

vhs

Ladenburg/
Ilvesheim e.V.

Herbst/
Winter
2020/2021



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

Liebe Leserin, lieber Leser,



wir haben ein turbulentes Halbjahr erlebt, viele Kurse und Angebote des ersten Semesters sind gut besucht gestartet, doch dann kam, was Viele für unmöglich hielten: der Corona-Lockdown!

Von heute auf morgen war vieles nicht mehr möglich.

Wir hoffen, Sie und Ihre Familie sind gesund durch diese unvorhersehbare Zeit gekommen.

Auch für uns war der Wiedereinstieg eine Herausforderung, umso mehr haben wir uns gefreut, als wir mit vereinzelt Angeboten wieder beginnen konnten.

Nach langer Planungszeit halten Sie jetzt unser umfangreiches und vielseitiges Herbstprogramm 2020 in Ihren Händen.

Fast so, als seien ab dem 11. September keine coronabedingten Einschränkungen mehr zu befürchten. Aber uns ist durchaus bewusst – es kann auch wieder anders kommen...

Wichtig ist, dass alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer Vertrauen zur VHS entwickeln und sich sicher fühlen können. Vor diesem Hintergrund müssen sich alle Interessenten auf einige Veränderungen einstellen. So stehen im kommenden Semester voraussichtlich einige Kursräume nicht oder nur sehr eingeschränkt zur Verfügung. Angeboten wird das maximal Mögliche! Viel früher wird es bei vielen Kursen heißen müssen, dass diese ausgebucht sind. Zwar bemühen wir uns da, wo es Raum- und Zeitkapazitäten zulassen, Kurse zu teilen, damit möglichst viele einen Platz bekommen, aber das wird nicht in allen Fällen möglich sein. Daher bitten wir Sie um Verständnis, wenn Sie nicht direkt nach der Kursanmeldung eine verbindliche Anmeldebestätigung erhalten oder Sie vielleicht keinen der heiß begehrten Plätze bekommen. Wir bitten Sie daher auch keinen Kurs OHNE Anmeldung zu besuchen und unser bewährtes Hygienekonzept der VHS Ladenburg-Illvesheim e.V. zu beachten. Offizieller Beginn des neuen VHS-Semesters ist am 14. September. Einzelne Angebote finden auch schon ab Mitte August statt. Für Interessierte empfiehlt es sich allerdings sehr, sich so früh wie möglich für Kurse anzumelden. Anmeldungen können wie gewohnt per Post oder ganz einfach online über die Homepage erfolgen.

Eine Reihe von ausgefallenen Veranstaltungen finden Sie auch in unserem neuen Programm. Neu ist beispielsweise ein Curling-Startkurs für alle, die Taktik, Präzision und Teamgeist schätzen.

Aber auch ein Kurs über die Entstehungsgeschichte und die Unterschiede eines französischen Kulturgutes, dem Champagner, erwartet Sie.

Wieder im Programm sind natürlich unsere beliebten Sprachkurse wie Französisch für Anfänger, Niederländisch für leicht Fortgeschrittene, Italienisch- und Neugriechisch-Kurse. Wie Sie sehen hat die Sprachenwelt neben den üblichen Englisch- und Spanisch-Kursen für Viele etwas zu bieten. Neu im Programm haben wir in diesem Semester zwei Englisch-Onlinekurse für Sie.

Zahlreiche Angebote zu den Themen Gesundheit, Sport und Kreativität runden das Programm ab. Die beliebten Kochkurse haben wir selbstverständlich auch für Sie geplant, diese befinden sich jedoch coronabedingt noch in der Schwebe.

Es bleibt spannend, was uns im Herbst und Winter an neuen Herausforderungen erwartet.

Bleiben Sie gesund, blicken Sie mit viel Zuversicht in die Zukunft und probieren Sie Neues aus.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team der vhs Ladenburg-Illvesheim e.V.



Allgemeine Informationen	3
Ferienplan	4
Hygieneplan.....	5

Programm Ladenburg

Gesellschaft

Führungen	7
Vorträge	10
Studienfahrten	11
Konzerte.....	13
TiL präsentiert	14

Kultur

Literatur	15
Musik	15
Fotografie	16
Kunst	16
Kunsthandwerk	17

Gesundheit

Yoga	21
Pilates	24
Wirbelsäulengymnastik.....	25
Entspannung.....	26
Fitness und Bewegung	27
Körper und Seele	29
Ernährung	31
Kochen und Backen	33

Sprachen

Deutsch als Fremdsprache	37
Englisch	39
Französisch.....	40
Italienisch.....	41
Niederländisch	41
Spanisch	42
Neugriechisch	42
Portugiesisch	43

Beruf

Xpert Business 45
EDV 51
Recht 53
Handwerk 55

Junge VHS

Schule 59
Sprachen 59
Kreativität 60
Kunst 62
Gesundheit und Körper 63
Kindergeburtstage 63

Programm Ilvesheim

Kultur

Tanzen 65
Nähen 65

Gesundheit

Yoga 66
Pilates 67
Wirbelsäulengymnastik 67
Entspannung 67
Tennis 68
Aquakurse 68

Junge VHS

Sprachen 69

Allgemeine Geschäftsbedingungen 70

Datenschutz 72

Leitbild der Volkshochschulen 75

Die Volkshochschulen der Region Unterer Neckar 77

Anmeldekarte 78

Stadtpläne 79

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: Günter Bläß

Stellvertreter: Karl Meng

Stellvertreter: Marius Steigerwald

Stellvertreter: Georg Sommer

Stellvertreterin: Dr. Sandra Stickel

Stellvertreter: Ines Reis

(Stadt Ladenburg)

(Gemeinde Ilvesheim)

(Mitgliederversammlung)

Semesterbeginn:

Wintersemester:

2-2020: Montag, 14. September 2020

Sommersemester:

1-2021: Montag, 11. Januar 2021

Ferienplan der VHS Ladenburg-Ilvesheim

Ferienkalender

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			

Januar 2021							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
53					1	2	3
1	4	5	6	7	8	9	10
2	11	12	13	14	15	16	17
3	18	19	20	21	22	23	24
4	25	26	27	28	29	30	31

Februar 2021							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
5	1	2	3	4	5	6	7
6	8	9	10	11	12	13	14
7	15	16	17	18	19	20	21
8	22	23	24	25	26	27	28

März 2021							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9	1	2	3	4	5	6	7
10	8	9	10	11	12	13	14
11	15	16	17	18	19	20	21
12	22	23	24	25	26	27	28
13	29	30	31				

April 2021							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
13				1	2	3	4
14	5	6	7	8	9	10	11
15	12	13	14	15	16	17	18
16	19	20	21	22	23	24	25
17	26	27	28	29	30		

Mai 2021							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
17						1	2
18	3	4	5	6	7	8	9
19	10	11	12	13	14	15	16
20	17	18	19	20	21	22	23
21	24	25	26	27	28	29	30
22	31						

Juni 2021							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
22		1	2	3	4	5	6
23	7	8	9	10	11	12	13
24	14	15	16	17	18	19	20
25	21	22	23	24	25	26	27
26	28	29	30				

Juli 2021							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
26				1	2	3	4
27	5	6	7	8	9	10	11
28	12	13	14	15	16	17	18
29	19	20	21	22	23	24	25
30	26	27	28	29	30	31	

Gesetzliche Feiertage 2020/2021 Baden-Württemberg

03. Oktober '20	Tag der Dtsch. Einheit	01. Januar '21	Neujahr	01. Mai '21	Tag der Arbeit
01. November '20	Allerheiligen	06. Januar '21	Heilige Drei Könige	13. Mai '21	Himmelfahrt
25. Dezember '20	1. Weihnachtstag	02. April '21	Karfreitag	24. Mai '21	Pfingstmontag
26. Dezember '20	2. Weihnachtstag	05. April '21	Ostermontag	03. Juni '21	Fronleichnam

Ferienplan für das Schuljahr 2020/2021

Herbstferien	erster Ferientag:	letzter Ferientag
Weihnachtsferien	Samstag, 24. 10. 2020	Freitag, 01. 11. 2020
Faschingsferien	Donnerstag, 23. 12. 2020	Freitag, 08. 01. 2021
Osterferien	Montag, 13. 02. 2021	Freitag, 21. 02. 2021
verlängertes Wochenende	Donnerstag, 01. 04. 2021	Freitag, 09. 04. 2021
Pfingstferien	Donnerstag, 13. 05. 2021	Sonntag, 16. 05. 2021
Sommerferien	Dienstag, 25. 05. 2021	Freitag, 04. 06. 2021
Herbstferien	Donnerstag, 29. 07. 2021	Freitag, 10. 09. 2021
Weihnachtsferien	Dienstag, 02. 11. 2021	Freitag, 05. 11. 2021
	Donnerstag, 23. 12. 2021	Freitag, 07. 01. 2022

Hygieneplan der vhs Ladenburg-Ilvesheim e.V.

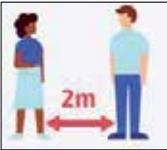
Für den laufenden Kursbetrieb gelten aktuell (Stand: 22.07.2020) die nachfolgenden Regeln. Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis und die Beachtung der Vorgaben – so leisten wir alle unseren Beitrag, die Ausbreitung des Virus zu erschweren.



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



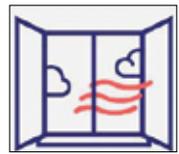
Bitte waschen und desinfizieren Sie gründlich Ihre Hände vor Beginn des Kurses – entsprechende Säulen mit Desinfektionslösung stehen im Haus bereit.



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



Bitte beachten Sie die aktuellen Kapazitätsgrenzen unserer Räume. Aus diesem Grund darf momentan auch **kein Kursbesuch ohne Anmeldung** stattfinden. Achten Sie bitte auch auf ausreichende Belüftung der Räume!



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

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

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

Vielen Dank für Ihr Verständnis und Ihre Mithilfe!

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



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



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

Führungen



202-202 Führung durch das Lobdengau-Museum Heimatbund Ladenburg e.V.

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

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Sonntag, 20. September 2020

14.30 Uhr - 16.00 Uhr

1 Nachmittag, 6,00 € / Person inkl.

Eintrittspreis, vor Ort zu entrichten.

Eingang Lobdengau-Museum, Amtshof 1

202-203 Führung durch das Lobdengau-Museum Heimatbund Ladenburg e.V.

Der Heimatbund Ladenburg e. V. bietet in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e. V. eine Führung durch die Römerabteilung des

Lobdengau-Museums an. Im ehemaligen Bischofspalais präsentiert Ladenburg seine Vergangenheit: Die römischen Kastelle, die römische Stadt Lopodunum mit Stadtmauer, Forum, Basilika, Mansio, Theater, Tempeln, Bädern, Villae rusticae sowie die römische Götterwelt.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Sonntag, 8. November 2020

14.30 Uhr - 16.00 Uhr

1 Nachmittag, 6,00 € / Person inkl.

Eintrittspreis, vor Ort zu entrichten.

Eingang Lobdengau-Museum, Amtshof 1

202-205 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

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



Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Mittwoch, 14. Oktober 2020

14.00 Uhr - 15.30 Uhr

1 Nachmittag, 5,00 € / pro Person am

Veranstaltungsort zu entrichten.

Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

202-206 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

Ladenburg ist eine attraktive mittelalterlich geprägte Kleinstadt mit einer langen und wechselvollen Geschichte. Tauchen Sie ein in die römische Vergangenheit, in

die Zeit der Wormser Bischöfe im Mittelalter und der frühen Neuzeit. Religiöse Auseinandersetzungen prägten das Leben der Stadt.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Sonntag, 27. September 2020

11.00 Uhr - 12.30 Uhr

1 Nachmittag, 5,00 €/pro Person am Veranstaltungsort zu entrichten.

Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

202-207 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

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

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Sonntag, 25. Oktober 2020

11.00 Uhr - 12.30 Uhr

1 Nachmittag, 5,00 €/pro Person am Veranstaltungsort zu entrichten.

Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

202-208 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.

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

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Sonntag, 22. November 2020

11.00 Uhr - 12.30 Uhr

1 Nachmittag, 5,00 €/pro Person am Veranstaltungsort zu entrichten.

Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

202-209 Stadtführung mit überraschenden Begegnungen Heimatbund Ladenburg e.V.

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

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Sonntag, 18. Oktober 2020

14.30 Uhr - 16.30 Uhr

1 Nachmittag, 8,00 €/pro Person, vor Ort zu entrichten.

Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

202-210 Stadtführung Anno Domini – Zeitreise in das mittel- alterliche Ladenburg Heimatbund Ladenburg e.V.

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

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Sonntag, 27. September 2020

14.30 Uhr - 16.00 Uhr

1 Nachmittag, 5,00 €/Person, vor Ort zu entrichten.

Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

**202-211 Mit dem Torwächter durch das nächtliche Ladenburg
Heimatbund Ladenburg e.V.**



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

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Freitag, 18. September 2020

20.00 Uhr - 21.30 Uhr

1 Abend, 9,00 €/Person inklusive Trunk, vor Ort zu entrichten.

Treffpunkt: Marktplatzbrunnen

**202-212 Mit dem Torwächter durch das nächtliche Ladenburg
Heimatbund Ladenburg e.V.**

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

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Freitag, 16. Oktober 2020

20.00 Uhr - 21.30 Uhr

1 Abend, 9,00 €/Person inklusive Trunk, vor Ort zu entrichten.

Treffpunkt: Marktplatzbrunnen

**202-213 Mit der Römerin durch Ladenburg
Heimatbund Ladenburg e.V.**

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

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Samstag, 19. September 2020

16.00 Uhr - 17.30 Uhr

1 Nachmittag, 9,00 €/Person inkl. Mulsum und Mustacei, vor Ort zu entrichten.

Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

**202-219 Führung Schlosskirche
Mannheim**

Joachim Peters

Am 2. Juli 1720 legte Kurfürst Karl-Philipp den Grundstein für die künftige Hofkapelle und damit auch für das Schloss Mannheim.

Beide, Schloss und Hofkapelle, wurden dann unter seinem Nachfolger Kurfürst Karl-Theodor ab den 1740er Jahre vor allem durch die „Mannheimer Schule“ ein wichtiges kulturelles Zentrum in Europa. Nach Mannheim kam deswegen u.a. auch Wolfgang Amadeus Mozart, der hier eine neue Musikrichtung kennenlernte und nicht zuletzt so zum Klassiker wurde. Prunkvoll, vor allem durch die Musik, wa-

ren bei Karl-Theodor die Gottesdienste, die diese Kirche berühmt machten.

Nach der durch Erbschaft erzwungenen Verlegung der Residenz nach München im Jahr 1777 verödeten Residenz und Stadt. Die Schlosskirche wurde schließlich zu einem Depot des Deutschen Roten Kreuzes. Seit 1872 ist sie nunmehr das Gotteshaus der Alt-Katholischen Gemeinde Mannheim/Ludwigshafen.

Teilnehmerbetrag: 5,00 €
Anreise mit eigenem PKW oder öffentlichen Verkehrsmitteln!
Samstag, 17. Oktober 2020
11.00 Uhr - 13.00 Uhr
1 Vormittag, 5,00 €
Schlosskirche Mannheim

202-308 Ein Abend im Heidelberger Zoo

Antje Hoyer, Zoo Heidelberg



Der Heidelberger Zoo schließt im Oktober um 18:00 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.

Ein früherer Zutritt in den Zoo ist nicht möglich (Jahreskarten-Besitzer ausgenommen).

Die VHS-Gebühr ist auch von Dauerkartenbesitzern zu entrichten.

Nur für Erwachsene und begleitete Jugendliche ab 12 Jahren.

Die Teilnahme ist ohne vorherige Anmeldung leider nicht möglich.

Mittwoch, 14. Oktober 2020
18.00 Uhr - 19.30 Uhr
1 Abend, 25,00 €
(inkl. Gruppenbetreuung durch zwei Zooranger)

Treffpunkt: um 17.55 Uhr vor dem Zoo-Eingang, Tiergartenstraße 3, Heidelberg



Studienfahrten

202-VHDH1 Weihnachten in Rothenburg o.d. Tauber

*In Kooperation mit der VHS Heddesheim
und der VHS Schriesheim*



© Mosquitivy – Eigenes Werk, CC BY-SA 3.0,
Quelle: <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=9513562>

Rothenburger Reiterlesmarkt – ein Weihnachtsmarkt vor historischer Kulisse. Alle Jahre wieder verwandelt sich das mittelalterliche Rothenburg in ein Wintermärchen. Schon seit dem 15. Jahrhundert wird die festliche Adventszeit durch einen wundervollen Weihnachtsmarkt begleitet. Auf über 500 Jahre gelebte Tradition kann dieser Markt zurückblicken und es hat sich seit dieser Zeit wohlweislich nur wenig an seinem historischen Ursprung geändert. Zunächst haben Sie Gelegenheit, sich einen ersten Überblick über den Reiterlesmarkt und Rothenburg zu verschaffen oder in einem der Lokale Rothenburgs ein Mittagessen einzunehmen. Im Rahmen einer Stadtführung lernen wir dann die historische Altstadt mit ihren romantischen Gässchen und malerischen Ecken kennen. Sie werden zu den wichtigsten und schönsten historischen Gebäuden geführt und bekommen einen Einblick in das Leben in einer mittelalterlichen Stadt. Im

Anschluss haben Sie Gelegenheit, den Reiterlesmarkt auf eigene Faust zu erkunden, bevor wir die Rückfahrt antreten.

Anmeldeschluss: 30.11.2020

Anmeldung bitte je nach Zustiegsort direkt über die VHS Heddesheim oder die VHS Schriesheim!

Abfahrt:

08:45 Uhr Schriesheim, Festplatz

09:00 Uhr Heddesheim, Parkplatz

Friedhof

Rückfahrt: ca. 18:00 Uhr

Leitung: Sonja Althoff, vhs Schriesheim,
Friedrich Graser, vhs Heddesheim

Leistungen: Busfahrt, Führung, Trinkgelder, Organisation und Reiseleitung (Durchführung: Omnibusbetrieb Mayer, Neckargemünd)

Samstag, 12. Dezember 2020

08.45 Uhr - 18.00 Uhr

1 Tag, 37,00 €

**Treffpunkt: Schriesheim Festplatz oder
Heddesheim, Parkplatz Friedhof**

Sonderausstellung in der Kunst- halle:

Anselm Kiefer



Anselm Kiefer: Palmsonntag 2007, Sammlung Grothe
Foto: Charles Dupart © Anselm Kiefer

Anselm Kiefer ist einer der bekanntesten deutschen Künstler der Nachkriegszeit. Sein im wahrsten Sinne des Wortes schwergewichtiges Werk setzt sich mit der

deutschen Geschichte, dem Judentum und den Medien der Erinnerungskultur auseinander. Nicht nur durch ihre reine Größe, auch durch ihre haptische Materialität – die Lieblingswerkstoffe des international renommierten Ausnahmekünstlers sind Asche und Blei – sind die Werke von Anselm Kiefer überwältigend.

Die Kunsthalle Mannheim zeigt in ihrer Herbstausstellung Werke von Anselm Kiefer aus der Sammlung des im Mai 2019 verstorbenen Hans Grothe.

Ergänzend zur Sonderausstellung in den weitläufigen Galerien des Erdgeschosses wird im zweiten Obergeschoss der Kubus 6 neu inszeniert. Ab Oktober 2020 wird dann die raumgreifende Skulptur „Der Verlorene Buchstabe“ (2011-2017) im Zentrum des Raumes stehen.

Donnerstag, 26. November 2020
(Anmeldeschluß 16.11.2020)

Ab 14.10 Uhr Treffpunkt OEG-Bahnhof Heddesheim

14.17 Uhr Abfahrt mit Straßenbahnlinie 5A

15.30 Uhr Beginn der Führung

18.03 Uhr Rückfahrt ab Haltestelle Kunsthalle mit Straßenbahnlinie 5A

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 in die Kunsthalle, Führung und Fahrpreis der Straßenbahn enthalten.

Leitung: Friedrich Graser, vhs Heddesheim



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

KONZERTE



**202-VEN1 Konzerte im Schloss –
„Senza Parole“
VHS Edingen-Neckarhausen**

***In Kooperation mit der vhs
Edingen-Neckarhausen***

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

Streichquartett „Senza Parole“
Franz Schubert, „Rosamunde“ op.29/
D 804 in a-Moll
Alexandr Borodin, Streichquartett Nr.2 in
D-Dur

**Anmeldung: Direkt über die
vhs Edingen-Neckarhausen
Sonntag, 11. Oktober 2020
17.00 Uhr, 1 Abend, 15,00 €
Schloss Neckarhausen, Großer Sitzungs-
saal, 1. OG, OT Neckarhausen**

**202-VEN2 Konzerte im Schloss
– Beethoven, Kreutzer-Sonate &
Franck, Violinsonate
VHS Edingen-Neckarhausen**

***In Kooperation mit der vhs
Edingen-Neckarhausen***

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

Beethoven, Kreutzer-Sonate & Franck,
Violinsonate
Robert Korn, Violine
Gulnora Alimova, Klavier

**Anmeldung: Direkt über die
vhs Edingen-Neckarhausen
Sonntag, 1. November 2020
17.00 Uhr, 1 Abend, 15,00 €
Schloss Neckarhausen, Großer Sitzungs-
saal, 1. OG, OT Neckarhausen**

TIL präsentiert



Theaterinitiative Ladenburg

**202-7101 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 je-

des 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@vodafone.de oder ruf
uns an:

Tel. 06203-796709 oder 0171-1872815,

Website: www.til-ladenburg.de.

mittwochs, 16. September 2020

20.00 Uhr - 22.00 Uhr

13 Abende, 31,00 €

Til-Proberaum, Wallstadter Straße 36-38



Tanzen hält fit!

Mach mit

**Wenn Sie Interesse an Gesellschaftstänzen
haben, ist in einem unserer Tanzkreise
bestimmt noch ein Platz frei für Sie.**

Weitere Informationen erhalten Sie

auf: www.blau-silber-ladenburg.de

oder Tel.: 06203-14348

06220-9228233



StadtbibliothekLadenburg

Ab 14. September 2020 gelten wieder unsere regulären Öffnungszeiten:

Montag	14 – 19 Uhr
Dienstag	10 – 14 Uhr
Donnerstag	14 – 19 Uhr
Freitag	10 – 18 Uhr
Samstag	10 – 13 Uhr

Literatur

202-7102 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. Dabei freuen wir uns auf möglichst lebhaft und kontroverse Gespräche.

Neue LeserInnen sind herzlich willkommen!

John Ironmonger –

Der Wal und das Ende der Welt, 12,00 €

Norbert Scheuer –

Winterbienen, 22,00 €

Ayobami Adebayo –

Bleib bei mir, 22,00 €

Sasa Stanisic –

Herkunft, 22,00 €

montags, 14. September 2020

19.00 Uhr - 20.30 Uhr

4 Abende, 26,00 €

Stadtbibliothek Ladenburg, Hauptstr. 8

Musik

202-7103 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.

Zum Beethovenjahr 2020 wollen wir uns in den vier Vorlesungen des Herbstsemesters mit vier großen Werken des Bonner Meisters beschäftigen.

Donnerstag, 22. Oktober 2020:

Symphonie Nr. 3 „Eroica“

Donnerstag, 5. November 2020:
Die „Neunte“

Donnerstag, 19. November 2020:
Die Missa solemnis

Donnerstag, 3. Dezember 2020:
Klaviersonate Nr. 32 op. 111

Kursleiter: Andreas Benend
(Diplom-Pianist und -Musikpädagoge)
donnerstags jeweils 20:00-21:30

Donnerstag, 22. Oktober 2020
20.00 Uhr - 21.30 Uhr

4 Abende, 26,00 €
Musikschule, Lustgartenstraße 10,
Raum 4

Fotografie



FOTOTREFF
LADENBURG

202-7104 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, 15. September 2020

16.30 Uhr - 18.00 Uhr

7 Nachmittage, 7,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Kunst

202-7201 Aquarell- und Acrylmalerei

Klaus Grögerchen

Farben und Pinsel wieder entdecken 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, 23. September 2020

09.30 Uhr - 11.30 Uhr

10 Vormittage, 66,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7202 Experimentelles Zeichnen – von Null auf Kunst

Klaus Grögerchen

Zeichnen ist noch vor der Schrift die einfachste und schnellste Form einer Mitteilung. Doch wann benutzen wir heute noch einen Stift, eine Feder oder gar einen Pinsel? Wir haben es in frühen Jahren gelernt, jetzt können wir auf dem Papier unseren Fähigkeiten wieder Leben einhauchen!

Beim Abzeichnen von Gegenständen oder beim Zeichnen aus der Vorstellung sind wir schöpferisch tätig. Das ist eine beglückende Erfahrung, bei der wir Spuren setzen ... für uns und andere Betrachter.

Der Kurs richtet sich an alle Neugierigen, die über ihre schlummernden Talente staunen möchten.

Alle Materialien für den ersten Termin werden gestellt. Das restliche benötigte Material wird am ersten Kurstag besprochen.

mittwochs, 23. September 2020

17.30 Uhr - 19.30 Uhr

5 Abende, 33,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kunsthandwerk

202-7204 Töpferwerkstatt

Dorothee Guth

In dem Kurs treffen sich Töpfererfahrene, Wiedereinsteiger und Anfänger, um individuelle Dekoobjekte in Aufbautechnik für Haus und Garten zu formen. Auch ohne Töpferscheibe können so an 5 Vormittagen tolle Töpferwaren gefertigt werden. Für das Trocknen und Brennen gibt es eine Pause von ca. 3-4 Wochen, bevor alles glasiert werden kann. Die fertigen Werke können dann voraussichtlich vor Weihnachten abgeholt werden.

Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

mittwochs, 16. September 2020

09.00 Uhr - 12.00 Uhr

6 Vormittage, 54,00 €

Werkrealschule Kellerwerkraum

202-7205 Töpferwerkstatt – Abendkurs 1

Dorothee Guth

Dekorative Gegenstände aus Ton in Aufbautechnik herstellen – das gelingt Anfängern und Fortgeschrittenen in diesem Kurs. Die Werke der ersten beiden Abende

werden nach dem Trocknen und Brennen am dritten Abend glasiert. Danach erfolgt ein weiterer Brand, so dass die fertigen Werke voraussichtlich im Dezember abgeholt werden können.

Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Weitere Termine:

30.09. und vorauss. 04.11.20

Bitte mitbringen: Altes Hemd oder Schürze

mittwochs, 23. September 2020

18.00 Uhr - 20.15 Uhr

3 Abende, 23,00 €

Werkrealschule Kellerwerkraum

202-7206 Töpferwerkstatt – Abendkurs 2

Dorothee Guth

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

Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Weitere Termine:

14.10. und vorauss. 24.11.20

Bitte mitbringen: Altes Hemd oder Schürze

mittwochs, 7. Oktober 2020

18.00 Uhr - 20.15 Uhr

3 Abende, 23,00 €

Werkrealschule Kellerwerkraum

**202-7207 Nass-Filzkurs –
Wir filzen ein Apfelmäuschen
für Erwachsene Anfänger /
Fortgeschrittene**

Jannine Weimer

Wir filzen zum gleichnamigen Kinderbuch „Das Apfelmäuschen“ einen dreidimensionalen Apfel in dem ein Mäuschen wohnt. Schon kleine Kinder können sich damit spielerisch in die Geschichte hineinversetzen und das Geschehen nachspielen.

Mit warmem Wasser und Seifenschaum entsteht an diesem Abend ein nettes, einzigartiges Spielzeug – nicht nur für Kleine. Filzen ist die älteste Textilkunst der Menschheit und kann in diesem Kurs in einer Kleingruppe erlernt werden.

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

Montag, 12. Oktober 2020

17.00 Uhr - 20.00 Uhr

1 Abend, 20,00 € (zzgl. Materialkosten 4,00 €)

Werkstatt Filz-bar

**202-7208 Eingefilzte Lichterkette
(für Erwachsene Anfänger /
Fortgeschrittene)**

Jannine Weimer

Mit Hilfe von warmem Wasser und Seifenschaum umfilzen wir eine 10-er Lichterkette mit bunt gefärbter Schafwolle.

Es entsteht eine leuchtende Blütenranke, welche man als hübsche Dekoration für die Winterzeit verwenden kann. Auch als einzigartiges Geschenk kommt sie mit Sicherheit gut an.

Filzen ist die älteste Textilkunst der Menschheit und kann in diesem Kurs in einer Kleingruppe erlernt werden.

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

Dienstag, 13. Oktober 2020

17.00 Uhr - 20.00 Uhr

1 Abend, 15,00 € (zzgl. Materialkosten 7,00 €)

Werkstatt Filz-bar

**202-7210 Keramikmalerei für
Anfänger und Fortgeschrittene**

Petra Sohn

In diesem Workshop werden verschiedene Techniken und Effektglasuren der Keramikmalerei gezeigt und ausprobiert. Gestaltet wird ein bereits geformter schlichter Keramikrohling, wie z.B. eine Schale oder Tasse. Da die Freude am Kombinieren unterschiedlichster Farben und Effekte im Vordergrund steht, ist dies auch für ungeübte Malerinnen 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 Grad gebrannt, sodass eine Gebrauchskeramik entsteht, an der man lange Freude hat!

Die Materialkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet!

Freitag, 20. November 2020

19.30 Uhr - 22.30 Uhr

1 Abend, 15,00 €

Keramiklädchen, Kirchenstr. 12

202-7211 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: 26.11. und 03.12.

donnerstags, 19. November 2020

19.15 Uhr - 21.00 Uhr

3 Abende, 30,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

202-7213 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, 14. Oktober 2020

09.30 Uhr - 12.00 Uhr

8 Vormittage, 62,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

202-7214 Goldschmiedekurs

Jonas Herrmann

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

Samstag, 12. Dezember 2020

10.00 Uhr - 18.00 Uhr

1 Tag, 35,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7215 Adventskranz und Weihnachtsdeko

Heidrun Häußler

Sie gestalten unter Anleitung Ihren Adventskranz/Türkranz/Stern oder Ihr Weihnachtsgesteck. Gerne dürfen auch eigene, wasserdichte Gefäße mitgebracht werden.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, was Sie fertigen möchten.

Die Materialkosten werden vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.

Samstag, 21. November 2020

11.00 Uhr - 14.00 Uhr

1 Vormittag, 15,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

202-7216 Adventskranz und Weihnachtsdeko

Heidrun Häußner

Sie gestalten unter Anleitung Ihren Adventskranz/Türkranz/Stern oder Ihr Weihnachtsgesteck. Gerne dürfen auch eigene, wasserdichte Gefäße mitgebracht werden. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, was Sie fertigen möchten.

Die Materialkosten werden vor Ort mit der Kursleiterin abgerechnet.

Mittwoch, 25. November 2020

18.00 Uhr - 21.00 Uhr

1 Abend, 15,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

202-7217 Perlen + Ketten (verarbeiten und reparieren)

Julia Strähle

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

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

Folgende Materialien können im Kurs bei der Kursleiterin erworben werden:

- Perlen aus Edelsteinen, Glas, Zuchtperlen
- Zwischenteile aus echtem Silber (auch vergoldet) + Metall

- Verschlüsse (Karabiner, S-Haken, Magnet)

Werkzeug steht zur freien Verfügung.

Mittwoch, 21. Oktober 2020

17.30 Uhr - 21.15 Uhr

1 Abend, 20,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

202-7219 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. Sticken der Nase.

Bitte mitbringen:

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

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

Der 2. Termin ist am Samstag, 14.11.2020 von 10:00-15:00 Uhr.

Die Materialkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Freitag, 13. November 2020

15.00 Uhr - 20.00 Uhr

2 Abende, 42,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Förderung durch die Krankenkassen

Im Bereich Gesundheit bietet Ihnen unser Programm ein hochwertiges Angebot an Kursen zur Gesundheitsförderung und primären Prävention. Als Einrichtung in öffentlicher Verantwortung sichern und entwickeln wir systematisch die Qualität unseres Gesundheitsangebotes weiter. Wir sind den hohen Qualitätsstandards unseres vhs-Verbandes verpflichtet.

Eine **vhs-Teilnahmebescheinigung** stellen wir Ihnen gerne nach Ende Ihres Gesundheitskurses mit umfangreichen Angaben zum Kurs (ohne Bestätigung einer Prüfung nach § 20, SGB V) aus, wenn Sie an mindestens 80% der Kursstunden teilgenommen haben. Die Teilnahme an

Gesundheitskursen kann von den Krankenkassen gefördert werden. Die Krankenkassen und die Zentrale Prüfstelle Prävention der Krankenkassen (ZPP) legen dabei jeweils eigene Erstattungskriterien im Sinne des § 20, SGB V zugrunde, die sich untereinander und von den hohen Standards der Volkshochschulen unterscheiden.

Ob und wie Ihre Kursteilnahme gefördert wird, bitten wir Sie deshalb direkt mit Ihrer Krankenkasse zu klären.

Bonusprogramme: Für einen Eintrag in Ihrem KK-Bonusheft gehen Sie bitte mit Ihrer vhs-Anmeldebestätigung zu Ihrer Krankenkasse.

Yoga

202-7501 Yoga-Körper-, Atem- und Entspannungsübungen

Jürgen Fesser

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

montags, 14. September 2020

18.00 Uhr - 19.30 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Turnsaal, Kindertagesstätte

„Römerneest“, Lustgartenstr. 8

202-7502 Yoga-Körper-, Atem- und Entspannungsübungen

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 202-7501

montags, 14. September 2020

19.30 Uhr - 21.00 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Turnsaal, Kindertagesstätte

„Römerneest“, Lustgartenstr. 8

202-7503 Yogilates

Jürgen Fesser

Yogilates ist eine Mischung aus Yoga und Pilates.

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte

mittwochs, 16. September 2020

17.30 Uhr - 19.00 Uhr

12 Abende, 96,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7504 Yogilates

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 202-7503

mittwochs, 16. September 2020

19.00 Uhr - 20.30 Uhr

12 Abende, 96,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7508 Yogilates

Claudia Cordier

Yogilates ist eine Mischung aus Yoga und Pilates.

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

Yoga mit Übungen zu allen Bewegungsrichtungen und energetischen Wirkungen. Pilates für die kraftvolle, stabile Körpermitte (besonders Bauch und Rücken).

Ein kraftvolles Ganzkörpertraining mit Spirit.

dienstags, 15. September 2020

10.00 Uhr - 11.30 Uhr

12 Vormittage, 96,00 €

**Musikschule, Lustgartenstraße 10,
Raum 4**

202-7507 Hatha Yoga

Claudia Cordier

ist der körperorientierte Teil der 6 Yogawege.

Yoga bedeutet Einheit / Harmonie.

Ha heißt „Sonne“, Tha heißt Mond“.

Als ganzes Wort heißt es „Anstrengung“.

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

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

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

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

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

dienstags, 15. September 2020

08.30 Uhr - 10.00 Uhr

12 Vormittage, 96,00 €

**Musikschule, Lustgartenstraße 10,
Raum 4**

202-7510 Hatha-Yoga für jedes

Alter und Fitnessniveau –

Auch Anfänger sind herzlich willkommen!

Katja Markmann-Schmitz

Wir praktizieren entlastende Körperhaltungen, effektive Atemübungen sowie geführte Meditationen. Ungesunden Haltungen des Alltags wollen wir gezielt entgegenwirken, Krankheiten vorbeugen und insgesamt fitter werden. Wir fördern unsere Beweglichkeit, Nacken und Schultern können entspannen, die Bandscheiben entlasten und die Körperenergien besser fließen. Durch bewusste Atmung und Konzentration auf unseren Körper wird unser Kopf frei.

Jede/r Teilnehmer*in kann selbst entscheiden, mit welcher Intensität er/sie die Körper-, Atem- und Meditationsübungen ausführt.

Bitte mitbringen:

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

dienstags, 22. September 2020

20.00 Uhr - 21.30 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Lobdengauhalle, Gymnastikraum

202-7517 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, 21. September 2020

17.45 Uhr - 19.00 Uhr

10 Abende, 99,00 €

Lobdengauhalle, Gymnastikraum

202-7519 Kundalini Yoga für Erwachsene

Nina Siebert

Dynamische und kraftvolle Körperübungen gefolgt von Tiefenentspannung und einer Meditation sorgen für ein neues körperliches und mentales Gleichgewicht. Durch gezielte Übungen wird das Nervensystem gestärkt, die allgemeine Beweglichkeit verbessert und ein wertvoller Beitrag zur Gesunderhaltung des Körpers bewirkt.

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

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

montags, 21. September 2020

19.30 Uhr - 21.00 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Im Steg 18, Ladenburg

202-7520 Kundalini Yoga für Erwachsene

Nina Siebert

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 202-7519

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

mittwochs, 23. September 2020

19.30 Uhr - 21.00 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Im Steg 18, Ladenburg

202-7521 Yoga für Schwangere

Nina Siebert

Die Übungen sind speziell für die Zeit der Schwangerschaft konzipiert und werden ergänzt durch eine Tiefenentspannung und eine kleine Meditation.

Man braucht keine Vorkenntnisse im Yoga. Yoga-Anfängerinnen sind sehr willkommen! Die Yogastunden möchten den Frauen Ruhe und Kraft spenden und somit auch mögliche Sorgen und Ängste in Bezug auf die Geburt minimieren.

Der Einstieg in den Kurs ist in jeder Schwangerschaftswoche möglich und nach Rücksprache mit dem Arzt/der Hebamme kann eine Teilnahme bis kurz vor Entbindung möglich sein.

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

donnerstags, 24. September 2020

17.00 Uhr - 18.30 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Im Steg 18, Ladenburg

202-7522 Yoga für Schwangere**Nina Siebert**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 202-7521

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

donnerstags, 24. September 2020**19.30 Uhr - 21.00 Uhr****12 Abende, 96,00 €****Im Steg 18, Ladenburg****202-7534 Gehmeditation –
Yoga-Technik mit bewussten
Schritten****Nina Siebert**

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

Es sind keine Vorkenntnisse im Yoga notwendig.

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

Treffpunkt: Wasserturm Ladenburg.

Bei schlechtem Wetter findet eine Meditation mit leichten Yogaübungen im Yoga-raum, Im Steg 18, Ladenburg, statt.

freitags, 25. September 2020**10.00 Uhr - 11.00 Uhr****12 Vormittage, 96,00 €****Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg****202-7523 Mama und Baby-Yoga
(für Babys mit 6 Monate)****Nina Siebert**

Die ersten Monate nach der Geburt können Mutter und Kind gemeinsam leichtes Yoga praktizieren und so ihre Beziehung zueinander stärken und festigen. Wir versuchen das Baby mit ins Praktizieren einzubeziehen, aber fordern es dabei nur bedingt. Mutter und Baby lernen gemeinsam wahrzunehmen, zu erfahren und zu entspannen. Sanfte Baby-Massagen und Gehmeditationen im Freien ergänzen das Programm. (Beschreibung siehe Gehmeditation)

Bitte tragen Sie gute Laufschuhe, bequeme Sport- oder Laufbekleidung und ein Tragetuch für Ihr Baby. Kinderwagen ist natürlich auch möglich.

donnerstags, 24. September 2020**10.30 Uhr - 12.00 Uhr****12 Vormittage, 96,00 €****Im Steg 18, Ladenburg****Pilates****202-7505 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, 15. September 2020**18.00 Uhr - 19.00 Uhr****12 Abende, 64,00 €**

Turnsaal, Kindertagesstätte
„Römernest“, Lustgartenstr. 8

202-7506 Körpertraining nach der Pilates-Methode

Jürgen Fesser

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 202-7505

dienstags, 15. September 2020

19.00 Uhr - 20.00 Uhr

12 Abende, 64,00 €

Turnsaal, Kindertagesstätte
„Römernest“, Lustgartenstr. 8

Rücken- und Wirbelsäulengymnastik

202-7509 Beckenbodengymnastik und Rückentraining

Julie Schöpfel

Der Beckenboden ist das Fundament unseres Körpers.

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

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

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

dienstags, 22. September 2020

11.30 Uhr - 12.45 Uhr

10 Vormittage, 69,00 €

Musikschule, Lustgartenstraße 10,
Raum 4

202-7515 Rückenfit – Wirbelsäule (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, 24. September 2020

18.00 Uhr - 19.30 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Lobdengauhalle, Gymnastikraum

202-7516 Wirbelsäulengymnastik

Ute Petritt

montags, 21. September 2020

16.45 Uhr - 17.45 Uhr

10 Abende, 55,00 €

Lobdengauhalle, Gymnastikraum

Entspannung

202-7511 Qi Gong

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. Die Übungen folgen dem daoistischen Prinzip, sich Energie zuzuführen ohne sich zu verausgaben.

Qigong ist bestens geeignet, Beweglichkeit, Koordination und Aufmerksamkeit zu üben, Freude an Bewegung zu erleben und die eigene Gesundheit in die Hand zu nehmen. Sie schaffen sich neue Freiräume für Wohlbefinden und Lebensfreude.

Inhalt des Kurses sind die 18 Übungen des Taiji Qigong.

Und die acht edlen Brokatübungen.

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.

Bitte lockere Kleidung, flache Schuhe und eine Decke mitbringen.

mittwochs, 23. September 2020

18.00 Uhr - 19.00 Uhr

12 Abende, 60,00 €

Turnsaal, Kindertagesstätte

„Römernest“, Lustgartenstr. 8

202-7512 Tai Chi Chuan – Anfängerkurs

Hubert Fröhlich

Tai Chi Chuan ist eine alte asiatische Bewegungskunst mit wohltuenden Einflüssen auf Gesundheit und Befinden. Weiche,

langsame und entspannende Bewegungsabläufe bauen Stress ab und fördern die innere Ausgeglichenheit. Auf den drei Ebenen Körper, Geist und Seele entfalten sich diese alten Weisheiten im Menschen von heute.

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

Zum Kursinhalt gehören neben der Tai chi Form auch stilles Sitzen (Meditation), sowie Übungen zu Zweit im Fortgeschrittenkurs.

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 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.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, flache Schuhe und eine Decke mit.

dienstags, 22. September 2020

18.00 Uhr - 19.30 Uhr

12 Abende, 92,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7513 Tai Chi Chuan für Fortgeschrittene

Hubert Fröhlich

Tai Chi Chuan ist eine alte asiatische Bewegungskunst mit wohltuenden Einflüssen auf Gesundheit und Befinden. Weiche, langsame und entspannende Bewegungsabläufe bauen Stress ab und fördern die innere Ausgeglichenheit. Auf den drei Ebenen Körper, Geist und Seele entfalten sich

diese alten Weisheiten im Menschen von heute.

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

Zum Kursinhalt gehören neben der Tai chi Form auch stilles Sitzen (Meditation), sowie Übungen zu Zweit im Fortgeschrittenkurs.

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 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.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, flache Schuhe und eine Decke mit.

mittwochs, 23. September 2020

19.30 Uhr - 21.00 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Turnsaal, Kindertagesstätte

„Römernest“, Lustgartenstr. 8

202-7530 Gemischte Techniken, Autogenes Training nach Johannes Heinrich Schultz und Progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobson und andere Übungen *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, Decke, Unterlage für den Boden mitbringen. Wir üben im Sitzen oder, wer mag, auch im Liegen.

montags, 12. Oktober 2020

19.45 Uhr - 21.15 Uhr

6 Abende, 54,00 €

Anbau Carl-Benz-Gymnasium, Raum 11

Fitness und Bewegung

202-7514 “Forever fit”

Petra Kempf

Cardiofitness und Muskeltraining Sport und Spaß in der Lobdengauhalle in Ladenburg (Gymnastikraum in der Sporthalle).

Worauf warten? Mitzubringen sind: Spaß am Sport und Durchhaltevermögen!

mittwochs, 16. September 2020

18.30 Uhr - 20.00 Uhr

13 Abende, 104,00 €

Lobdengauhalle, Gymnastikraum

202-7518 Bodyworkout

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, 24. September 2020

19.30 Uhr - 21.00 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Lobdengauhalle, Gymnastikraum

202-7535 Bodyfit**Annia Lara-Ohr**

Bodyfit ist ein effektives Trainingsprogramm für den gesamten Körper. Mit einer Cardiophase aktivieren wir das Herz-Kreislauf-System und verbessern die Ausdauer und Koordination. Danach folgen dynamische Kräftigungsübungen sowie Elemente des Fazientraining. Kraft, Koordination, Körperhaltung, Balance und Beweglichkeit stehen hier im Fokus.

Zum Schluss entspannen wir beim dynamischen und statischen Dehnen der Muskulatur.

Bitte mitbringen: Handtuch und Sportschuhe.

mittwochs, 23. September 2020**20.10 Uhr - 21.10 Uhr****10 Abende, 80,00 €****Lobdengauhalle, Gymnastikraum****202-7536 Bodystep****Annia Lara-Ohr**

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

Bitte mitbringen: Handtuch und Sportschuhe.

dienstags, 22. September 2020**19.30 Uhr - 20.30 Uhr****10 Abende, 80,00 €****VHS, Altes Rathaus, Raum 4****202-7525 Frauengymnastik mit Musik****Lisa Nickl**

Bitte Gymnastikmatte und ein Handtuch mitbringen.

mittwochs, 16. September 2020**09.30 Uhr - 10.30 Uhr****12 Vormittage, 65,00 €****Feuerwehr Gerätehaus,****Wallstadter Str. 53****202-7527 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, 16. September 2020**10.45 Uhr - 11.45 Uhr****13 Vormittage, kostenlos****Feuerwehr Gerätehaus,****Wallstadter Str. 53****202-7561 Curling – Startkurs
Curling ist Trendsport!**

Lernen Sie diesen Sport in drei Modulen bis zur Turnierreife kennen.

Der Kurs führt Sie ein in das „Schach auf dem Eis“, wie Curling auch bezeichnet wird. Curling verbindet Taktik, Präzision und Teamgeist und ist in jedem Alter erlernbar.

In den drei Modulen lernen Sie die Technik der Steinabgabe und des Wischens, die Grundzüge der Taktik und der Spielidee, sowie die Geschichte des Curlings.

Ihre Trainer sind Übungsleiter, Deutsche Meister und WM-Teilnehmer.

Bitte mitbringen: warme, bequeme Sportbekleidung (Zwiebelschale) und saubere Sportschuhe (am besten Hallenschuhe). Die gesamte Ausrüstung stellt der Curling Club zur Verfügung.

Der Kurs richtet sich an Erwachsene ab 18 Jahren.

Bei gesundheitlichen Problemen, insbesondere bei Einnahme von Blutverdünnern bitte vorher Kontakt zum Curling Club aufnehmen.

www.curling-club-mannheim.de

montags, 5. Oktober 2020

19.30 Uhr - 21.30 Uhr

3 Abende, 50,00 €

**Eissportzentrum Herzogenried,
Mannheim**

202-7563 Workshop Smovey- Training

Karin Schauer

Walking mit Gymnastikstationen am Neckarufer mit den Smoveyings.

Erleben Sie die tolle Wirkung der Smoveys auf den ganzen Körper! Durch Vibration der Kugeln im Inneren eines gerillten Kunststoffrings wirkt diese Erfindung eines Parkinsonpatienten auf Tiefenmuskulatur, Stoffwechsel und Nervenreizleitung. Wohltuend auch für den Schulterbereich.

Mittwoch, 23. September 2020

18.00 Uhr - 19.30 Uhr

1 Abend, 9,00 €

Treffpunkt: Wasserturm, Ladenburg

Körper und Seele

202-7531 Wechseljahre – natürlich unterstützen

Rita Fehst

Hitzewallungen, Schlafstörungen, Depressionen, Gewichtszunahme, Energiemangel, Osteoporose, schwache Blase, trockene Augen – die Liste ließe sich noch lange weiterführen. All das sind die „Nebenwirkungen“ vom Älterwerden, den Wechseljahren!

Wenn die gesundheitlichen Probleme nach einigen Jahren überhand nehmen, wird meist nur was Künstliches verschrieben. Die Ursache, ein Mangel an natürlichen Hormonen, wird nicht diskutiert. Kräuterkundige Frauen längst vergangener Zeiten kannten noch Leinöl, Rotklee, Frauenmantel, Schafgarbe und für Männer das Wilde Weideröschchen und Kürbiskerne, um Beschwerden des Älterwerdens zu bessern.

Dass es auch anders – und tatsächlich risikolos – geht, erklärt die Referentin anschaulich. Auf der Suche nach Ursachen ihrer „Trockenen Augen“ und anderen Beschwerden des Älterwerdens hat sie mit naturidentischen Hormonen endlich Abhilfe schaffen können.

Mittwoch, 14. Oktober 2020

19.00 Uhr - 21.00 Uhr

1 Abend, 15,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

202-7533 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 machen. Die Mittel dazu sind: Humor, Farben, bewusste Atmung, Bewegung und Gespräche zu wichtigen Lebensstrategien wie z. B. „emotionale Intelligenz in Beziehungen“ und „Flow-Effekte bei der Arbeit“.

Freitag, 6. November 2020

18.30 Uhr - 21.30 Uhr

1 Abend, 18,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

202-7539 THE WORK of Byron

Katie

Vielleicht ist alles viel leichter als wir denken?

Jule Kühn

Vielleicht ist nicht das Problem das Problem, sondern die Art, wie wir darüber urteilen?

THE WORK ist ein sanfter und kraftvoller Weg, anders mit unseren Problemen umzugehen, als wir es gewohnt sind.

Wir machen uns vertraut mit den vier Fragen und den Umkehrungen von „THE WORK“. Diese wenden wir in Einzel- und Gruppenübungen an. Das Seminar eignet sich sowohl für WORK-Einsteiger, als auch zur Vertiefung für bereits WORK-Erfahrene.

Das Seminar ist mit zwei Tagen auf die Ausbildung zum Coach of Byron Katie (vtw) anrechenbar.

Samstag, 10. Oktober 2020 und Sonntag

11. November 2020

10.00 Uhr - 16.30 Uhr

2 Tage, 80,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7540 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.

Dieser Kurs ist für alle, die gerne mit anderen Menschen in einem Singkreis aus Herz und Seele singen und die heilsame Kraft des Singens erfahren möchten. Es werden 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 Singleiterin für heilsames und gesundheitsförderndes Singen der Akademie für Singen und Gesundheit.

montags, 12. Oktober 2020

16.15 Uhr - 17.45 Uhr

6 Abende, 54,00 €

Anbau Carl-Benz-Gymnasium, Raum 11

202-7541 Heilsames Singen

Irmgard Andrea Kempter

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 7540

montags, 12. Oktober 2020

18.00 Uhr - 19.30 Uhr

6 Abende, 54,00 €

Anbau Carl-Benz-Gymnasium, Raum 11

202-7544 Meditation – was ist das genau?

Bettina A. Müller

Sie haben schon viel über Meditation gehört und wissen, dass Menschen im Sitzen meditieren? Meditation in Bewegung ist auch sehr wirksam und eine Genuss-Meditation ist eine wahre Freude.

Im diesem Kurs erleben Sie, wie Meditation auf den Körper wirkt, welche verschiedenen

Meditationsmethoden es gibt und wie sie im Alltag angewendet werden können.

Freuen Sie sich auf Bewegung, Genuss, Körperwahrnehmung und Yoga Nidra.

Ich freue mich auf Sie!

Wir üben in bequemer Kleidung, flachen Schuhen oder Socken. Bringen Sie für sich bitte Wasser/Tee, etwas Obst, eine Gymnastikmatte, eine Decke und ein flaches (Kopf-) Kissen mit.

Samstag, 14. November 2020

11.30 Uhr - 14.30 Uhr

1 Mitag, 18,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7557 Make- up-Kurs

Sandra Röger

Sie interessieren sich für Ihr persönliches Make- up?

Individuell auf Sie abgestimmt?

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, 26. September 2020

13.00 Uhr - 16.00 Uhr

1 Nachmittag, 25,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

202-7558 Make up Kurs

Sandra Röger

Kursauschreibung siehe Kurs Nr.:

202-7557

Samstag, 21. November 2020

13.00 Uhr - 16.00 Uhr

1 Nachmittag, 25,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

202-7562 Workshop EFT

Klopftechnik

Karin Schauer

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

Sehr hilfreich bei Prüfungsstress, Höhenangst, Steigerung des Immunsystems etc. Bitte Getränk mitbringen

Montag, 28. September 2020

18.30 Uhr - 21.00 Uhr

1 Abend, 15,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Ernährung

202-7411 Champagner – Ein französisches Kulturgut

Martina Allert

Studieren und probieren: Was Sie schon immer über Champagner wissen wollten!

Mit neuen Bio-Champagner-Sorten!

Lassen Sie sich in die Champagne entführen. Der Champagner steckt voller überraschender und wissenswerter Geschichten und hat viel mehr zu bieten als nur „Luxus“.

Schon seine Entstehungsgeschichte, an der Frauen eine wichtige Rolle spielen, ist überaus interessant. Aber vor allem die Herstellung, die unterschiedlichen Anbauregionen mit deren charakteristischen Trauben, Mineralität, Süßegrad, Charaktere und Aromen machen den Champagner so besonders.

Lernen Sie die wichtigsten Begriffe. Was sagt Ihnen das Etikett?

Welche Informationen daraus sind wichtig bezüglich Qualität und Güte eines Champagners?

Und zum krönenden Abschluss verinnerlichen Sie schließlich mit allen Sinnen Ihr Wissen durch Verkostung von 3 verschiedenen Champagnern aus unterschiedlichen Regionen, deren Traube und Aroma.

Die Referentin Martina Allert reist seit vielen Jahren regelmäßig in die Champagne, um immer wieder neue Champagner zu entdecken, zu verkosten und zu unterscheiden. Durch den persönlichen Kontakt zu den Winzer*innen, lange gesprächsreiche Abende, Fachbücher und Recherchen hat sie ihr Wissen über dieses unvergleichbare Getränk erweitert.

Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Abend und überraschen Sie bei der nächsten Einladung zu einem Glas Champagner mit Ihrem spannenden Wissen.

In der Gebühr sind Champagnerkosten enthalten.

Freitag, 2. Oktober 2020

18.00 Uhr - 21.00 Uhr

1 Abend, 35,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

202-7414 Rotweine Südfrankreichs

Christian 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, 9. Oktober 2020

19.00 Uhr - 21.30 Uhr

1 Abend, 40,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

202-7415 Die Welt des Chardonnays

Christian Mühlbauer

Chardonnay ist eine der bedeutendsten und weitverbreitetsten Weißweinrebsorten der Welt. Sie gehört zu der Familie der Burgunder. Im Weinseminar erfahren Sie mehr über die verschiedenen Stilrichtungen – von frucht-frischen, im Stahltank ausgebauten Chardonnays bis hin zu den füllig-komplexen, im Barrique ausgebauten Burgundern. Am wohlsten fühlt sich die Weinrebe auf kalkhaltigen Böden. Die berühmtesten und wohl teuersten Weine stammen aus dem Burgund. Unsere Weinreise führt uns u.a. durch die bekanntesten Anbaugelände Deutschlands und natürlich

auch zum „Mutterland“ des Chardonnays ins französische Burgund. Sie verkosten mind. 8 verschiedene Weine.

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, 11. Dezember 2020

19.00 Uhr - 22.00 Uhr

1 Abend, 40,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7427 Whisky-Seminar: Die Vielfalt von Scotch Whisky

Stephan Mechler

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

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

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

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

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

Freitag, 6. November 2020

20.00 Uhr - 23.00 Uhr

1 Abend, 45,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Kochen und Backen

202-7426 Kochteufel – Kochkurs für Männer

Despina Anastasiadou

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Weitere Termine sind am 09.11.2020, 7.12.2020 und 18.01.2021.

montags, 12. Oktober 2020

18.30 Uhr - 21.30 Uhr

4 Abende, 40,00 € zzgl. Lebensmittelumlage

Merian-Realschule, Schulküche WRUN

202-7401 Hobbyköche – Kochkurs für Männer

Barbara Kempf-Dudler

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.

Die Lebensmittelkosten werden mit der Dozentin abgerechnet.

Weitere Termine sind am 15.10. und 12.11.2020.

Das Abschlusskochen ist im Januar 2021.

donnerstags, 17. September 2020

18.45 Uhr - 22.30 Uhr

4 Abende, 40,00 € zzgl. Lebensmittelumlage

Merian-Realschule, Schulküche MRS

202-7402 Kochkurs für Männer

Barbara Kempf-Dudler

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.

Die Lebensmittelkosten werden mit der Dozentin abgerechnet.

Weitere Termine sind am 5.11.
und 26.11.2020.

donnerstags, 8. Oktober 2020

18.45 Uhr - 22.30 Uhr

3 Abende, 30,00 € zzgl. Lebensmittelumlage

Merian-Realschule, Schulküche MRS

202-7405 Herzhaft-vegane Brot-aufstriche und „Wurst-Varianten“ „Mit neuen Rezepten“ Vegan ist genial!

(Glutenfrei umsetzbar)

Alexandra Adam

Tauchen Sie ein in eine Welt ohne tierische Produkte. In diesem Kurs erleben Sie, wie man einfach, schnell, günstig und köstlich 100% pflanzliche Brotaufstriche zaubert, die wir dann auf selbst gebackenem Brot genießen. Die herzhaften Aufstriche und „Wurst-Varianten“ sind gesund, vielfältig, laktose, fett- und cholesterinarm und vor allem lecker.

Alle Gerichte sind glutenfrei möglich. Bitte informieren Sie vor dem Kurs die VHS, was Sie nicht vertragen. Rezepte werden nach dem Kurs per E-Mail verschickt.

Bitte mitbringen: Schürze, Hand- und Geschirrtücher sowie Behälter für die Kostproben und Getränk.

Mittwoch, 21. Oktober 2020

17.30 Uhr - 21.15 Uhr

1 Abend, 32,00 € zzgl. Lebensmittelumlage (10,00 €)

Merian-Realschule, Schulküche MRS

202-7416 Fingerfood

Ralf Schreiber

Fingerfood sind kleine, feine Häppchen, die eine große Vielfalt an Geschmackserlebnissen offerieren, die ansprechend

präsentiert und aus der Hand gegessen werden. Kulinarische Genüsse aus ausgesetzten Ländern und Regionen, frisch zubereitet aus ausgewählten Zutaten, leichte moderne Küche für gehobene Ansprüche. Serviert bei mittleren, großen und auch feinen Anlässen, vorneweg oder zwischendurch, kalt oder warm. Verführerisch, handlich, mundgerecht und lecker!

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet (ca. 15 € – 20 €).

Dienstag, 29. September 2020

18.00 Uhr - 21.30 Uhr

1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage

Merian-Realschule, Schulküche WRUN

202-7417 Vegetarische Gerichte – Genuss ohne Fleisch

Ralf Schreiber

Während viele Fleischliebhaber der Meinung sind, Vegetarier würden nichts als Grünzeug essen, schütteln Vegetarier darüber nur den Kopf. Ob Pasta, Salate, Tofu oder gut bürgerlich – kein Wunsch bleibt in der vegetarischen Küche unerfüllt. Damit es leichter fällt, gesunde und frische Mahlzeiten auf den Tisch zu bringen, stellen wir hier besonders beliebte Rezepte vor.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet (ca. 15 € – 20 €).

Dienstag, 20. Oktober 2020

18.00 Uhr - 21.30 Uhr

1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage

Merian-Realschule, Schulküche WRUN

202-7418 Ganz wild auf Wild!

Ralf Schreiber

Zubereiten eines herbstlichen 4 Gang-Menüs mit Wild und saisonalen Beilagen unter Anwendung verschiedener Gartechniken. Immer etwas Besonderes: Das zarte und aromatische Fleisch ist nicht nur etwas für Feinschmecker, es findet immer mehr Beliebtheit. Unser Küchenmeister zeigt Ihnen mit einer gewissen „Leichtigkeit“, aus diesen Spezialitäten und saisonalen Gemüsesorten ein wunderbares Wildgericht zu zaubern – und auch zu genießen.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet (ca. 15 € – 20 €).

Dienstag, 10. November 2020

18.00 Uhr - 21.30 Uhr

1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage

Merian-Realschule, Schulküche WRUN

202-7419 Festliches Weihnachtsmenü – ohne Stress und Hektik!

Ralf Schreiber

Dieses Jahr machen wir Weihnachten mal stressfrei - ehrlich!

Wie das gehen soll? Es ist ganz einfach! Am Vortag wird vorbereitet, am Heiligabend serviert, das ist das Motto unseres WIE-EINFACH-4 Gänge Menüvorschlags.

So ersparen Sie sich langes „am-Herd-stehen“ und können den Abend gemeinsam mit der Familie unter dem Tannenbaum bei Kerzen- und Lichterkettenschein genießen.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

Lebensmittelkosten werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet (ca. 15 € – 20 €).

Dienstag, 8. Dezember 2020

18.00 Uhr - 21.30 Uhr

1 Abend, 21,00 € zzgl. Lebensmittelumlage

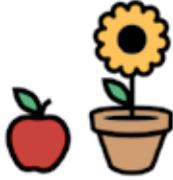
Merian-Realschule, Schulküche WRUN



BEI KOCHKURSEN IST EIN RÜCKTRITT NUR BIS FÜNF WERKTAGE VOR KURSBEGINN KOSTENFREI MÖGLICH, DA VON DEN DOZENTINNEN DIE EINKÄUFE RECHTZEITIG GEPLANT UND GETÄTIGT WERDEN MÜSSEN.

MELDEN SIE SICH NACH DIESER FRIST AB, SO SIND SOWOHL DIE KURSGEBÜHR ALS AUCH DIE LEBENSMITTELUMLAGE ZU ZAHLEN.

EINE TEILNAHME OHNE VORHERIGE ANMELDUNG IST NICHT MÖGLICH.



**Bauernhof
Linnenbach**

Hofladen Linnenbach

Neubotzheim 1 · 68526 Ladenburg

0 62 03 / 1 45 81

info@bauernhof-linnenbach.de

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

Weitere Informationen unter:

www.bauernhof-linnenbach.de

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

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.

Deutsch als Fremdsprache

202-7301 Deutsch als Fremdsprache – Für Anfänger ohne Vorkenntnisse 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.

Wir bilden einfache Sätze (Begrüßung, nach dem Befinden fragen, Einkaufen, Wegbeschreibung...)

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

dienstags, 15. September 2020

17.30 Uhr - 19.00 Uhr

10 Abende, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-7302 Deutsch als Fremdsprache (Grammatik) B1/B2

Rita Dämpfert

Anhand von Gesprächen, aktuellen Texten, Lehrbuchübungen sowie Beiträgen aus Tagesmedien erarbeiten und vertiefen wir mündlich und schriftlich Sprache und Grammatik. Dabei achten wir auf das korrekte Verwenden aller Zeitformen.

Wir erarbeiten und üben:

- Satzstrukturen im Aktiv und Passiv
- die Bedeutung und Anwendung verschiedener Bindewörter
- Pronomen
- den Gebrauch von Präpositionen ... und vieles mehr.

Thematische Wünsche der Kursteilnehmer werden gerne berücksichtigt.

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

mittwochs, 16. September 2020

17.30 Uhr - 19.00 Uhr

10 Abende, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-7303 Deutsch als Fremdsprache B1/B2 (Kommunikation)

Rita Dämpfert

Anhand von Texten zu verschiedensten Themenbereichen, die wir gemeinsam lesen, erarbeiten wir neue Wörter, Sprach- und Satzstrukturen sowie landeskundliche Besonderheiten. Darauf aufbauend, entwickeln sich Gespräche und Diskussionen zu Erlebnissen und Erfahrungen der Kursteilnehmer und Kursteilnehmerinnen. Dadurch wird die deutsche Sprache im Gespräch geübt.

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

mittwochs, 16. September 2020

19.00 Uhr - 20.30 Uhr

10 Abende, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 7

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-7304 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.

Kopien werden nach jeder Stunde abgerechnet.

dienstags, 15. September 2020

19.00 Uhr - 20.30 Uhr

10 Abende, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-7305 Deutsch für Anfänger am Vormittag A1+/A2

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.

Wir bilden einfache Sätze (Begrüßung, nach dem Befinden fragen, Einkaufen, Wegbeschreibung...)

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

mittwochs, 16. September 2020

10.30 Uhr - 11.00 Uhr

10 Vormittage, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

Englisch

202-7308 Englisch für Fortgeschrittene

Ruth Hilger

donnerstags, 24. September 2020

09.00 Uhr - 10.30 Uhr

10 Vormittage, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37



202-7309 Reading, Talking and Ruminating Grammar

Ruth Hilger

donnerstags, 24. September 2020

10.30 Uhr - 12.00 Uhr

10 Vormittage, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-624 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.

Zusätzliche Material-/Kopierkosten:

1,00 €

dienstags, 22. September 2020

16.15 Uhr - 17.30 Uhr

10 Nachmittage, 97,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 8

202-7331 Getting Ready For A Vacation!

Petra Kempf

Sie möchten eine Reise ins englischsprachige Ausland machen, haben aber schon länger kein Englisch mehr gesprochen oder sind Sprachanfänger? In diesem Kurs werden typische Urlaubssituationen durchgespielt, damit Sie sich in der ungewohnten Umgebung optimal verständlich machen können. Dabei konzentrieren sich die Inhalte auf das, was sie für die sprachliche Bewältigung der wichtigsten Sprechsituationen benötigen: Ihre Englischreise geht von der Auswahl des Urlaublandes, Buchung, Einchecken am Heimatflughafen und Ankunft, Hotelrezeption, Restaurantbesuch, Einkaufen gehen, Bitten um Auskünfte, Wegbeschreibung, Mieten eines Autos, Kleidungskauf, etc.

Dieser Englischkurs wird als reiner Onlinekurs angeboten. Über das Internet können sie ortsunabhängig und flexibel an den Live-Terminen teilnehmen. Dies ermöglicht

es Ihnen, ohne großen organisatorischen Aufwand, (wieder) in die englische Sprache einzusteigen.

dienstags, 15. September 2020
20.00 Uhr - 21.00 Uhr
8 Abende, 35,00 €
online-Kurs

202-7332 Getting Ready For A Vacation!

Petra Kempf

Sie möchten eine Reise ins englischsprachige Ausland machen, haben aber schon länger kein Englisch mehr gesprochen oder sind Sprachanfänger? In diesem Kurs werden typische Urlaubssituationen durchgespielt, damit Sie sich in der ungewohnten Umgebung optimal verständlich machen können. Dabei konzentrieren sich die Inhalte auf das, was sie für die sprachliche Bewältigung der wichtigsten Sprechsituationen benötigen: Ihre Englischreise geht von der Auswahl des Urlaublandes, Buchung, Einchecken am Heimatflughafen und Ankunft, Hotelrezeption, Restaurantbesuch, Einkaufen gehen, Bitten um Auskünfte, Wegbeschreibung, Mieten eines Autos, Kleidungskauf, etc.

Dieser Englischkurs wird als reiner Onlinekurs angeboten. Über das Internet können sie ortsunabhängig und flexibel an den Live-Terminen teilnehmen. Dies ermöglicht es Ihnen, ohne großen organisatorischen Aufwand, (wieder) in die englische Sprache einzusteigen

freitags, 18. September 2020
20.00 Uhr - 21.00 Uhr
8 Abende, 35,00 €
online-Kurs

Französisch

202-7311 Conversation, Lecture et Grammaire



Ruth Hilger

dienstags, 22. September 2020
09.00 Uhr - 10.30 Uhr
10 Vormittage, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-7312 Le Francais de tous les jours

Ruth Hilger

dienstags, 22. September 2020
10.30 Uhr - 12.00 Uhr
10 Vormittage, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 1
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-7317 Französisch für Anfänger A1 ab Unit 7

Muriel Calvi-Großkopf

In diesem Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen lernen die Teilnehmer/innen in entspannter Lernatmosphäre, sich in Alltagssituationen in Frankreich zurechtzufinden (z.B. Begrüßung/Vorstellung, im Restaurant, beim Einkaufen etc.). Einfache grammatrische Strukturen helfen beim Ausbau der Sprachkenntnisse.

Lehrwerk: Wird im Unterricht bekanntgegeben.

mittwochs, 23. September 2020
18.00 Uhr - 19.30 Uhr
10 Abende, 20 UE
VHS, Altes Rathaus, Raum 7
Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

Italienisch

**202-7313 Italienisch am
Nachmittag für Anfänger
(Niveau A1)**



Adriana Panarese-Klenk

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

Das Buch wird im Unterricht bekanntgegeben.

Rückfragen gerne direkt bei der Dozentin unter der TelNr.: 06203-82084 (mit AB)

dienstags, 6. Oktober 2020

16.30 Uhr - 18.00 Uhr

10 Nachmittage, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

**202-7314 Italienisch am Nach-
mittag für Anfänger (Niveau A1)**

Adriana Panarese-Klenk

Kursausschreibung s. Kurs Nr. 202-7313

mittwochs, 7. Oktober 2020

16.30 Uhr - 18.00 Uhr

10 Nachmittage, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

**202-7315 Italienisch für
Fortgeschrittene**

Giuseppina Lesle

mittwochs, 16. September 2020

19.30 Uhr - 21.00 Uhr

13 Abende, 26 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

**202-7316 Endlich Zeit für
Italienisch (Niveau A1/A2)**

Adriana Panarese-Klenk

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

Buch + CD : Endlich Zeit für Italienisch, Hueber Verlag, Niveau A1-A2

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

donnerstags, 8. Oktober 2020

16.00 Uhr - 17.30 Uhr

10 Nachmittage, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

Niederländisch

**202-7318 Niederländisch
– A 2.1 –**



Leicht Fortgeschrittene



Iris Lipowsky Overduin

Fortführung des Kurses aus dem Semester I/20.

Achtung: kein reiner Anfängerkurs !!!

Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.

Quereinsteiger willkommen.

Kursmaterial wird im Kurs bekanntgegeben.

donnerstags, 17. September 2020

20.00 Uhr - 21.30 Uhr

13 Abende, 26 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

Spanisch

202-7319 Spanisch für Anfänger A



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!

Buch: Con gusto nuevo A1

montags, 21. September 2020

19.00 Uhr - 20.30 Uhr

11 Abende, 22 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-7320 Español A2

Mireia Bufurull Cortes

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

Das Niveau liegt bei A2.

Arbeitsbuch Con gusto nuevo A2.

mittwochs, 23. September 2020

10.30 Uhr - 12.00 Uhr

11 Vormittage, 22 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 7

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-7321 Conversación en español

Mireia Bufurull Cortes

dienstags, 22. September 2020

09.00 Uhr - 10.30 Uhr

11 Vormittage, 22 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-7329 Conversación en español

Raul Pardo-Santamaria

montags, 14. September 2020

17.00 Uhr - 18.30 Uhr

10 Abende, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-7330 Spanische Grammatik – Auffrischkurs für Fortgeschrittene

Raul Pardo-Santamaria

Der Dozent hat Germanistik in Deutschland und an der Universidad Nacional de Bogota studiert.

dienstags, 15. September 2020

17.00 Uhr - 18.30 Uhr

10 Abende, 20 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 2

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

Neugriechisch

202-7324 Neugriechisch VI (A1) für Anfänger mit Vorkenntnissen



Für Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen.

Chrissi Argiriadou-Hermann

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

dienstags, 6. Oktober 2020

18.00 Uhr - 19.30 Uhr

11 Abende, 22 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-7326 Neugriechisch für den Urlaub – für Interessierte ohne Vorkenntnisse (A1)

Chrissi Argiriadou-Hermann

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

Wenn Sie es beim letzten Aufenthalt leid waren sprachlos zu sein und nichts zu verstehen, sind Sie hier richtig. Dieser Kurs ist ganz bewusst nicht als Grammatik- oder Sprachkurs im traditionellen Sinne konzipiert, sondern es sollen mit Übungen ausgewählte Alltagssituationen geübt bzw. kommunikative Fähigkeiten erlernt werden. Er ist eine ideale sprachliche und landeskundliche Vorbereitung auf eine Reise nach Griechenland.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

donnerstags, 8. Oktober 2020

18.00 Uhr - 19.30 Uhr

8 Abende, 16 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-602 Neugriechisch für Kinder

Chrissi Argiriadou-Hermann

Voraussetzungen für den Kurs sind:

Das griechische Alphabet und das Lesen von einfachen Sätzen.

Auf spielerische Art und Weise lernen wir uns in einer anderen Sprache auszudrücken.

donnerstags, 24. September 2020

15.00 Uhr - 16.30 Uhr

12 Nachmittage, 24 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

Portugiesisch

202-V41801 Brasil-Portugiesisch für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen



In Kooperation mit der vhs Heddesheim

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 mit geringen Vorkenntnissen der brasil-portugiesischen Sprache.

Lehrbuch: „Oi, Brasil aktuell A1“,

ISBN 978-3-19-105420-5

10 Abende 48,00 € bei mindestens 8 Teilnehmern.

Eine detaillierte Tabelle der Kursgebühren finden Sie auf der Homepage unter vhs-heddesheim.de

mittwochs, 30. September 2020

19.00 Uhr - 20.30 Uhr

10 Abende, 20 UE

Karl-Drais-Schule, Heddesheim, Zimmer 204



**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

Lager: Rosenhof, Schriesheimer Fußweg 5 a
(gegenüber Baumschule Huben)

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

Digitales und Betriebswirtschaft

Xpert Business Abschlüsse Betriebswirtschaft									
	Gepriüfte Fachkraft (XB)				Buchhalterin (XB)			Managerin (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalterin	Personal- und Lohnbuchhalterin	Finanz- und Lohnbuchhalterin	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen Lohn Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●		●
Bilanzierung			●		●		●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●			●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●			●		●
Personalwirtschaft						●			
Personale Kompetenzen									●

Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vertragen

ONLINE-KURSE

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

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

Technische Voraussetzungen:

- stabile Internetverbindung (mind. 2 Mbit/s),
- aktueller Browser mit Flash-Plugin
- eine Soundausgabe per Kopfhörer oder Lautsprecher.
- Mikrofon oder Webcam werden nicht benötigt.
- Bereits ab 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.



202-76500 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 30.10.2020

**dienstags, 10. November 2020
18.30 Uhr - 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs**

202-76501 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-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Han-

del, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

**Anmeldung bis spätestens 30.10.2020
dienstags, 10. November 2020**

**18.30 Uhr - 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs**

202-76502 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 30.10.2020
dienstags, 10. November 2020**

**18.30 Uhr - 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs**

202-76503 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 30.10.2020
dienstags, 10. November 2020**

**18.30 Uhr - 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs**

202-76504 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 30.10.2020
dienstags, 10. November 2020**

**18.30 Uhr - 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs**

202-76505 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 30.10.2020
dienstags, 10. November 2020**

**18.30 Uhr - 20.30 Uhr
20 Abende, 360,00 €
online-Kurs**

202-76506 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 30.10.2020

dienstags, 10. November 2020

18.30 Uhr - 20.30 Uhr

20 Abende, 330,00 €

online-Kurs

202-76507 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 30.10.2020

dienstags, 10. November 2020

18.30 Uhr - 20.30 Uhr

20 Abende, 360,00 €

online-Kurs

202-76508 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 30.10.2020

dienstags, 10. November 2020

18.30 Uhr - 20.30 Uhr

20 Abende, 360,00 €

online-Kurs

202-76509 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 30.10.2020

dienstags, 10. November 2020

18.30 Uhr - 20.30 Uhr

20 Abende, 360,00 €

online-Kurs

202-76510 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 30.10.2020

dienstags, 10. November 2020

18.30 Uhr - 20.30 Uhr

11 Abende, 200,00 €

online-Kurs

202-76511 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 30.10.2020

dienstags, 24. November 2020

18.30 Uhr - 20.30 Uhr

16 Abende, 330,00 €

online-Kurs

202-76512 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 30.10.2020

dienstags, 24. November 2020

18.30 Uhr - 20.30 Uhr

16 Abende, 330,00 €

online-Kurs

202-76600 Finanzbuchführung mit Lexware

Xpert Business

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

Kursinhalte:

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

Anmeldung bis spätestens 30.10.2020

dienstags, 24. November 2020
18.30 Uhr - 20.30 Uhr
16 Abende, 330,00 €
online-Kurs

202-76601 Finanzbuchführung mit Lexware

Xpert Business

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

Kursinhalte:

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

Anmeldung bis spätestens 30.10.2020

dienstags, 24. November 2020
18.30 Uhr - 20.30 Uhr
16 Abende, 330,00 €
online-Kurs



Immer eine gute Idee...



Geschenk-Gutschein

Erhältlich in der VHS-Geschäftsstelle

EDV

202-7602 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!

donnerstags, 24. September 2020

14.00 Uhr - 17.00 Uhr

4 Nachmittage, 108,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 3

202-7603 Umgang mit Windows 10

Uwe Borstorff

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

mittwochs, 7. Oktober 2020

09.00 Uhr - 12.00 Uhr

3 Vormittage, 81,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 3

202-7605 Tastschreiben für „Jung und Alt“

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.

samstags, 14. November 2020

14.00 Uhr - 16.00 Uhr

5 Nachmittage, 90,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 3

202-7619 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 Geschäfts-

briefe, sie verfügen nach diesem Kurs über das entsprechende Wissen hierzu.

dienstags, 29. September 2020

19.00 Uhr - 20.30 Uhr

4 Abende, 54,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 3

202-7620 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 ansprechend darzustellen. Mit diesem Kurs erhalten Sie das Wissen, wie man z. B. ein elektronisches Haushaltsbuch anlegt oder die Ein- und Ausgaben von Vereinen dokumentiert und auswertet.

dienstags, 3. November 2020

19.00 Uhr - 20.30 Uhr

4 Abende, 54,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 3

202-7621 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.

donnerstags, 1. Oktober 2020

19.00 Uhr - 20.30 Uhr

4 Abende, 54,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 3

202-7622 Kompaktkurs MS Office

Georg Fellner

Dieser Kurs enthält die Inhalte der Grundkurse Word (Kursbeschreibung: 202-7619), Excel (202-7620) und PowerPoint (202-7621). 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, 7. November 2020

09.00 Uhr - 13.00 Uhr

4 Vormittage, 142,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 3

202-7630 iPad / iPhone

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, 28. September 2020

17.00 Uhr - 19.00 Uhr

2 Abende, 36,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 3

202-7631 iPad / iPhone

Jürgen Schwarz

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 202-7630

donnerstags, 5. November 2020

18.00 Uhr - 20.00 Uhr

2 Abende, 36,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 3

202-7635 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, 29. September 2020

15.00 Uhr - 17.00 Uhr

2 Abende, 36,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 3

202-7636 Android Smartphone / Tablet

Jürgen Schwarz

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 202-7635

montags, 2. November 2020

15.00 Uhr - 17.00 Uhr

2 Abende, 36,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 3

Recht

202-7607 Immobilie privat verkaufen – Was ist zu beachten?

Markus Popp

Immobilie erfolgreich privat zu verkaufen – Was muss ich beachten um teure Fehler zu vermeiden?

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.

Schwerpunkte des Vortrags:

- Wie kann ich den Wert meiner Immobilie selbst berechnen?
- Welche Unterlagen benötige ich, um mein Haus zu verkaufen?
- Wo finde ich den passenden Käufer für mein Haus?
- Wie stelle ich sicher, dass der Kaufpreis auf mein Konto kommt?

Der Dozent ist Immobilienberater und Diplom-Betriebswirt (FH)

Donnerstag, 15. Oktober 2020

18.00 Uhr - 19.30 Uhr

1 Abend, 13,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7608 Immobilie privat verkaufen – Was ist zu beachten?

Markus Popp

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 202-7607

Dienstag, 22. September 2020

10.00 Uhr - 11.30 Uhr

1 Vormittag, 13,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7623 Außergerichtliche Streitbeilegung (Schlichtung, Mediation & Co.) – ein Überblick

Frank Richter

Es gibt mehrere Möglichkeiten, sich außergerichtlich zu einigen. Insbesondere, wenn man nach einem Gerichtsurteil weiter miteinander auskommen muss (z.B. als Familie, Nachbar, Mieter/Vermieter oder Arbeitgeber/Arbeitnehmer). Hier bieten sich außergerichtliche Konfliktlösungen an, die eben keinen Sieger/Besiegten kennen. Im Verhandlungswege lässt sich oftmals auch mehr erreichen, als durch das Beharren auf rechtlichen Ansprüchen.

Der Vortrag stellt die verschiedenen Angebote vor, erläutert Vor- und Nachteile und wann sich welches Modell eignet.

Dauer etwa eine Stunde + eine halbe Stunde für Fragen.

Donnerstag, 26. November 2020

17.30 Uhr - 19.00 Uhr

1 Abend, 12,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

202-7624 Straßenverkehrsrecht für Betroffene

Frank Richter

Nach einem Unfall kann man mehr Fehler machen, als man sich vorstellen kann. Unfallgegner werden ggf. versuchen, die

Schocksituation zu nutzen, um sich eine günstige Ausgangsposition zu verschaffen. Eine vermeintlich klare Rechtslage kann sich im Nachhinein anders als erwartet darstellen. Auch die eigene Versicherung kann Probleme machen – oder Ansprüche vertuschen, um möglichst wenig zahlen zu müssen.

Der Vortrag will auf derartige Situationen vorbereiten, damit neben dem Unfall nicht noch weitere Schäden eintreten.

Ein Überblick über die Themen

- nach einem Unfall
- Bußgeld- und Strafsachen
- Alkohol & Drogen
- Versicherungen und mögliche Kosten

Donnerstag, 19. November 2020

17.30 Uhr - 19.00 Uhr

1 Abend, 12,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7625 Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuung

Frank Richter

Meist unerwartet geraten Menschen in eine Situation, in der sie nicht mehr wirksam am Rechtsverkehr teilnehmen können, sei es durch einen Unfall, eine Erkrankung oder auch ein alterbedingter Abbau der eigenen Fähigkeiten. Ohne entsprechende Vollmachten können selbst Ehepartner oder sonstige Angehörige nichts unternehmen. Sowohl hinsichtlich der Führung des Familienbetriebes als auch hinsichtlich der medizinischen Behandlung ist man nun Fremden ausgeliefert. Denn in diesem Fall gelten Regelungen im Testament nicht, da der Testierende noch lebt, so dass das Betreuungsgericht einen Betreuer bestellt.

Mehrfach hat der Bundesgerichtshof festgestellt, dass dem in einer Patientenverfü-

gung geäußerten Willen zu folgen ist. Der Vortrag gibt einen Überblick über die Möglichkeiten solcher Vorsorge.

Dauer etwa eineinhalb Stunden + eine halbe Stunde für Fragen

Donnerstag, 12. November 2020

17.30 Uhr - 19.30 Uhr

1 Abend, 15,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7626 Vereinsrecht – „Verein, Vorstand, Mitglied und Paragraph“

Frank Richter

Der Verein ist eine der beliebtesten Organisationsformen für Menschen mit gleichen Interessen. Daher ist die Kenntnis dieses Rechtsgebietes für alle Beteiligten wichtig.

Zum Inhalt des Vortrages gehören insbesondere:

- Anforderungen an die Vereinssatzung
- Möglichkeiten der Satzungsgestaltung
- Rechte und Pflichten von Vorständen und Mitgliedern
- Haftung des Vereins für seine Organe und Mitglieder
- Haftung des Vorstands und der Mitglieder

Dauer etwa eine Stunde + eine halbe Stunde für Fragen

Donnerstag, 8. Oktober 2020

17.30 Uhr - 19.00 Uhr

1 Abend, 12,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

202-7627 Tierrecht – Tierkauf, Halterhaftung

Frank Richter

Der Vortrag informiert über Rechte und Pflichten der Kaufvertragsparteien, Mög-

lichkeiten der Vertragsgestaltung, Ansprüche des Käufers bei auftretenden Problemen und deren Durchsetzung. Ebenso soll auf Rechtsfragen in Bezug auf die Tierhalter- und Tierarzthaftung eingegangen werden: Was, wenn der Hund den Briefträger beißt oder das Pferd auf die Autobahn rennt? Muss man die erfolglose Heilbehandlungen bezahlen? Der Vortrag wendet sich vornehmlich an private Tierhalter.

Bei Interesse kann auch die Verkäuferseite bzw. Tierarztseite stärker beleuchtet werden.

Dauer etwa eine Stunde + eine halbe Stunde für Fragen.

Montag, 19. Oktober 2020

17.30 Uhr - 19.00 Uhr

1 Abend, 12,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Handwerk

ISOVER
SAINT-GOBAIN

AKADEMIE

202-7613 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen

Der kalte Winter kommt, die Heizkosten werden steigen. 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 vermeint-

lich 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 in der Industriestraße 13 eine Schulung an. 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 Ihnen den Komfort und die Sicherheit bieten, die Sie sich für ihre Familie wünschen. Sparen Sie Heizkosten, denn der nächste Winter kommt bestimmt!

Folgende Inhalte werden geschult:

1. Samstag:

- Welchen Dämmstoff muss ich einbauen?
- Welche gesetzl. Vorgaben gibt es?
- Welche Werkzeuge brauche ich für die Dämmung?
- Wie verlege ich Dämmung am Dachfenster, an Balkenlagen, auf der obersten Geschossdecke?
- Welche Vorarbeiten muss ich vorher machen?

- Prinzipielle Verlegung der Dampfbremsfolie von Innen.
- Welche Folie soll ich nehmen?
- Wie kann ich alleine Folie richtig verlegen?
- Welches Werkzeug brauche ich für die Folienverlegung?

2. Samstag:

- Wie baue ich die Dampfbremsfolie richtig ein?
- Wie dichte ich an Rohren, Kabeln, Masten, alten oder neuen Balken oder Steckdosen ab?
- 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 Dämmstoffmaterialien, Dampfbremsfolie, 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, 19. September 2020

09.00 Uhr - 13.30 Uhr

2 Vormittage, 147,00 €

Industriestr. 13, Ladenburg

**202-7614 Heimwerkerkurs –
Dach selbst dämmen**

Ausschreibung siehe KursNr.: 202-7613
samstags, 10. Oktober 2020
09.00 Uhr - 13.30 Uhr
2 Vormittage, 147,00 €
Industriestr. 13, Ladenburg

**202-7615 Heimwerkerkurs –
Dach selbst dämmen**

Ausschreibung siehe KursNr.: 202-7613
samstags, 7. November 2020
09.00 Uhr - 13.30 Uhr
2 Vormittage, 147,00 €
Industriestr. 13, Ladenburg



**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.



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
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

202-601 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, 15. September 2020

14.30 Uhr - 16.30 Uhr

13 Nachmittage, kostenlos

Astrid-Lindgren-Schule, Breslauer Str. 61

202-631 Präsentationstraining (ab Klasse 7)

Anne Franziska Struve

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

Ziel des Kurses ist es, zu erlernen, wie man sicher und selbstbewusst eine packende Präsentation hält. In vielen praktischen Übungen lernen die Teilnehmer die Wirkung ihrer Stimme und Körpersprache kennen und können diese optimal einsetzen. Hemmungen vor anderen zu sprechen werden abgebaut und Nervosität sowie Lampenfieber auf ein angemessenes Maß reduziert.

Die Teilnehmer lernen die Vor- und Nachteile der unterschiedlichen Präsentati-

onsmedien kennen und erhalten Tipps für eine anschauliche Gestaltung der Powerpoint-Folien bzw. Poster. Schwerpunkt des zweiten Kurstages ist das Halten einer eigenen Präsentation mit anschließender Videoanalyse und ausführlichem individuellen Feedback.

Zum zweiten Kurstag bitte eine eigene Präsentation mitbringen (auf USB-Stick oder als Poster). Die Präsentation kann gerne eine bereits gehaltene Präsentation sein.

Samstag, 17. Oktober 2020

Samstag, 24. Oktober 2020

09.30 Uhr - 12.30 Uhr

2 Vormittage, 45,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

Sprachen

202-602 Neugriechisch für Kinder

Chrissi Argiriadou-Hermann

Voraussetzungen für den Kurs sind:

Das griechische Alphabet und das Lesen von einfachen Sätzen.

Auf spielerische Art und Weise lernen wir uns in einer anderen Sprache auszudrücken.

donnerstags, 24. September 2020

15.00 Uhr - 16.30 Uhr

12 Nachmittage, 24 UE

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 37

202-624 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, 22. September 2020

16.15 Uhr - 17.30 Uhr

10 Nachmittage, 97,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 8

Kreativität

202-603 Wir filzen einen bunten Fisch, der gefüttert werden kann! Nass-Filztechnik für Anfänger/ Fortgeschrittene für Kinder ab 8 Jahren

Jannine Weimer

Wir erschaffen mit bunter Schafwolle, Wasser und Seifenschaum einen Aquariumfisch. Dies geschieht in Nassfilztechnik. Augen & Verzierungen erfolgen mit der Filznadel (Trockenfilzen), so werden an diesem Nachmittag beide Techniken erlernt.

Wir lernen in einer Kleingruppe ein sehr altes Textilhandwerk kennen...

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

Montag, 5. Oktober 2020

15.00 Uhr - 18.00 Uhr

1 Nachmittage, 15,00 €

Werkstatt Filz-bar

202-604 Wir filzen eine Laterne für St. Martin...

Nadel-Filzkurs für Anfänger/ Fortgeschrittene für Kinder ab 8 Jahren

Jannine Weimer

Wir filzen in einer speziellen Nassfilztechnik, genannt Nunofilz. Mit Hilfe von Draht, Seide und Schafwolle erschaffen wir eine durchscheinende Laterne, welche mit einem Laternenstab (nicht enthalten) beleuchtet werden kann.

Wir lernen in einer Kleingruppe ein sehr altes Textilhandwerk kennen...

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

Mittwoch, 7. Oktober 2020

15.00 Uhr - 18.00 Uhr

1 Nachmittage, 15,00 €

Werkstatt Filz-bar

202-605 Keramik bemalen für Weihnachten für Kinder von 6-8 Jahren

Petra Sohn

In diesem Workshop gestalten wir mit Hilfe von Pinseln, Fingerabdrücken oder den unterschiedlichsten Schwämmchen eine Tasse oder Schale. Verwendet werden für die Keramikrohlinge Glasurfarben die ungiftig und lebensmittelecht sind.

Die Kunstwerke werden danach bei 100 Grad im Keramikofen gebrannt. Durch diese hohe Brenntemperatur entsteht eine Gebrauchskeramik, an der die Beschenkten lange Freude haben.

Die Materialkosten in Höhe von 15,00 € werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Donnerstag, 19. November 2020
15.30 Uhr - 17.30 Uhr
1 Nachmittag, 10,00 €
Keramiklädchen, Kirchenstr. 12

202-606 Keramik bemalen für Weihnachten für Kinder ab 9 Jahren

Petra Sohn

Ausschreibung s. Kurs Nr.: 202-605
Donnerstag, 26. November 2020
15.30 Uhr - 17.30 Uhr
1 Nachmittag, 10,00 €
Keramiklädchen, Kirchenstr. 12

202-626 Töpfern für Kinder von 6-10 Jahren

Dorothee Guth

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

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

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

donnerstags, 17. September 2020
15.00 Uhr - 16.30 Uhr
2 Nachmittage, 15,00 €
Werkrealschule Kellerwerkraum

202-627 Töpfern für Kinder von 6-10 Jahren

Dorothee Guth

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 202-626

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

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

montags, 21. September 2020
15.00 Uhr - 16.30 Uhr
2 Nachmittage, 15,00 €
Werkrealschule Kellerwerkraum

202-615 Schmuckmanufaktur für Mädchen ab 7 Jahren

Nadine Münch

Wir gestalten heute modische Ketten/Ohrhänge/Armbänder/Ohrhänge/Schlüsselanhänger aus Perlen, große Perlen, Stiftperlen, Mosaikperlen, Glitzerperlen, eckigen und runden Perlen und Bändern. Die Trends von der Schmuckmesse 20 und 21 sind bereits eingetroffen und können verarbeitet werden. Jede Teilnehmerin ist Ihre eigene Designerin.

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

Freitag, 6. November 2020
15.00 Uhr - 18.00 Uhr
1 Nachmittag, 15,00 €
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

202-617 Kreative Geschenkwerk- statt für Kids ab 7 Jahren

Nadine Münch

Wir gestalten heute Seife, Badeschaum und Badekugeln... Es wird alles, auf Wunsch hübsch verpackt und beschriftet.

Farben, Formen, Gerüche etc. sind frei wählbar. Es ist viel schöner etwas „selbst gebasteltes“ zu verschenken, dass man selbst entworfen und hergestellt hat.

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

Freitag, 20. November 2020

15.00 Uhr - 18.00 Uhr

1 Nachmittag, 15,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Kunst

202-609 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren

Christian Schura

In diesem Kurs kannst du alles zeichnen: Tiere, Comics, Manga, Trickfiguren, Star Wars, Aliens, Roboter, Autos, Flugzeuge, Meerjungfrauen, Feen, Kobolde, Graffiti und vieles mehr.

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

Montag, 28. September 2020

16.00 Uhr - 18.15 Uhr

1 Nachmittag, 12,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

202-610 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren

Christian Schura

Ausschreibung s. Kurs Nr.: 202-609

Montag, 19. Oktober 2020

16.00 Uhr - 18.15 Uhr

1 Nachmittag, 12,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

202-611 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren

Christian Schura

Ausschreibung s. Kurs Nr.: 202-609

Montag, 16. November 2020

16.00 Uhr - 18.15 Uhr

1 Nachmittag, 12,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

202-612 Kinder zeichnen Weihnachtskarten und Trickfiguren

für Kinder ab 8 Jahren

Christian Schura

Wir kennen sie alle, die Trickfiguren aus Kino und Fernsehen:

Die Minions, Simpsons, Pokémon, Donald Duck, Micky Maus und viele mehr.

Mit diesen Figuren zeichnest du Weihnachtsbilder z. B. beim Rodeln, Schmücken des Weihnachtsbaumes oder beim Auspacken der Geschenke.

Die Karten eignen sich zum Verschenken an Eltern, Geschwister, Oma und Opa oder Freunde.

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

Montag, 21. Dezember 2020

16.00 Uhr - 18.15 Uhr

1 Nachmittag, 12,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 6

Gesundheit und Körper

202-616 Trendy Nailstyling für Mädchen von 11-15 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. Die Kursleiterin selbst ist noch jung und weiß genau, was gerade im Trend liegt. Wir machen NICHTS mit Kunstfingernägeln, sondern üben nur am natürlichen Nagel.

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

Samstag, 10. Oktober 2020

10.00 Uhr - 13.00 Uhr

1 Nachmittag, 15,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 1

Der Geburtstag dauert drei Zeitstunden. Gruppengebühr 120,00 EUR, (für 7-10 Kinder).

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.

202-680 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.

Der Geburtstag dauert drei Zeitstunden.

Gruppengebühr 120,00 €, inkl. 20,00 € Materialgebühren (für 7-10 Kinder).

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.

Kindergeburtstage



202-650 Kindergeburtstag – Geocaching – die moderne Schnitzeljagd, ab ca. 10 Jahren

Ferdinando Abbate

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

Seitenweise

BÜCHER AM MARKT

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

SEITENWEISE
BÜCHER AM MARKT
Marktplatz 2
68526 Ladenburg

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

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

Einige unserer Leistungen:

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

Charlotte Günther Fotosatz pick-up Druckvorlagenherstellung

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

Tanzen**202-9225 Der Tanzclub für Fortgeschrittene****Stefan Wech**

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

montags, 14. September 2020**20.30 Uhr - 21.30 Uhr****15 Abende, 75,00 €****Bürgerhaus „Hirsch“, Saal****Nähen****202-9101 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 Nähetechniken im Vordergrund.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Stoff, Schnitt, Zuschneideschere, Stecknadeln, Maßband und Schneiderkreide.

montags, 21. September 2020**18.00 Uhr - 21.00 Uhr****5 Abende, 50,00 €****Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2****202-9102 Zuschneiden, Nähen und Ändern****Gaby Nowack**

Ausschreibung s. Kurs-Nr. 202-9101

montags, 9. November 2020**18.00 Uhr - 21.00 Uhr****5 Abende, 50,00 €****Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2**

Yoga
**202-9201 Hatha Yoga –
Stressprävention, Mobilität und
Entspannung**
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, 15. September 2020
18.00 Uhr - 19.30 Uhr
12 Abende, 96,00 €
**Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 im 1. OG
(über die Sandsteintreppe)**
**202-9202 Hatha Yoga –
Stressprävention, Mobilität und
Entspannung**
Manuela Förg

Ausschreibung s. Kurs Nr.: 202-9201

dienstags, 15. September 2020
20.00 Uhr - 21.30 Uhr
12 Abende, 96,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal
**202-9203 Hatha-Yoga für jedes
Alter und Fitnessniveau –**
***Auch Anfänger sind herzlich
willkommen!***

Wir praktizieren entlastende Körperhaltungen, effektive Atemübungen sowie geführte Meditationen. Ungesunden Haltungen des Alltags wollen wir gezielt entgegenwirken, Krankheiten vorbeugen und insgesamt fitter werden. Wir fördern unsere Beweglichkeit, Nacken und Schultern können entspannen, die Bandscheiben entlasten und die Körperenergien besser fließen. Durch bewusste Atmung und Konzentration auf unseren Körper wird unser Kopf frei. Jede/r Teilnehmer*in kann selbst entscheiden, mit welcher Intensität er/sie die Körper-, Atem- und Meditationsübungen ausführt.

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

donnerstags, 24. September 2020
20.00 Uhr - 21.30 Uhr
12 Abende, 96,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal
**202-9204 Vinyasa Power Yoga –
Meditation in Bewegung**
Petra Wassmer

Vinyasa Power Yoga ist eine sehr körperbetonte Form des Yoga, die es gerade uns westlichen Kopfmenschen und Zweiflern ermöglicht, einen Zugang zum Yoga zu finden. Im Vinyasa Yoga steht die Praxis von Körperhaltungen (Asanas) im Vordergrund. Alles wird bewusst im Atemfluss geübt. Dadurch entfaltet diese Form ihre meditative Wirkung.

Bitte mitbringen: Bequeme Sportkleidung, eine Gymnastikmatte und ein Handtuch oder eine Decke zur Entspannung.

montags, 21. September 2020

18.50 Uhr - 20.20 Uhr

12 Abende, 105,00 €

Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

202-9205 Yoga 50 plus Atmen – Bewegen – Entspannen

Katja Markmann-Schmitz

Durch das Praktizieren einer sanften Form des Hatha-Yogas wollen wir Körper und Geist gesund und beweglich erhalten. Nacken und Schultern können entspannen, die Bandscheiben entlasten und die Körperenergien besser fließen. Hierzu führen wir leicht zu erlernende Körper-, Atem- und Meditationsübungen aus. Durch Konzentration auf unseren Körper und bewusste Atmung wird unser Kopf frei.

Dieser Kurs eignet sich auch für Anfänger und Personen, die weniger geübt und sportlich sind. Die Anforderungen werden an die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Teilnehmer*innen angepasst.

Bitte mitbringen:

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

donnerstags, 24. September 2020

09.30 Uhr - 11.00 Uhr

12 Vormittage, 96,00 €

Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

Pilates

202-9208 Training nach der Original-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 tieferliegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen an, die für eine korrekte, aufrechte und gesunde Körperhaltung sorgen.

Besonderer Wert wird auf die kontrollierte Ausführung und die bewusste Atmung gelegt. Die Körperwahrnehmung wird geschult und das Zusammenspiel von Körper und Geist durch ruhige, fließende Bewegungen verbessert.

Sie benötigen für die Übungen bequeme Sportkleidung, eine eigene Gymnastikmatte und ein Handtuch.

montags, 12. Oktober 2020

19.00 Uhr - 20.00 Uhr

9 Abende, 48,00 €

**Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 im 1. OG
(über die Sandsteintreppe)**

Wirbelsäulengymnastik

202-9209 Wirbelsäulengymnastik/ Rückenschule

Christine Braxmaier

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, eine Wolldecke und Matte!

mittwochs, 23. September 2020

18.15 Uhr - 19.15 Uhr

10 Abende, 62,00 €

Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

202-9210 Wirbelsäulengymnastik/ Rückenschule

Christine Braxmaier

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, eine Wolldecke und Matte!

mittwochs, 23. September 2020
19.15 Uhr - 20.15 Uhr
10 Abende, 62,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

Entspannung

202-9211 Wirbelsäulen Qi Gong

Marion Meisenzahl

Die sanften Übungen des Wirbelsäulen Qi Gong basieren auf den gleichen Grundlagen wie die Traditionelle Chinesische Medizin. Sie helfen, Verspannungen und Blockaden entlang der Wirbelsäule zu lösen und den freien Fluss der Lebensenergie wiederherzustellen. Durch die Verbindung der Wirbelsäule zu allen Organen werden auch diese langfristig gestärkt. Geübt wird im Stehen, Sitzen und Liegen.

montags, 21. September 2020
17.00 Uhr - 18.00 Uhr
10 Abende, 67,00 €
Bürgerhaus „Hirsch“, Saal

Tennis

202-9220 Tenniskurs für Anfänger*Innen und Wiedereinsteigende

Julien Lamm

In acht Einheiten à 1,5 Stunden bietet die Tennisschule JULA in Kooperation mit der Tennisabteilung der Spielvereinigung 03 Ilvesheim auf deren Anlage einen Grundlagenkurs für alle an, die sich gerne mal (wieder) mit der gelben Filzkugel auseinandersetzen möchten.

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

Bälle werden gestellt. Tennisschlägerbereitstellung auf Anfrage ebenfalls möglich.

montags und mittwochs,
ab 31. August 2020
17.00 Uhr - 18.30 Uhr
8 Abende, 75,00 €
Tennisplätze am Neckarstation,
Ilvesheim

Aquakurse

202-9221 Aqua-Fitness – Flachwasser

Silvia Hütt

Lust auf Wasser im Ilvesheimer Hallenbad? Aqua-Sport ist nicht nur etwas für rüstige Senioren mit „Pool-Nudel“ im brusttiefen Flachwasser.

Selbst im Tiefwasser mit Aqua-Gürtel, Bein-Schwimmer oder Pool-Nudel 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 erforderlich!

Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

dienstags, 13. Oktober 2020

18.30 Uhr - 19.15 Uhr

10 Abende, 69,00 €

Hallenbad Ilvesheim

202-9222 Aqua-Jogging – Tiefwasser

Silvia Hütt

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 202-9221

Wichtig: Ausreichend Trinken mitbringen, bruchssichere Flaschen sind am Beckenrand erforderlich!

Zuzüglich Eintritt Hallenbad!

dienstags, 13. Oktober 2020

19.30 Uhr - 20.15 Uhr

10 Abende, 69,00 €

Hallenbad Ilvesheim

202-9223 Aqua-Jogging für Fortgeschrittene

Kerstin Fleck

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit praktischen Kenntnissen in den verschiedenen Laufschritten. Aqua-Joggingermöglicht ein gelenkschonendes und effektives Training aller motorischen Hauptbeanspruchungsformen (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination, Beweglichkeit) inklusive gesundheitsfördernder und anregender Wirkungen auf Gefäße, Organe sowie den Bewegungsapparat.

Außerdem wird die Körperwahrnehmung und das Gleichgewicht geschult. Den Schwerpunkt bilden neben den Grundlauftechniken Koordinations- und Kräftigungs-

übungen 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, 15. Oktober 2020

17.15 Uhr - 18.00 Uhr

10 Abende, 69,00 €

Hallenbad Ilvesheim

202-9224 Aqua-Jogging für Fortgeschrittene

Kerstin Fleck

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 202-9223

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, 15. Oktober 2020

18.15 Uhr - 19.00 Uhr

10 Nachmittage, 69,00 €

Hallenbad Ilvesheim

Sprachen

202-802 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, 22. September 2020

14.45 Uhr - 16.00 Uhr

10 Nachmittage, 97,00 €

Friedrich-Ebert-Schule, Raum 114

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.

202-680 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.

Der Geburtstag dauert drei Zeitstunden.

Gruppengebühr 120,00 €, inkl. 20,00 € Materialgebühren (für 7-10 Kinder).

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.

Kindergeburtstage



202-650 Kindergeburtstag – Geocaching – die moderne Schnitzeljagd, ab ca. 10 Jahren

Ferdinando Abbate

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

Gruppengebühr 120,00 EUR, (für 7-10 Kinder).

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 Weitermeldeleiste.

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 Weitermeldeleiste 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, Heddeshheim, Edingen-Neckarhausen und Schriesheim-Wilhelmsfeld) anmelden, geben wir die Daten an die den Kurs ausrichtende vhs weiter!

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

• Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

• Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

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

Telefonnummer: 0 62 03-92 32 00



V H S
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 Zugangs-schranken zu erhalten und auszubauen. Deshalb verpflichten sie sich in ihrer Arbeit auch weiterhin auf:

- parteipolitische und weltanschauliche Neutralität
- Unabhängigkeit von Gruppeninteressen
- Markt-, aber nicht Gewinnerorientierung
- 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 Lebensberatung
- Offenheit gegenüber neuen Lehr- und Lernformen
- die Betonung der Bedeutung sozialen Lernens gegenüber rein selbstorganisiertem Lernen
- zeitliche Flexibilität ihres Angebots
- konsequente Auswahl und Fortbildung der Kursleitenden
- kooperative Programmplanung
- zielorientierte Organisations- und Personalentwicklung
- kontinuierliche Dokumentation und Evaluation.

Die Volkshochschulen der Region Unterer Neckar

Badische Bergstraße

Luisenstraße 1, 69469 Weinheim
☎ 0 62 01 / 99 63-0
www.vhs-bb.de

Buchen

Kellereistraße 48, 74722 Buchen
☎ 0 62 81 / 55 79 30
www.vhs-buchen.de

Dossenheim

Gerhart-Hauptmann-Straße 7,
69221 Dossenheim
☎ 0 62 21 / 86 45 55
www.vhs-dossenheim.de

Eberbach-Neckargemünd

Bussemerstraße 2a, 69412 Eberbach
☎ 0 62 71 / 94 62 10
www.vhs-eb-ng.de

Edingen-Neckarhausen

Rathaus/Bürgermeisteramt
Hauptstraße 60,
68535 Edingen-Neckarhausen
☎ 0 62 03 / 80 82 50
www.edingen-neckarhausen.de

Heddesheim

Unterdorfstraße 2, 68542 Heddesheim
☎ 0 62 03 / 10 12 67
www.vhs-heddesheim.de

Heidelberg

Bergheimer Str. 76-78, 69115 Heidelberg
☎ 0 62 21 / 91 19 11
www.vhs-hd.de

Hockenheim

Heidelberger Str. 16a, 68766 Hockenheim
☎ 0 62 05 / 92 26 52
www.vhs-hockenheim.de

Ladenburg-Ilvesheim e.V.

Altes Rathaus, Hauptstraße 39,
68526 Ladenburg
☎ 0 62 03 / 92 32 00
www.vhs-ladenburg.de

Leimen

Kurpfalz-Centrum 1, 69181 Leimen
☎ 0 62 24 / 70 42 41
E-Mail: vhs@leimen.de

Mannheimer Abendakademie und Volkshochschule GmbH

U 1, 16-19, 68161 Mannheim,
☎ 06 21 / 10 76-0
www.abendakademie-mannheim.de

Mosbach

Hauptstraße 22, 74821 Mosbach
☎ 0 62 61 / 1 20 77
www.vhs-mosbach.de

Schriesheim-Wilhelmsfeld

Schulgasse 1c, 69198 Schriesheim
☎ 0 62 03 / 69 26 99
www.vhs-schriesheim.de

Bezirk Schwetzingen e. V.

Mannheimer Straße 29,
68723 Schwetzingen
☎ 0 62 02 / 20 95-0
www.vhs-schwetzingen.de

Sinsheim

Muthstraße 16a, 74889 Sinsheim
☎ 0 72 61 / 65 77-0
www.vhs-sinsheim.de

Südliche Bergstraße

Ringstraße 1, 69168 Wiesloch
☎ 0 62 22 / 92 96-0
www.vhs-sb.de

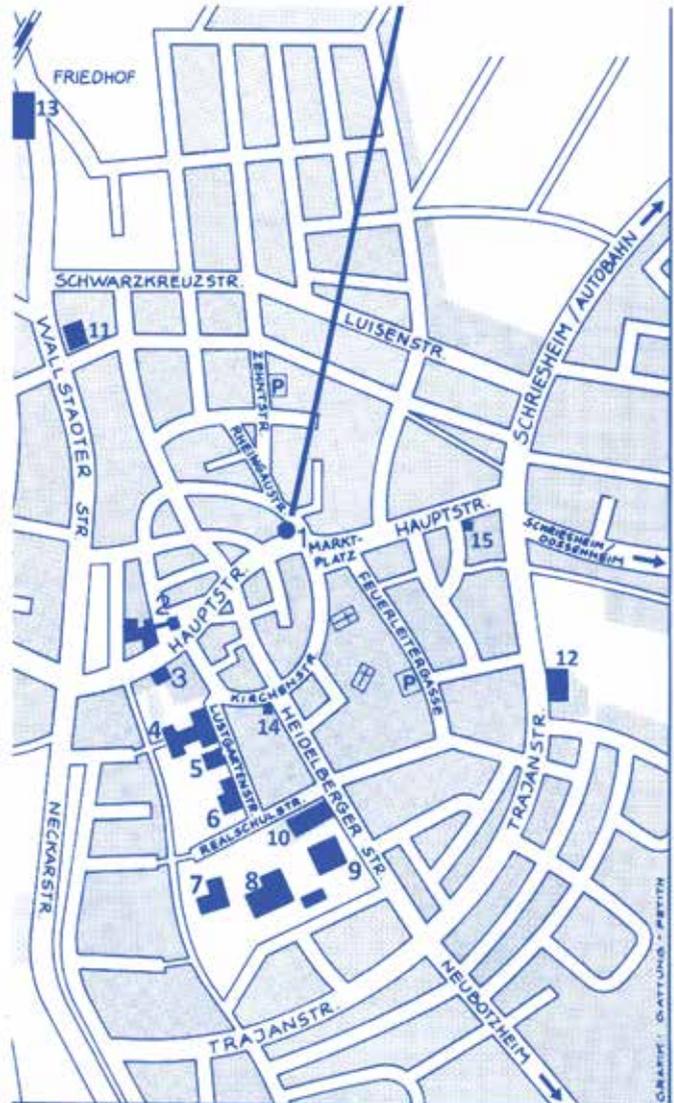
Volkshochschule

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:** 2.000 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

