

vhs

Ladenburg/  
Ilvesheim e.V.

FRÜHJAHR  
SOMMER  
2020



Kursbeginn:  
07. Januar 2020  
Anmeldungen  
ab sofort per Post  
oder per  
E-Mail: [anmeldung@  
vhs-ladenburg.de](mailto:anmeldung@vhs-ladenburg.de)

## Liebe Leserin, lieber Leser,



starten Sie mit uns in das neue Semester 1/2020 und lassen Sie sich von der bunten Vielfalt unserer Angebote inspirieren.

Zeit zur Muße und Kreativität bieten Ihnen z.B. unsere Mal- und Zeichenkurse oder unser Goldschmiedekurs. Probieren Sie mal etwas Neues aus, verschaffen Sie sich einen Einblick in die Welt des Töpfern, des Nähens oder des Filzens.

Zu unseren Angeboten in der Natur gehört in diesem Jahr auch ein Einführungskurs in die Imkerei!

Altbewährte, aber auch neue Kurse erwarten Sie im Gesundheitsbereich. Egal ob ein Yoga-, Pilates-, Entspannungs- oder Fitnesskurs, bestimmt ist für jeden etwas dabei.

Natürlich dürfen auch unsere beliebten Sprachkurse in diesem Jahr nicht fehlen. Neu im Angebot ist ein Neugriechisch- und ein Spanischkurs für Anfänger. Ein Portugiesischkurs für Anfänger können Sie bei unseren Kollegen der VHS Heddesheim buchen.

In unserem Programm finden Sie aber auch Kurse zu vielen verschiedenen Themen wie Computer, Beruf oder Handwerk.

Selbstverständlich kommen bei uns auch die Kids nicht zu kurz: Hier stehen zeichnen, filzen, PC- oder Bastelkurse und vieles mehr auf dem Programm!

Die beliebten Exkursionen von Frau Hilger führen uns im Frühjahr in die Barockstadt Blieskastel und in das römische Museumsdorf in Schwarzenacker. Aber vielleicht reizt Sie ja auch einmal eine alternative Stadtführung durch unser schönes, altes Ladenburg und lernen Sie so eine neue Perspektive kennen. Gemeinsam mit der Heinrich-Vetter-Stiftung laden wir Sie in Ilvesheim zu einer Führung durch den Skulpturengarten des Johanniter Pflegezentrums ein.

Beachten Sie auch die Angebote der benachbarten Volkshochschulen Dossenheim, Edingen-Neckarhausen, Heddesheim und Schriesheim.

Ein ganz besonderes Event in diesem Jahr ist die Aufführung unserer Theatergruppe TiL. Sie spielen im Mai das Stück „Nora oder ein Puppenhaus“ von Henrik Ibsen.

Wir wünschen Ihnen ein schönes Semester mit viel Freude, inspirierenden und lehrreichen Momenten.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Für das VHS-Team

Melanie Dommel

Allgemeine Informationen .....	3
Ferienplan .....	4

## Programm Ladenburg

### Gesellschaft

Einzelveranstaltungen.....	6
Führungen .....	6
Vorträge .....	12
Naturwissenschaften und Umweltbildung.....	13
Studienfahrten .....	14
Studienreise .....	19
Konzerte.....	20
TiL präsentiert .....	22

### Kultur

Theater .....	23
Literatur .....	23
Musik .....	24
Fotografie.....	25
Kunst .....	25
Kunsthandwerk .....	26

### Gesundheit

Yoga .....	30
Pilates .....	33
Wirbelsäulengymnastik.....	34
Entspannung.....	35
Fitness und Bewegung .....	37
Selbstbehauptung.....	40
Körper und Seele .....	41
Ernährung .....	43
Kochen und Backen .....	44

### Sprachen

Deutsch als Fremdsprache .....	49
Englisch .....	51
Französisch.....	52
Italienisch.....	52
Niederländisch .....	53
Spanisch .....	54

Neugriechisch .....	55
Portugiesisch .....	55

**Beruf**

Xpert Business .....	57
EDV .....	63
Recht .....	67
Handwerk .....	67

**Junge VHS**

Schule .....	71
Sprachen .....	71
Kreativität .....	71
Kunst .....	73
Bewegung und Spiel .....	74
Gesundheit und Körper .....	75
EDV .....	75
Kindergeburtstage .....	76

**Programm Ilvesheim****Kultur**

Tanzen .....	78
Nähen .....	78

**Gesundheit**

Yoga .....	79
Pilates .....	81
Wirbelsäulengymnastik .....	81
Entspannung .....	82
Aquakurse .....	82

**Junge VHS**

Sprachen .....	85
Kindergeburtstage .....	85

<b>Allgemeine Geschäftsbedingungen</b> .....	86
--	----

<b>Datenschutz</b> .....	88
--------------------------	----

<b>Leitbild der Volkshochschulen</b> .....	91
--	----

<b>Die Volkshochschulen der Region Unterer Neckar</b> .....	93
---	----

<b>Anmeldekarte</b> .....	94
---------------------------	----

<b>Stadtpläne</b> .....	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

**Weitere Vorstandsmitglieder:**

#### **I. Delegierte der Stadt Ladenburg:**

Bürgermeister Stefan Schmutz  
Uwe Wagenfeld  
Dr. Isabel Sohn-Frank

#### **II. Delegierte der Gemeinde Ilvesheim:**

Barbara Hefner  
Bernhard Ries  
Sarah Nick-Toma

#### **III. Gewählt von der**

#### **Mitgliederversammlung:**

Andrea Bauder, Ruth Hilger, Axel Schulz,  
Hans Haschek

#### **Rechnungsprüfer:**

Daniel Müller  
Klaus Hering  
Joachim Peters

**Stellvertreterin:** Dagmar Klopsch-Güntner

**Stellvertreterin:** Gudrun Ruster

**Stellvertreter:** Karl Meng

**Stellvertreter:** Marius Steigerwald

**Stellvertreter:** Georg Sommer

**Stellvertreterin:** Dr. Sandra Stickel

**Stellvertreter:** Ines Reis

### **Bankverbindungen:**

Sparkasse Rhein Neckar Nord  
DE81 6705 0505 0066 0019 03

Volksbank Kurpfalz  
DE19 6729 0100 0050 8828 02

### **Semesterbeginn:**

#### **Sommersemester:**

**1-2020: Dienstag, 07. Januar 2020**

#### **Wintersemester:**

**2-2020: 14. September 2020**

**Ferienplan der VHS Ladenburg-Ilvesheim**

Ferienkalender

Januar 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
1			1	2	3	4	5
2	6	7	8	9	10	11	12
3	13	14	15	16	17	18	19
4	20	21	22	23	24	25	26
5	27	28	29	30	31		

Februar 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
5						1	2
6	3	4	5	6	7	8	9
7	10	11	12	13	14	15	16
8	17	18	19	20	21	22	23
9	24	25	26	27	28	29	

März 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9							1
10	2	3	4	5	6	7	8
11	9	10	11	12	13	14	15
12	16	17	18	19	20	21	22
13	23	24	25	26	27	28	29
14	30	31					

April 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
14			1	2	3	4	5
15	6	7	8	9	10	11	12
16	13	14	15	16	17	18	19
17	20	21	22	23	24	25	26
18	27	28	29	30			

Mai 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
18					1	2	3
19	4	5	6	7	8	9	10
20	11	12	13	14	15	16	17
21	18	19	20	21	22	23	24
22	25	26	27	28	29	30	31

Juni 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
23	1	2	3	4	5	6	7
24	8	9	10	11	12	13	14
25	15	16	17	18	19	20	21
26	22	23	24	25	26	27	28
27	29	30					

Juli 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
27			1	2	3	4	5
28	6	7	8	9	10	11	12
29	13	14	15	16	17	18	19
30	20	21	22	23	24	25	26
31	27	28	29	30	31		

August 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
31						1	2
32	3	4	5	6	7	8	9
33	10	11	12	13	14	15	16
34	17	18	19	20	21	22	23
35	24	25	26	27	28	29	30
36	31						

September 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
36		1	2	3	4	5	6
37	7	8	9	10	11	12	13
38	14	15	16	17	18	19	20
39	21	22	23	24	25	26	27
40	28	29	30				

Oktober 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
40			1	2	3	4	
41	5	6	7	8	9	10	11
42	12	13	14	15	16	17	18
43	19	20	21	22	23	24	25
44	26	27	28	29	30	31	

November 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
44							1
45	2	3	4	5	6	7	8
46	9	10	11	12	13	14	15
47	16	17	18	19	20	21	22
48	23	24	25	26	27	28	29
49	30						

Dezember 2020							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
49		1	2	3	4	5	6
50	7	8	9	10	11	12	13
51	14	15	16	17	18	19	20
52	21	22	23	24	25	26	27
53	28	29	30	31			

**Gesetzliche Feiertage 2020 Baden-Württemberg**

- |                |                     |              |                |                  |                        |
|----------------|---------------------|--------------|----------------|------------------|------------------------|
| 01. Januar '20 | Neujahr             | 01. Mai '20  | Tag der Arbeit | 03. Oktober '20  | Tag der Dtsch. Einheit |
| 06. Januar '20 | Heilige Drei Könige | 21. Mai '20  | Himmelfahrt    | 01. November '20 | Allerheiligen          |
| 10. April '20  | Karfreitag          | 01. Juni '20 | Pfingstmontag  | 25. Dezember '20 | 1. Weihnachtstag       |
| 13. April '20  | Ostersonntag        | 11. Juni '20 | Fronleichnam   | 26. Dezember '20 | 2. Weihnachtstag       |

**Ferienplan für das Schuljahr 2020/2021**

<p><b>Weihnachtsferien</b></p> <p><b>Faschingsferien</b></p> <p><b>Osterferien</b></p> <p><b>Pfingstferien</b></p> <p><b>Sommerferien</b></p> <p><b>Herbstferien</b></p> <p><b>Weihnachtsferien</b></p>	<p>erster Ferientag:</p> <p>Montag, 23.12.2019</p> <p>Montag, 24.02.2020</p> <p>Montag, 06.04.2020</p> <p>Montag, 01.06.2020</p> <p>Donnerstag, 30.07.2020</p> <p>Montag, 26.10.2020</p> <p>Mittwoch, 23.12.2020</p>	<p>letzter Ferientag</p> <p>Dienstag, 07.01.2020</p> <p>Freitag, 28.02.2020</p> <p>Freitag, 17.04.2020</p> <p>Freitag, 12.06.2020</p> <p>Freitag, 11.09.2020</p> <p>Freitag, 30.10.2020</p> <p>Freitag, 08.01.2021</p>
---	--	--

**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](mailto:info@mm-druck.de)  
[www.mm-druck.de](http://www.mm-druck.de)



- Flyer
  - Folder
  - Broschüren
  - Kataloge
  - Briefbögen
  - Visitenkarten
  - Plakate
  - Kalender
  - Etiketten
- ... und vieles mehr**

## Einzelveranstaltungen

### 201-215 Lesung: Mesale Tolu «Mein Sohn bleibt bei mir!»



Als politische Geisel in türkischer Haft – und warum es noch nicht zu Ende ist.

Sie war eine prominente deutsche Geisel der türkischen Regierung: Als angebliche Terrorunterstüt-

zerin saß die Journalistin und Übersetzerin Mesale Tolu mit ihrem kleinen Sohn in Haft; danach wurde ihr die Ausreise aus der Türkei verweigert. Jetzt, wieder in Deutschland, berichtet sie über diese Zeit: über die Brutalität von Polizei und Justiz, das Alltagsleben in der politischen Gefangenschaft zwischen Hoffnung und Verzweiflung, ihren Kampf um Freiheit für ihre Familie und ihren Einsatz für die Pressefreiheit. Ein sehr persönliches Buch, das zugleich deutlich macht, wie das Regime in Ankara mit seinen Kritikern umgeht.

ISBN: 978-3-499-00101-7  
Rowohlt Verlage 12,99 €

Autorin:

Mesale Tolu ist eine deutsche Journalistin und Übersetzerin kurdischer Herkunft. Sie wuchs in Ulm auf und studierte in Frankfurt Ethik und Spanisch. 2007 erhielt sie die deutsche Staatsbürgerschaft und legte zugleich die türkische ab. Ende April 2017 wurde sie in ihrer Istanbul Wohnung von einer türkischen Antiterror-Einheit als

„Terroristin“ verhaftet. Ihr Schicksal und das anderer in der Türkei inhaftierter Journalisten hat zahlreiche Medienberichte, Unterstützerkampagnen und diplomatische Aktivitäten ausgelöst. Am 18. Dezember 2017 wurde sie unter Auflagen aus der Haft entlassen, am 20. August 2018 hob ein Gericht die Ausreisesperre gegen Tolu auf, erst zwei Monate später die gegen ihren ebenfalls inhaftierten Ehemann Suat Çorlu. Mesale Tolu lebt mit ihrer Familie in Neu-Ulm.

In Zusammenarbeit mit AMNESTY INTERNATIONAL Sektion Bundesrepublik Deutschland e.V. und der Stadtbibliothek Ladenburg

**Mittwoch, 29. Januar 2020**

**19.30 Uhr – 21.30 Uhr**

**Eintritt 8,00 €/erm. 6,00 €**

**Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 6**

## Führungen



### 201-200 Führung durch das Lobdengau-Museum

Der Heimatbund Ladenburg e. V. in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Ladenburg-Illvesheim e.V. bietet eine Führung durch die Römerabteilung des Lobdengau-Museums an. Im ehemaligen Bischofspa-

lais 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.

**Teilnehmergeb.:** 6,00 €/Person inkl.

**Eintrittspreis**

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Sonntag, 2. Februar 2020**

**14.30 Uhr – 16.00 Uhr**

**Eingang Lobdengau-Museum, Amtshof 1**

**201-2001 Führung durch das Lobdengau-Museum**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.:201-200

**Teilnehmergeb.:** 6,00 €/Person inkl.

**Eintrittspreis**

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Sonntag, 19. April 2020**

**14.30 Uhr – 16.00 Uhr**

**Eingang Lobdengau-Museum, Amtshof 1**

**201-201 Jedermann Stadtführung**

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.



**Kosten:** 5,00 €/Person

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Sonntag, 26. Januar 2020**

**11.00 Uhr – 12.30 Uhr**

**Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg**

**201-2011 Jedermann Stadtführung**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-201

**Kosten:** 5,00 €/Person

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Sonntag, 23. Februar 2020**

**11.00 Uhr – 12.30 Uhr**

**Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg**

**201-2012 Jedermann Stadtführung**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-201

**Kosten:** 5,00 €/Person

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Sonntag, 29. März 2020**

**11.00 Uhr – 12.30 Uhr**

**Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg**

**201-2013 Jedermann Stadtführung**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-201

**Kosten:** 5,00 €/Person

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Sonntag, 26. April 2020**

**11.00 Uhr – 12.30 Uhr**

**Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg**

**201-2014 Jedermann Stadtführung**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-201

**Kosten:** 5,00 €/Person

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Sonntag, 24. Mai 2020**

**11.00 Uhr – 12.30 Uhr**

**Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg**

**201-20141**

**Jedermann Stadtführung**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-201

**Kosten:** 5,00 €/Person

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Mittwoch, 13. Mai 2020**

**14.00 Uhr – 15.30 Uhr**

**Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg**

**201-2015 Jedermann Stadtführung**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-201  
 Kosten: 5,00 €/Person  
 Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
 Sonntag, 28. Juni 2020  
 11.00 Uhr – 12.30 Uhr  
 Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

**201-20152**
**Jedermann Stadtführung**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-201  
 Kosten: 5,00 €/Person  
 Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
 Mittwoch, 10. Juni 2020  
 14.00 Uhr – 15.30 Uhr  
 Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

**201-2016 Jedermann Stadtführung**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-201  
 Kosten: 5,00 €/Person  
 Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
 Sonntag, 26. Juli 2020  
 11.00 Uhr – 12.30 Uhr  
 Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

**201-20163**
**Jedermann Stadtführung**

*Heimatbund Ladenburg e.V.*  
 Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-201  
 Kosten: 5,00 €/Person  
 Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
 Mittwoch, 15. Juli 2020  
 14.00 Uhr – 15.30 Uhr  
 Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

**201-2017 Jedermann Stadtführung**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-201  
 Kosten: 5,00 €/Person  
 Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
 Sonntag, 23. August 2020  
 11.00 Uhr – 12.30 Uhr

Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

**201-20174**
**Jedermann Stadtführung**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-201  
 Kosten: 5,00 €/Person  
 Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
 Mittwoch, 12. August 2020  
 14.00 Uhr – 15.30 Uhr  
 Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

**201-202 Mit dem Torwächter durch das nächtliche Ladenburg**

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.



Kosten: 9,00 €/Person inklusive Trunk  
 Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
 Freitag, 6. März 2020  
 20.00 Uhr – 21.30 Uhr  
 Treffpunkt: Marktplatzbrunnen

**201-2021 Mit dem Torwächter durch das nächtliche Ladenburg**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-202  
 Kosten: 9,00 €/Person inklusive Trunk  
 Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
 Freitag, 20. März 2020  
 20.00 Uhr – 21.30 Uhr  
 Treffpunkt: Marktplatzbrunnen

**201-203 Stadtführung Anno Domini – Zeitreise in das mittelalterliche Ladenburg**

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!

**Kosten: 5,00 €/Person**  
**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.**  
**Sonntag, 26. April 2020**  
**14.30 Uhr – 16.00 Uhr**  
**Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg**

**201-204 Lyrischer Stadtspaziergang**

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.

**Kosten: 9,00 €/Person, inklusive Getränk**  
**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.**  
**Samstag, 9. Mai 2020**  
**18.00 Uhr – 19.30 Uhr**  
**Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg**

**201-205 Stadtführung mit überraschenden Begnungen**

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.

**Kosten: 8,00 €/Person**  
**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.**  
**Samstag, 28. März 2020**  
**14.30 Uhr – 16.30 Uhr**  
**Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg**

**201-206 Mit der Römerin durch Ladenburg**

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.

**Kosten: 9,00 €/Person inklusive Mulsum und Mustacei**  
**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.**  
**Samstag, 23. Mai 2020**  
**16.00 Uhr – 17.30 Uhr**  
**Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg**

**201-211 Skulpturenführung in Ilvesheim**

**Heinrich-Vetter-Stiftung Ilvesheim**

Gemeinsam laden die Volkshochschule Ilvesheim und die Heinrich-Vetter-Stiftung

zu einer Führung durch den Skulpturengarten des Johanniter Pflegezentrum in die Goethestraße in Ilvesheim ein. Dr. Jochen Kronjäger, einst Kurator für Skulpturen an der Kunsthalle Mannheim, wird die rund 15 Plastiken und Skulpturen am Samstag, 25. Juli um 11 Uhr vorstellen und erläutern. Die Teilnahme ist kostenlos. Da aber die Anzahl der Plätze begrenzt ist, wird um namentliche Anmeldung unter Tel. 06 21 - 2 33 66 gebeten. Treffpunkt für die Führung ist Goethestraße 17, vor dem Regine-Kaufmann-Haus.

**Samstag, 25. Juli 2020**

**11.00 Uhr – 13.00 Uhr**

**1 Vormittag, kostenlos**

**Treffpunkt: Goethestraße 17, Ilvesheim**

### **201-302 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.

Festes Schuhwerk erforderlich.

**Freitag, 3. April 2020**

**14.30 Uhr - 16.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 5,00 €**

**Treffpunkt: Ilvesheim, Hopp-Spielplatz**

### **201-306 Kräuterführung – Helfer am Wegesrand**

**Kristin Manuwald**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-302

Festes Schuhwerk erforderlich.

**Mittwoch, 29. April 2020**

**14.30 Uhr – 16.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 5,00 €**

**Treffpunkt: Ilvesheim, Hopp-Spielplatz**

### **201-308 Ein Abend im Heidelberger Zoo**

**Antje Hoyer**



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.

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, 29. April 2020**

**19.30 Uhr – 21.00 Uhr**

**1 Abend, 25,00 €**

**Treffpunkt ist um 19.25 Uhr vor dem Zoo-Eingang, Tiergartenstraße 3, Heidelberg**

**201-V0002 Exkursion  
„Vom Wasser, Hopfen, Malz und  
Hefe zum flüssigen Gold“ –  
Bierbraukunst**

Im Jahre 1603 erließ Kurfürst Friedrich IV die „Heidelberger Bierordnung“, um die denkbar beste Bierqualität für die Heidelberger zu garantieren – angeblich noch strenger als das deutsche Reinheitsgebot. 1816 gab es insgesamt 38 Brauereien in Heidelberg. Die meisten stellten Bier für den Bedarf ihrer eigenen Wirtschaften her und das nur von September bis Mai. Besuchen Sie mit uns die Heidelberger Brauerei und erfahren Sie Vorort, wie aus edlen Zutaten das traditionelle Getränk entsteht. Verfolgen Sie die einzelnen Produktionsstationen und befragen Sie die Experten, wie vor Jahrhunderten schon gebraut wurde. Natürlich darf dabei ein Verkosten nicht fehlen, denn Bier ist nicht gleich Bier.

**Donnerstag, 09. Juli 2020**

**17.30 Uhr – 19.45 Uhr**

**1 Abend, 12,00 €**

**Anmeldung bitte direkt über die  
vhs Dossenheim**

**201-V0003 Exkursion Wald & Jagd  
im Dossenheim**

**Dr. Joachim Thon und  
Wolfgang Gutfleisch**

Was macht der Klimawandel mit unserem Wald, mit unseren Wildtieren? Wir gehen mit Jäger und Förster in den Dossheimer Wald und hinterfragen Vorort, wie sich die Jagd-Ausübung und der Waldbau verändert hat bzw. verändern muss.

**Samstag, 21. März 2020**

**10.00 Uhr – 14.00 Uhr**

**1 Tag, 18,00 €**

Treffpunkt ist die Eugen-Hut-Hütte, Dossenheim.

Nähere Informationen bei der Anmeldung.

**Anmeldung bitte direkt über die  
vhs Dossenheim**

**201-V1111 Führung durch  
„Alt-Dossenheim“ – Fakten und  
Anekdoten**

**Hermann Fischer**

Sie wollen mehr über die Geschichte der Gemeinde Dossenheim mit Ihrer Ruine und den Steinbrüchen erfahren? Hermann Fischer führt Sie durch Dossenheim und spricht über Vergangenes, Denkmäler und plaudert aus dem Dossheimer Nähkästchen. Vom alten Friedhof geht es in den «Reigart» vorbei an der Museums-scheuer, zur Hauptstrasse/Mühlbrücke. Die Führung endet im Hof der Museums-scheuer mit einem Gläschen „Dossemer Wäji“.

Bitte an wetteradäquate Kleidung und Schuhwerk, sowie evtl. etwas zu trinken denken.

**Samstag, 21. März 2020**

**14.00 Uhr – 15.30 Uhr**

**1 Nachmittag 8,00 €**

**Treffpunkt: Dossenheim vor dem Alten  
Friedhof (Eingang beim Rathaus)**

**Anmeldung bitte direkt über die  
vhs Dossenheim**

**201-V1116 Führung Heimatmuseum  
Dossenheim – Geschichte zum  
Anfassen**

**Hermann Fischer**

„Unter dem Leitmotiv „Leben und Arbeiten im Steinbrecherdorf Dossenheim“ dokumentiert das Museum im alten Rathaus

auf zwei Etagen interessante Aspekte der Frühgeschichte Dossenheims, seiner Bürgern und der wechselseitigen Beziehung zu den Steinbrüchen, so auf unserer Gemeinde-Seite. Tauchen Sie ein in die Geschichte des Steinbrecher-Dorfes und erfahren Sie, wie der Alltag vor und in dem Zeitalter der Industrialisierung ausgesehen hat.

Treffpunkt vor dem Heimatmuseum,  
Rathausstr. 47  
(nicht für gehbehinderte Personen geeignet)

**Samstag, 09. Mai 2020**

**14.00 Uhr – 16.15 Uhr**

**1 Nachmittag, 8,00 €**

**Treffpunkt: Dossenheim, Museumscheuer**

**Anmeldung bitte direkt über die vhs Dossenheim**

## Vorträge

### **201-207 Der schriftliche Nachlass von Max Slevogt im Landesbibliothekszentrum Speyer**

**Referent: Dr. Armin Schlechter (Heidelberg/Speyer)**

Der 1868 in Landshut geborene Max Slevogt war einer der wichtigsten deutschen Maler, Buchillustratoren und Graphiker sowie zugleich ein Kind der bis 1945 reichenden pfälzbayerischen Zeit. Ab 1884 besuchte er die Akademie der Bildenden Künste in München. 1901 wechselte er nach Berlin, wo ihm der künstlerische Durchbruch gelang. 1932 starb er auf seinem Gut Slevogthof über Leinsweiler an der pfälzischen Weinstraße. Mit Lovis Corinth und Max Liebermann gehört Slevogt zu den bedeutendsten deutschen Impressionis-

ten. Leben und Werk von Max Slevogt sind in herausragender Weise dokumentiert. Neben seinem Künstlerhaus Slevogthof liegen als Quellen der künstlerische Nachlass vor, den das Landesmuseum Mainz bewahrt, sowie der schriftliche Nachlass und seine persönliche Bibliothek, die sich in der Obhut des Landesbibliotheksentrums befinden. Kern des schriftlichen Nachlasses ist die eingegangene Korrespondenz mit Künstlerkollegen, Sammlern, Kunsthistorikern, Museumsdirektoren, Händlern, Galeristen und Verlegern. Diese Briefe sind wichtige Quellen für Leben und Werk von Max Slevogt, aber auch für den Kunstbetrieb der Weimarer Republik mit seinem Zentrum Berlin.

*In Zusammenarbeit mit dem Kreisarchiv Rhein-Neckar-Kreis und dem Heimatbund Ladenburg e.V.*

**Eintritt frei**

**Donnerstag, 13. Februar 2020**

**19.30 Uhr – 21.00 Uhr**

**Domhof Ladenburg, Hauptstr. 7**

### **201-208 Das Kriegsende 1945 an der badischen Bergstraße nach den „Kriegsberichten“ der katholischen Seelsorger im Dekanat Heidelberg für das erzbischöfliche Ordinariat Freiburg**

**Referent: Christian Burkhardt M.A. (Dossenheim)**

Unmittelbar nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs, im Mai 1945, veranlasste der seit 1932 amtierende Freiburger Erzbischof Conrad Gröber (\* 1872, † 1948), der von 1934 bis 1938 selbst Fördermitglied der SS gewesen war und im Volksmund „brauner Conrad“ hieß, die Dekanate seines Kirchensprengels von den einzelnen

katholischen Pfarrämtern „Berichte über die Kriegsergebnisse“ anzufordern.

Die meisten Geistlichen entsprachen diesem Wunsch zwischen 1945 und 1947 und dokumentierten so mehr oder weniger ausführlich, was in ihren Pfarrbezirken vor, während und nach der Besetzung durch die alliierten Truppen geschah. Seitdem schlummerten diese eindrucksvollen Zeitzeugnisse im erzbischöflichen Archiv. Der breiten Öffentlichkeit weitgehend unbekannt, weckten sie erst in den letzten Jahren das Interesse der historischen Forschung. Aktuell wird in Freiburg an ihrer Edition gearbeitet. Auch aus dem katholischen Dekanat Heidelberg, das damals von Laudenbach im Norden bis nach Sandhausen im Süden und von Schwetzingen im Westen bis nach Heddesbach im Osten reichte, liegen solche Berichte vor – leider nicht ganz vollständig, immerhin mehrheitlich getippt, einige wenige jedoch handschriftlich, weil etwa die sich vor der herannahenden alliierten Übermacht zurückziehende deutsche Wehrmacht die Schreibmaschine des Pfarrers requiriert hatte. Der Historiker Christian Burkhart, der sich bereits 2005 und 2015 für die Heidelberger Rhein-Neckar-Zeitung mit dem Kriegsende 1945 in unserer Region befasst hatte, gewährt in seinem Vortrag vor allem Einblicke in die Berichte der katholischen Seelsorger, die das Kriegsende entlang der badischen Bergstraße bis hin zum Einmarsch der US-Amerikaner in Heidelberg schildern.

*In Zusammenarbeit mit dem Kreisarchiv Rhein-Neckar-Kreis und dem Heimatbund Ladenburg e.V.*

**Eintritt frei**

**Donnerstag, 19. März 2020**

**19.30 Uhr – 21.00 Uhr**

**Domhof Ladenburg, Hauptstr. 7**

## **201-209 Tatort Mannheim. Der Mord von Sand an Kotzebue 1819 und die Folgen**

**Referent: Dr. Harald Stockert  
(Mannheim)**

Am 27. Mai 1820 – und damit vor 200 Jahren – wurde in Mannheim der Student Karl Ludwig Sand hingerichtet. Sein tödliches Attentat am Schriftsteller August von Kotzebue im Vorjahr war der erste politische Mord in Deutschland, der sofort die Öffentlichkeit elektrisierte. Was waren die Hintergründe der Tat und ihre Folgen? Der Mörder Sand jedenfalls wurde zu einem nationalen Mythos, der heute noch in den Geschichtsbüchern zu finden ist. Zu Recht? Wie ist seine Tat aus heutiger Sicht zu bewerten?

*In Zusammenarbeit mit dem Kreisarchiv Rhein-Neckar-Kreis und dem Heimatbund Ladenburg e.V.*

**Eintritt frei**

**Donnerstag, 23. April 2020**

**19.30 Uhr – 21.00 Uhr**

**Domhof Ladenburg, Hauptstr. 7**

## Naturwissenschaften und Umweltbildung

### **201-301 Einführungskurs in die Imkerei**



Wallstadter Straße 72  
68526 Ladenburg

**Stefan Wolf**

Der Kurs richtet sich an alle Interessierten, die mit dem Imkern beginnen möchten.

Es werden die ersten Grundkenntnisse vermittelt, die

zum Start der Bienenhaltung benötigt werden.

**Samstag, 21. März 2020 und**

**Samstag, 18. April 2020**

**10.00 Uhr – 15.00 Uhr**

**2 Tage, 15,00 €**

**Vereinsheim Imkerverein,**

**Wallstadter Str. 72**

## Studienfahrten

### **201-304 Barockstadt Blieskastel & römisches Museumsdorf Schwarzenacker**

**Ruth Hilger**

Samstag, 16. Mai 2020

7.45 Uhr Abfahrt Ilvesheim, Schlossstraße

8.00 Uhr Abfahrt Ladenburg, Ankerplatz

10.00 Uhr Stadtführung Blieskastel.

Bei einer klassischen Führung durch Blieskastel wird der Stadtführer seinen Gästen die romantische Altstadt von Blieskastel näher bringen sowie Geschichte und Gegenwart beleuchten. Dabei werden u. a. das historische Rathaus mit Markthalle, der Paradeplatz, der „Alte Markt“ mit Napoleonbrunnen, die ehem. „Hofratshäuser“, die „Orangerie“ und die Schlosskirche angesteuert.

Die Führung dauert ca. 2 Stunden.

12:00 Uhr Fahrt zum Annahof zum Mittagessen

14:30 Uhr Fahrt nach Schwarzenacker

15:00 Uhr Führung durch das römische Museumsdorf.

Die ursprünglich auf einer Fläche von 25-30 ha mit ca. 2.000 Einwohnern große Siedlung ist in Teilen als Freilichtmuseum wiederaufgebaut. Die freigelegten und teilweise rekonstruierten Gebäude, Häuserfassaden, Straßenzügen mit überdachten

Gehsteigen und Abwasserkanälen vermitteln einen lebendigen Einblick in den Alltag einer gallorömischen Etappenstadt vor 2000 Jahren.

**17:30 Uhr Rückfahrt**

**19:30 Uhr ca. Ankunft in Ladenburg bzw. Ilvesheim**

**Teilnehmerbetrag: 45,00 €**

**Schüler/Studenten/VHS-Mitglieder: 40,00 €**

**Leistungen: Busfahrt, Eintritt, Führung, Organisation und Reiseleitung!**

**Durchführung: S&F Tours**

**Treffpunkt: Ladenburg Ankerplatz**

**Bushaltestelle**

### **201-305 Barockstadt Blieskastel & römisches Museumsdorf Schwarzenacker**

**Ruth Hilger**

**Mittwoch, 20. Mai 2020**

**Detaillierte Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-304**

7.45 Uhr Abfahrt Ilvesheim, Schlossstraße

8.00 Uhr Abfahrt Ladenburg, Ankerplatz

10.00 Uhr Stadtführung Blieskastel

12:00 Uhr Fahrt zum Annahof zum Mittagessen

14:30 Uhr Fahrt nach Schwarzenacker

15:00 Uhr Führung durch das römische Museumsdorf

17:30 Uhr Rückfahrt

19:30 Uhr ca. Ankunft in Ladenburg bzw. Ilvesheim

**Teilnehmerbetrag: 45,00 €**

**Schüler/Studenten/VHS-Mitglieder: 40,00 €**

**Leistungen: Busfahrt, Eintritt, Führung, Organisation und Reiseleitung!**

**Durchführung: S&F Tours**

**Treffpunkt: Ladenburg Ankerplatz**

**Bushaltestelle**

## 201-307 CEWE – Betriebsführung in Eschbach (bei Freiburg)

**Uwe Borstorff**

Heute starten wir zu einer Betriebsbesichtigung der CEWE-Produktionsstätte in Eschbach bei Freiburg. Dort werden wir gegen 10.30 Uhr begrüßt und nach einem kleinen Rundgang durch die Räume und das Bestaunen der CEWE-Produktpalette, geht es dann in die Produktionsräume von Fotobüchern und anderen Produkten um dies „live“ zu erleben. Ein CEWE-Mitarbeiter erläutert den gesamten Arbeitsablauf vom Bestelleingang bis hin zum Versand an den Kunden/Händler. Gerne werden auch alle Fragen rund ums Buch beantwortet.

Nach einer anschließenden Stärkung (evtl. Mittagessen, nicht im Preis enthalten), geht es am frühen Nachmittag wieder zurück in die Metropolregion.

**Teilnehmerbetrag: € 59,00**

**Leistung: Fahrt im Großraumtaxi, Eintritt, Führung**

**Voranmeldung!**

**Mittwoch, 1. April 2020**

**08.00 Uhr – 17.00 Uhr**

**1 Tag, 59,00 €**

**Treffpunkt: Ladenburg Ankerplatz**

**Bushaltestelle**

## 201-V20050 Besuch der Ausstellung „MAKING VAN GOGH. Geschichte einer deutschen Liebe“ in Frankfurt

Mit dieser Ausstellung widmet sich das Städel Museum einem der bekanntesten Künstler überhaupt und seiner besonderen Beziehung zu Deutschland. Denn hierzulande haben Vincent van Goghs Werke nach seinem Tod eine außerordentliche

Wertschätzung erfahren. Durch das Engagement von Galeristen, Sammlern, Kritikern und Museumsdirektoren wurde der Künstler zu Beginn des 20. Jahrhunderts als einer der bedeutendsten Vorreiter der modernen Malerei wahrgenommen. Diesem Phänomen geht die Ausstellung auf den Grund. Wie kam es, dass van Gogh gerade in Deutschland vor dem Ersten Weltkrieg eine so ungeheure Popularität erlangte? Wer engagierte sich für sein Werk? Wie reagierten deutsche Künstlerinnen und Künstler kurz nach der Jahrhundertwende auf ihn?

Die Ausstellung nimmt diese Fragen in drei großen Kapiteln in den Blick. Sie beschäftigt sich nacheinander mit der Entstehung des Mythos um die Person van Gogh, mit seinem Einfluss auf die deutsche Künstlerschaft und schließlich mit der besonderen Malweise des Niederländers, die für viele seiner Nachfolger so faszinierend war.



*Bild: Vincent van Gogh (1853–1890), Selbstporträt, 1887, Quelle: Städel Museum Frankfurt*

**Donnerstag, 30. Januar 2020  
(Anmeldeschluss 23. Januar 2020)**

Ab 10:50 Uhr Treffpunkt OEG-Bahnhof Heddesheim

10:59 Uhr Abfahrt mit Bus 630

11:42 Uhr Abfahrt DB-Bahnhof Heddesheim/Hirschberg Gl. 2

14:15 Uhr Führung im Städel Museum

17:06 Uhr Rückfahrt ab Frankfurt Hbf RB 68

18:18 Uhr Ankunft DB-Bahnhof Heddesheim/Hirschberg

18:40 Uhr Rückfahrt mit Bus 630 nach OEG-Bahnhof Heddesheim

Die Anfahrt erfolgt mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

Die Teilnehmer können sich auch direkt am DB Bahnhof Heddesheim/Hirschberg anschließen (bitte bei der Anmeldung angeben).

**Teilnehmerbeitrag 39,00 €**

Für Teilnehmer/innen, die für den Verkehrsverbund Rhein-Neckar keine Fahrkarte benötigen (z.B. Inhaber der Karte ab 60), reduziert sich der Teilnehmerbeitrag auf 35,00 €.

In dem Teilnehmerbeitrag sind Eintritt in das Städel Museum, Führung und Fahrpreis der öffentlichen Verkehrsmittel enthalten.

Leitung: Friedrich Graser, vhs Heddesheim  
Änderungen vorbehalten

**Anmeldung bitte direkt über die vhs Heddesheim**

**201-V20051 Ein besonderes Angebot: Fahrt nach Stuttgart und Panoramakonzert auf dem Stuttgarter Fernsehturm mit SALONIKER STRING AND SWING ORCHESTRA**



In Stuttgart haben die Teilnehmer zunächst die Gelegenheit, auf der Königsstraße – der Stuttgarter Einkaufsmeile – spazieren zu gehen, zu shoppen oder in einem der zahlreichen Lokale einzukehren. Anschließend fahren wir zum Stuttgarter Fernsehturm. Dort erwartet uns Patrick Siben, der Kapellmeister der STUTTGARTER SALONIKER. Er spielt mit der Formation SALONIKER STRING AND SWING ORCHESTRA aufregenden Traditional Jazz (Ragtime, Blues, Swing & Latin) und berichtet „live, unplugged und in Farbe“ von den Vorläufermedien des Fernsehens, von der Erfindung der Schellackplatte, von Radio, Stummfilm, Tonfilm und Kino im bahnbrechenden Agfa-Color-Verfahren. Als Höhepunkt der Veranstaltung präsentiert er Musik von Erwin Lehn und dem Südfunk-Tanzorchester des Süddeutschen Rundfunks (SDR) aus den 19Fünzigern und damit aus der Bauzeit des Stuttgarter Fernsehturmes.

Die Anfahrt erfolgt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, Umstieg bei Hin- und Rückfahrt

**Donnerstag, 7. Mai 2020**

**(Anmeldeschluss 30. April 2020)**

09:30 Uhr Treffpunkt OEG-Bahnhof Heddesheim

10:35 Uhr Abfahrt Regional-Express 19305 Hbf Mannheim

15:00 – 16:30 Uhr Empfang und Konzert auf dem Stuttgarter Fernsehturm

17:00 Uhr Rückfahrt

20:10 Uhr Ankunft OEG-Bahnhof Heddesheim

**Teilnehmerbeitrag: 56,00 €.**

In dem Teilnehmerbeitrag sind der Fahrpreis, Auf- und Abfahrt mit dem Fahrstuhl des Fernsehturms Stuttgart, ein Begrüßungsgetränk (Sekt oder Kaffee) und das Konzert enthalten.

Leitung: Friedrich Graser, vhs Heddesheim  
Änderungen vorbehalten.

**Anmeldung bitte direkt über die  
vhs Heddesheim**

## **201-V10102 Besuch des MARCHIVUM und der Sonderausstellung: Albert Speer in der Bundesrepublik. Vom Umgang mit deutscher Vergangenheit.**



2014 entschied Mannheims Gemeinderat einstimmig, Mannheims größten Hochbunker für das Stadtarchiv umbauen zu lassen. Der Hochbunker wurde zwischen 1940 und 1943 erbaut. Er befindet sich am Neckar, in der Nähe der Jungbuschbrücke. Nach 1945 wurde er infolge der verheerenden Zerstörung der Stadt als Ersatz für Wohnraum genutzt. Erst 1966 zogen die letzten Bewohner aus dem Hochbunker aus. Der Umbau zum MARCHIVUM erfolgte im Frühjahr 2016. Auf den Bunker wurden zwei neue Stockwerke für Büros, Lesesäle, Digitalisierungszentrum und Vortragssaal gesetzt. Der Bunker wurde 2003 unter Denkmalschutz gestellt. Deshalb soll er, von der Aufstockung abgesehen, nach außen möglichst unverändert erhalten bleiben. Die beiden neuen Geschosse sind zugunsten hellerer Arbeitsplätze großzügig verglast. Die Bunkergeschosse, in denen Magazine und Ausstellungsflächen unterkommen, blieben fensterlos. Im Rahmen

einer einstündigen Führung erfahren wir viel über das Gebäude zu ausgewählten Servicebereichen des Stadtarchivs. Im Anschluss an die Führung besuchen wir die Sonderausstellung **Albert Speer in der Bundesrepublik. Vom Umgang mit deutscher Vergangenheit.**

Albert Speer, Architekt und Rüstungsminister des NS-Regimes aus Mannheim, stilisierte sich nach Kriegsende als unpolitischer, von der Aura Adolf Hitlers verführter Technokrat. Von den nationalsozialistischen Verbrechen habe er nichts gewusst, beteuerte Speer vor dem Internationalen Militärtribunal. Nach seiner Entlassung aus alliierter Haft 1966 kultivierte er diese Legende erfolgreich in der bundesdeutschen Öffentlichkeit. Die vom Dokumentationszentrum Reichsparteitagsgelände erarbeitete Ausstellung korrigiert die Speer-Legende und macht den Umgang der Deutschen mit ihrer Vergangenheit sichtbar.

**Donnerstag, 19. März 2020  
(Anmeldeschluss: 9. März 2020)**

14:10 Uhr Treffpunkt: OEG-Bahnhof Heddesheim

14:17 Uhr Abfahrt mit Straßenbahnlinie 5 A  
15:00 Uhr Besuch Marchivum

17:59 Uhr Rückfahrt

18:50 Uhr Ankunft OEG-Bahnhof Heddesheim

**Teilnehmerbeitrag 20,00 €**

(Für Teilnehmer/innen, die keine Fahrkarte benötigen (z.B. Monatskarteninhaber), reduziert sich der Teilnehmerbeitrag auf 16,00 €.

In dem Teilnehmerbeitrag sind Eintritt, Führungen und Fahrpreis der Straßenbahn enthalten.

Leitung: Friedrich Graser, vhs Heddesheim  
Änderungen vorbehalten

**Anmeldung bitte direkt über die  
vhs Heddesheim**

## 201-V10907 Elsassfahrt: Saverne und Schiffshebewerk Arzwiller



(Quelle: Wikipedia,  
© Bild: Haus in der  
Innenstadt (maison  
Katz)

Benutzer: FloSch)  
Zunächst besuchen wir Saverne (deutsch **Zabern**), eine Gemeinde im Niederelsass. Das herausragende

Bauwerk der Stadt ist das 1790 erbaute Rohan-Schloss. Es hat auf der Parkseite eine 140 m lange monumentale Fassade aus rotem Sandstein. Es handelt sich um die längste klassizistische Schlossfassade in ganz Frankreich. Die Altstadt von Saverne besitzt zahlreiche Fachwerkbauten aus dem 16. und 17. Jahrhundert, u.a. das Haus des Landschaftsarchitekten Katz in der Hauptstraße (Bild). Nach einer Stadtführung fahren wir auf die Burgruine Hohbarr. Sie wurde auf und zwischen drei Felsen südwestlich von Saverne erbaut und thront auf rund 470 m Höhe über dem bewaldeten Tal der Zorn. Bei günstigem Wetter ist von der Burg aus das Straßburger Münster sichtbar, daher trägt sie auch den Beinamen Auge des Elsass. Weiteres Ziel der Fahrt ist eine technische Sehenswürdigkeit, das Schiffshebewerk Saint-Louis/Arzwiller mit seinem Schrägaufzug. In einer Art Fahrstuhl



© Bild: Sté Touristique Vallée Zorn / Teigelbach

für Schiffe wird ein Höhenunterschied von 44,45 m in 4 Minuten überwunden. Damit werden 17 Schleusen ersetzt. Wir werden dieses technische Wunderwerk im Rahmen einer Führung mit Schiffsrundfahrt erleben.

**Donnerstag 28.Mai 2020**  
**(Anmeldeschluss 14.Mai 2020)**

Abfahrt: 7:45 Uhr Schriesheim. Festplatz  
8:00 Uhr Heddesheim, Parkplatz Friedhof  
17:30 Rückfahrt nach Heddesheim und Schriesheim

**Teilnehmerbeitrag: 45,00 €**

Leitung: Friedrich Graser, vhs Heddesheim/ Sonja Althoff, vhs Schriesheim  
Leistungen: Busfahrt, Eintritte, Führungen, Trinkgelder, Organisation und Reiseleitung (Durchführung: Omnibusbetrieb Mayer, Neckargemünd)

**Diese Fahrt wird gemeinsam von den Volkshochschulen Heddesheim und Schriesheim-Wilhelmsfeld angeboten. Anmeldung bitte direkt über die vhs Heddesheim oder die vhs Schriesheim**

## Ghost – Nachricht von Sam – Das Musical

Das Musical erzählt die dramatisch-spannende Geschichte über einen hinterhältigen Mord und die Kraft der wahren Liebe. Erleben Sie einen Abend zwischen Illusion und Wirklichkeit mit bewegenden Popsongs und Balladen von Weltstar Dave Stewart (Eurythmics) und mit der unvergessenen „Unchained Melody“. Diese diente schon 1990 als Titelsong von „Ghost – Nachricht von Sam“, einem der erfolgreichsten Kinofilme der 90er Jahre. Der Film begeisterte eine ganze Generation und machte Demi Moore und Patrick Swayze über Nacht zum Traumpaar Hollywoods.

Sonja Althoff, vhs Leitung

**Abfahrt: Donnerstag, 20.02.2020**

**15:30 Uhr Festplatz Schriesheim**

**19:30 Uhr Vorstellungsbeginn**

**Ca. 23:30 Uhr Rückkehr Schriesheim**

**96,00 € (Musikalkarte Kat. II, Busfahrt, Organisation und Reiseleitung)**

**Anmeldung bitte direkt über die vhs Schriesheim**

### **Tanz der Vampire – das Kult-Musical in Stuttgart**

Endlich kehrt eines der erfolgreichsten deutschsprachigen Musicals aller Zeiten zurück nach Stuttgart. Mit einer einzigartigen Kombination aus Schauer und Komik begeistert das Kult-Musical von Michael Kunze und Jim Steinman mit rockig-gefühlvollen Balladen, furiosen Tanzszenen, spektakulären Bühnenbildern und opulenten Kostümen nun schon seit über zwanzig Jahren. Kommen Sie mit auf eine grandiose Reise in eine andere Welt!

Sonja Althoff, vhs Leitung

**Abfahrt: Donnerstag, 14.05.2020**

**15:30 Uhr Festplatz Schriesheim**

**19:30 Uhr Vorstellungsbeginn**

**Ca. 23:30 Uhr Rückkehr Schriesheim**

**96,00 € (Musikalkarte Kat. II, Busfahrt, Organisation und Reiseleitung)**

**Anmeldung bitte direkt über die vhs Schriesheim**

## Studienreise

### **Studienreise nach Holland**

Von den großen Malern im „Goldenen Zeitalter“ der Niederlande bis zu van Gogh Amsterdam, Haarlem, Edam, Hoorn und Marker-Meer

Frans Hals, Rembrandt und Vermeer

**21.- 24. Mai. 2020**

Holland bietet seit Jahrhunderten vielseitigen Malern Heimat und Motiv zugleich. Der „rote Faden“ unserer Reise begibt sich deshalb auf die Spuren von Frans Hals, Jan Vermeer oder van Gogh.... bis hin zur Architektur der klassischen Moderne von Berlage und de Klerk die zeitgleich zur deutschen Bauhaus-Bewegung bedeutende Künstlervereinigungen bildeten. Amsterdam, Haarlem, Edam und Hoorn sind deshalb wichtige Stationen dieser Reise.

Die Niederlande sind aber auch jene Region, die alternative sowie zukunftsorientierte Lebensformen bietet. Hierzu zählen das Gewinnen von Land (das Einpoldern) ebenso wie das Leben auf und mit dem Wasser. Unsere Reise bietet einen guten Überblick mit ausgewählten Landschaften und reizvollen historischen Städten. Dabei stehen die Orte im Mittelpunkt, die einst international bedeutende Handelshäfen waren.

Mit einem Besuch der idyllischen Insel Marken im Marker Meer und den historischen Hafenstädten Monnikendam, Edam und Enkhuizen erleben wir nicht nur das Leben am Wasser, sondern auch die Polderlandschaften mit großen Blumenplantagen.

Das Grachten-Paradies Amsterdam, vor rund 300 Jahren als Hafenmetropole angelegt, zeigt heute den Weg zur farnefrohen Hafencity des 21. Jahrhunderts mit beeindruckenden Bauten namhafter internationaler Architekten, teilweise in Anlehnung an Londons sanierten Docklands oder Hamburgs neuer Hafencity.

**Preis mit Frühbucherrabatt**

**(= Anmeldung bis zum 14.02.2020):**

€ 773,00 DZ mit 3 Übernachtungen mit Frühstück im historischen Purmerend/nahe Amsterdam, 2 Abendessen (exkl.

Getränke), Kurtaxe, Hin- und Rückfahrt im modernen Reisebus, qualifizierte Reiseleitung, Stadtführungen, geführte Ausflüge, Eintritt und Führung im Frans Hals-Museum Haarlem, Infoskript zur Kunst- und Kulturgeschichte der Niederlande.  
(EZ-Zuschlag: € 105,00)

**Volkshochschule Schriesheim/Wilhelmsfeld in Kooperation mit  
IBK Institut für Bildung und Kulturreisen GmbH**

Weitere Infos erhalten Sie bei unseren Kollegen in der Schriesheimer Volkshochschule.

## KONZERTE



### KONZERTE IM SCHLOSS

#### *Neujahrskonzert*

#### **Klaviertrios von Beethoven (op.1/3) und Saint-Saëns (op.92/2)**

Uwe Balsler, Pianist des Trio Baldoré. Bekannt als Medner-Spezialist. Er ist Mitglied des Leitungsteams der Musik- und Singschule der Stadt Heidelberg und künstlerischer Leiter und 1. Vorsitzender der Jahrhundertwendegesellschaft Heidelberg.

Ludwig Balsler studierte bei Prof. Valery Gradov in Mannheim und Lugano. Student von Prof. Dora Bratchkova an der Staatlichen Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Mannheim. Mitglied Lgt Young Soloists. Konzertierte in Konzertorten wie Rheingau Musik Festival, Elbphilharmonie Hamburg, Tonhalle Zürich und Victoria Hall Singapur.

Oliver Erlich, ist mehrfacher Preisträger bei Jugend Musiziert auf Bundesebene in verschiedenen Kategorien. Außerdem war er drei Jahre lang Mitglied im Landesjugendorchester Baden-Württemberg, u.a. als Solocellist.

Seit 2015 ist er Mitglied im Gustav Mahler Jugendorchester, in dem er seit 2017 Solocellist ist. Seit 2017 ist er Stipendiat der Villa Musica Rheinland-Pfalz.

Meisterkurse besuchte er u.a. bei Gustav Rivinius, Wen-Sinn Yang, Kristin von der Goltz, Philippe Muller und Wolfgang Boettcher.

**Termin:** Sonntag, 12. Jan. 2020, 17.00 Uhr  
**Ort:** Großer Sitzungssaal, 1.OG, Schloss Neckarhausen

**Eintritt:** 20,00 €

**Anmeldung bitte direkt über die  
vhs Edingen-Neckarhausen**

## ***Serenade im Schlosshof – Mit dem Stamitz-Orchester Mannheim***

Das Stamitz-Orchester Mannheim zählt zu den facettenreichsten Klangkörpern der Metropolregion Rhein-Neckar. Rund 90 Amateurmusiker unterschiedlichster Berufs- und Altersgruppen treffen sich mit einem gemeinsamen Ziel: Spaß an der Musik zu haben! Durch das leidenschaftliche Engagement der Mitspieler, die Begeisterung für Musik und nicht zuletzt die professionelle Leitung des Orchesters, entstehen immer wieder unvergessliche musikalische Momente. Die starke nominelle Besetzung ermöglicht sinfonische Klangfülle im allerbesten Sinn. So ausgestattet lässt sich ein ebenso abwechslungsrei-

ches wie anspruchsvolles Programm realisieren, das von Opern-Galas, Chorkonzerten, Uraufführungen moderner Musik, dem klassisch-romantischen Repertoire eines großen Sinfonieorchesters bis hin zu Solokonzerten mit bekannten Virtuosen unserer Zeit und Nachwuchskünstlern immer wieder etwas Neues bieten kann. Lassen Sie sich von unserer Leidenschaft für Musik anstecken!

**Termin:** Samstag, 27. Juni 2020, 19.30 Uhr

**Ort:** Schlosshof, Schloss Neckarhausen

**Eintritt:** 20,00 €

Bei schlechtem Wetter findet das Konzert in der Eduard-Schläfer-Halle statt.

**Anmeldung bitte direkt über die  
vhs Edingen-Neckarhausen**



**Radiale**  
Kunst im Kreis  
2020

26/4 – 28/6

14 Künstlerinnen und Künstler aus der  
Metropolregion Rhein-Neckar in Ladenburg,  
Walldorf, Dilsberg, Sinsheim

 Rhein-Neckar-Kreis

[www.radiale.net](http://www.radiale.net)

**TIL präsentiert**


Theaterinitiative Ladenburg

**Nora oder ein Puppenhaus**
**Schauspiel von Henrik Ibsen**

Nora ist überglücklich. Ihr Mann, der erfolgreiche Rechtsanwalt Torvald Helmer, soll ab Neujahr zum Direktor der Aktienbank berufen werden. Die finanziellen Sorgen sind passé, das Familienglück scheint perfekt.

Doch an Heiligabend holt ein Schatten der Vergangenheit Nora ein: Um das Leben ihres Mannes zu retten, ließ sich Nora Jahre zuvor auf Geschäfte mit dem windigen und als Urkundenfälscher verschrienen Rechtsanwalt Krogstad ein – und dies droht ihr nun zum Verhängnis zu werden. Denn Krogstad kennt Noras Geheimnis.

Schnell werden tiefe Risse in der Fassade der harmonischen Vorzeegemeinde erkennbar. Dabei muss Nora feststellen, dass sich hinter dieser etwas ganz anderes verbirgt, als sie zu finden hoffte.

Henrik Ibsens 1879 uraufgeführtes Drama handelt vom Emanzipationsprozess einer Frau, der ihr „Puppenhaus“ nach und nach zu eng wird. Auch nach 140 Jahren ist „Nora oder ein Puppenhaus“ noch (erschreckend) aktuell.

„Nora oder Ein Puppenhaus“ von Henrik Ibsen, Deutsch von Hinrich Schmidt-Henkel ist als E-Book beim Rowohlt Verlag erhältlich.

**Aufführungstermine:**

Fr	01. Mai 2020	20 Uhr (Premiere)
Sa	02. Mai 2020	20 Uhr
So	03. Mai 2020	18 Uhr
Fr	08. Mai 2020	20 Uhr
Sa	09. Mai 2020	20 Uhr
So	10. Mai 2020	18 Uhr
Fr	15. Mai 2020	20 Uhr
Sa	16. Mai 2020	20 Uhr

**Regie:** Mirijam Kälberer

**Ensemble:** Susanne Beier, Elvira Braun, Rainer Buchinger, Heike Ernst, Reinhard Goebels, Martina Hietzker, Dragan Maksimovic

**Ort:** Pflastermühle des Jugendzentrums „Kiste“, Wallstadter Straße, Ladenburg

**Eintrittspreis:** 13,00 €

**Vorverkauf und Reservierung:**

Linea Schuhe, Hauptstr. 16,

Tel 06203 169 04,

E-Mail: info@linea-schuhe.de und

VHS Ladenburg-Ilvesheim, Hauptstr. 39,

Tel 06203 92 32 00

**WIR DANKEN ALLEN INSERENTEN,  
DASS SIE DURCH WERBUNG UNSERE VOLKSHOCHSCHULE  
UNTERSTÜTZEN.**

## Theater

### 201-7101 TiL Theaterinitiative Ladenburg

#### Mirijam Kälberer

Auf die Bühne, fertig, los!

Du hast Lust Theater zu spielen und/oder Spaß an Theaterarbeit hinter der Bühne? Dann komm zu uns!!!!

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 19:30-22:00 Uhr. Unter der Leitung von Mirijam Kälberer proben wir aktuell „Nora oder ein Puppenhaus“ von Henrik Ibsen. Zusätzlich zu den Proben beschäftigen wir uns auch mit Schauspiel, Improvisations-, Stimm- und Körpertraining.

#### Neugierig geworden?

Dann schreib uns einfach eine E-mail an [webmaster.til@vodafonemail.de](mailto:webmaster.til@vodafonemail.de) oder ruf uns an:

Tel. 06203-796709 oder 0171-1872815,

Website: [www.til-ladenburg.de](http://www.til-ladenburg.de).

Anmeldung über die VHS

mittwochs, 8. Januar 2020

19.30 Uhr – 22.00 Uhr

25 Abende, 31,00 €

TiL.-Proberaum,

Wallstadter Straße 36-38

## Literatur

### 201-7102 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 lebhaft und kontroverse Gespräche.

Neue LeserInnen sind herzlich willkommen!

- |            |   |
|------------|---|
| 20.01.2020 | Peter Handke –<br>Wunschloses Unglück<br>7,00 € |
| 17.02.2020 | Anni Ernaux – Die Jahre<br>11,00 €              |
| 16.03.2020 | Maxim Biller – Sechs Koffer<br>19,00 €          |
| 20.04.2020 | Norbert Scheuer –<br>Winterbienen<br>22,00 €    |
| 18.05.2020 | Ayobami Adebayo –<br>Bleib bei mir<br>22,00 €   |
| 15.06.2020 | Sasa Stanisic – Herkunft<br>22,00 €             |

montags, 20. Januar 2020

19.00 Uhr – 20.30 Uhr

6 Abende, 40,00 €

Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 6



## Neue Öffnungszeiten

mit Beginn der Osterferien

Ab **15. April** gelten neue Öffnungszeiten. Dann sind wir auch donnerstags schon früher für Sie da!

<b>Mo</b>	14 bis 19 Uhr
<b>Di</b>	10 bis 14 Uhr
<b>Mi</b>	geschlossen
<b>Do</b>	14 bis 19 Uhr
<b>Fr</b>	10 bis 18 Uhr
<b>Sa</b>	10 bis 13 Uhr



Stadtbibliothek Ladenburg

## Musik

**201-7103**

### 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.

**Donnerstag, 23. Januar 2020 und**
**Donnerstag, 6. Februar 2020:**
**Richard Strauss**

Da der Komponist Richard Strauss im Jahr 1949 verstorben ist, werden seine Werke zum 1.1.2020 gemeinfrei, so dass Aufführungen seiner Werke für die Veranstalter mit weniger Kosten verbunden sind. Es ist also eine sichere Prognose, dass ab dem Jahr 2020 seine Stücke deutlich häufiger aufgeführt werden als bisher. Außerdem hat er eine sehr interessante Biographie mit Licht und Schatten und schrieb bis ins 85. Lebensjahr hinein großartige Musik, zunächst als Neuerer, später als Konser-

vativer. Aufgrund der Länge seiner Biographie und der Masse seines kreativen Outputs wird diese Vorlesung auf zwei Donnerstage verteilt.

**Donnerstag, 20. Februar 2020:**
**Zum „Schmutzigen Donnerstag“: Leichte Muse – Operette, Stimmungsmusik, musikalische Scherze**

Ein selbsterklärender Vorlesungstitel. Lassen Sie sich gute und schlechte Scherze in den Werken bekannter Komponisten erläutern und erfahren Sie etwas über die Geschichte der „leichten Muse“ in Operette, Walzer und anderen weniger ernsten Gattungen.

**Donnerstag, 5. März 2020: Die großen Rivalitäten der Musikgeschichte**

Mozart und Salieri? Äußerst umstritten! Aber tatsächlich lag Mozart mit einem seiner Konkurrenten im Clinch. Nicht einmal 100 Jahre später spaltete sich die gesamte Musikwelt in Konservative und Neudeutsche („Wagnerianer“). Erfahren Sie einiges über persönliche Rivalitäten verfeindeter Komponisten!

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

**donnerstags, 23. Januar 2020**  
**20.00 Uhr – 21.30 Uhr**  
**4 Abende, 26,00 €**  
**Musikschule, Lustgartenstraße 10,**  
**Raum 4**

## Fotografie



# FOTOTREFF

## LADENBURG

### **201-7104 Fototreff**

**Dr. Helmut Raab**

Der Fototreff ist eine lockere Zusammenkunft von erfahrenen 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, 7. Januar 2020**  
**16.30 Uhr – 18.00 Uhr**  
**13 Nachmittage, 13,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## Kunst

### **201-7201 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 nach 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, 8. Januar 2020**  
**09.30 Uhr – 11.30 Uhr**  
**10 Vormittage, 66,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **201-7202 Aquarell- und Acrylmalerei**

**Klaus Grögerchen**

**Ausschreibung s. Kurs Nr.: 201-7201**  
**mittwochs, 25. März 2020**  
**09.30 Uhr – 11.30 Uhr**  
**5 Vormittage, 33,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **201-7203 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, 8. Januar 2020**

17.30 Uhr – 19.30 Uhr

5 Abende, 33,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

## **201-7204 Experimentelles Zeichnen – von Null auf Kunst**

**Klaus Grögerchen**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7203

**mittwochs, 12. Februar 2020**

17.30 Uhr – 19.30 Uhr

5 Abende, 33,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

## **201-7207 Vom Konkreten zum Abstrakten**

**Peter Schmidt-Grüne**

Schon Leonardo da Vinci ließ sich von Rissen in einer Mauer oder Falten in einem Vorhang inspirieren. Als Kinder sahen wir die tollsten „Gestalten“ in Wolken, Bäumen und Bergen. Auch wir lassen uns inspirieren von bestimmten Vorlagen. Nehmen wir das Beispiel „Gebirge“. Die bizarren Gebilde einzelner Berge regen uns an, Gleiches oder Ähnliches zu gestalten – auf Papier oder Leinwand. Dabei verwenden wir nicht nur Pinsel, sondern auch Spachtel, Farbwalze und so manches andere. Lassen Sie sich überraschen, und es darf gelacht werden. Es klingt vielleicht komplizierter als es ist, auch für Anfänger wird es spannend!

Moderne Malerei gibt Ihnen die Chance, kreativ zu „relaxen“ – besonders wenn wir experimentieren.

Stoßen Sie zu uns, wenn Sie eine entspannte Atmosphäre mögen. Vorkenntnis-

se sind nicht erforderlich, nur die Lust auf gemeinsames Malen.

Eigenes Material kann gern benutzt werden – muss aber nicht.

**Wir bitten um Beachtung: der Kurs ist vierzehntätig!**

**mittwochs, 15. Januar 2020**

09.30 Uhr - 12.00 Uhr

10 Vormittage, 76,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

## **201-7209 Dekorative Malerei**

**Christa Treiber**

**mittwochs, 22. Januar 2020**

09.00 Uhr – 12.00 Uhr

8 Vormittage, 72,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

## Kunsth Handwerk

## **201-7210 Töpferwerkstatt**

**Dorothee Guth**

In diesem Kurs treffen sich Töpfererfahrene, Wiedereinsteiger und Anfänger, um individuelle Dekoobjekte in Aufbautechnik für Haus und Garten zu formen. Auch ohne Töpferscheibe können so tolle Gefäße gefertigt werden. Nach dem Trocknen und Brennen gibt es einen Tag zum Glasieren. Der Kurs ist durch die Brennpausen nicht fortlaufend.

Bitte mitbringen: Altes T-Shirt oder Schürze!

Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

**Voranmeldung!**

**mittwochs, 15. Januar 2020**

09.00 Uhr – 12.00 Uhr

6 Vormittage, 54,00 €

Werkrealschule Kellerwerkraum

## **201-7208 Töpferwerkstatt-Abendkurs**

**Dorothee Guth**

In diesem Kurs stellen wir dekorative Gegenstände in Aufbautechnik her. Der Kurs ist nicht fortlaufend, da die Werke der ersten beiden Abende nach dem Trocknen und Brennen noch glasiert werden.

Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Bitte mitbringen: Altes T-Shirt oder Schürze!

**mittwochs, 5. Februar 2020**

**18.00 Uhr – 20.15 Uhr**

**3 Abende, 23,00 €**

**Werkrealschule Kellerwerkraum**

## **201-7211 Keramikmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene**

**Petra Sohn**

In diesem Workshop werden verschiedene Techniken und Effekglasuren 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 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, 6. März 2020**

**19.30 Uhr – 22.30 Uhr**

**1 Abend, 15,00 €**

**Kunterbunt Keramik, Kirchenstr. 12,  
Ladenburg**

## **201-7212 Einblick in das Filzhandwerk**

**Jannine Weimer**

Filzen ist das älteste Textilhandwerk der Menschheit. In diesem Kurs lernt man verschiedene Materialien kennen und kann zwei grundlegende Richtungen des Filzens ausprobieren. Dieser Kurs ist speziell für Anfänger geeignet. Wir filzen Geschenke für Ostern.

Wolle in vielen Farben und auch Seidenmischungen stehen Ihnen in der Filz-bar zur Verfügung.

Die Materialkosten in Höhe von 3,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

**montags, 30. März 2020**

**17.00 Uhr – 20.00 Uhr**

**2 Abende, 30,00 €**

**Werkstatt Filz-bar Klappergasse 1**

## **201-7213 Ostergeschenke handgefilzt**

**Jannine Weimer**

Wir filzen kleinere Geschenke für das bevorstehende Osterfest. Es können mit Hilfe von kuscheliger Schafwolle und Seifenschaum mehrere kleinere Gegenstände hergestellt werden wie z.B. umfilzte Stifte, Blüten, Eierwärmer...

Dieser Kurs eignet sich gut um ein sehr altes Handwerk neu zu entdecken.

Die Materialkosten in Höhe von 6,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

**Dienstag, 24. März 2020**

**17.00 Uhr – 21.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 20,00 €**

**Werkstatt Filz-bar Klappergasse 1**

**201-7214 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: 23. und 30.04. sowie 07.05.2020**

**donnerstags, 26. März 2020**

**19.15 Uhr – 21.00 Uhr**

**4 Abende, 40,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

**201-7215 Ikebana**
**Keiko Terai-Bierbrauer**

**Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7214**

**weitere Termine: 09. und 16.07.2020**

**donnerstags, 25. Juni 2020**

**19.15 Uhr – 21.00 Uhr**

**3 Abende, 30,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

**201-7217 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, ca. 50,00 € bis 95,00 €). Es wird darauf geachtet, dass jeder sein Schmuckstück bis Ende des Kurses fertiggestellt hat. Vorkenntnisse sind keine erforderlich. Mietgebühr für Werkzeug und Maschinen (ca. 18,00 €) sowie das Schmuckstück wird mit dem Dozent abgerechnet.

**Samstag, 15. Februar 2020**

**10.00 Uhr – 18.00 Uhr**

**1 Tag, 35,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

**201-7218 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, 22. April 2020**

**17.45 Uhr – 21.30 Uhr**

**1 Abend, 20,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 2**

**201-7219 Neues vom Teddybär**

**Gabriele Bräckelmann**

In diesem Kurs wird gezeigt, wie ein Teddybär von Hand gefertigt wird.

Dazu gehört das Zuschneiden des Stoffes, Nähen und Stopfen des Körpers, Montage von Kopf, Gliedern und Augen. Stickern der Nase.

**Bitte mitbringen:**

Fotokarton oder dünne Pappe (Größe DIN A2) für den Schnitt, Schere, Bleistift, waserfester Stift, Nadeln, Nähgarn, Stecknadeln, Zahnseide, 500g Stopfwatte für Puppen.

Teddybärstoff und Zubehör kann mitgebracht oder von der Dozentin im Kurs erworben werden.

Die Materialkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

**Freitag, 24. April 2020,**

**15.00 Uhr – 20.00 Uhr und**

**Samstag, 25. April 2020,**

**10.00 Uhr – 15.00 Uhr**

**2 Tage, 42,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

**201-7216 Frühjahr- und Ostergestecke**

**Heidrun Häußer**

Unter liebevoller fachkundiger Unterweisung begleitet Sie die Dozentin damit Sie am Ende des Kurses ein individuelles, selbstgestaltetes Stück Natur mit nach Hause nehmen können.

Es können auch eigene Gefäße mitgebracht werden.

Die Materialkosten werden vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.

**Mittwoch, 25. März 2020**

**18.00 Uhr – 21.00 Uhr**

**1 Abend, 15,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

**201-7220 Frühjahr- und Ostergestecke**

**Heidrun Häußer**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7216

**Samstag, 28. März 2020**

**11.00 Uhr – 14.00 Uhr**

**1 Abend, 15,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**



**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](http://www.blau-silber-ladenburg.de)

oder Tel.: 06203-14348

06220-9228233

## 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

### 201-7501 Yoga-Körper-, Atem- und Entspannungsübungen

**Jürgen Fesser**

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

montags, 13. Januar 2020

18.00 Uhr – 19.30 Uhr

11 Abende, 88,00 €

Turnsaal, Kindertagesstätte

„Römerneest“, Lustgartenstr. 8

### 201-7502 Yoga-Körper-, Atem- und Entspannungsübungen

**Jürgen Fesser**

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

montags, 13. Januar 2020

19.30 Uhr – 21.00 Uhr

11 Abende, 88,00 €

Turnsaal, Kindertagesstätte

„Römerneest“, Lustgartenstr. 8

### 201-7503 Yoga

**Jürgen Fesser**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7501  
montags, 20. April 2020

18.00 Uhr – 19.30 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Turnsaal, Kindertagesstätte

„Römerneest“, Lustgartenstr. 8

### 201-7504 Yoga

**Jürgen Fesser**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7501  
montags, 20. April 2020

19.30 Uhr – 21.00 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Turnsaal, Kindertagesstätte

„Römerneest“, Lustgartenstr. 8

### 201-7505 Yogilates

**Jürgen Fesser**

Yogilates ist eine Mischung aus Yoga und Pilates.

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

**mittwochs, 15. Januar 2020**  
**17.30 Uhr – 19.00 Uhr**  
**11 Abende, 88,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **201-7506 Yogilates**

**Jürgen Fesser**

**Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7505**  
**mittwochs, 15. Januar 2020**  
**19.00 Uhr – 20.30 Uhr**  
**11 Abende, 88,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **201-7507 Yogilates**

**Jürgen Fesser**

**Ausschreibung s. Kurs Nr.: 201-7505**  
**mittwochs, 22. April 2020**  
**17.30 Uhr – 19.00 Uhr**  
**12 Abende, 96,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **201-7508 Yogilates**

**Jürgen Fesser**

**Ausschreibung s. Kurs Nr.: 201-7505**  
**mittwochs, 22. April 2020**  
**19.00 Uhr – 20.30 Uhr**  
**12 Abende, 96,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **201-7519 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, Ver-

spannungen 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, 7. Januar 2020**  
**20.00 Uhr – 21.30 Uhr**  
**12 Abende, 96,00 €**  
**Lobdengauhalle, Gymnastikraum**

### **201-7520 Hatha-Yoga**

**Katja Markmann-Schmitz**

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

**Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7519**  
**dienstags, 5. Mai 2020**  
**20.00 Uhr – 21.30 Uhr**  
**11 Abende, 88,00 €**  
**Lobdengauhalle, Gymnastikraum**

### **201-7539 Hatha-Yoga am Mittag**

**Katja Markmann-Schmitz**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7519**  
**donnerstags, 9. Januar 2020**  
**12.30 Uhr – 14.00 Uhr**  
**12 Nachmittage, 96,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **201-7540 Hatha-Yoga am Mittag**

**Katja Markmann-Schmitz**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7519**  
**donnerstags, 7. Mai 2020**  
**12.30 Uhr – 14.00 Uhr**  
**9 Nachmittage, 64,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

**201-7534 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, 13. Januar 2020****17.45 Uhr – 19.00 Uhr****10 Abende, 69,00 €****Lobdengauhalle, Gymnastikraum****201-7535 Yoga für Einsteiger****Ute Petritt**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7534

**montags, 20. April 2020****17.45 Uhr – 19.00 Uhr****10 Abende, 69,00 €****Lobdengauhalle, Gymnastikraum****201-7570 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 bewussteren Umgang mit den eigenen Emotionen und deren daraus resultierenden Folgehandlungen.

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

**mittwochs, 8. Januar 2020****19.30 Uhr – 21.00 Uhr****12 Abende, 96,00 €****Im Steg 18, Ladenburg****201-7571 Kundalini Yoga für Erwachsene****Nina Siebert**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7570

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

**mittwochs, 22. April 2020****19.30 Uhr – 21.00 Uhr****11 Abende, 88,00 €****Im Steg 18, Ladenburg****201-7572 Kundalini Yoga für Erwachsene****Nina Siebert**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7570

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

**montags, 13. Januar 2020****19.30 Uhr – 21.00 Uhr****11 Abende, 88,00 €****Im Steg 18, Ladenburg****201-7573 Kundalini Yoga für Erwachsene****Nina Siebert**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7570

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

**montags, 20. April 2020****19.30 Uhr – 21.00 Uhr****11 Abende, 88,00 €****Im Steg 18, Ladenburg**

## 201-7574 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 Ängste/ Sorgen 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 Entbindung möglich sein. Bitte mitbringen: Wolldecke, Meditationskissen (wenn vorhanden), Yogamatte und bequeme Kleidung.

**donnerstags, 9. Januar 2020**

**19.30 Uhr – 21.00 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Im Steg 18, Ladenburg**

## 201-7575 Yoga für Schwangere

**Nina Siebert**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.:201-7574**

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

**donnerstags, 23. April 2020**

**19.30 Uhr – 21.00 Uhr**

**10 Abende, 80,00 €**

**Im Steg 18, Ladenburg**

## 201-7576 Entspannungs-Yoga

**Nina Siebert**

Entspannungs-Yoga ist geprägt von sanften Körper- und Atemübungen, die auch von Menschen mit körperlichen Einschränkungen gut ausgeführt werden können.

Die körperliche und geistige Entspannung, ein „zur Ruhe kommen“ steht ganz im Vordergrund dieses Kurses. Das Yoga soll neue Kraft und neuen Mut für den Alltag geben.

Es wird individuell auf die Bedürfnisse der Teilnehmer geachtet und das Yoga gegebenenfalls angepasst.

Die Vertraulichkeit gegenüber den Teilnehmer/innen hat absolute Priorität.

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

**donnerstags, 9. Januar 2020**

**10.00 Uhr – 11.30 Uhr**

**12 Vormittage, 96,00 €**

**Im Steg 18, Ladenburg**

## 201-7577 Entspannungs-Yoga

**Nina Siebert**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7576**

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

**donnerstags, 23. April 2020**

**10.00 Uhr – 11.30 Uhr**

**10 Vormittage, 80,00 €**

**Im Steg 18, Ladenburg**

## Pilates

### 201-7509 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, 14. Januar 2020  
 18.00 Uhr – 19.00 Uhr  
 11 Abende, 59,00 €  
 Turnsaal, Kindertagesstätte  
 „Römernest“, Lustgartenstr. 8

## 201-7510 Körpertraining nach der Pilates-Methode

*Jürgen Fesser*

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7509  
 dienstags, 14. Januar 2020  
 19.00 Uhr – 20.00 Uhr  
 11 Abende, 59,00 €  
 Turnsaal, Kindertagesstätte  
 „Römernest“, Lustgartenstr. 8

## 201-7511 Körpertraining nach der Pilates-Methode

*Jürgen Fesser*

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7509  
 dienstags, 21. April 2020  
 18.00 Uhr – 19.00 Uhr  
 12 Abende, 64,00 €  
 Turnsaal, Kindertagesstätte  
 „Römernest“, Lustgartenstr. 8

## 201-7512 Körpertraining nach der Pilates-Methode

*Jürgen Fesser*

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7509  
 dienstags, 21. April 2020  
 19.00 Uhr – 20.00 Uhr  
 12 Abende, 64,00 €  
 Turnsaal, Kindertagesstätte  
 „Römernest“, Lustgartenstr. 8

## 201-7521 Pilates

*Julie Schöpfel*

Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Training. Schwerpunkte sind Kräftigung

und Mobilisation, Körperhaltung und Fertigkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit.

dienstags, 14. Januar 2020  
 10.15 Uhr – 11.30 Uhr  
 10 Vormittage, 70,00 €  
 Musikschule, Lustgartenstraße 10,  
 Raum 4

## 201-7522 Pilates

*Julie Schöpfel*

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7521  
 dienstags, 21. April 2020  
 10.15 Uhr – 11.30 Uhr  
 10 Vormittage, 70,00 €  
 Musikschule, Lustgartenstr. 10, Raum 4

## Rücken- und Wirbelsäulengymnastik

## 201-7533 Wirbelsäulengymnastik

*Ute Petritt*

montags, 13. Januar 2020  
 16.45 Uhr – 17.45 Uhr  
 10 Abende, 55,00 €  
 Lobdengauhalle, Gymnastikraum

## 201-7536 Wirbelsäulengymnastik

*Ute Petritt*

montags, 20. April 2020  
 16.45 Uhr – 17.45 Uhr  
 10 Abende, 55,00 €  
 Lobdengauhalle, Gymnastikraum

**DIE VOLKSHOCHSCHULE HAFTET NICHT FÜR UNFÄLLE. DIE TEILNAHME AN DEN GESUNDHEITS-/BEWEGUNGS- UND ANDEREN KURSEN ERFOLGT AUF EIGENE GEFAHR.**

## **201-7529 Rückenfit inkl. Stretch & Relax**

**Nicole Hesse-Anastasiou**

Rundum-Gesund-Training: Mobilisation, Kräftigung/Stabilisation, Faszienstretch, Mentalspannung.

Bitte mitbringen: Sportkleidung- und Schuhe, Handtuch, ein Getränk und wenn vorhanden-eigene Gymnastikmatte.

Die Dozentin ist geprüfte Rücken- und Wirbelsäulentrainerin.

**donnerstags, 16. Januar 2020**

**18.00 Uhr – 19.30 Uhr**

**10 Abende, 80,00 €**

**Lobdengauhalle, Gymnastikraum**

## **201-7530 Rückenfit inkl. Stretch & Relax**

**Nicole Hesse-Anastasiou**

Ausschreibung s. Kurs Nr.: 201-7529

**donnerstags, 23. April 2020**

**18.00 Uhr – 19.30 Uhr**

**10 Abende, 80,00 €**

**Lobdengauhalle, Gymnastikraum**

## **201-7523 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 ver-

bessert. 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, 14. Januar 2020**

**11.30 Uhr – 12.30 Uhr**

**10 Nachmittage, 55,00 €**

**Musikschule, Lustgartenstr. 10, Raum 4**

## **201-7524 Beckenbodengymnastik mit Rückentraining**

**Julie Schöpfel**

Ausschreibung s. Kurs Nr.: 201-7523

**dienstags, 21. April 2020**

**11.30 Uhr – 12.30 Uhr**

**10 Vormittage, 55,00 €**

**Musikschule, Lustgartenstraße 10, Raum 4**

## **Entspannung**

## **201-7542 Gemischte Techniken, Autogenes Training nach Johannes Heinrich Schultz und Progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobson und andere Übungen – Übungsgruppe**

**Irmgard Andrea Kempfer**

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

Bitte bequeme Kleidung, evtl. warme Socken und Decke mitbringen. Wir üben im Sitzen oder, wer möchte, auch im Liegen.

**montags, 10. Februar 2020**

**19.45 Uhr – 21.15 Uhr**

**6 Abende, 54,00 €**

**Anbau Carl-Benz-Gymnasium, Raum 11**

## **201-7527 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.

**montags, 13. Januar 2020**

**18.00 Uhr – 19.00 Uhr**

**11 Abende, 59,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **201-7563 Tai Chi Chuan (Anfänger)**

**Hubert Fröhlich**

Der Ursprung der Tai Chi Übungssysteme liegt in der Kampfkunst, bei der die Aspek-

te Gesundheit, Vitalität und Meditation einen wichtigen Stellenwert einnehmen.

Die Bewegungen des Tai Chi sind langsam und weich fließend. Körper, Seele und Geist haben Zeit, in achtsamer Bewegung zusammen zu finden und zur Ruhe zu kommen.

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

Durch Partnerübungen lernen wir in unserem Zentrum zu bleiben und weich und flexibel auf ein Gegenüber zu reagieren. In diesem Sinne ist das, was wir in Tai Chi Chuan üben, auch auf unseren Alltag übertragbar.

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. Sie benötigen eine Decke, flache Schuhe, bequeme Kleidung.

**mittwochs, 15. Januar 2020**

**18.00 Uhr – 19.15 Uhr**

**11 Abende, 74,00 €**

**Turnsaal, Kindertagesstätte „Römernest“, Lustgartenstr. 8**

## **201-7564 Tai Chi Chuan (Anfänger)**

**Hubert Fröhlich**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7563**

Sie benötigen eine Decke, flache Schuhe, bequeme Kleidung.

**mittwochs, 6. Mai 2020**

**18.00 Uhr – 19.15 Uhr**

**11 Abende, 74,00 €**

**Turnsaal, Kindertagesstätte „Römernest“, Lustgartenstr. 8**

## **201-7565 Tai Chi Chuan (Fortgeschrittene)**

**Hubert Fröhlich**

Der Ursprung der Tai Chi Übungssysteme liegt in der Kampfkunst, bei der die Aspekte Gesundheit, Vitalität und Meditation einen wichtigen Stellenwert einnehmen.

Die Bewegungen des Tai Chi sind langsam und weich fließend. Körper, Seele und Geist haben Zeit, in achtsamer Bewegung zusammen zu finden und zur Ruhe zu kommen.

Wir üben die Kurzform des Yang Stil. Der Yangstil stellt vor allem die gesundheitlichen und meditativen Aspekte des Tai chi in den Vordergrund und ist somit für jeden geeignet.

Durch Partnerübungen lernen wir in unserem Zentrum zu bleiben und weich und flexibel auf ein Gegenüber zu reagieren. In diesem Sinne ist das, was wir in Tai Chi Chuan üben, auch auf unseren Alltag übertragbar.

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. Sie benötigen eine Decke, flache Schuhe, bequeme Kleidung.

**mittwochs, 15. Januar 2020**

**19.30 Uhr – 21.00 Uhr**

**11 Abende, 74,00 €**

**Turnsaal, Kindertagesstätte**

**„Römernest“, Lustgartenstr. 8**

## **201-7566 Tai Chi Chuan (Fortgeschrittene)**

**Hubert Fröhlich**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7565**

Sie benötigen eine Decke, flache Schuhe, bequeme Kleidung.

**mittwochs, 6. Mai 2020**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**11 Abende, 88,00 €**

**Turnsaal, Kindertagesstätte**

**„Römernest“, Lustgartenstr. 8**

## **Fitness und Bewegung**

### **201-7513 Fit in den Tag**

**Julie Schöpfel**

Body Toning ist eine Gymnastik, die ein Ganzkörpertraining bewirkt. Zu Beginn jeder Stunde steht ein Konditionstraining an, gefolgt von abwechslungsreichen Übungen, die sowohl als Rückentraining dienen, als auch eine Straffung der Figur zum Ziel haben.

Dazu werden teilweise Kleingeräte (Hanteln, Therabänder, Bälle) eingesetzt. Die Körperhaltung wird korrigiert und durch Stretching die Beweglichkeit verbessert. Außerdem werden Elemente aus Pilates eingesetzt, die den Körper sanft formen, kräftigen und strecken.

**dienstags, 14. Januar 2020**

**09.00 Uhr – 10.15 Uhr**

**10 Vormittage, 70,00 €**

**Musikschule, Lustgartenstraße 10,**

**Raum 4**

### **201-7514 Fit in den Tag**

**Julie Schöpfel**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7513**

**dienstags, 21. April 2020**

**09.00 Uhr – 10.15 Uhr**

**10 Vormittage, 70,00 €**

**Musikschule, Lustgartenstraße 10,**

**Raum 4**

**201-7525 „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!

**mittwochs, 8. Januar 2020****18.30 Uhr – 20.00 Uhr****12 Abende, 96,00 €****Lobdengauhalle, Gymnastikraum****201-7526 „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!

**mittwochs, 22. April 2020****18.30 Uhr – 20.00 Uhr****13 Abende, 104,00 €****Lobdengauhalle, Gymnastikraum****201-75272 Bodyfit****Annia Lara-Ohr**

Bodyfit ist ein effektives Trainingspro-  
gramm für den gesamten Körper. Mit einer  
Cardiophase aktivieren wir das Herz-Kreis-  
lauf-System und verbessern die Ausdauer  
und Koordination. Danach folgen dynami-  
sche Kräftigungsübungen sowie Elemente  
des Fazientraining. Kraft, Koordination,  
Körperhaltung, Balance und Beweglich-  
keit stehen hier im Fokus. Zum Schluss  
entspannen wir beim dynamischen und  
statischen Dehnen der Muskulatur.

Bitte mitbringen: Handtuch und Sport-  
schuhe.

**mittwochs, 8. Januar 2020****20.10 Uhr – 21.10 Uhr****10 Abende, 54,00 €****Lobdengauhalle, Gymnastikraum****201-75273 Bodyfit****Annia Lara-Ohr****Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-75272**

Bitte mitbringen: Handtuch und Sport-  
schuhe.

**mittwochs, 22. April 2020****20.10 Uhr – 21.10 Uhr****10 Abende, 54,00 €****Lobdengauhalle, Gymnastikraum****201-75281 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 ge-  
macht oder das letzte Training ist lange  
her? Kein Problem. Die Schritte werden  
zunächst einzeln eingeführt und oft wie-  
derholt bis diese kombiniert, bzw. variiert  
werden. Lassen Sie sich von den fließenden  
Bewegungen übers, um und auf dem  
Step begeistern! Bitte mitbringen: Hand-  
tuch und Sportschuhe.

**dienstags, 7. Januar 2020****19.30 Uhr – 20.30 Uhr****10 Abende, 80,00 €****VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **201-75282 Bodystep**

**Annia Lara-Ohr**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-75281  
Bitte mitbringen: Handtuch und Sportschuhe.

**dienstags, 21. April 2020**

**19.30 Uhr – 20.30 Uhr**

**10 Abende, 80,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **201-7531 Bodyworkout inkl.**

**Stretch und Relax**

**Nicole Hesse-Anastasiou**

Anspruchvolles Ganzkörpertraining und Ausdauerintervalle, Faszienstretch, Mentalentspannung.

Bitte mitbringen:

Sportkleidung und -schuhe, Handtuch, Getränk und wenn vorhanden, eigene Gymnastikmatte.

Die Dozentin ist geprüfte Fitness- und Aerobictrainerin.

**donnerstags, 16. Januar 2020**

**19.30 Uhr – 21.00 Uhr**

**10 Abende, 80,00 €**

**Lobdengauhalle, Gymnastikraum**

## **201-7532 Bodyworkout inkl.**

**Stretch & Relax**

**Nicole Hesse-Anastasiou**

Ausschreibung s. Kurs Nr.: 201-7531

**donnerstags, 23. April 2020**

**19.30 Uhr – 21.00 Uhr**

**10 Abende, 80,00 €**

**Lobdengauhalle, Gymnastikraum**

## **201-7543 Nordic Walking nach der ALFA-Technik**

**Karin Rabbe**

Vermittelt wird die ALFA-Technik des Deutschen Nordic Walking Verbands (DNV). Diese Methode stellt ein Ganzkörpertraining dar, das mit aktivem Stock- und Fußinsatz und großer Mobilisation des Schulterbereiches arbeitet. Sie lernen, wie Sie Ihre Haltung verbessern und Ihre Gelenke schonend bewegen. Dies wirkt sich positiv auf Ihre Bandscheiben aus und beugt Rückenproblemen vor. Nach diesem Kurs beherrschen Sie die Basistechniken und können das Nordic Walking selbstständig in Ihren Alltag integrieren.

Durch regelmäßiges Training bauen Sie dauerhaft Stress ab, verbessern Ihre Leistungsfähigkeit und Ihr Wohlbefinden. Das sanfte Kreislauftraining erhöht das Lungenvolumen und ist ideal zur Gewichtsreduktion. Gemeinsam mit anderen macht die Bewegung an der frischen Luft und in der Natur noch mehr Spaß!

In der ersten Stunde findet eine individuelle Beratung zum Kauf von passenden Nordic Walking Stöcken statt!

Bitte dem Wetter angepasste Sportkleidung tragen.

Die Dozentin ist zertifizierte DNV Nordic Walking Instruktorenin.

**freitags, 6. März 2020**

**18.00 Uhr – 19.00 Uhr**

**5 Abende, 27,00 €**

**Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg**

**201-7559 Jonglage Workshop**
**Anja 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, Getränke und Snack.

Für Erwachsene und Kinder ab ca. 12 Jahren geeignet!

**Samstag, 15. Februar 2020**
**16.00 Uhr – 18.30 Uhr**
**1 Nachmittag, 12,00 €**
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**
**201-7537 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, 8. Januar 2020**
**10.45 Uhr – 11.45 Uhr**
**Feuerwehr Gerätehaus,  
Wallstadter Str. 53**
**201-7538 Frauengymnastik mit Musik**
**Lisa Nickl**

Bitte Gymnastikmatte und ein Handtuch mitbringen.

**mittwochs, 8. Januar 2020**
**09.30 Uhr – 10.30 Uhr**
**18 Vormittage, 97,00 €**
**Feuerwehr Gerätehaus,  
Wallstadter Str. 53**
**Selbstbehauptung**
**201-7544 Selbstverteidigung und Selbstbehauptung**
**Yvonne Otterstätter**

Trainingspunkte:

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

Während des Kurses findet eine Pause statt. Bitte Trinken und Essen mitbringen für Frauen und Jugendliche ab 15 Jahren

**Samstag, 28. März 2020**
**10.00 Uhr – 16.00 Uhr**
**1 Tag, 30,00 €**
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## Körper und Seele

### 201-7528 Improvisationstheater Workshop für Erwachsene

**Anja 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.

**Freitag, 14. Februar 2020**

**18.00 Uhr – 20.30 Uhr**

**1 Abend, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### 201-7541 Heilsames Singen

**Irmgard Andrea Kempter**

Heilsames Singen ist eine wunderbare Möglichkeit aktiv die Gesundheit und Selbstheilungskräfte von Körper, Geist und Seele zu fördern. Heilsame Wirkungen können erfahren werden.

Es ist ein Mittel zur Umwandlung von Stress und Spannung, Trauer, Schmerz, Wut und Angst. Entdecken Sie Singen als Kraftquelle.

Für alle, die gerne mit anderen Menschen in einer Gruppe, in einem Singkreis aus Herz und Seele singen möchten. Es wer-

den die Gesundheit, die Lebensfreude und die soziale Verbundenheit gefördert. Heilsames Singen ist allen Menschen zugänglich. Das Anliegen ist, jeden Menschen zu ermutigen seiner eigenen Stimme Ausdruck zu verleihen. Dazu sind keinerlei Vorbedingungen notwendig.

Ein Leitsatz der Akademie für Singen und Gesundheit ist: Es gibt keine Fehler, nur Variationen. Singen ist immer ein Geschenk, für uns selbst und für andere.

Die Dozentin ist zertifizierte Singleleiterin für heilsames und gesundheitsförderndes Singen der Akademie für Singen und Gesundheit.

Bitte bequeme Kleidung, evtl. warme Socken oder bequeme Schuhe mitbringen.

**montags, 10. Februar 2020**

**16.15 Uhr – 17.45 Uhr**

**6 Nachmittage, 54,00 €**

**Anbau Carl-Benz-Gymnasium, Raum 11**

### 201-7569 Heilsames Singen

**Irmgard Andrea Kempter**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7541**

Bitte bequeme Kleidung, evtl. warme Socken oder bequeme Schuhe mitbringen.

**montags, 10. Februar 2020**

**18.00 Uhr – 19.30 Uhr**

**6 Abende, 54,00 €**

**Anbau Carl-Benz-Gymnasium, Raum 11**

### 201-7555 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 bekanntesten Glücksforscher und versucht, das persönliche „Glücks-Gen“ ausfindig zu ma-

chen. 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, 15. Mai 2020**

**18.30 Uhr – 21.30 Uhr**

**1 Abend, 18,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

### **201-7549 Bluthochdruck (Kompakt)**

**Dr. Werner Menz**

Im Rahmen des Vortrags werden Sie erfahren, wie die Blutdruckregulation in unserem Körper erfolgt. Ab wann sprechen wir von einem erhöhten Blutdruck? Warum ist es zwingend erforderlich, einen erhöhten Blutdruck zu behandeln und welche nicht-medikamentösen Möglichkeiten stehen uns zur Verfügung? Außerdem werden Entscheidungskriterien für das jeweilige Antihypertensivum (= blutdrucksenkendes Medikament) und sinnvolle Kombinationen unter den Antihypertensiva genannt. Last but not least werden Gründe für Therapieversager aufgeklärt.

Medizinische und pharmazeutische Vorkenntnisse sind nicht zwingend erforderlich, jedoch ihre Bereitschaft sich mit dem einen oder anderem Fachbegriff – der selbstverständlich erklärt wird – auseinanderzusetzen.

**Donnerstag, 12. März 2020**

**18.00 Uhr – 20.00 Uhr**

**1 Abend, 10,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **201-7568 Bluthochdruck**

**Dr. Werner Menz**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.:201-7549**

**Samstag, 21. März 2020**

**10.00 Uhr – 13.00 Uhr**

**1 Vormittag, 15,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **201-7553 Was Sie schon immer über Arzneimittel wissen wollten (Kompakt)**

**Dr. Werner Menz**

Dieser Vortrag gibt eine Einführung in die Grundlagen der allgemeinen Arzneimittelwirkungen. Was macht das Arzneimittel mit uns? Was macht eigentlich unser Körper mit dem eingenommenen Arzneimittel? Woher „weiß“ beispielsweise ein Schmerzmittel, dass es in dem Fall bei Kopfschmerzen und im anderen Fall gegen Knieschmerzen helfen soll? An welchen Stellen wirken Arzneistoffe? Was ist ein Rezeptor, was ein Enzym? Darf ich jede Tablette teilen? Auf welchen Wegen werden Arzneimittel ausgeschieden? Diese und noch viele weitere Fragen werden an diesem Abend beantwortet werden.

Medizinische und pharmazeutische Fachkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Arzneimittelwirkungen verständlich erklärt.

**Donnerstag, 23. Januar 2020**

**18.00 Uhr – 20.00 Uhr**

**1 Abend, 10,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **201-7567 Was Sie schon immer über Arzneimittel wissen wollten**

**Dr. Werner Menz**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7553

**Samstag, 8. Februar 2020**

**10.00 Uhr – 13.00 Uhr**

**1 Vormittag, 15,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **201-7557 Make- up-Kurs**

**Sandra Röger**

Sie interessieren sich für Ihr persönliches Make- up?

Individuell auf Sie angestimmt?

Die Dozentin zeigt es Ihnen.

Was erwartet Sie?

– Kurze Hautdiagnose

– Abdeck- und Schminktechniken

– Typgerechtes Tages-Make-up

– Vorher-Nachher-Fotos uvm.

Materialkosten: 5,00 €.

Bitte ein kleines Gästehandtuch mitbringen.

**Samstag, 15. Februar 2020**

**13.00 Uhr – 16.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 25,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **201-7558 Make up Kurs**

**Sandra Röger**

Ausschreibung s. Kurs Nr.: 201-7557

Materialkosten: 5,00 €.

Bitte ein kleines Gästehandtuch mitbringen.

**Samstag, 9. Mai 2020**

**13.00 Uhr – 16.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 25,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **Ernährung**

### **201-7414 Rotweine Südfrankreichs**

**Christan Mühlbauer**

Tauchen Sie ein in die rote Vielfalt Südfrankreichs und verkosten Sie außergewöhnliche Rotweine.

Abseits des Mainstreams präsentiere ich Ihnen spannende und vielversprechende Geheimtipps und Neuentdeckungen. Unsere Verkostungsreise führt uns durch die südliche Rhône, die Provence über die Costières de Nîmes bis hin ins Languedoc. Sie erfahren Wissenswertes über die Geschichte dieser Region, die Winzer mit ihren unterschiedlichen Vinifikationen und das Terroir.

Erleben Sie einen spannenden Weinabend mit Geschichten rund um Wein, Region und Winzer/-innen.

In der Gebühr sind die Weinkosten, Weißbrot, Wasser und Handout enthalten.

**Freitag, 27. März 2020**

**19.00 Uhr – 21.30 Uhr**

**1 Abend, 40,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

### **201-7415 Rotes Piemont**

**Christan 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, 26. Juni 2020**

**19.00 Uhr – 21.30 Uhr**

**1 Abend, 40,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

### **201-V3701 Whisky-Seminar: Die Welt des Scotch-Whisky – Basisseminar**

**Stephan Mechler**

Hochwertige Whiskys – vor allem schottische Single Malts – sind gefragter denn je. Ob süß, fruchtig, rauchig, herb oder trocken, die große Vielfalt macht das sogenannte „Wasser des Lebens“ einzigartig. Bei der Verköstigung von 6 landestypischen Whiskys wird darauf eingegangen, wie man Whisky richtig genießt und worauf es ankommt. Außerdem erhalten Sie viele interessante Hintergrundinformationen über die Herstellung, Geschichte, Lagerung und Reifung und vieles mehr. Zusätzlich gibt es einen kleinen Snack als Grundlage. Dieses Angebot richtet sich an Whisky-Einsteiger, aber auch erfahrene Whisky-Trinker werden aber auf Ihre Kosten kommen. inkl. Materialkosten 16,00 €

**Freitag, 21. Februar 2020**

**20.00 Uhr – 23.00 Uhr**

**1 Abend, 36,00 €**

**Kurpfalzschule Dossenheim, Raum 208**

**Anmeldung bitte direkt über die  
vhs Dossenheim**

### **201-3702 Whisky-Seminar: Spezial Stephan Mechler**

Im Zentrum des Seminars steht die große Vielfalt schottischer Single Malts. Hierbei werden 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.

inkl. Materialkosten 25,00 €

**Freitag, 06. März 2020,**

**20.00 Uhr – 23.00 Uhr**

**1 Abend, 45,00 €**

**Kurpfalzschule Dossenheim, Raum 208**

**Anmeldung bitte direkt über die  
vhs Dossenheim**

## Kochen und Backen

### **201-7401 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 13. 02./12. 03./23.04./07.05. und 18.06.2019.

Der Termin für das Abschlußkochen wird noch vereinbart.

**donnerstags, 9. Januar 2020**

**18.45 Uhr – 22.30 Uhr**

**7 Abende, 70,00 €**

**Merian-Realschule, Schulküche MRS**

## **201-7402 Kochteufel – Kochkurs für Männer**

**Despina Anastasiadou**

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Weitere Termine sind am 17.02., 30.03., 11.05., 15.06. und 06.07.2020

**montags, 17. Februar 2020**

**18.30 Uhr – 21.30 Uhr**

**5 Abende, 50,00 €**

**Merian-Realschule, Schulküche MRS**

## **201-7403 Kochkurs für Männer**

**Barbara Kempf-Dudler**

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

Die Lebensmittelkosten werden mit der Dozentin abgerechnet.

Weitere Termine sind am 20. 02./26. 03./30.04./14.05. und 25.06.2020

**donnerstags, 23. Januar 2020**

**18.45 Uhr – 22.30 Uhr**

**6 Abende, 60,00 €**

**Merian-Realschule, Schulküche MRS**

## **201-7416 Veganer Käse selbst gemacht – Käse Seminar**

**Alexandra Adam**

Sie lernen die Grundlagen der veganen Käsezubereitung. Wir stellen unseren eigenen „Käse“ her und lassen uns anschließend von den entstandenen Köstlichkeiten verzaubern: (Kräuter-)Frischkäse, Hart- und Weichkäse, Camembert, Blauschimmelkäse, Rotschimmelkäse, Parmesan und Mozzarella. Wir werden ein Menü zubereiten und es zusammen in gemütlicher Runde verzehren.

Alle Gerichte sind glutenfrei und nussfrei möglich. Bitte informieren Sie vor dem Kurs die VHS, was Sie nicht vertragen.

Bitte scharfes Messer, Schürze, Hand- und Geschirrhandtuch, Gläser mit Schraubverschluss oder dichte Tuppergeschüsseln mit Deckel, ca. 500ml, Schreibzeug und Getränk mitbringen.

Lebensmittelumlage und Material (20,00 €) sind in der Kursgebühr enthalten, (glutenfrei umsetzbar)

**Samstag, 7. März 2020**

**10.00 Uhr – 16.00 Uhr**

**1 Tag, 42,00 € inkl. Lebensmittelumlage (20,00 €)**

**Merian-Realschule, Schulküche MRS**

## **201-7418 Vegan kochen wie bei Oma**

**Alexandra Adam**

Alle Rezepte sind glutenfrei.

Wir entdecken die neue vegane Wirklichkeit: ohne Soja und Seitan, ohne Ersatz- und Fakeprodukte, ohne fettreiche, über-süßte oder importierte Fertigprodukte.

Stattdessen wird genommen, was Feld und Garten zu bieten haben. Frisch verarbeitet entstehen so Gerichte, die unvergleichlich gut und dabei ganz einfach zuzubereiten sind.

Mit Omas Rezepten, wieder zurück zum puren, echten Geschmack und zu mehr Vitalität.

Mitbringen: Schürze, scharfes Messer, Schreibzeug, Behälter.

Für lange Haare ein Haargummi.

Rezepte nach dem Kurs per Mail.

**Donnerstag, 7. Mai 2020**

**17.30 Uhr – 21.15 Uhr**

**1 Abend, 36,00 € inkl. Lebensmittel-umlage (10,00 €)**

**Merian-Realschule, Schulküche WRUN**

## **201-7419 Spanische Küche mal vegan**

**Alexandra Adam**

Alle Rezepte sind glutenfrei.

Sinnlich spanisch kochen – Tapas, Paella, Tortillas, und vieles mehr.

Spanische Küche weckt Assoziationen – Freunde, die zusammen essen und lachen, köstlicher Wein, Urlaubsgefühle, eine laue Brise, die unter einem bunten Sonnenschirm auf der Haut zu spüren ist.

Diese herrlich frische Landesküche wird auf unserem Tisch zum Leben erweckt.

Mitbringen: Schürze, scharfes Messer, Schreibzeug, Behälter.

Für lange Haare ein Haargummi.

Rezepte nach dem Kurs per Mail.

**Mittwoch, 22. April 2020**

**17.30 Uhr – 21.15 Uhr**

**1 Abend, 36,00 € inkl. Lebensmittel-umlage (10,00 €)**

**Merian-Realschule, Schulküche MRS**

## **201-7420 Pastavariationen vegan**

**Alexandra Adam**

*„Mit neuen Rezepten“*

Nudeln machen nicht dick, es kommt auf die Zutaten an. Bunt und gesund, vitaminreich, leicht und doch voller Kraft. Eine Entdeckungsreise durch die Pasta-Küche. Wir stellen verschiedene Sorten Pasta und wundervolle Soßen her, die einfach und schnell zuzubereiten sind.

Bitte mitbringen: Schürze, Hand- und Geschirrtücher sowie Behälter für die Kostproben und etwas zum Trinken.

**Mittwoch, 15. Juli 2020**

**17.30 Uhr – 21.15 Uhr**

**1 Abend, 36,00 € (inkl. Lebensmittel-umlage 10,00 €)**

**Merian-Realschule, Schulküche MRS**

## **201-7421 Wok-Gerichte**

**Johanna Eleftheriadis**

Die Wok-Pfanne bietet Ihnen viele Möglichkeiten sich gesund und ausgewogen zu ernähren. Ob Varianten mit wenig Kalorien oder wenn es mal schnell gehen muss, im Wok ist das Alles kein Problem. In einer knappen halben Stunde können Sie ein leckeres und gesundes Gericht für die ganze Familie zaubern. Da kann jeder seiner Kreativität freien Lauf lassen.

Bitte mitbringen: Küchenschürze, 2 Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden mit der Dozentin direkt abgerechnet (ca. 13,00 €)

**Dienstag, 14. Januar 2020**

**18.00 Uhr – 21.00 Uhr**

**1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage (ca. 13,00 €)**

**Merian-Realschule, Schulküche WRUN**

## **201-7422 One-Pot-Gerichte – Herzhaftes aus einem Topf**

**Johanna Eleftheriadis**

Abwaschade: Für die leckeren One-Pot-Rezepte braucht man nur wenig Kochgeschirr. Denn in einem Topf köcheln Gemüse, Fleisch, Fisch sowie Nudeln, Reis oder Kartoffeln alleine vor sich hin. Kochen war noch nie so einfach, lecker und abwechslungsreich!

Bitte mitbringen: Küchenschürze, 2 Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden mit der Dozentin direkt abgerechnet (ca. 13,00 €)

**Dienstag, 11. Februar 2020**

**18.00 Uhr – 21.00 Uhr**

**1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage (ca. 13,00 €)**

**Merian-Realschule, Schulküche WRUN**

## **201-7423 Köstliches mit Gouda, Feta und Co.**

**Johanna Eleftheriadis**

Alles Käse? Aber ja, denn diese Käsezerrepte sind zum Dahinschmelzen lecker! Mit Käse verfeinert schmeckt jedes Gericht gleich doppelt gut. Und spielt das würzige Milchprodukt in Rezepten die Hauptrolle, geht's direkt in den 7. Käsehimmel.

Bitte mitbringen: Küchenschürze, 2 Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden mit der Dozentin direkt abgerechnet (ca. 15,00 €)

**Dienstag, 17. März 2020**

**18.00 Uhr – 21.00 Uhr**

**1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage (ca. 15,00 €)**

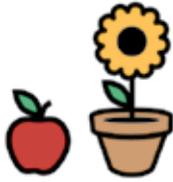
**Merian-Realschule, Schulküche WRUN**



**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](http://www.bauernhof-linnenbach.de)

## WIR SIND IHR STARKER PARTNER FÜR BAD, HEIZUNG & SANITÄR!



Einzigartige Traumbäder, innovative Wärmetechnik und seidenweiches Perlwasser – wir machen Ihr Zuhause zu einer Wohlfühlloase!



**SCHMITT**  
BAD & HEIZUNG

Hohe Straße 10 | 68526 Ladenburg  
Tel.: 06203 135-69 | info@schmitt-sanitaer.de  
[www.schmitt-sanitaer.de](http://www.schmitt-sanitaer.de)

**SCHADE, SCHADE, SCHADE... ☹**

**...HÄTTE WIR GEWUSST, DASS SIE TEILNEHMEN MÖCHTEN, HÄTTE WIR DEN KURS NICHT ABGESAGT. DAHER UNSERE BITTE: MELDEN SIE SICH RECHTZEITIG AN! RECHTZEITIG: MIND. 10 TAGE VORHER**

## Gebühren für Sprachkurse

Sind weniger als 8 Teilnehmer/innen angemeldet, erhöht sich die Kursgebühr. Die Kursgebühr wird nach dem 2. Kurs-

abend entsprechend der bis zu diesem Zeitpunkt angemeldeten Teilnehmer festgesetzt.

UE	20 UE	22 UE	24 UE	26 UE	28 UE	30 UE	32 UE	34 UE
Grundgebühr bei 8 Teilnehmern und mehr	64,- €	70,- €	77,- €	83,- €	90,- €	96,- €	102,- €	109,- €
Grundgebühr bei 7 Teilnehmern	73,- €	80,- €	88,- €	95,- €	103,- €	110,- €	112,- €	125,- €
Grundgebühr bei 6 Teilnehmern	80,- €	93,- €	103,- €	111,- €	120,- €	128,- €	136,- €	145,- €
Grundgebühr bei 5 Teilnehmern	102,- €	112,- €	123,- €	133,- €	144,- €	153,- €	163,- €	174,- €
Grundgebühr bei 4 Teilnehmern	128,- €	140,- €	154,- €	166,- €	180,- €	192,- €	204,- €	218,- €

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.\*

\* Da wir die tatsächliche Durchführung des Kurses erst ab 4 Teilnehmern garantieren und viele Teilnehmer die erste Stunde noch unverbindlich „schnuppern“.

## Deutsch als Fremdsprache

### 201-7301 Deutsch als Fremdsprache – Für Anfänger (A1)



#### Rita Dämpfert

In diesem Kurs lernen Sie das Alphabet, Farben und Zahlen, erste Kontaktaufnahme/Vorstellung der Person, Grundlagen der Konversation im Alltag, Einführung und Konjugation wichtiger Verben (sein, haben, möchten, wollen, können, heißen,

wohnen..) im Präsens, Üben der Aussprache, Lesen, Schreiben und Verstehen.

Bilden einfacher Sätze (Begrüßung, nach dem Befinden fragen, Einkaufen, Wegbeschreibung..)

Kopierte Übungsblätter werden mit jedem Teilnehmer/Teilnehmerin nach jeder Unterrichtsstunde abgerechnet.

**dienstags, 14. Januar 2020**

**17.30 Uhr – 19.00 Uhr**

**10 Abende, 20 UE**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 8**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49**

## **201-7302 Deutsch als Fremdsprache (Grammatik) (B1/B2)**

**Rita Dämpfert**

Wir üben und wiederholen Verben im Präsens, Präteritum, Perfekt und Futur. Anhand von Texten aber auch mit Hilfe von Übungen im Lehrbuch arbeiten wir am Satzbau und an der Grammatik genauso wie an der Erweiterung des Wortschatzes im Alltag und Berufsleben. Wir erarbeiten Satzstrukturen im Aktiv und Passiv, lernen die Bedeutung und Anwendung verschiedener Bindewörter und vieles mehr. Wir üben und festigen sprechen/argumentieren, lesen und schreiben..... (thematische Wünsche der Kursteilnehmer werden gerne berücksichtigt).

Kopierte Übungsblätter werden mit jedem/r Teilnehmer/Teilnehmerin nach jeder Unterrichtsstunde abgerechnet.

**mittwochs, 15. Januar 2020**

**17.30 Uhr – 19.00 Uhr**

**10 Abende, 20 UE**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 7**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49**

## **201-7303 Deutsch als Fremdsprache für Anfänger mit Vorkenntnissen (A1/A2)**

**Rita Dämpfert**

Anhand von mündlichen und schriftlichen Übungen werden Sprachkenntnisse aus alltäglichen Bereichen wie:

- Einkaufen und Preise
- Hobby
- Freizeit
- Urlaub
- Wegbeschreibung und Orientierung in der Stadt (öffentliche Verkehrsmittel) bis hin zu leichter Kommunikation im Beruf vermittelt und vertieft.

Verben werden im Präsens geübt und im Präteritum und Perfekt erarbeitet und angewendet.

Zusätzliche inhaltliche Wünsche der Kursteilnehmer werden gerne berücksichtigt.

Kopierte Übungsblätter werden mit jedem/r Teilnehmer/Teilnehmerin nach jeder Unterrichtsstunde abgerechnet.

**dienstags, 14. Januar 2020**

**19.00 Uhr – 20.30 Uhr**

**10 Abende, 20 UE**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 8**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49**

## **201-7304 Deutsch als Fremdsprache B1/B2 Kommunikation**

**Rita Dämpfert**

Erweiterte Übungen zu vermittelten Themen im Grundkurs A1.

Teilnehmer üben und vertiefen in Klein- und Kleinstgruppen leichte Sprechsituationen des Alltags anhand von kleinen Dialogen und Kurzgesprächen und üben somit angeleitet das notwendige Vokabular (z.B. Personenvorstellung, Einkauf, Weg erfragen, Wünsche, Befinden.)

Kopierte Übungsblätter werden mit jedem Teilnehmer/Teilnehmerin nach jeder Unterrichtsstunde abgerechnet.

**mittwochs, 15. Januar 2020**

**19.00 Uhr – 20.30 Uhr**

**10 Abende, 20 UE**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 7**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49**

## **201-7306 Deutsch als Fremdsprache für Anfänger (A1)**

**Rita Dämpfert**

**Kursausschreibung s. Kurs Nr.: 201-7301**

**dienstags, 21. April 2020**

17.30 Uhr – 19.00 Uhr  
10 Abende, 20 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 8  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

## **201-7307 Deutsch als Fremdsprache für Anfänger mit Vorkenntnissen (A1/A2)**

*Rita Dämpfert*

Kursausschreibung s. Kurs Nr.: 201-7303  
dienstags, 21. April 2020  
19.00 Uhr – 20.30 Uhr  
10 Abende, 20 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 8  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

## **201-7308 Deutsch als Fremdsprache (Grammatik) (B1/B2)**

*Rita Dämpfert*

Kursausschreibung s. Kurs Nr.: 201-7302  
mittwochs, 22. April 2020  
17.30 Uhr – 19.00 Uhr  
10 Abende, 20 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 7  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

## **201-7309 Deutsch als Fremdsprache B1/B2 Kommunikation**

*Rita Dämpfert*

Kursausschreibung s. Kurs Nr.: 201-7304  
mittwochs, 22. April 2020  
19.00 Uhr – 20.30 Uhr  
10 Abende, 20 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 7  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

## Englisch

### **201-7311 Englisch – Fortgeschrittene**



*Gerda Bitsch*

Arbeitsbuch: Key A2 ab Unit 3, Cornelsen Verlag

dienstags, 7. Januar 2020  
18.00 Uhr – 19.30 Uhr  
15 Abende, 30 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 5  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

### **201-7312 Englisch für Fortgeschrittene**

*Ruth Hilger*

donnerstags, 9. Januar 2020  
09.00 Uhr – 10.30 Uhr  
15 Vormittage, 30 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 1  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

### **201-7313 Reading, Talking and Ruminating Grammar**

*Ruth Hilger*

donnerstags, 9. Januar 2020  
10.30 Uhr – 12.00 Uhr  
15 Vormittage, 30 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 1  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

### **201-602 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 auf. Neue Schüler können allerdings gerne einsteigen.

**Zusätzliche Material-/Kopierkosten:**  
1,00 €

**dienstags, 4. Februar 2020**  
16.15 Uhr – 17.30 Uhr  
13 Nachmittage, 126,00 €  
VHS, Altes Rathaus, Raum 8

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

**dienstags, 21. Januar 2020**  
18.00 Uhr – 19.30 Uhr  
10 Abende, 20 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 7  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

## Französisch

### 201-7314 Conversation, Lecture et Grammaire



**Ruth Hilger**

**dienstags, 7. Januar 2020**  
09.00 Uhr – 10.30 Uhr  
15 Vormittage, 30 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 1  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

### 201-7315 Le Français de tous les jours

**Ruth Hilger**

**dienstags, 7. Januar 2020**  
10.30 Uhr – 12.00 Uhr  
15 Vormittage, 30 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 1  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

### 201-7316 Französisch für Anfänger mit Grundkenntnissen (A1/A2)

**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.

### 201-7317 Französisch für Anfänger mit Grundkenntnissen (A1/A2)

**Muriel Calvi-Großkopf**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7316  
Achtung: kein reiner Anfängerkurs!!! Grundkenntnisse werden vorausgesetzt. Quereinsteiger willkommen.  
Lehrwerk: On y va! A1  
ISBN 978-3-19-103325-5

**dienstags, 21. April 2020**  
18.00 Uhr – 19.30 Uhr  
10 Abende, 20 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 7  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

## Italienisch

### 201-7320 Italienisch für Fortgeschrittene



**Giuseppina Lesle**

**mittwochs, 8. Januar 2020**  
19.30 Uhr – 21.00 Uhr  
15 Abende, 30 UE  
VHS, Altes Rathaus, Raum 8  
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

### 201-7321 Italienisch am Nachmittag

**Adriana Panarese-Klenk**

In diesem Kurs für Anfänger werden Sie mit viel Spaß und wenig Grammatikpaukereierei nicht nur wichtige Alltagssituationen

üben, sondern viel über Bräuche und Traditionen Italiens erfahren.

Das Buch wird im Unterricht bekanntgegeben.

Rückfragen gerne direkt bei der Dozentin:  
Tel.: 06203-82084 (AB)

**dienstags, 10. März 2020**

**16.30 Uhr – 18.00 Uhr**

**10 Nachmittage, 20 UE**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49**

## **201-7322 Italienisch am Nachmittag**

**Adriana Panarese-Klenk**

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

Das Buch wird im Unterricht bekanntgegeben.

Rückfragen gerne direkt bei der Dozentin:  
Tel.: 06203-82084 (AB)

**mittwochs, 11. März 2020**

**16.30 Uhr – 18.00 Uhr**

**10 Nachmittage, 20 UE**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49**



## **201-7323 Endlich Zeit für Italienisch**

**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, Niveau A1-A2

Rückfragen direkt bei der Dozentin:

Tel.: 06203-82084 (AB)

**donnerstags, 5. März 2020**

**10.00 Uhr – 11.30 Uhr**

**10 Vormittage, 20 UE**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49**

## **Niederländisch**

### **201-7324 Niederländisch – A 1.3**

**ab Lektion 5**

Lehrbuch: „Wat leuk!“ Hueber Verlag,  
Kurs- und Arbeitsbuch,

ISBN-13: 978-3190054602 bzw.

ISBN-13: 978-3190254606

**donnerstags, 9. Januar 2020**

**20.00 Uhr – 21.30 Uhr**

**15 Abende, 30 UE**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49**

**ÜBER JEDEN RÜCKTRITT MUSS DIE VHS-GESCHÄFTSSTELLE  
INFORMIERT WERDEN.**

**EIN FERNBLEIBEN VOM KURS GILT NICHT ALS RÜCKTRITT!**

**Spanisch**
**201-7325 Spanisch für Anfänger A1**

**Mireia Bufurull Cortes**

Sie wollen Ihre Spanisch-Kenntnisse auffrischen? Dann sind Sie bei uns richtig! Dieser Kurs bietet Ihnen Lektüre, Konversation und etwas Grammatik ist auch dabei!

mittwochs, 15. Januar 2020

09.00 Uhr – 10.30 Uhr

15 Vormittage, 30 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

**201-7327 Español A2**
**Mireia Bufurull Cortes**

Sie wollen Ihre Spanisch-Kenntnisse 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-B1.

Arbeitsbuch Caminos hoy A2 ab Unit 9, Klett Verlag

mittwochs, 15. Januar 2020

10.30 Uhr – 12.00 Uhr

15 Vormittage, 30 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

**201-7328 Conversación en español**
**Raul Pardo-Santamaria**

montags, 13. Januar 2020

17.00 Uhr – 18.30 Uhr

10 Abende, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

**201-7329 Conversación en español**
**Mireia Bufurull Cortes**

dienstags, 14. Januar 2020

09.00 Uhr – 10.30 Uhr

15 Vormittage, 30 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

**201-7332 Spanische Grammatik –**
**Auffrischkurs für**
**Fortgeschrittene**
**Raul Pardo-Santamaria**

dienstags, 14. Januar 2020

17.00 Uhr – 18.30 Uhr

10 Abende, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

**201-7341 Spanisch für Anfänger A1**
**Mireia Bufurull Cortes**

Sie wollen Ihre Spanisch-Kenntnisse auffrischen? Dann sind Sie bei uns richtig! Dieser Kurs bietet Ihnen Lektüre, Konversation und etwas Grammatik ist auch dabei!

montags, 13. Januar 2020

19.00 Uhr – 20.30 Uhr

15 Abende, 30 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

**SCHADE, SCHADE, SCHADE... ☹**

**...HÄTTE WIR GEWUSST, DASS SIE  
TEILNEHMEN MÖCHTEN, HÄTTE WIR  
DEN KURS NICHT ABGESAGT. DAHER  
UNSERE BITTE: MELDEN SIE SICH  
RECHTZEITIG AN!  
RECHTZEITIG: MIND. 10 TAGE VORHER**

## Neugriechisch

### 201-7330 Neugriechisch IV (A1)

Für Anfänger/-innen mit  
Vorkenntnissen



*Emmanouel Emmanouilidis*

Ziel des Kurses ist es, eine sichere Kommunikation zu ermöglichen. Die Grundlagen werden wiederholt, ergänzt und vertieft. Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekanntgegeben.

Dienstag, 4. Februar 2020

18.00 Uhr – 19.30 Uhr

17 Abende, 34 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

### 201-7334 Neugriechisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

*Chrissi Argiriadou-Hermann*

Das Lehrbuch wird im Kurs bekanntgegeben.

donnerstags, 16. Januar 2020

19.00 Uhr – 20.30 Uhr

10 Abende, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

### 201-7335 Neugriechisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

*Chrissi Argiriadou-Hermann*

Das Lehrbuch wird im Kurs bekanntgegeben.

donnerstags, 23. April 2020

19.00 Uhr – 20.30 Uhr

10 Abende, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

### 201-7340 Neugriechisch für Kinder

*Chrissi Argiriadou-Hermann*

Lehrmaterial wird am ersten Kursabend bekanntgegeben.

donnerstags, 16. Januar 2020

15.30 Uhr – 17.00 Uhr

22 Abende, 11 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49

## Portugiesisch

### 201-V41801 Brasil-Portugiesisch – für Anfänger

*Carla Valadares-Kruse*



In diesem Kurs werden Sie die lebendige Alltagssprache und Kultur Brasiliens und Portugals mit viel Spaß kennenlernen. Mit Hilfe von vielen Kommunikationsübungen und Texten wird die Sprache erlernt.

Die brasilianische Dozentin vermittelt in diesen Kursen nicht nur Sprache, Strukturen und Wortschatz, sondern auch viel Interessantes über Brasilien. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse der brasil-portugiesischen Sprache.

Das Lehrbuch wird am ersten Abend bekanntgegeben.

mittwochs, 29. Januar 2020,

19:00 Uhr – 20:30 Uhr

9 Abende, 43,00 € bei mindestens

8 Teilnehmenden. Eine detaillierte

Tabelle der Kursgebühren finden Sie auf

der Homepage unter [vhs-heddesheim.de](http://vhs-heddesheim.de)

Karl-Drais-Schule Heddesheim,

Zimmer 204

Anmeldung bitte direkt über die  
vhs Heddesheim

# Weinstube Eronberger 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](http://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.**

Xpert Business Abschlüsse   Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen   Lohn   Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●	●	●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●		●
Bilanzierung			●		●	alternativ	●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●	alternativ	●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●			●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●			●		●
Personalwirtschaft							●		●
Einnahmen-Überschussrechnung									
Personelle Kompetenzen									●

\*

Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen

\* Webinar-Kurs in Vorbereitung

## BUSINESS WEBINARE

### 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 21.10.19 können Sie mit Unterstützung der Xpert Hotline die Technik testen.

### Abschlussprüfung:

- Im Anschluss an jeden Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung abgelegt werden, die Prüfungsgebühr beträgt € 85,-.
- 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-lernetz.de](http://www.xpert-business-lernetz.de).**



### 201-76500 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 15.02.2020**

**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020  
bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 3. März 2020**

**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**

**20 Abende, 360,00 €**

**online-Kurs**

### 201-76501 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-Standardkon-

tenrahmen 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 15.02.2020**

**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020 bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 3. März 2020**

**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**

**20 Abende, 360,00 €**

**online-Kurs**

### **201-76502 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 15.02.2020**

**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020 bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 3. März 2020**

**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**

**20 Abende, 360,00 €**

**online-Kurs**

### **201-76503 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 15.02.2020**

**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020 bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 3. März 2020**

**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**

**20 Abende, 360,00 €**

**online-Kurs**

### **201-76504 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 15.02.2020**

**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020 bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 3. März 2020**  
**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**  
**20 Abende, 360,00 €**  
**online-Kurs**

### **201-76505 Controlling mit Xpert Business-Zertifikat**

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. 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 15.02.2020**  
**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020 bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 3. März 2020**  
**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**  
**20 Abende, 360,00 €**  
**online-Kurs**

### **201-76506 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 15.02.2020**  
**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020 bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 3. März 2020**  
**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**  
**20 Abende, 330,00 €**  
**online-Kurs**

### **201-76507 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 15.02.2020**  
**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020 bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 3. März 2020**  
**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**  
**20 Abende, 360,00 €**  
**online-Kurs**

## **201-76508 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 15.02.2020**

**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020 bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 3. März 2020**

**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**

**20 Abende, 360,00 €**

**online-Kurs**

## **201-76509 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 15.02.2020**

**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020 bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 3. März 2020**

**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**

**20 Abende, 360,00 €**

**online-Kurs**

## **201-76510 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 15.02.2020**

**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020 bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 3. März 2020**

**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**

**11 Abende, 200,00 €**

**online-Kurs**

## **201-76511 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 15.02.2020**  
**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020**  
**bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 17. März 2020**  
**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**  
**16 Abende, 330,00 €**  
**online-Kurs**

### **201-76512 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 15.02.2020**  
**Techniktest im Zeitraum vom: 17.02.2020**  
**bis 02.03.2020**

**Der Kurs findet dienstags und donnerstags statt.**

**dienstags, 17. März 2020**  
**18.30 Uhr – 20.30 Uhr**  
**16 Abende, 330,00 €**  
**online-Kurs**



**vhs** 

**Immer eine gute Idee...**

**Geschenk-Gutschein**

**Erhältlich in der VHS-Geschäftsstelle**

## EDV

## 201-7601 Umstieg von Windows 7 auf Windows 10

### *Uwe Borstorff*

Ab Anfang 2020 gibt es keine Updates mehr für Windows 7, so sind wir gezwungen auf Windows 10 umzusteigen - umso wichtiger, sich damit vertraut zu machen! Dieser Kurs vermittelt die wichtigsten Grundkenntnisse für den Umstieg und die Arbeit mit Windows 10.

Teilnahmevoraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows!

**donnerstags, 5. März 2020**

**18.00 Uhr – 21.00 Uhr**

**3 Abende, 81,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## 201-7602 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 / einfachen Berechnung 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, 23. Juni 2020**

**14.00 Uhr – 17.00 Uhr**

**4 Nachmittage, 108,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## 201-7604 Tastschreiben

### *Uwe Borstorff*

Durch die ganzheitliche Lernmethode des 10-Finger-Systems lernen die Kursteilnehmer über Vorstellungsbilder und Lerngeschichten die Lage der einzelnen Tasten Reihe für Reihe kennen. Nach der Erarbeitung der Vorstellungsbilder festigen die Kursteilnehmer in abwechslungsreichen und spielerischen Übungen die Verknüpfungen von Bildern und Farben mit den jeweiligen Tasten und Fingern. Am Ende des Kurses sind die Teilnehmer in der Lage blind zu schreiben.

**donnerstags, 5. März 2020**

**15.30 Uhr – 17.00 Uhr**

**5 Nachmittage, 68,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## 201-7605 Fit fürs Büro

### *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 / einfachen Berechnung 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, 23. Juni 2020**

**18.00 Uhr – 21.00 Uhr**

**6 Abende, 162,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

### **201-7606 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.

**montags, 16. März 2020**

**17.00 Uhr – 19.00 Uhr**

**2 Abende, 36,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

### **201-7607 iPad / iPhone (nur Apple-Geräte)**

**Jürgen Schwarz**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7606

**mittwochs, 17. Juni 2020**

**17.00 Uhr – 19.00 Uhr**

**2 Abende, 36,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

### **201-7608 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.

**dienstags, 17. März 2020**

**16.00 Uhr – 18.00 Uhr**

**2 Abende, 36,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

### **201-7609 Android Smartphone / Tablet**

**Jürgen Schwarz**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-7608

**montags, 15. Juni 2020**

**17.00 Uhr – 19.00 Uhr**

**2 Abende, 36,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

### **201-7616 Ordnung schaffen und Dateien suchen auf dem Computer**

**Uwe Borstorff**

Überall gespeichert und kaum wieder zu finden? In diesem Kurs lernen Sie Ordnung zu schaffen! Schritt für Schritt lernen Sie, wie sich der Computer schnell wieder aufräumen, angelegte Ordnung bewahren lässt und die Dateien sich natürlich auch wiederfinden lassen! Anhand praktischer

Beispiele lernen Sie, wie Sie Ihre Dateien übersichtlich in Bibliotheken zusammenfassen. Hierzu gehört unter anderem: Organisieren von Dateien auf dem Computer, eine sinnvolle Ordnerstruktur anlegen, die Bibliotheken verwenden und neue Bibliotheken anlegen, Verknüpfungen auf dem Desktop erstellen sowie Daten auf USB-Stick (externe Festplatte) speichern.

**donnerstags, 26. März 2020**

**18.00 Uhr – 21.00 Uhr**

**2 Abende, 54,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **201-7617 WORD Workshop**

**Uwe Borstorff**

In diesem Workshop können Sie Ihre erlernten WORD-Kenntnisse vertiefen! (Mittagspause etwa 1 Stunde!)

**Samstag, 14. März 2020**

**09.30 Uhr – 16.30 Uhr**

**1 Tag, 54,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **201-7618 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.

**freitags, 24. Januar 2020**

**14.00 Uhr – 17.00 Uhr**

**4 Nachmittage, 80,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **201-7619 Grundkurs Word**

**Georg Fellner**

In diesem Kurs lernen Sie, das Programm Microsoft Word effektiv für Ihre Zwecke einzusetzen. Nach dem ersten Kennenlernen der Bedienoberfläche werden Sie einfache Texte erstellen und diese durch die Zeichen- und Absatzformatierungen nach Ihren Wünschen gestalten. Während Ihre Dokumente durch Hinzufügen von Bildern und grafischen Elementen anspruchsvoller werden, lernen Sie, die Seiten Ihres Dokuments weiter anzupassen, so dass Ihre Dokumente einen ansprechenden und professionellen Eindruck vermitteln. Egal ob kreative Einladungen oder Geschäftsbriefe, sie verfügen nach diesem Kurs über das entsprechende Wissen hierzu.

**dienstags, 21. Januar 2020**

**19.00 Uhr – 20.30 Uhr**

**4 Abende, 54,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **201-7620 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 an-

sprechend 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, 3. März 2020**  
**19.00 Uhr – 20.30 Uhr**  
**4 Abende, 54,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

**201-7621 Grundkurs PowerPoint**  
**Georg Fellner**

Mit PowerPoint lernen Sie ein einfach zu bedienendes Programm kennen, mit dessen Hilfe Sie professionell aussehende Präsentationen erstellen können. Sie recherchieren Informationen im Internet und erstellen informative Folien, die neben einprägsamen Texten, Bildern, Tabellen und andere der Veranschaulichung dienende Elemente enthalten. Durch die Animation der Folieninhalte und der Folienübergänge erhalten Ihre Präsentationen ein dynamisches Erscheinungsbild. Durch die Möglichkeit Videos und Tonspuren einzubinden, werden Ihre Präsentationen lebendiger und abwechslungsreicher.

**dienstags, 21. April 2020**  
**19.00 Uhr – 20.30 Uhr**  
**4 Abende, 54,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

**201-7622 Kompaktkurs MS Office**  
**Georg Fellner**

Dieser Kurs enthält die Inhalte der Grundkurse Word (Kursbeschreibung: 201-7619), Excel (201-7620) und PowerPoint (201-7621). Zusätzlich lernen Sie das Programm Microsoft Outlook kennen und einsetzen. Somit erhalten Sie ebenfalls das Wissen rund um den Emailversand und die persönliche Terminverwaltung.

**samstags, 18. Januar 2020**  
**09.00 Uhr – 13.00 Uhr**  
**4 Vormittage, 142,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

**201-630 Computer-Führerschein für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren**  
**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.

**donnerstags, 16. Januar 2020**  
**15.00 Uhr – 16.30 Uhr**  
**6 Nachmittage, 142,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**



## Recht

### 201-7611 Immobilien erfolgreich privat verkaufen – Was muss ich beachten um teure Fehler zu vermeiden?

**Markus Popp**

Dieser Kurs richtet sich insbesondere an Senioren oder an Erben, die im Besitz von Immobilieneigentum sind, die mit dem Gedanken spielen ihre Immobilie verkaufen zu wollen. In einer Schritt-für-Schritt-Praxisanleitung erfahren Sie aus erster Hand wie sie erfolgreich den Verkauf meistern können. Folgende Herausforderungen, die Sie erwarten können, werden u.a. bedeutet:

- Wie stelle ich sicher, dass ich meine Immobilie nicht unter Wert verkaufe?
- Was muss ich tun, um Bußgeldforderungen zu vermeiden?
- Wie kann es mir gelingen, nicht nur ein Angebot für meine Immobilie zu erhalten?
- Wie kann ich sicherstellen, dass es beim Notar zu keinen unerwarteten Überraschungen kommt?

Auf diese und weitere Fragen wird der Dozent unverbindlich und unabhängig in seinem Vortrag eingehen, sodass auch Sie einfach, sicher und erfolgreich Ihre Immobilie verkaufen können.

Der Dozent ist Diplom-Betriebswirt (FH) und arbeitet seit einigen Jahren als Makler sowie als Makler-Ausbilder.

**Dienstag, 18. Februar 2020**

**18.00 Uhr – 19.30 Uhr**

**1 Abend, 13,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### 201-76112 Immobilien erfolgreich privat verkaufen – Was muss ich beachten um teure Fehler zu vermeiden?

**Markus Popp**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-76112

**Donnerstag, 18. Juni 2020**

**15.00 Uhr – 16.30 Uhr**

**1 Abend, 13,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## Handwerk



# AKADEMIE

### 201-7612 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen – Informationsabend

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

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7613

**Mittwoch, 22. Januar 2020**

**19.30 Uhr – 21.00 Uhr**

**1 Abend, kostenlos**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

### 201-76121 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen – Informationsabend

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

**Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7613**  
**Dienstag, 3. März 2020**  
**19.30 Uhr – 21.00 Uhr**  
**1 Abend, kostenlos**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **201-7613 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen**

Der kalte Winter ist vorbei, die Heizkostenabrechnung wirkt sich noch auf die Haushaltskasse 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 diesem 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, dass Sie sich für ihre Familie wünschen. Und 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, Dampfbremssfolie, Klebebänder, Dichtmassen und benötigtes Werkzeug für die Schulung
- Schulungshalle mit Schulungsmodellen, Getränke (Kaffee, Wasser, Softdrinks), kleiner Imbiss zu Mittag
- Fachgerechte Entsorgung der verbrauchten Materialien durch ISOVER

**samstags, 8. Februar 2020**

**09.00 Uhr – 13.30 Uhr**

**2 Vormittage, 147,00 €**

**Industriestr. 13, Ladenburg**

### **201-7614 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen**

**Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7613  
samstags, 21. März 2020**

**09.00 Uhr – 13.30 Uhr**

**2 Vormittage, 147,00 €**

**Industriestr. 13, Ladenburg**

### **201-7615 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen**

**Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 201-7613  
samstags, 9. Mai 2020**

**09.00 Uhr – 13.30 Uhr**

**2 Vormittage, 147,00 €**

**Industriestr. 13, Ladenburg**

### **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**



# AUTOMUSEUM DR. CARL BENZ

IN DER HISTORISCHEN BENZ-FABRIK

**NEU**  
Empore zur  
Zweirad-  
geschichte.

Ilvesheimer Straße 26, 68526 Ladenburg  
Tel: 06203 - 181786, Fax: 06203 - 2503  
E-Mail: [info@automuseum-ladenburg.de](mailto:info@automuseum-ladenburg.de)  
[www.automuseum-ladenburg.de](http://www.automuseum-ladenburg.de)

#### Öffnungszeiten

Mittwoch, Samstag Sonntag & Feiertage  
14:00 Uhr - 18:00 Uhr. Gruppen nach Verein-  
barung auch außerhalb der Öffnungszeiten

**HIER ERLEBEN SIE DIE GESCHICHTE DER MOBILITÄT,  
SO DIREKT ALS WÄREN SIE SELBST DABEI GEWESEN.**

Vom hölzernen Laufrad des Freiherrn von Drais bis zu den bunten Motorrollern der 50er Jahre und vom 1. Automobil der Welt bis zum Mercedes-Benz Formel 1 „Silbepfeil“.

Über hundert Fahrzeuge erwarten Sie als eindrucksvolle Zeugen der Vergangenheit.

## Schule

### 201-601 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, 7. Januar 2020**

**14.30 Uhr – 16.30 Uhr**

**kostenlos**

**Astrid-Lindgren-Schule, Breslauer Str. 61**

## Sprachen

### 201-602 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 auf. Neue Schüler können allerdings gerne einsteigen.

Zusätzliche Material-/Kopierkosten:  
1,00 €

**dienstags, 4. Februar 2020**

**16.15 Uhr – 17.30 Uhr**

**13 Nachmittage, 126,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 8**

### 201-7340 Neugriechisch für Kinder

**Chrissi Argiriadou-Hermann**

Lehrmaterial wird am ersten Kursabend bekanntgegeben.

**donnerstags, 16. Januar 2020**

**15.30 Uhr – 17.00 Uhr**

**22 Abende, 11 UE**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 49**

## Kreativität

### 201-604 Töpfern für Kinder von 6-10 Jahren

**Dorothee Guth**

Der Kurs bietet einen Einstieg in den Umgang mit dem Werkstoff. Die Kinder erlernen einfache Techniken und wenden diese für ihre Objekte an. Ein Teil der Werke kann am zweiten Nachmittag mit Engobe bemalt werden. Nach dem Trocknen und Brennen können die Werke ca. 6 Wochen später abgeholt werden.

Die Materialkosten (Ton, Dekor) in Höhe von 6,00 € werden direkt in der 1. Stunde mit der Kursleiterin abgerechnet.

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

Voranmeldung!

**donnerstags, 16. Januar 2020**

**15.00 Uhr – 16.30 Uhr**

**2 Nachmittage, 15,00 €**

**Werkrealschule Kellerwerkraum**

## **201-6041 Töpfern für Kinder von 6-10 Jahren**

**Dorothee Guth**

Der Kurs bietet einen Einstieg in den Umgang mit dem Material. Die Kinder erlernen einfache Techniken und wenden diese für ihre Objekte an. Ein Teil der Werke kann am zweiten Nachmittag mit Engobe bemalt werden. Nach dem Trocknen und Brennen können die Werke ca. 6 Wochen später abgeholt werden.

Die Materialkosten (Ton, Dekor) in Höhe von 6,00 € werden direkt in der 1. Stunde mit der Kursleiterin abgerechnet.

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

Voranmeldung!

**montags, 20. Januar 2020**

**15.00 Uhr – 16.30 Uhr**

**2 Nachmittage, 15,00 €**

**Werkrealschule Kellerwerkraum**

## **201-605 Wir filzen Schneemänner aus kuscheliger Schafwolle**

**Jannine Weimer**

Wir filzen lustige Schneemänner in verschiedenen Grössen passend zur Jahreszeit. Aus kuscheliger Schafwolle werden die Männer zuerst gewickelt und dann trocken gefilzt.

Materialkosten in Höhe von 3,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.  
für Kinder ab 8 Jahren

**Montag, 20. Januar 2020**

**15.00 Uhr – 18.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 15,00 €**

**Werkstatt Filz-bar Klappergasse 1**

## **201-606 Wir filzen für den Ostertisch ein Hasenkörbchen**

**Jannine Weimer**

Lass Deiner Fantasie freien Lauf und krei-riere aus kunterbunter Filzwolle ein hübsches Osternest. Dieses wird trocken so wie nass gefilzt.

Die Materialkosten in Höhe von 3,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

für Kinder ab 8 Jahren

**Dienstag, 31. März 2020**

**15.00 Uhr – 18.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 15,00 €**

**Werkstatt Filz-bar Klappergasse 1**

## **201-607 Mutter-Kind filzen**

**Jannine Weimer**

Wir filzen gemeinsam mit unserem Kind ein Tischset für den Ostertisch.

Auch Vater-Kind, Tante-Nichte oder Oma-Enkel sind natürlich herzlich willkommen.

Gemeinsam kreativ sein (auch mit ganz Kleinen), zusammen Zeit verbringen und eine hübsche Tischdekoration mit nach Hause nehmen.

Die Materialkosten in Höhe von 3,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet (je Kind und Begleitung).

**Mittwoch, 8. April 2020**

**15.00 Uhr – 18.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 15,00 €**

**Werkstatt Filz-bar Klappergasse 1**

## **201-609 Keramik bemalen für Ostern für Kinder ab 9 Jahren**

**Petra Sohn**

In diesem Workshop gestalten wir mit Hilfe von Pinseln, Fingerabdrücken oder den unterschiedlichsten Schwämmchen eine

Hasenschale. Diese kann auch als Osterne-  
st genutzt werden. Verwendet werden  
für die Keramikrohlinge Glasurfarben, die  
ungiftig und lebensmittelecht sind. Die  
Kunstwerke werden danach bei 1000°C  
im Keramikofen gebrannt. Durch diese  
hohe Brenntemperatur entsteht eine Ge-  
brauchskeramik, an der die Beschenkten  
lange Freude haben.

Die Materialkosten in Höhe von 15,-€ wer-  
den direkt mit der Dozentin abgerechnet.

**Donnerstag, 12. März 2020**

**15.30 Uhr – 17.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 10,00 €**

**Keramiklädchen, Kirchenstr. 12**

## **201-610 Keramik bemalen für Ostern für Kinder von 6-8 Jahren**

**Petra Sohn**

In diesem Workshop gestalten wir mit Hil-  
fe von Pinseln, Fingerabdrücken oder den  
unterschiedlichsten Schwämmchen eine  
Hasenschale. Diese kann auch als Oster-  
nest genutzt werden. Verwendet werden  
für die Keramikrohlinge Glasurfarben, die  
ungiftig und lebensmittelecht sind. Die  
Kunstwerke werden danach bei 1000°C  
im Keramikofen gebrannt. Durch diese  
hohe Brenntemperatur entsteht eine Ge-  
brauchskeramik, an der die Beschenkten  
lange Freude haben.

Die Materialkosten in Höhe von 15,-€ wer-  
den direkt mit der Dozentin abgerechnet.

**Donnerstag, 5. März 2020**

**15.30 Uhr – 17.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 10,00 €**

**Keramiklädchen, Kirchenstr. 12**

## **Kunst**

### **201-612 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren**

**Christian Schura**

In diesem Kurs könnt ihr 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 Pa-  
pier, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi  
und Spitzer.

**Montag, 27. April 2020**

**16.00 Uhr – 18.15 Uhr**

**1 Nachmittag, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

### **201-613 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren**

**Christian Schura**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-612**

Bitte mitbringen: DIN A4 oder DIN A3 Pa-  
pier, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi  
und Spitzer.

**Montag, 22. Juni 2020**

**16.00 Uhr – 18.15 Uhr**

**1 Nachmittag, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

### **201-614 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren**

**Christian Schura**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-612**

Bitte mitbringen: DIN A4 oder DIN A3 Pa-  
pier, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi  
und Spitzer.

**Montag, 18. Mai 2020**

**16.00 Uhr – 18.15 Uhr**

**1 Nachmittag, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## 201-623 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren

**Christian Schura**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-612

Bitte mitbringen: DIN A4 oder DIN A3 Papier, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi und Spitzer.

**Montag, 20. Juli 2020**

**16.00 Uhr – 18.15 Uhr**

**1 Nachmittag, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## 201-615 Muttertagsgeschenke – Herzliche Geschenke – für Kids ab 7 Jahren

**Nadine Münch**

Am 10. Mai ist wieder Muttertag. Wir gestalten hierfür verschiedene Seifen und Badeöle sowie ein Muttertagsherz. Wer möchte, kann die Utensilien gleich als Geschenk einpacken. Damit ist Euer Problem „Was schenke ich?“ gelöst. Ihr könnt beim Gestalten der Seifen Eurer Phantasie freien Lauf lassen.

Bitte mitbringen: 1 leeres Marmeladenglas  
Materialkosten: 5,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

**Freitag, 8. Mai 2020**

**15.00 Uhr – 18.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 15,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## Selbstbehauptung

## 201-619 Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Kinder und Jugendliche von 8-14 Jahre

**Yvonne Otterstätter**

Trainingspunkte:

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

Während des Kurses findet eine Pause statt. Bitte Trinken und Essen mitbringen!

**Samstag, 1. Februar 2020**

**10.00 Uhr – 15.00 Uhr**

**1 Tag, 25,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## Bewegung und Spiel

## 201-617 Akrobatik für Kinder von 6-8 Jahren

**Antje Kiel**

**Kinder finden Akrobatik spannend!**

Akrobatik ist Zirkuskunst, Abenteuer, Bewegungskunst und Sport zugleich.

Kraft, Beweglichkeit, Körperspannung, Gleichgewicht, Teamgeist und Kooperationsbereitschaft werden auf spielerische Weise trainiert. An diesem Nachmittag beginnen wir mit vorbereitenden Übungen und Bodenturnelementen und werden erste akrobatische Figuren ausprobieren. Aus einfachen „Handgriffen“, Sprüngen und Rollen werden erste akrobatische Bauwerke aus menschlichen Pyramiden und tollen Rollen zum Staunen..!  
Vorerfahrung ist nicht notwendig.

**Freitag, 14. Februar 2020**

**15.00 Uhr – 17.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## 201-618 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, 15. Februar 2020**

**13.00 Uhr – 15.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 26,00 € (je Kind & Begleitung)**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## 201-624 Akrobatik für Kinder von 9-12 Jahren

### **Antje Kiel**

**Kinder finden Akrobatik spannend!**

Akrobatik ist Zirkuskunst, Abenteuer, Bewegungskunst und Sport zugleich.

Kraft, Beweglichkeit, Körperspannung, Gleichgewicht, Teamgeist und Kooperationsbereitschaft werden auf spielerische Weise trainiert. An diesem Nachmittag beginnen wir mit vorbereitenden Übungen und Bodenturnelementen und werden erste akrobatische Figuren ausprobieren. Aus einfachen „Handgriffen“, Sprüngen und Rollen werden erste akrobatische Bauwerke aus menschlichen Pyramiden und tollen Rollen zum Staunen..!

Vorerfahrung ist nicht notwendig.

Bitte bequeme, sportliche Kleidung sowie Getränk und kleinen Snack mitbringen.

**Samstag, 15. Februar 2020**

**10.00 Uhr – 12.30 Uhr**

**1 Vormittag, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## Gesundheit und Körper

## 201-625 Trendy Nailstyling für Mädchen von 10-15 Jahren

### **Nadine Münch**

Wir kümmern uns heute um Eure Fingernägel. Wir üben eine richtige Maniküre und beschäftigen uns mit den Fragen: Wie lackiere ich richtig, wie setze ich Glitzersteine und wie lackiere ich French Maniküre? Wie feile ich richtig? Was kann ich bei brüchigen Fingernägeln tun? Es wird jeder Schritt praktisch geübt. Es gibt die neuen Farben etc., die 2020 im Trend liegen. Wir machen NICHTS mit Kunstfingernägeln, sondern üben nur am natürlichen Nagel.

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

**Samstag, 21. März 2020**

**10.00 Uhr – 13.00 Uhr**

**1 Vormittag, 15,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 2**

## EDV

## 201-630 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 Com-

puter 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.

**samstags, 18. Januar 2020**  
**14.00 Uhr – 15.30 Uhr**  
**6 Nachmittage, 142,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

### **201-7604 Tastschreiben**

**Uwe Borstorff**

Durch die ganzheitliche Lernmethode des 10-Finger-Systems lernen die Kursteilnehmer über Vorstellungsbilder und Lerngeschichten die Lage der einzelnen Tasten Reihe für Reihe kennen. Nach der Erarbeitung der Vorstellungsbilder festigen die Kursteilnehmer in abwechslungsreichen und spielerischen Übungen die Verknüpfungen von Bildern und Farben mit den jeweiligen Tasten und Fingern. Am Ende des Kurses sind die Teilnehmer in der Lage blind zu schreiben.

**donnerstags, 5. März 2020**  
**15.30 Uhr – 17.00 Uhr**  
**5 Nachmittage, 68,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **Kindergeburtstage**



### **201-650 Kindergeburtstag – Geocaching – für Kids ab 10 Jahren**

**Ferdinando Abbate**

Die Volkshochschule unterstützt Sie bei der Planung und Gestaltung Ihres nächsten Kindergeburtstages mit einer Geocachingtour – die moderne Schnitzeljagd.

**Der Kurs dauert drei Zeitstunden.**

**Gruppengebühr 120,00 €,**  
**Kursort: VHS, Altes Rathaus, Raum 1 – oder bei Ihnen zu Hause.**

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.

### **201-680 Feiern Sie Ihren Kindergeburtstag über die VHS**

**Nadine Münch**

Die Volkshochschule unterstützt Sie bei der Planung und Gestaltung des nächsten Kindergeburtstages mit folgenden Angeboten:

Ab 6 Jahren: z.B.: Seife herstellen, Badeöle herstellen, Mosaik Bilderrahmen, u. v. m.

Ab ca. 10/11 Jahren (nur Mädchen): z.B. all about Beauty, Trendy Nailstyling,

Kosmetik selbst herstellen, Wohlfühltag für Mädchen.

**Die Kurse dauern drei Zeitstunden.**

**Gruppengebühr 120,00 €,**

**inkl. 20,00 € Materialgebühren**

**Kursort: VHS, Altes Rathaus, Raum 1 - oder bei Ihnen zu Hause.**

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.



©www.ClipartsFree.



*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	Tel.: 0 62 03-58 48	MO. - DO. 9.00 - 13.00
BÜCHER AM MARKT	Fax: 0 62 03-1 69 31	15.00 - 18.30
Marktplatz 2	www.seitenweise-bam.de	FREITAG 9.00 - 18.30
68526 Ladenburg	info@seitenweise-bam.de	SAMSTAG 9.00 - 18.00

**Tanzen****201-9225 Der Tanzclub für Fortgeschrittene****Stefan Wech**

Wir tanzen in lockerer Atmosphäre!

Bei Bedarf werden neue Figuren gezeigt und eingeübt. Teilnehmer bitte paarweise.

montags, 13. Januar 2020

20.30 Uhr – 21.30 Uhr

18 Abende, 90,00 €

Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

**Nähen****201-9104 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, 13. Januar 2020

18.00 Uhr – 21.00 Uhr

5 Abende, 50,00 €

Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2

**201-9105 Zuschneiden, Nähen und Ändern****Gaby Nowack**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-9104

montags, 17. Februar 2020

18.00 Uhr – 21.00 Uhr

5 Abende, 50,00 €

Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2

**201-9106 Zuschneiden, Nähen und Ändern****Gaby Nowack**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-9104

montags, 30. März 2020

18.00 Uhr – 21.00 Uhr

5 Abende, 50,00 €

Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2

**201-9107 Zuschneiden, Nähen und Ändern****Gaby Nowack**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-9104

montags, 25. Mai 2020

18.00 Uhr – 21.00 Uhr

5 Abende, 50,00 €

Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2

## Yoga

### 201-9201 Hatha-Yoga

#### **Manuela Förg**

Hatha Yoga ist ein körperlicher und eher sanfter Yoga Stil, bei dem grossen Wert auf eine achtsame und bewusste Ausführung von Körperhaltungen, in Einheit mit der Atmung, gelegt wird, der Fokus liegt auf Entspannung.

Eine klassische Hatha-Yoga-Lektion beinhaltet eine Atemübung, Anfangsentspannung und das Praktizieren einzelner körperlicher Übungen, um den ganzen Körper zu stärken, gesund und mobil zu erhalten, Stress abzubauen und vorzubeugen. Eine kurze Endentspannung beendet die Lektion. Der Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene in jeder Altersklasse geeignet. Die letzte Hauptmahlzeit sollte 2-3 Stunden zurückliegen!

Bitte eine Gymnastikmatte, eine Decke, bequeme Kleidung und rutschfeste Socken mitbringen.

**dienstags, 7. Januar 2020**

**18.00 Uhr – 19.30 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 2+3,  
über Sandsteintreppe**

### 201-9202 Hatha-Yoga

#### **Manuela Förg**

**Ausschreibung s. Kurs-Nr. 201-9201**

**dienstags, 7. Januar 2020**

**20.00 Uhr – 21.30 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

### 201-9203 Hatha-Yoga

#### **Manuela Förg**

**Ausschreibung s. Kurs-Nr. 201-9201**

**dienstags, 21. April 2020**

**18.00 Uhr – 19.30 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 2+3,  
über Sandsteintreppe**

### 201-9204 Hatha-Yoga

#### **Manuela Förg**

**Ausschreibung s. Kurs-Nr. 201-9201**

**dienstags, 21. April 2020**

**20.00 Uhr – 21.30 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

### 201-9211 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 Körpenergien können besser fließen.

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

**mittwochs, 8. Januar 2020**

**20.15 Uhr – 21.45 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

## **201-9212 Hatha-Yoga**

**Katja Markmann-Schmitz**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-9211**

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

**mittwochs, 6. Mai 2020**

**20.15 Uhr – 21.45 Uhr**

**9 Abende, 96,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

## **201-9205 Wohlfühl Yoga**

**Manuela Förg**

In diesem neuen Kurs liegt der Fokus auf Entspannung. Wir praktizieren verschiedene sanfte körperliche Dehn-Übungen aus dem Hatha und Yin Yoga. Ein kleiner Sonnen- oder Mondgruß, Entspannungsreisen, Yoga-Nidra, und/oder Meditationen beenden die jeweilige Stunde. Der Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet. Die letzte Hauptmahlzeit sollte 2-3 Stunden zurückliegen!

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, eine Decke, ein kleines Kissen für unter den Kopf, warme und bequeme Kleidung und dicke rutschfeste Socken.

**donnerstags, 16. Januar 2020**

**19.00 Uhr – 19.45 Uhr**

**10 Abende, 40,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 über Sandsteintreppe**

## **201-9227 Wohlfühl Yoga**

**Manuela Förg**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-9205**

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, eine Decke, ein kleines Kissen für unter den Kopf, warme und bequeme Kleidung und dicke rutschfeste Socken.

**donnerstags, 23. April 2020**

**19.00 Uhr – 19.45 Uhr**

**10 Abende, 40,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 über Sandsteintreppe**

## **201-9206 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, 13. Januar 2020**

**18.50 Uhr – 20.20 Uhr**

**15 Abende, 130,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

## **201-9207 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, 9. Januar 2020**

**09.30 Uhr – 11.00 Uhr**

12 Vormittage, 96,00 €  
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

## **201-9208 Yoga 50 plus**

**Katja Markmann-Schmitz**

Ausschreibung s. Kurs-Nr. 9207

donnerstags, 7. Mai 2020

09.30 Uhr - 11.00 Uhr

9 Vormittage, 72,00 €

Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

## **201-9209 Yoga 50 plus**

**Katja Markmann-Schmitz**

Durch das Praktizieren einer sanften Form des Hatha-Yoga erhalten wir Körper und Geist gesund und beweglich. Wir führen einfache Körper-, Atem- und Meditationsübungen aus. Dieser Kurs eignet sich auch für Anfänger und Personen, die weniger geübt und sportlich sind.

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

Atmen – Bewegen – Entspannen

donnerstags, 9. Januar 2020

20.00 Uhr – 21.30 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

## **201-9210 Yoga 50 plus**

**Katja Markmann-Schmitz**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.:201-9209

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

Atmen – Bewegen – Entspannen

donnerstags, 23. April 2020

20.00 Uhr – 21.30 Uhr

11 Abende, 88,00 €

Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

## Pilates

### **201-9214 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 dies 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.

Bitte mitbringen: Bequeme Sportkleidung, Gymnastikmatte und ein Handtuch.

montags, 20. Januar 2020

19.00 Uhr – 20.00 Uhr

10 Abende, 55,00 €

Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2,

Obergeschoss

## Wirbelsäulengymnastik

### **201-9215 Wirbelsäulengymnastik/ Rückenschule**

**Christine Braxmaier**

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

mittwochs, 15. Januar 2020

18.15 Uhr – 19.15 Uhr

10 Abende, 62,00 €

Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

## 201-9216 Faszienyogastik

**Christine Braxmaier**

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

**mittwochs, 15. Januar 2020**

**19.15 Uhr – 20.15 Uhr**

**10 Abende, 62,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

bindung 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, 20. Januar 2020**

**17.00 Uhr – 18.00 Uhr**

**10 Abende, 67,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

## 201-9217 Wirbelsäulengymnastik/ Rückenschule

**Christine Braxmaier**

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

**mittwochs, 22. April 2020**

**18.15 Uhr – 19.15 Uhr**

**10 Abende, 62,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

## 201-9220 Wirbelsäulen Qi Gong

**Marion Meisenzahl**

Ausschreibung s. Kurs-Nr. 201-9219

**montags, 20. April 2020**

**17.00 Uhr – 18.00 Uhr**

**10 Abende, 67,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

## 201-9218 Faszienyogastik

**Christine Braxmaier**

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

**mittwochs, 22. April 2020**

**19.15 Uhr – 20.15 Uhr**

**10 Abende, 62,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

## Aquakurse

### 201-9221 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, BeinSchwimmer 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

## Entspannung

### 201-9219 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 Ver-

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, bruchssichere Flaschen sind am Beckenrand gewünscht.

Die Hilfsmittelpauschale 4,00 € (pro Abend 0,50 €) bitte direkt an die Kursleiterin zahlen!

Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

**dienstags, 7. Januar 2020**

**18.30 Uhr – 19.15 Uhr**

**8 Abende, 55,00 €**

**Hallenbad Ilvesheim**

## **201-9222 AquaJogging – Tiefwasser**

**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, Beinschwimmer 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, bruchssichere Flaschen sind am Beckenrand gewünscht.

Die Hilfsmittelpauschale 4,00 € (pro Abend 0,50 €) bitte direkt an die Kursleiterin zahlen!

Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

**dienstags, 7. Januar 2020**

**19.30 Uhr – 20.15 Uhr**

**8 Abende, 55,00 €**

**Hallenbad Ilvesheim**

## **201-9223 Aqua-Jogging für Fortgeschrittene**

**Kerstin Fleck**

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 Schwer-

punkt 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!

Die Hilfsmittelpauschale in Höhe von 4,00 € (pro Abend 0,50 €) bitte direkt an die Kursleiterin zahlen! Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

**donnerstags, 9. Januar 2020**  
**17.30 Uhr – 18.15 Uhr**  
**8 Abende, 55,00 €**  
**Hallenbad Ilvesheim**

## **201-9224 Aqua-Jogging für Fortgeschrittene**

**Kerstin Fleck**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-9223**

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

Die Hilfsmittelpauschale in Höhe von 4,00 € (pro Abend 0,50 €) bitte direkt an die Kursleiterin zahlen! Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

**donnerstags, 9. Januar 2020**  
**18.20 Uhr – 19.05 Uhr**  
**8 Abende, 55,00 €**  
**Hallenbad Ilvesheim**

## **201-9226 Aqua-Jogging für Fortgeschrittene**

**Kerstin Fleck**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-9223**

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

Die Hilfsmittelpauschale in Höhe von 3,00 € (pro Abend 0,50 €) bitte direkt an die Kursleiterin zahlen! Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

**donnerstags, 26. März 2020**  
**17.30 Uhr – 18.15 Uhr**  
**6 Abende, 55,00 €**  
**Hallenbad Ilvesheim**

## **201-9228 Aqua-Jogging für Fortgeschrittene**

**Karin Fleck**

**Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 201-9223**

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

Die Hilfsmittelpauschale in Höhe von 3,00 € (pro Abend 0,50 €) bitte direkt an die Kursleiterin zahlen! Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

**donnerstags, 26. März 2020**  
**18.20 Uhr – 19.05 Uhr**  
**6 Abende, 55,00 €**  
**Hallenbad Ilvesheim**

## Sprachen

### 201-802 Englisch für die 4. Klasse

**M.A. Kirsten Thiery**

Unterstützend und aufbauend auf dem Unterrichtsplan der 4./5. Klasse werden die Kinder bereits auf die weiterführende Schule – parallel zum Unterricht – vorbereitet.

Zusätzliche Material-/Kopierkosten:  
1,00 €

**dienstags, 4. Februar 2020**

**14.45 Uhr – 16.00 Uhr**

**13 Nachmittage, 126,00 €**

**Friedrich-Ebert-Schule, Raum 114**

## Kindergeburtstage



### 201-650 Kindergeburtstag – Geocaching – für Kids ab 10 Jahren

**Ferdinando Abbate**

Die Volkshochschule unterstützt Sie bei der Planung und Gestaltung Ihres nächsten Kindergeburtstages mit einer Geocachingtour – die moderne Schnitzeljagd.

**Der Kurs dauert drei Zeitstunden.**

**Gruppengebühr 120,00 €,**

**Kursort: VHS Ladenburg, Altes Rathaus,  
Raum 1 – oder bei Ihnen zu Hause.**

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.

### 201-680 Feiern Sie Ihren Kindergeburtstag über die VHS

**Nadine Münch**

Die Volkshochschule unterstützt Sie bei der Planung und Gestaltung des nächsten Kindergeburtstages mit folgenden Angeboten:

Ab 6 Jahren: z.B.: Seife herstellen, Badeöle herstellen, Mosaik Bilderrahmen, u. v. m.

Ab ca. 10/11 Jahren (nur Mädchen): z.B. all about Beauty, Trendy Nailstyling, Kosmetik selbst herstellen, Wohlfühltag für Mädchen.

**Die Kurse dauern drei Zeitstunden.**

**Gruppengebühr 120,00 €,**

**inkl. 20,00 € Materialgebühren**

**Kursort: VHS Ladenburg, Altes Rathaus,  
Raum 1 – oder bei Ihnen zu Hause.**

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.



©www.ClipartsPres.de

## 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 Weitermeldeiste.

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 Weitermeldeisten 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 wird 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 Zwecken. 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.**

**Hauptstr. 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 zurückzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das 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 Dauerschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitge-

stellt 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](mailto:anmeldung@vhs-ladenburg.de)

Telefonnummer: 0 62 03-92 32 00



**Ladenburg · Ilvesheim**

**Unterstützen Sie die Arbeit  
der Volkshochschule.  
Werden Sie Mitglied  
im Verein.  
(Mitgliedsbeitrag  
€ 6,- pro Jahr)**

**Beitrittserklärungen erhalten  
Sie in der Geschäftsstelle.**

## 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.



**Volkshochschulverband  
Baden-Württemberg e.V.**

## Die Volkshochschulen der Region Unterer Neckar arbeiten in vielfacher Weise eng zusammen

Badische Bergstraße – Buchen – Dossenheim – Eberbach-Neckargemünd – Edingen-Neckarhausen – Heddesheim – Heidelberg – Hockenheim – Ladenburg-Ilvesheim – Leimen – Mannheim – Mosbach – Schriesheim-Wilhelmsfeld – Sinsheim – Schwetzingen – Südliche Bergstraße

- sie tauschen ständig Erfahrungen aus
- sie stimmen neue Angebote aufeinander ab
- sie beteiligen sich gemeinsam an größeren Programmen und Vorhaben
- sie machen gemeinsam Fortbildungsangebote für Kursleiter und Kursleiterinnen

Alles mit dem gemeinsamen Ziel, in der gesamten Region ein umfassendes, qualitativ hochwertiges und überall erreichbares Weiterbildungsangebot zu sichern.

## 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 7930  
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 96, 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





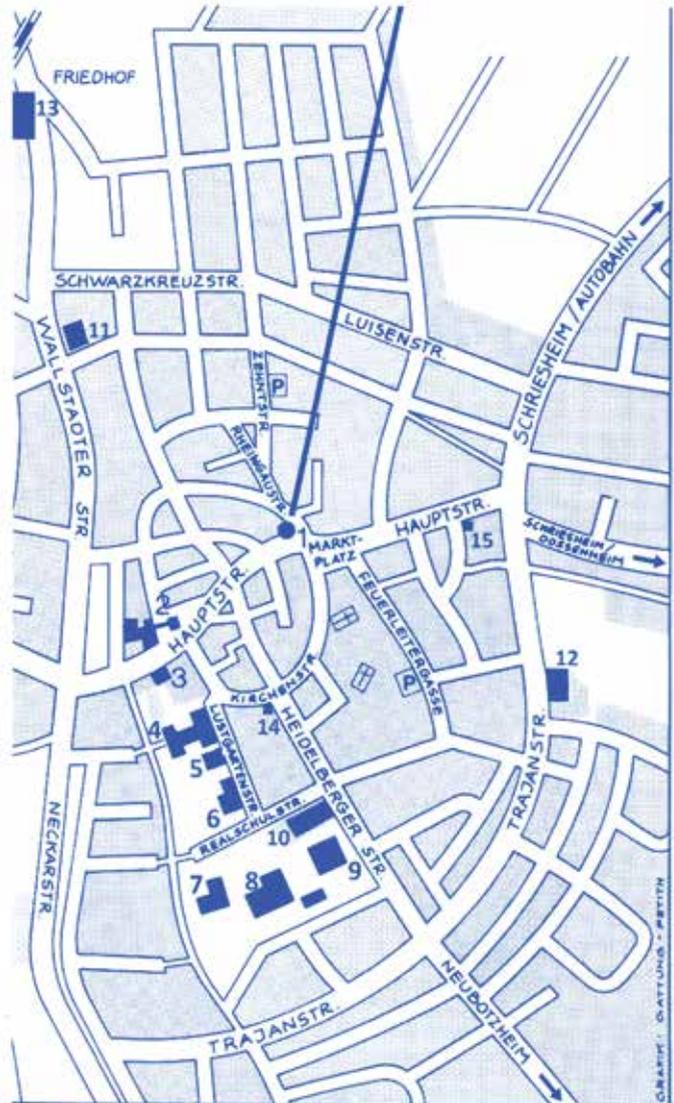
# Volkshochschule

## 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 Feuerwehrgerätehaus
- 14 Keramiklädchen
- 15 Werkstatt Filz-bar



- 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:** 9.500 Stück

**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**

