

montags, 12. April 2021
17.00 Uhr – 18.00 Uhr
6 Tage, 104,00 €
Tennisplätze am Neckarstadion, Ilvesheim

211-9572 „(Wieder-)Einsteigerkurs Tennis: Grundlagen Technik und Taktik“

Julien Lamm

Ausschreibung sie Kurs-Nr.: 211-9571

Bälle werden gestellt. Tennisschlägerbereitstellung auf Anfrage ebenfalls möglich. Der Kurs findet immer montags von 17.00 Uhr bis 18.00 Uhr und samstags von 09.00 Uhr bis 11.00 Uhr (Ausnahme letzter Samstag von 09.00 bis 10.00 Uhr) statt.

montags, 3. Mai 2021
17.00 Uhr – 18.00 Uhr
6 Tage, 104,00 €
Tennisplätze am Neckarstadion, Ilvesheim

211-9573 „(Wieder-)Einsteigerkurs Tennis: Grundlagen Technik und Taktik“

Julien Lamm

Ausschreibung sie Kurs-Nr.: 211-9571

Bälle werden gestellt. Tennisschlägerbereitstellung auf Anfrage ebenfalls möglich. Der Kurs findet immer montags von 17.00 Uhr bis 18.00 Uhr und samstags von 09.00 Uhr bis 11.00 Uhr (Ausnahme letzter Samstag von 09.00 bis 10.00 Uhr) statt.

montags, 7. Juni 2021
17.00 Uhr – 18.00 Uhr
6 Tage, 104,00 €
Tennisplätze am Neckarstadion, Ilvesheim

211-9574 „(Wieder-)Einsteigerkurs Tennis: Grundlagen Technik und Taktik“

Julien Lamm

Ausschreibung sie Kurs-Nr.: 211-9571

Bälle werden gestellt. Tennisschlägerbereitstellung auf Anfrage ebenfalls möglich. Der Kurs findet immer montags von 17.00 Uhr bis 18.00 Uhr und samstags von 09.00 Uhr bis 11.00 Uhr (Ausnahme letzter Samstag von 09.00 bis 10.00 Uhr) statt.

montags, 5. Juli 2021
17.00 Uhr – 18.00 Uhr
6 Tage, 104,00 €
Tennisplätze am Neckarstadion, Ilvesheim

Aquakurse

211-9580 AquaFitness – Flachwasser

Silvia Hütt
DOSB Lizenz AquaTrainerin

Lust auf Wasser im Ilvesheimer Hallenbad ? Aqua-Sport ist nicht nur etwas für rüstige Senioren mit „PoolNudel“ im brusttiefen Flachwasser.
Selbst im Tiefwasser mit AquaGürtel, Bein-Schwimmer oder PoolNudel fühlen sich auch unsichere Schwimmer wohl.
Bei diesem Sport werden mehr Kalorien verbraucht als beim Joggen an Land.
Sport im Pool ist sogar effektiver als andere Ausdauertrainings, weil die Wärmeleitfähigkeit des Wassers den Kalorienverbrauch stärker ankurbelt.
Mit unterschiedlichen Geräten bei fetziger Musik sowie einem abwechslungsreichen, herausfordernden Fitnessprogramm, ist dieses Training im Wasser gesundheitsfördernd und sehr effektiv, zudem macht es großen Spaß.
Dieser Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet!
Risikogruppen (dürfen nicht teilnehmen) für AquaFitness sind Personen mit:
– Epilepsie,
– Herzerkrankungen,
– starker Bluthochdruck,
– ständiger Herzkreislaufstörung
Wichtig: Ausreichend Trinken mitbringen, bruchsichere Flaschen sind am Beckenrand gewünscht.
Bitte einen Schwimmgürtel mitbringen!
Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

dienstags, 12. Januar 2021
18.30 Uhr – 19.15 Uhr
10 Abende, 70,00 €
Hallenbad Ilvesheim

211-9581 AquaJogging – Tiefwasser

Silvia Hütt
DOSB Lizenz AquaTrainerin

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-9580

Wichtig: Ausreichend Trinken mitbringen, bruchsichere Flaschen sind am Beckenrand gewünscht.

Bitte einen Schwimmgürtel mitbringen!

Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

dienstags, 12. Januar 2021
19.30 Uhr – 20.15 Uhr
10 Abende, 70,00 €
Hallenbad Ilvesheim

211-9582 Aqua-Jogging für Fortgeschrittene

Carina Hütt

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit praktischen Kenntnissen in den verschiedenen Laufschritten. Aqua Jogging ermöglicht ein gelenkschonendes und effektives Training aller motorischen Hauptbeanspruchungsformen (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination, Beweglichkeit) inklusive gesundheitsfördernder und anregender Wirkungen auf Gefäße, Organe sowie den Bewegungsapparat. Außerdem wird die Körperwahrnehmung und das Gleichgewicht geschult. Den Schwerpunkt bilden neben den Grundlauftechniken Koordinations- und Kräftigungsübungen sowie Schnelligkeitstrainingsformen. Der Einsatz von Trainingsgeräten wie z.B. Pool-Nudeln, Benamic, Flex-Stäbe etc. sorgt für zusätzliche Abwechslung und Effektivität. Zudem dienen Partnerübungen und Spiele der Kommunikation, steigern den Spaßfaktor und lockern die Atmosphäre. Durch schwungvolle den Übungen angepasste Musik wird das Training unterstützt. Aufwärmen, Abwärmen und Stretching runden die Stunden ab.

Bitte beachten: Nicht geeignet für Personen mit koronaren Erkrankungen oder Wirbelsäulenschäden!

Bitte einen Schwimmgürtel mitbringen!

Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

donnerstags, 4. Februar 2021
18.00 Uhr – 18.45 Uhr
7 Abende, 49,00 €
Hallenbad Ilvesheim

211-9583 Aqua-Jogging für Fortgeschrittene

Carina Hütt

Ausschreibung sie Kurs-Nr.: 211-9583

Bitte beachten: Nicht geeignet für Personen mit koronaren Erkrankungen oder Wirbelsäulenschäden!

Bitte einen Schwimmgürtel mitbringen!

Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

donnerstags, 4. Februar 2021
19.00 Uhr – 19.45 Uhr
7 Abende, 49,00 €
Hallenbad Ilvesheim

Kindergeburtstage

211-680 Feiern Sie Ihren Kindergeburtstag in der VHS (für max. 5 bis 9 Kinder)

Nadine Münch

Wir bieten Ihnen einen schönen Raum, sowie ein Kreativthema nach Wahl an.

Sie können aus folgenden Themen auswählen:

ab 6 Jahren: z.B.:

- Meerjungfrau gestalten
- Seife herstellen
- Oster- oder Muttertagsdeko
- Schmuckdesign (Schlüsselanhänger, Ohrringe, Armbänder, Ketten)
- Deko jeglicher Art (Muttertagsdeko, Osterdeko, Sommerdeko)

ab 10 bis 15 Jahren:

- Kosmetik herstellen (Badeschaum, Bodypeeling, Badekugel, Lipgloss, Seife)
- Trendy Nailstyling (komplette Maniküre)
- Schmuckdesign (Ohrringe, Schlüsselanhänger, Armbänder, Ketten)
- Deko jeglicher Art (Muttertags-, Oster- oder Sommerdeko)

Die Teilnahme an den Kursen erfolgt auf eigene Gefahr.

Für Unfälle haftet die Volkshochschule nicht.

Wir verweisen die Eltern auf ihre Aufsichtspflicht vor Beginn und nach Ende der Veranstaltung.

Die Kurse dauern drei Zeitstunden.

Gruppengebühr 120,00 €, inkl. 20,00 € Materialgebühren
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

211-690 Kindergeburtstag – Geocaching – für Kids ab 10 Jahren (für 7-10 Kinder)

Ferdinando Abbate

Die Volkshochschule unterstützt Sie bei der Planung und Gestaltung Ihres nächsten Kindergeburtstages mit einer Geocachingtour – die moderne Schnitzeljagd.

Die Teilnahme an den Kursen erfolgt auf eigene Gefahr.

Für Unfälle haftet die Volkshochschule nicht.

Wir verweisen die Eltern auf ihre Aufsichtspflicht vor Beginn und nach Ende der Veranstaltung.

Die Kurse dauern drei Zeitstunden.

Gruppengebühr 120,00 €, inkl. 20,00 € Materialgebühren
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

1. Anmeldung

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung kommt der Vertrag zwischen dem/der Teilnehmer/in und der Volkshochschule zustande.
Sie erhalten eine schriftliche Bestätigung.
Die Anmeldung zu einer Veranstaltung ist möglich:

- schriftlich mit dem Anmeldeformular, per Telefax, E-Mail oder Internet,
- persönlich,
- telefonisch in der Geschäftsstelle Ladenburg- oder in unserer Außenstelle in Ilvesheim oder
- durch eine Weitermeldeliste.

Mit der Anmeldung erkennen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. an.
Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.
Die Teilnehmer die sich durch unsere Weitermeldelisten anmelden, haben im vorangegangenen Kurs die Möglichkeit, sich vor dem offiziellen Anmeldebeginn neu einzuschreiben. Die Restplätze werden im Anschluss der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.

2. Gebühren und Bezahlung

Die Kursgebühr wird mit dem Zustandekommen des Vertrages fällig.
Kosten für Lehrbücher und Unterrichtsmaterialien sind, wenn nicht gesondert aufgeführt, nicht in den Gebühren enthalten.
Die Bezahlung ist möglich durch:

- Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandates

Der Einzug der Gebühr erfolgt am zweiten Donnerstag nach Kursbeginn.
Bei Sprachkursen mit individueller Gebührenvereinbarung wird die Grundgebühr am zweiten Donnerstag nach Kursbeginn abgebucht. Der Zuschlag für Kleingruppen wir am vierten Donnerstag nach Kursbeginn abgebucht.
Sollte der Abbuchungstag auf einen Feiertag fallen, erfolgt die Abbuchung am darauffolgenden Werktag.

- Barzahlung bei Anmeldung in der Geschäfts- oder Außenstelle
- Überweisung auf eines unserer Geschäftskonten

Rücklastschriftgebühren wegen fehlerhafter Kontoangaben, ungerechtfertigtem Widerruf oder Nichtdeckung des Kontos trägt der Kontoinhaber.

3. Teilnehmerzahl

Für die Veranstaltungen der Volkshochschule sind Mindest- und Höchstteilnehmerzahlen vorgegeben, deshalb ist eine rechtzeitige Anmeldung empfehlenswert. Bei Kursen, die auf Wunsch der Teilnehmenden auch mit geringerer Beteiligung durchgeführt werden sollen, wird ein kostendeckender Gebührenaufschlag erhoben, der am ersten Kurstermin (bei Sprachkursen am zweiten Kurstermin) endgültig festgelegt wird. Maßgebend ist die Zahl der tatsächlich anwesenden Teilnehmenden an den genannten Kursterminen. Spätere Änderungen wegen Teilnehmerneuzugängen sind nach dieser Vereinbarung nicht mehr möglich. Die Volkshochschule behält sich vor, Kurse wegen zu geringer Teilnehmerzahl abzusagen. Die bereits geleistete Kursgebühr wird dann in voller Höhe zurückerstattet.

4. Teilnahmebescheinigungen

Auf Wunsch werden Teilnahmebescheinigungen ausgehändigt oder können in der Geschäfts- oder Außenstelle abgeholt

werden, soweit die Teilnehmenden regelmäßig (mindestens 80%) am Kurs teilgenommen haben. In besonderen Fällen wird eine Verwaltungsgebühr erhoben.

5. Abmeldung/Rücktritt

a) Die Volkshochschule kann von dem Vertrag zurücktreten,

– wenn die erforderliche Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht ist,
– wenn die von der Volkshochschule verpflichtete Kursleitung aus Gründen, die nicht von der Volkshochschule zu vertreten sind (z.B. Krankheit) ausfällt,
– wenn Kursräume von Dritten nicht mehr zur Verfügung stehen. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen ganz oder unter Anrechnung der bis dahin erteilten Unterrichtsstunden zurückerstattet.

b) Teilnehmende können ohne Angabe von Gründen zurücktreten:

– bei allen Kursen und Seminaren spätestens fünf Arbeitstage vor Kursbeginn (gebührenfrei),
– bei Kursen mit sechs und mehr Veranstaltungstagen innerhalb von zwei Arbeitstagen nach dem ersten Kurstermin, sofern im Hinblick auf die Teilnehmerzahl keine abweichende Individualvereinbarung (siehe Ziffer 3) getroffen wurde.

Die Abmeldung muss persönlich oder schriftlich bei der vhs erfolgen.

Rücktritt nach Ablauf der genannten Fristen ist nicht mehr möglich.

Auch bei Nichtteilnahme und Verhinderung wegen Krankheit müssen die Gebühren bezahlt werden.

6. Unterrichtsfreie Tage

An gesetzlichen Feiertagen sowie während der offiziellen Ferienzeiten findet (wenn nicht gesondert angekündigt) kein Unterricht statt. Bitte beachten Sie diesbezüglich den Ferienkalender.

7. Haftung

Die Teilnahme an Veranstaltungen der Volkshochschule erfolgt auf eigenes Risiko. Die Haftung der Volkshochschule beschränkt sich auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz. Für Unfälle während der Veranstaltungen und auf dem Weg von und zu den Unterrichtsräumen sowie für den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen einschließlich der Garderobe übernimmt die Volkshochschule auch bei Veranstaltungen mit Kindern und Jugendlichen keine Haftung.

8. Hausordnung

Denken Sie bitte daran, dass die Volkshochschule in den verschiedenen Unterrichtsräumen nur Gast ist. Die Hausordnungen der einzelnen Veranstaltungsorte sind Vertragsbestandteil. In Schulen und Unterrichtsräumen darf grundsätzlich nicht geraucht werden. Bitte gehen Sie mit Gegenständen und Räumen pfleglich um. Turnhallen dürfen nur mit hallengeeigneten und sauberen Schuhen (keine Straßenschuhe, keine schwarze Sohle) betreten werden.

Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.

Ladenburg, den 15. November 2019

Datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung

1. Datenschutz

Um ihre Aufgaben zu erfüllen, erhebt die Volkshochschule personenbezogene Daten. Diese dienen lediglich vhs-internen Zwecken, sie werden unter Beachtung der gesetzlichen Bestimmungen zum Datenschutz gespeichert.

Genaue Informationen zum Thema Datenschutz entnehmen Sie bitte den gesondert aufgeführten Datenschutzbestimmungen.

2. Schlussbestimmungen

(1) Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, der Gegenanspruch ist rechtskräftig festgestellt oder unbestritten.

(2) Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.

(3) Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwekken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Die Vertragspartnerin kann dem jederzeit widersprechen.

3. Widerrufsrecht

„Widerrufsbelehrung (Dienstleistung)

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns
Volkshochschule
Ladenburg-Ilvesheim e.V.
Haupstr. 39, 68526 Ladenburg,
Telefonnummer: 0 62 03 / 92 32 00,
Telefaxnummer: 0 62 03 / 18 05 61
anmeldung@vhs-ladenburg.de

mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, dass Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.“

Datenschutzbestimmungen

• ***Verantwortlichkeit für den Datenschutz***

Die Volkshochschule
Ladenburg-Ilvesheim e.V.,
Hauptstr. 39, 68526 Ladenburg
ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

• ***Kursanmeldung***

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können.

Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

• ***Newsletter***

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mail-Adresse nicht für diesen Zweck nutzen.

Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

• ***Weitergabe Ihrer Daten***

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Xpert, Finanzbuchhalter,) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Wenn Sie sich bei uns für den Kurs einer anderen vhs aus unserem Verbund der kleinen Volkshochschulen (Dossenheim, Heddesheim, Edingen-Neckarhausen und Schriesheim-Wilhelmsfeld) anmelden, geben wir die Daten an die den Kurs ausrichtende vhs weiter!

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

• *Kontaktaufnahme*

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

• *Speicherdauer und Löschung*

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

• *Ihre Rechte*

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.
Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten zum Thema Datenschutz lauten:

E-Mailadresse:
anmeldung@vhs-ladenburg.de
Telefonnummer: 0 62 03 - 92 32 00

VHS
Ladenburg · Ilvesheim

Unterstützen Sie die Arbeit der Volkshochschule. Werden Sie Mitglied im Verein.

(Mitgliedsbeitrag € 6,– pro Jahr)

Beitrittserklärungen erhalten Sie in der Geschäftsstelle.

ZQB Zertifizierte BildungsQualität
Volkshochschulverband Baden-Württemberg

Leitbild der Volkshochschulen in Baden-Württemberg

I. Die Institution

Die Volkshochschulen in Baden-Württemberg sind sich des Vertrauens bewusst, das sie als größter Träger öffentlich verantworteter Weiterbildung in der Bevölkerung genießen. Ihr vorrangiges Ziel ist es, auf der Grundlage dieses Vertrauens die Möglichkeit zu einer breitgefächerten und innovativen Weiterbildung ohne finanzielle Zugangsschranken zu erhalten und auszubauen. Deshalb verpflichten sie sich in ihrer Arbeit auch weiterhin auf:

- parteipolitische und weltanschauliche Neutralität
- Unabhängigkeit von Gruppeninteressen
- Markt-, aber nicht Gewinnorientierung
- kommunale Verankerung
- gesellschaftliche Verantwortung und die Förderung von Chancengleichheit.

II. Der Auftrag

Die Volkshochschulen verstehen sich als Garanten des gesetzlichen Weiterbildungsauftrags. Sie sind Lernort und Bürgerforum sowie Kultur- und Gesundheitszentrum und leisten damit einen wichtigen Beitrag zu Erhalt und Entwicklung der sozialen, kultur- und rechtsstaatlichen Demokratie, insbesondere durch ihre

- Garantie einer flächendeckenden und kontinuierlichen Grundversorgung mit Weiterbildung einschließlich formaler Qualifikationen
- Mitwirkung an der kulturellen Daseinsvorsorge in der Kommune
- Entwicklung notwendiger neuer, nicht immer lukrativer Bildungsangebote
- Entgeltgestaltung im Dienste der Chancengleichheit
- Weiterbildungsberatung und Stärkung des quartären Bildungsbereichs.

Deshalb ist die öffentliche Förderung der Arbeit der Volkshochschulen unabdingbar.

III. Das Angebot

Das dezentrale Angebot der Volkshochschulen trägt einem dreifachen Bedarf Rechnung, dem Bedarf an:

- personaler Orientierung
- sozialer Entfaltung und
- fachlichem Verwendungswissen.

Dabei gehört es zum Kern ihres Verständnisses von Weiterbildung, die jeweiligen Erwartungen nicht gegeneinander zu isolieren, aber abhängig vom Zweck der konkreten Veranstaltung unterschiedlich zu gewichten (ganzheitlicher Bildungsbegriff).

IV. Der Markt

Die baden-württembergischen Volkshochschulen haben eine führende Rolle in der Vermittlung personalen Orientierungswissens, im Bereich des Sprachenlernens und bei der informationstechnischen Bildung. Sie erkennen die zunehmende Konkurrenz im Angebotsfeld „soziale Entfaltung“ Kommunikation, Engagement, Aktivität, Begegnung).
Auch ihre im Vergleich zu spezialisierten Anbietern grundsätzlich ausbaufähige Marktposition im Bereich des beruflichen Verwendungswissens ist ihnen bewusst. Diesen Ausbau werden sie leisten.
Dabei empfinden sie es als ihre Pflicht, neben aller notwendigen Marktorientierung auch weiterhin auf die Sozialverträglichkeit ihrer Preise zu achten.

V. Die Qualität

Mit einem mehrdimensionalen Qualitätskonzept begegnen die Volkshochschulen dem differenzierteren Weiterbildungsbedarf und einer verschärften Konkurrenz. Die zentralen Elemente dieses Konzepts sind:

- pädagogische Kompetenz, verbunden mit der konsequenten Orientierung an der Souveränität der Teilnehmenden
- neutrale, nicht kommerziell orientierte Bildungsberatung
- Offenheit gegenüber neuen Lehr- und Lernformen
- die Betonung der Bedeutung sozialen Lernens gegenüber rein selbstorganisiertem Lernen
- zeitliche Flexibilität ihres Angebots
- konsequente Auswahl und Fortbildung der Kursleitenden
- kooperative Programmplanung
- zielorientierte Organisations- und Personalentwicklung
- kontinuierliche Dokumentation und Evaluation.

Die Volkshochschulen der Region Unterer Neckar

Badische Bergstraße
Luisenstraße 1, 69469 Weinheim
✆ 0 62 01 / 99 63-0
www.vhs-bb.de

Buchen
Kellereistraße 48, 74722 Buchen
✆ 0 62 81 / 55 79 30
www.vhs-buchen.de

Dossenheim
Gerhart-Hauptmann-Straße 7,
69221 Dossenheim
✆ 0 62 21 / 86 45 55
www.vhs-dossenheim.de

Eberbach-Neckargemünd
Bussemerstraße 2a, 69412 Eberbach
✆ 0 62 71 / 94 62 10
www.vhs-eb-ng.de

Edingen-Neckarhausen
Rathaus/Bürgermeisteramt
Hauptstraße 60,
68535 Edingen-Neckarhausen
✆ 0 62 03 / 80 82 50
www.edingen-neckarhausen.de

Heddesheim
Unterdorfstraße 2, 68542 Heddesheim
✆ 0 62 03 / 10 12 67
www.vhs-heddesheim.de

Heidelberg
Bergheimer Str. 76-78, 69115 Heidelberg
✆ 0 62 21 / 91 19 11
www.vhs-hd.de

Hockenheim
Heidelberger Str. 16a, 68766 Hockenheim
✆ 0 62 05 / 92 26 52
www.vhs-hockenheim.de

Ladenburg-Ilvesheim e.V.
Altes Rathaus, Hauptstraße 39,
68526 Ladenburg
✆ 0 62 03 / 92 32 00
www.vhs-ladenburg.de

Leimen
Kurpfalz-Centrum 1, 69181 Leimen
✆ 0 62 24 / 70 42 41
E-Mail: vhs@leimen.de

Mannheimer Abendakademie und Volkshochschule GmbH
U 1, 16-19, 68161 Mannheim,
✆ 06 21 / 10 76 - 0
www.abendakademie-mannheim.de

Mosbach
Hauptstraße 22, 74821 Mosbach
✆ 0 62 61 / 1 20 77
www.vhs-mosbach.de

Schriesheim-Wilhelmsfeld
Schulgasse 1c, 69198 Schriesheim
✆ 0 62 03 / 69 26 99
www.vhs-schriesheim.de

Bezirk Schwetzingen e. V.
Mannheimer Straße 29,
68723 Schwetzingen
✆ 0 62 02 / 20 95 - 0
www.vhs-schwetzingen.de

Sinsheim
Muthstraße 16a, 74889 Sinsheim
✆ 0 72 61 / 65 77 - 0
www.vhs-sinsheim.de

Südliche Bergstraße
Ringstraße 1, 69168 Wiesloch
✆ 0 62 22 / 92 96 - 0
www.vhs-sb.de

Anmeldekarte

Kursanmeldung:

Name, Vorname: _____

Straße u. Hausnr.: _____

PLZ u. Wohnort: _____

Telefon: _____

E-Mail-Adresse: _____

Kurs-Nummer	Kurstitel	Kursgebühr

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen und die gesondert aufgeführten Datenschutzbedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und melde mich hiermit verbindlich zu den obengenannten Kursen an.

__ __.__ __.__ __ __ __ _____

Datum Unterschrift

Lastschriftmandat:

Ich ermächtige die Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. für alle von ihr durchgeführten Kurse und Veranstaltungen, zu denen ich mich anmelde, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. auf mein Konto gezogene Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name und Ort des Kreditinstituts: _____

IBAN: __

BIC: _____

Name, Vorname des Kontoinhabers (falls abweichend): _____

__ __.__ __.__ __ __ __ _____

Datum Unterschrift

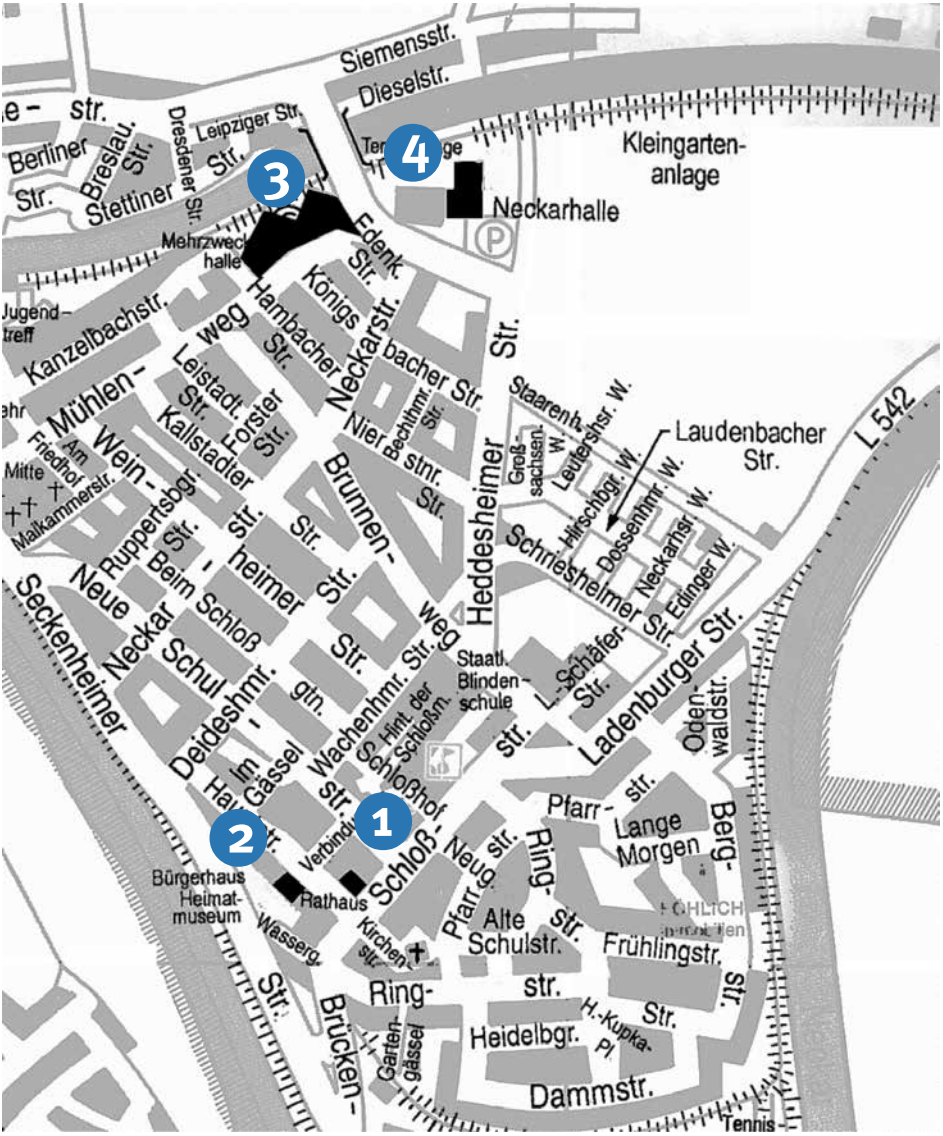
Volkshochschule

Ilvesheim

Rathaus

Schloßstr. 9

1 VHS Ilvesheim
2 Bürgerhaus „Hirsch“
3 Mehrzweckhalle / Friedrich-Ebert-Schule
4 Hallenbad



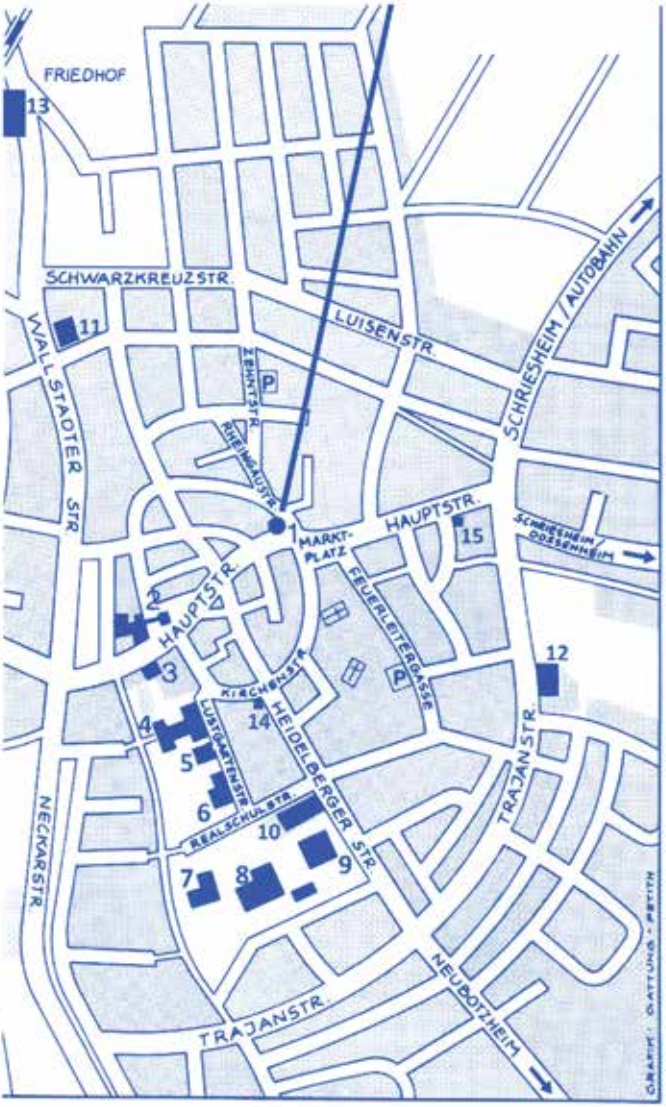
Volkshochschule

Ladenburg

Altes Rathaus

Hauptstraße 39

1 VHS Ladenburg
2 Neues Rathaus, Domhofsaal
3 Stadtbibliothek
4 Dalberg-Grundschule
5 Kindertagesstätte „Römernest"
6 Musikschule
7 Lobdengauhalle
8 Anbau Carl-Benz-Gymnasium
9 Merian-Realschule
10 Werkrealschule
11 Jugendzentrum „Kiste"
12 Kreisarchiv
13 Feuerwehr-gerätehaus
14 Keramiklädchen
15 Werkstatt Filz-bar



Impressum

Herausgeber: Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V.
Altes Rathaus, Hauptstraße 39, 68526 Ladenburg
Telefon: 0 62 03 / 92 32 00
E-Mail: anmeldung@vhs-ladenburg.de
www.vhs-ladenburg.de

Gestaltung + Satz: Charlotte Günther Fotosatz pick-up
In der Schanz 1, 69198 Schriesheim
Telefon: 0 62 03 / 6 34 94
E-Mail: kontakt@fotosatz-pickup.de
www.fotosatz-pickup.de

Druck: M+M Druck GmbH
Mittelgewannweg 15, 69123 Heidelberg
Telefon: 0 622 1 / 82 73-0
Telefax: 0 62 21 / 82 73-15
E-Mail: info@mm-druck.de
www.mm-druck.de

Fotohinweis: Bild U4 Altes Rathaus Ladenburg:
Christoph Bühler / http://kulturer.be
Bild U4 Rathaus Ilvesheim:
Gemeinde Ilvesheim

Auflage: 2.000 Stück

ZQB
Zertifizierte BildungsQualität
Volkshochschulverband Baden-Württemberg

Öffnungszeiten Ladenburg
Montag – Donnerstag
09.00 – 12.00 Uhr
Donnerstag 15.00 – 18.00 Uhr

Sie haben eine Kursidee oder ein Hobby, das Sie Kindern oder Jugendlichen nahebringen möchten?

Melden Sie sich bei uns, das vhs-Team freut sich auf Sie!

Öffnungszeiten Ilvesheim
Donnerstag: 15.00 – 18.00 Uhr