



---

# Programm

## 2. Halbjahr 2008

---

Kursort  
»ALTE-SCHULE«  
Rheinstraße 72  
Egelsbach

Sprechzeiten:  
Mo., Mi.: 8.00-12.00 Uhr  
Di.: 8.00-10.00  
Do.: 8.00-12.00 Uhr und 14.30-18.30 Uhr

Volkshochschule Egelsbach  
Freiherr-vom-Stein-Str. 13  
63329 Egelsbach  
Telefon: 0 61 03 / 40 51 69  
Telefax: 0 61 03 / 40 51 11  
Neue Nummern nach dem Umzug:  
Telefon: 0 61 03 / 20 27 636  
Telefax: 0 61 03 / 20 27 692  
e-mail: [anfrage@vhs-egelsbach.de](mailto:anfrage@vhs-egelsbach.de)



## Zu wenig Platz? Wir helfen. Sparkassen-Baufinanzierung.

Top-Konditionen. Individuelle Lösungen. Faire Beratung.

 Sparkasse  
Langen-Seligenstadt

Erfüllen Sie sich Ihren persönlichen Traum vom Wohnen! Egal ob Sie kaufen, bauen oder umbauen wollen: Zusammen mit unserem Partner LBS stehen wir Ihnen in allen Fragen kompetent zur Seite. Mehr Infos in Ihrer Geschäftsstelle oder unter [www.sls-direkt.de](http://www.sls-direkt.de) **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**



**Liebe Mitbürgerinnen,  
liebe Mitbürger,**

Im Sommer 2007 zogen die VHS und die VHS-Musikschule von ihren „Ausweichquartieren“ zurück in die mittlerweile renovierte „Alte Schule“ in der Rheinstraße 72. Nun finden interessierte und in jeder Hinsicht „wissbegierige“ Bürgerinnen und Bürger dort alle Möglichkeiten, um Ihren Wissensdurst zu stillen. Denn sowohl Goethe und Schiller als auch Bach und Beethoven teilen sich nun das altehrwürdige Backsteinhaus - VHS, Musikschule und Bücherei ergänzen einander im Angebot optimal.

Die Zahl der jungen Musikschülerinnen und Musikschüler steigt weiterhin stetig - aber auch immer mehr „Mamas und Papas“ schlagen die Saiten oder greifen in die Tasten.

Fast schon „traditionell“ wird es auch in diesem Jahr wieder eine große Aufführung der Musikschule geben – nach Vivaldi und Mozart steht nun ein Konzert zur Adventszeit auf dem Programm. Bitte notieren Sie sich schon jetzt den 13.12. als Termin des Weihnachtskonzerts.

Soll es nach all' dem geistigen „Futter“ auch etwas für die Figur oder körperliche Fitness sein? Wie wäre es dann mit Rückenschule,

Kung-Fu oder Pilates? Jede und jeder – egal welchen Alters – findet im Angebot der VHS Egelsbach eine Möglichkeit zur optimalen Förderung der eigenen Kondition.

Haben auch Sie mit Freude und Interesse die Fußball-EM in Österreich und in der Schweiz verfolgt? Warum denn nicht (mal wieder) eine Sprache der europäischen Nachbarstaaten lernen? Englisch, Französisch, Spanisch und auch Italienisch werden an der VHS Egelsbach mit Freude und Engagement vermittelt.

Für das Neuentdecken und Weiterlernen, heute wichtiger denn je, wünsche ich Ihnen viel Erfolg

Mit freundlichen Grüßen  
Ihr Rudi Moritz

Bürgermeister

# Inhaltsverzeichnis

Kursleiterverzeichnis	5	<b>Gesundheit</b>	22
Hinweise für TeilnehmerInnen	6	Yoga	22
Gebührenordnung		Chi Gong und Tai-Chi	22
für die Volkshochschule Egelsbach	6	Kung-Fu	23
		Joyrobic	23
<b>Musikunterricht in der VHS</b>	7	AERO-BBP	23
Musikgarten für Babys	7	Rückenschule	24
Musikgarten	7	Fit bis ins hohe Alter	24
Musikalische Früherziehung	8	Pilates	24
Gesangsunterricht / Stimmbildung	8	Fit in den Herbst	25
Instrumentalunterricht	9	Qi Gong für Frauen	25
Solfeggio	9	Ba Gua Zhang	26
Gehörbildung und Musiktheorie	10	<b>Sprachen</b>	27
Gebühren	11	Englisch	27
		Französisch	28
<b>Seminare und Vorträge</b>	12	Spanisch	28
Farb- und Stilberatung	12	Italienisch	29
Bewegtes Lernen	12	Angebot der VHS-Langen	30
Comiczeichnen leicht gemacht	13	EDV-Kurse der VHS Offenbach	31
Das Baby verstehen	13	Programm der	
Meditationsabende	14	Kreisvolkshochschule Offenbach	32
Macht der Gedanken	14	Angebot des Kinderschutzbundes	33
Homöopathische Hausapotheke	15	„Online Academy“ der Sparkasse	34
Reiki	15	<b>Sponsoren</b>	<b>35</b>
Autogenes Training	16	Anmeldeformulare	39
Progressive Muskelentspannung	17	Ortsplan	43
Alles Gute für die Seele –			
Nur für Frauen	17		
Prüfungsangst	18		
Geistige und körperliche Fitness	18		
<b>Kultur, Gestalten</b>	19		
Bauchtanz	19		
Kindertanz	19		
Klassisches Ballett (6-8jährige)	19		
Klassisches Ballett (8-10jährige)	19		
Hip-Hop	19		
Ballett für Erwachsene	20		
Ikebana	20		
„Montagsmaler“	20		
Schmuck mit Edelmetallen			
selbst gestalten	20		
Filzen	20		
Photoshop-Intensivkurs	21		
		Für Fragen steht Ihnen das VHS-Team,	
		Frau Angelika Schöllkopf und	
		Frau Maria Kühnel, gerne zur Verfügung!	
		Telefon: 0 61 03 / 40 51 69	
		Telefax: 0 61 03 / 40 51 11	
		Nach dem Umzug:	
		Telefon: (0 61 03) 20 27 636	
		Telefax: (0 61 03) 20 27 692	
		e-mail: anfrage@vhs-egelsbach.de	

## Kursleiterverzeichnis

- As, Julia:** Blockflöte, Klavier,  
Gehörbildung, Musiktheorie  
06151 / 1011099
- Ash, Konstantin:** Blockflöte, Klavier,  
Posaune  
06151 / 1011099
- Bellia, Adele:** Italienisch  
06074 / 7755
- Bender, Gisela:** Englisch  
06103 / 72422
- Betz, Regine:** Rückenschule  
06103 / 53173
- Bossert, Beate:** Filzkurse  
07191 / 52172
- Braun, Patrick:** Ba Gua Chang  
06150 / 991163
- Butz, Bärbel:** Joyrobic  
06103 / 977085
- Coccioli, Veronica:** Gitarre  
06151 / 9676093
- Dervenis, Jannis:** Gesangsunterricht  
06103 / 405169
- Diaz, Pablo Santiago Marin,** Spanisch  
06103 / 8700567
- Eckhardt, Sonja:** Querflöte, Klavier  
06103 / 731494
- Fink, Eveline:** Ikebana  
06103 / 45577
- Gortel, Marcín:** Violine  
06150 / 107720
- Gortel, Joanna:** Violine  
06151 / 107720
- Hagenah, Uwe:** Reiki, Meditation  
06103 / 940075
- Hermann, Edi:** Comics zeichnen  
06181 / 181319
- Iliadis, Christos:** Klavier  
0176 / 21732992
- Kaden, Gaby:** Autogenes Training  
Progressive Muskelentspannung  
06103 / 44597
- Kähm, Angelina:** Klavier, Keyboard  
06103 / 405169
- Keller, Maria:** Französisch  
06103 / 42765
- Kelly, Daniel:** Gitarre  
069 / 624608
- Kröselberg, Henny:** Yoga  
06103 / 45794
- Löffler, Conny:** Ballett  
06103 / 405169
- Mirza, Sabrina:** Englisch  
06103 / 25605
- Mohr, Marion:** Pilates am Vormittag  
06103 / 943308
- Müller-Braun, Brigitte:** Erdenergie QiGong  
für Frauen  
06150 / 991163
- Neumann, Ornella:** Italienisch  
06074 / 90806
- Olivetti, Gabriele:** AERO-BBP  
01726721104
- Rühmkorff, Heiko:**  
Gitarre, Klarinette, Violine  
06074 / 922121
- Schäfer, Marianne:** Fit in den Herbst,  
06103 / 8075013
- Schnabel, Thomas:** Tai Chi Chuan  
06182 / 67651
- Schmitt, Andreas:** Photoshop-Intensivkurs  
06103 / 946351
- Schölkopf, Katherina:** Flöte, Blockflöte,  
Instrumental-Ensemble  
06103 / 405169
- Schwalm, Britta:** Schmuck selbst gestalten  
06103 / 280305
- Semmler, Andrea:** Blockflöte, Musikgarten  
06103 / 42204
- Strasas, Lothar:** Montagsmaler  
06109 / 32519
- Stürmer, Ellen:** Bew. Lernen, Homöopathie  
06103 / 44137
- Treckmann, Gaby:** Bauchtanz  
06150 / 990483
- Vorozheykin, Andriy:** Blockflöte, Querflöte  
01779369651, 06151 / 3536288
- Wehle, Irene:** Farbberatung  
06151 / 894196

## Hinweise für TeilnehmerInnen

### Anmeldung:

Schriftliche Anmeldungen werden sofort nach Erscheinen des vorliegenden Programmheftes entgegengenommen. Die Anmeldung mit dem am Ende dieses Heftes abgedruckten Anmeldeformulars, oder auch eine formlose Anmeldung ist verbindlich.

### **Die Anmeldung wird nicht bestätigt.**

Die Gemeinde Egelsbach bittet um die Erteilung einer Einzugsermächtigung, da das Versenden einer Rechnung mit 2,50 € extra berechnet wird.

### Abmeldung:

Der Besuch des ersten Kurstages soll Gelegenheit geben, Arbeitsweise und Kursinhalt kennen zu lernen. Bei allen gebührenpflichtigen Veranstaltungen (ausgenommen Sonderveranstaltungen, Intensivkurse, Wochenendseminare und eintägige Seminare) werden Anmeldungen **nur dann gegenstandslos, wenn eine schriftliche Abmeldung spätestens vor dem zweiten Veranstaltungstermin bei der Geschäftsstelle vorliegt**. Erfolgt nach der Anmeldung keine Abmeldung, so werden die Gebühren erhoben.

Bei Wochenendseminaren, Intensivkursen und eintägigen Seminaren ist eine schriftliche Abmeldung bis drei Wochen vor dem Veranstaltungstermin möglich. Es gilt das Datum des Poststempels. Eine Abmeldung nach diesem Termin kann nur in besonders begründeten Ausnahmefällen anerkannt werden; ein entsprechender Nachweis ist unverzüglich zu führen. Es gibt keinen Probetag. Bei Sonderveranstaltungen gelten besondere Bedingungen.

Es gilt die Gebührenordnung der Volkshochschule der Gemeinde Egelsbach.

### **Ferien, bewegliche Ferien- und Brückentage und Feste in Egelsbach:**

Am Freitag und Samstag vor Beginn der hessischen Schulferien ist regulär Unterricht.

Am Rosenmontag ist regulär Unterricht.

Am Fastnachtsdienstag fällt der Unterricht aus. Am Freitag und Samstag nach Christi Himmelfahrt und Fronleichnam ist ebenfalls Unterricht. An den Kerbtagen ist Unterricht.

## Gebührenordnung für die Volkshochschule Egelsbach

Informationen zur Gebührenordnung der Gemeinde Egelsbach erhalten Sie auf Anfrage im VHS Büro. **Die Gemeindevertretung wird voraussichtlich im September 2008 über eine Anhebung der VHS- und Musikschulgebühren diskutieren. Bitte rechnen Sie mit einer Anhebung der Gebühren ab November 2008.**



Die VHS-Musikschule bietet Instrumentalunterricht für alle Altersgruppen.

Dieser beginnt mit den Kursen für die Kleinsten, zusammen mit ihren Eltern.

Nach dem Besuch von „Musikgarten für Babys“, „Musikgarten 1 und 2“ wechseln die Kinder zur „Musikalischen Früherziehung“ oder zum „Klavier mit Malblock“.

Mit dem Schuleintritt folgt dann meist der erste Instrumentalunterricht.

Die VHS bietet folgenden Instrumentalunterricht an:

Sopranino-, Sopran-, Alt-, Tenor-, Baßblockflöte, Cello, Gitarre, Harfe, Keyboard, Klarinette, Klavier, Posaune, Querflöte und Violine.

Zusätzlich werden zwei Flötenensembles und ein Gitarrenensemble angeboten.

Informationen zu den einzelnen Instrumenten erhalten Sie im VHS Büro: (z. B. Anschaffungskosten für das Instrument, ab welchem Alter ist Unterricht sinnvoll?, gibt es bei der VHS Leihinstrumente?)

**Alle Kurse finden in der „Alten-Schule“, Rheinstraße 72, 63329 Egelsbach, statt.**

## Musikgarten für Babys

**2.08.00.2008**, Andrea Semmler

Der Musikgarten für Babys lädt Babys bis 18 Monaten und deren Eltern zum musikalischen Spiel ein. Gemeinsames Musizieren und Musikhören in dieser frühen Phase ist für das Kind „Nahrung“ in dreierlei Hinsicht: für Körper, Seele und Gehirn.

Durch Lieder, Sprechverse und Bewegungsspiele können die Kinder zusammen mit ihren Bezugspersonen ihre angeborene musikalische Sprache entdecken und Freude daran finden. Einfache Instrumente wie Klanghölzer, Rasseln und Trommeln führen das Kind in die Welt der Klänge.

Forschungen bestätigen inzwischen den positiven Einfluss von musikalischer Erziehung auf die ganzheitliche Entwicklung des Kindes, auf die musikalische Begabung, das Sozialverhalten und das Lernen.

Kurstag: Donnerstag, Kurszeit auf Anfrage  
Gebühr: 22,50 € pro Monat und eine Begleitperson, Seiteneinstieg möglich, soweit freie Plätze vorhanden

## Musikgarten Teil I

Für Kinder von 1½ bis 3 Jahren und eine Begleitperson

**2.08.00.2008**, Andrea Semmler

Der Musikgarten lädt Kleinkinder ab 1 1/2 Jahren und deren Eltern zum gemeinsamen Musizieren ein. Erst wenn das Kleinkind aktives Musizieren in der Gemeinschaft oder seiner häuslichen Umwelt erlebt, wird es auch selbst musizieren wollen. Durch gemeinsames Musizieren wird die Gesamtentwicklung des Kindes positiv unterstützt.

Im Musikgarten wird die musikalische Wechselbeziehung zwischen dem Kleinkind und dem Erwachsenen betont. Wenn Eltern vorsingen, so ist dies für das Kind der stärkste Anreiz zum eigenen Singen.

Der Musikgarten gibt Ihnen die Möglichkeit, Musik wieder in das Familienleben zu integrieren genauso, wie dies über viele Generationen ganz selbstverständlich der Fall war.

Der Musikgarten I ist die Vorbereitung auf den Musikgarten Teil 2.

Kurstage:

Dienstags und Donnerstags, Kurszeit auf Anfrage

Gebühr: 22.50 € pro Monat für ein Kind und eine Begleitperson. Ein Seiteneinstieg ist möglich, soweit freie Plätze vorhanden

Ort: Raum I

## Musikgarten Teil 2

Für Kinder von 3 bis 4 Jahren und eine Begleitperson

**2.08.00.2008**, Andrea Semmler

Der Musikgarten 2 ist der Anschlusskurs an den Musikgarten 1. Die Kinder sind etwa 3 Jahre alt.

Erlerntes aus dem Musikgarten I wird durch viele neue Elemente erweitert, vertieft und aufgebaut. Auch hier nimmt ein Elternteil mit Kind am Kurs teil.

Kurstag: Dienstag, Kurszeit auf Anfrage

Gebühr: 22.50 € pro Monat für ein Kind und eine Begleitperson. Ein Seiteneinstieg ist möglich, soweit freie Plätze vorhanden

Ort: Raum I

## Musikalische Früherziehung

Für Kinder ab 4 Jahre

**2.08.01.2008**, Julia As.

Ohne Mama oder Papa, ohne Oma oder Opa ...

Kein Kind ist unmusikalisch! In der Mu-

sikalischen Früherziehung wird Kindern ein Zugang zur Musik eröffnet.

Sie entdecken die Musik mit allen Sinnen – sie hören, sprechen und singen kleine Texte und Lieder, sie bewegen sich zu einer Melodie, sie laufen, hüpfen und klatschen den Rhythmus. Es werden wichtige Grundlagen und Voraussetzungen zur späteren Beschäftigung mit Instrumenten geschaffen.

Alle kindlichen Fähigkeiten werden spielerisch gefördert und vertieft:

Selbst Musik machen, erste Instrumente kennen lernen, sie ausprobieren, sich in der Musik finden, das Gehör, das rhythmische Empfinden und die Entwicklung der Musikalität durch singen, tanzen, spielen und malen fördern.

Kurstage:

Do., ab 07.08.2008, 15.00 Uhr und 16.00 Uhr, Fr., 08.08.2008, 15.30 Uhr

Gebühr: 17.00 € pro Monat und Kind

Ort: Raum I

Elternabend am Mo., 04.08.2008, 19.00 Uhr

## Gesangsunterricht / Stimmbildung für Erwachsene

**2.08.02.2008**, Jannis Dervenis

Die menschliche Stimme ist ein Phänomen. – Sie ist, wenn man so sagen will, das älteste „Instrument“ der Welt und gleichwohl das empfindlichste, das bei falschem Einsatz schnell Schaden nehmen kann. Singen ist für die Stimme und den Körper Hochleistungssport und erfordert eine gute Technik.

Um beim Singen ein künstlerisch hohes Niveau zu erreichen und dabei lange Freunde zu haben ist eine gute Gesangstechnik unerlässlich.

Egal ob Sie Klassik, Pop, Rock oder im Chor singen, lernen Sie unter Anleitung eines professionellen Opersängers Ihre Stimme auf gesunde Weise einzusetzen und entdecken Sie die faszinierenden Möglichkeiten Ihrer Stimme.



Termin: Mittwoch

Gebühren: siehe Instrumentalunterricht

## **Instrumentalunterricht für AnfängerInnen und Fortgeschrittene**

**Unterrichtsraum siehe Aushang im  
Erdgeschoss**

Nachfolgend die Instrumente und die Namen der unterrichtenden Kolleginnen und Kollegen:

### **Altflöte:**

Julia As, Konstantin Ash

### **Blockflöte (Sopran):**

Julia As, Konstantin Ash, Katherina Schölkopf, Andrea Semmler, Andriy Vorozheykin

### **Instrumental-Ensemble:**

Katherina Schölkopf

Ensemble I

Di., 16.45-17.30 Uhr

Ensemble II

Di., 17.30-18.15 Uhr

**Das Ensemble ist kein Ersatz für den  
Instrumentalunterricht!**

Gebühr: 10.00 € pro Monat

### **Gesangsunterricht:**

Jannis Dervenis

### **Gitarre:**

Veronica Coccioli, Daniel Kelly,  
Heiko Rühmkorff

### **Klarinette:**

Heiko Rühmkorff

### **Klavier, Keyboard:**

Julia As, Konstantin Ash, Sonja Eckhardt,  
Christos Iliadis, Angelina Kähm

### **Klavier mit Malblock**

für 4-7jährige Kinder:

Julia As, Angelina Kähm, Christos Iliadis

### **Musikgarten für Babys, Teil I und Teil 2:**

Andrea Semmler

### **Musikalische Früherziehung:**

Julia As

### **Posaune:**

Konstantin Ash

### **Querflöte:**

Sonja Eckhardt, Andriy Vorozheykin

### **Violine:**

Marcin Gortel, Heiko Rühmkorff,  
Joanna Gortel

### **Violoncello:**

Unterrichtstag: Mittwoch

## **Solfeggio**

**2.08.03.2008, Julia As**

Der Kurs ist für die Anfänger der Musik-  
kurse gedacht.

Alter: ab 6 Jahre

Schwerpunkt: die Noten lernen und singen,  
elementare Musiktheorie kennen lernen (wie  
Pausenwerte, Schlüssel, Vor- und Versetzungs-  
zeichen usw.)

Der Kurs kann als Einstieg und auch wie  
eine Hilfergängerung zum Instrumentalunter-  
richt sein (für alle Instrumente).

Gruppenunterricht

(5 bis maximal 8 Kinder)

Beginn: Fr.: 05.09.2008, 16.30-17.15 Uhr

Gebühr: 17.00 € monatlich

## **Gehörbildung und Musiktheorie für Schülerinnen und Schüler ab 9 Jahren - Grundkurs**

**2.08.04.2008**, Julia As

Der Kurs ist eine ideale Ergänzung zum Musikunterricht an weiterführenden Schulen und auch für alle Kinder offen, die nicht an unserer Musikschule den Instrumentalunterricht besuchen.

Der Unterricht in diesem Fach umfasst folgende Inhalte: Grundlagen der Hörbildung; Intervalle und Rhythmen hören, Dreiklänge und Umkehrungen, einstimmiges Diktat.

## **Gehörbildung und Musiktheorie für Schülerinnen und Schüler ab 9 Jahren Aufbaukurs**

**2.08.05.2008**, Julia As

- Allgemeine Musiklehre: Tonbezeichnungen, Intervalle, System der Tonarten, Drei- und Vierklänge
- Harmonielehre: Verbindungen quintverwandter Akkorde, Hauptfunktionen, Kadenz, leichter zweistimmiger Satz
- Praxis der Satzlehre: Traditionelle Satztechniken, vierstimmiger Satz, Generalbassatz
- Höranalyse
- Formenlehre

Termin: ab Do. 07.08.2008, 16.30-17.15 Uhr  
45 Min. Gruppenunterricht  
(ab 5 bis 12 Kinder)  
Gebühr: 17.00 € pro Monat

## **Gehörbildung und Musiktheorie für Erwachsene**

**2.08.05.2008**, Julia As

Inhalt wie Grund- und Aufbaukurs für Schülerinnen und Schüler

Termin: ab Do. 07.08.2008, 19.30 Uhr  
45 Min. Gruppenunterricht  
(ab 5 bis 12 Teilnehmende)  
Gebühr: 20.40 € pro Monat

## Unterrichtsgebühren pro Monat:

**Die Gemeindevertretung wird voraussichtlich im September 2008 über eine Anhebung der VHS- und Musikschulgebühren diskutieren. Bitte rechnen Sie mit einer Anhebung der Gebühren ab November 2008.**

Baby-Musikgarten, Musikgarten I. und II.  
22.50 € für Kind und Begleitperson

Musikalische Früherziehung,  
Gehörbildung und Musiktheorie  
20.40 € / 17.00 € (ermäßigt)

Einzelunterricht 60 Min.  
83.00 € / 66.40 € (ermäßigt)  
Einzelunterricht 45 Min.  
63.00 € / 50.40 € (ermäßigt)  
Einzelunterricht 30 Min.  
43.00 € / 34.40 € (ermäßigt)

Zweierunterricht 60 Min.  
56.30 € / 45.05 € (ermäßigt)  
Zweierunterricht 45 Min.  
43.00 € / 34.40 € (ermäßigt)

Viererunterricht 60 Min.  
31.00 € / 24.80 € (ermäßigt)  
Viererunterricht 45 Min.  
24.00 € / 19.20 € (ermäßigt)

Ensemble  
10.00 €

## Wie buchen Sie einen Musikkurs der VHS?

- Sie vereinbaren mit der Dozentin oder dem Dozenten einen Unterrichtstermin.
- Sie schicken oder faxen dann eine Anmeldung – diese kann auch formlos sein – an das VHS-Büro.
- Der Anmeldung sollte eine Einzugsermächtigung beigelegt werden.
- Für das Ausstellen und Versenden einer Rechnung müssen wir Ihnen 2.50 € berechnen.
- Für seitens der Schülerin/des Schülers abgesagten Unterrichts besteht kein Ersatzanspruch.
- An gesetzlichen Feiertagen findet kein Unterricht statt.

## Wie kündigen Sie einen VHS-Musikkurs?

Die **schriftliche Kündigung** eines Kurses muss, zwecks weiterer Planung, **zwei Wochen vor Quartalsende im VHS-Büro** eingegangen sein: zum 31.03. am 15.03.; zum 30.06. am 15.06.; zum 30.09. am 15.09.; und zum 31.12. am 15.12.

**Alle VHS-Musikkurse finden in der „Alten Schule“, Rheinstraße 72, statt.**

## Seminare und Vorträge

**Für alle nachfolgenden Seminare und Vorträge werden keine Ermäßigungen gewährt – anteilige Gebührenbefreiung auf Anfrage**

### Seminar 1

#### Farb- und Stilberatung

Irene Wehle

Blühen Sie auf! Bringen Sie Farbe in Ihr Leben und entdecken Sie sich neu!

Eine Farbtypberatung lässt Sie erkennen, welche Farben Sie jünger und vitaler aussehen lassen. Nach genauer Analyse finden wir die für Sie optimal passenden Farben, achten dabei auf Ihre persönliche Kreativität und die Wirkung der Farben auf Ihrem Gesicht.

Mit den richtigen Farben werden:  
Fältchen geglättet – Augenringe und Augenschatten gemildert – Ihre Augen strahlen – die Gesichtsfarbe wirkt frischer – es wohnen keine Fehlkäufe mehr in Ihrem Schrank – alle Kleidungsstücke lassen sich kombinieren – das Make up unterstreicht perfekt Ihren Farbtyp.

Bitte ein Getränk und zwei Lieblingskleidungsstücke mitbringen. Ein Farbpass in verschiedener Ausführung kann im Kurs erworben werden.

Kurs für maximal 4 Teilnehmerinnen

Termin 1: Sa., 16.08.2008, 14.00 -17.00 Uhr

Termin 2: Sa., 25.10.2008, 14.00 -17.00 Uhr

Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 3

Gebühr: 25.00 €,

**Anmeldeschluss: 11.08. bzw. 20.10.2008**

### Seminar 2

#### Bewegtes Lernen

Ellen Stürmer

„Wir haben viele Stunden geübt, doch beim Diktat hat es wieder nicht geklappt!“

„Die Hausaufgaben sind eine Katastrophe! Sebastian sitzt den ganzen Nachmittag am Schreibtisch und wird einfach nicht fertig!“

Kommen Ihnen diese Sätze bekannt vor?

Ich möchte Kindern in diesem Kurs beim Lernen helfen, damit das Lernen Spaß macht und sie nicht die Lust daran verlieren. Eine Kombination aus Rechtschreib- bzw. Grammatiktraining und gezielten Bewegungsübungen werden in diesem Kurs zur Anwendung kommen.

Es werden Fähigkeiten und Fertigkeiten ausgebildet, u.a. Wiederholung von Schreibregeln und deren Anwendung; Kennen lernen von Techniken zur Fehlererkennung; vielfältige Übungen zur Festigung des Erlernten.

Durch Einbeziehung von Übungen aus der Kinesiologie und dem Reiki werden die Konzentration, Koordination und Aufmerksamkeit geschult.

Die Trainingsthemen richten sich nach den jeweiligen Lehrplänen der Grundschulen sowie der Haupt- und Realschulen.

#### Es handelt sich um Einzelunterricht.

Mitzubringen sind:

- Schreibzeug (Bleistifte, Farbstifte, Lineal und Radiergummi)
- Hefter A4 mit linierten Blättern
- Getränke (vorzugsweise Mineralwasser), Plastikbecher o. Trinkflasche

Mi. 06.08.2008., ab 14.30 Uhr

Gebühr: 150 € für 10 Termine a 45 Minuten, weitere Termine auf Anfrage.

Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 10

### Seminar 3

#### Comiczeichnen leicht gemacht

Edi Hermann

Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Wie werden Geschichten und Figuren entwickelt? Im Kurs lernt Ihr all das kennen, was man braucht, um mit eigenen Figuren einen Comic und eigene Ideen bildhaft zu erzählen. Entwurfstechnik, Storyboard, der Umgang mit Farben, Perspektive und Gesichtsausdrücke dies sind Themen, mit denen wir uns beschäftigen werden.

Bitte mitbringen: Glattes Papier, lose oder als Block, DIN A4 od. A3., Bleistifte versch. Stärken, Anspitzer, Radiergummi, Fineliner 0,4 (schwarz), Buntstifte bzw. Wasser oder Acrylfarben.

Grundkurs für Jugendliche von 9-17 Jahren. Der Kurs findet an zwei aufeinander folgenden Wochenenden statt!

Termine:

Sa. und So., 06. und 07.12.2008,

Sa. und So., 13. und 14.12.2008,

jeweils 10.00-13.00 Uhr

Gebühr: zwischen 39.60 € bei 10 und

79.20 € bei 5 Teilnehmenden (16 UE)

Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 9

**Anmeldeschluss: 24.11.2008**

### Seminar 4

#### Das Baby verstehen

Iris Haupt

„Das Baby verstehen“. Dieser Kurs richtet sich an Eltern, die ein Kind erwarten oder gerade bekommen haben. Der Kurs zielt darauf, Signale des Kindes lesen zu lernen und die elterlichen Fähigkeiten zur Kommunikation

mit dem Baby zu verbessern. Die Ergotherapeutin Brigitta Bläser und die Kinder- und Jugendtherapeutin Iris Haupt vermitteln den Eltern, wie sie sich für das Ausdrucksverhalten ihres Kindes sensibilisieren können. Dabei arbeiten sie mit ausgewähltem Videomaterial und zum Teil mit spielerischen Übungen. Die Eltern erhalten Informationen über Entwicklungsprozesse ihres Kindes.

Auch auf die sich veränderte Paar- und beginnende Elternbeziehung wird eingegangen. Denn nur wer für sich selbst gut sorgen kann, kann dies auch gut für sein Kind tun.

„Das Baby verstehen“ ist ein Teil von „Keiner fällt durchs Netz“. Aber anders als der Einsatz von Familienhebammen, die im Projekt eine Schlüsselstellung einnehmen, richtet sich das Kursangebot an alle Eltern. Der Kurs soll den Eltern helfen, die Bedürfnisse des Babys wahrnehmen zu können, damit sie prompt und angemessen drauf reagieren können.

Die Kosten werden von vielen Krankenkassen bis auf einen kleinen Eigenanteil übernommen.

Nähere Informationen erhalten Sie direkt bei Ihrer Krankenkasse oder bei den Referentinnen.

Für weitere Fragen, die sich ( werdende) Mütter und Väter zu diesem Kurs stellen stehen Frau Bläser unter 06103-49656 und Frau Haupt unter 06103-8703573 zur Verfügung. Bitte Schreibzeug mitbringen

Termine: Sa. 13.09.2008 von 9.00-12.00 und 14.00-17.00 Uhr

Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 8

Gebühr: Zwischen € 27,50 bei 8 Teilnehmenden und € 55.00 bei 4 Teilnehmenden

**Anmeldeschluss: 04.09.2008**

## Seminar 5

### Meditationsabende

Uwe Hagenah

Wir leben in einer ereignisreichen und hektischen Zeit. Die zumeist negativen Nachrichten überschlagen sich. Wir sind beunruhigt und niedergeschlagen, fühlen uns mutlos und ausgelaugt. Teilweise fällt es schwer, sich auf uns zurück zu besinnen, sich auf das Fühlen einzulassen, den Geist zu beruhigen und in Harmonie und im Einklang zu leben.

Werden wir dagegen still, konzentrieren wir uns auf unseren Atem, beruhigt sich unser Verstand und unsere Wahrnehmung ändert sich. Wir erkennen unser wahres Sein und können uns mit unserer inneren Kraftquelle verbinden. Durch Meditation können wir diesen entspannten und ausgeglichenen Seins-Zustand herbeiführen. Meditation ist ein Weg des Loslassens und der Entspannung um vom allgegenwärtigen Tagesbewusstsein in einen höheren Bewusstseinszustand hinüber gleiten zu können. Du beschenkst Dich mit größerer Zufriedenheit, Ausgeglichenheit, innerer Ruhe und Harmonie. Du wirst gelassener und liebevoller mit Dir und anderen umgehen.

Du lernst unterschiedliche Meditations-techniken kennen und wirst durch intensive Übungen und geführte Trancen (Traumreisen) Deiner inneren Führung begegnen.

Du solltest physisch und psychisch stabil sein.

Bitte kleide Dich bequem und bringe eine Iso- oder Gymnastikmatte, eine Decke, eine Augenbinde oder Tuch und ein kleines Kopfkissen mit.

Termine: jeweils der erste und dritte Montag im Monat, 20.10., 03.11., 17.11., 01.12. und 15.12.2008 von 19.30 Uhr bis ca. 21.30 Uhr.  
Ort: Alten- und Pflegeheim, DRK-Seniorenzentrum, Lutherstraße 14-16, Raum neben „Unser Gud’ Stubb“, max. 10 Teilnehmende.

Gebühr: 50.00 € für alle Abende

**Anmeldeschluss: 04.10.2008**

## Seminar 6

### Macht der Gedanken

Uwe Hagenah

Ist Ihnen das auch schon mal passiert? Sie werden aufgefordert nicht an einen „weißen Bären“ zu denken, und was geschieht? Der weiße Bär ist Ihnen gedanklich allgegenwärtig. Warum ist das so? Wie funktioniert unser Denken und welchen Einfluss hat es auf unser Leben? Ganz gleich welcher Art unsere Gedanken auch sind, sie erschaffen immer das Umfeld, in dem sie sich manifestieren können. D.h., all das, was wir „aussenden“, gewollt oder nicht gewollt, bekommen wir auch zurück. Wenn dieses Wissen unser Bewusstsein erfüllt, können wir erahnen, welche Macht uns das Denken verleiht. In diesem Seminar werden wir die „Gesetze“ der Anziehung, des bewussten Erschaffens und die Kunst des Zulassens kennenlernen und Ihren ganz persönlichen Erfolgsplan kreieren. Wir werden in das Fühlen unserer Gedanken eintauchen und das allgegenwärtige Geschichten erzählende Denken enttarnen. Wir fühlen, welche Gedanken gut tun und lernen durch Meditation unseren Geist zu beruhigen.

Dieses Seminar wendet sich an diejenigen, die die Bereitschaft zum Fühlen mitbringen und die mehr über ihre Denkstruktur erfahren möchten.

Bitte kleide Dich bequem und bringe eine Iso- oder Gymnastikmatte, eine Decke, ein kleines Kopfkissen und Schreibzeug mit.

Termin: Sa., 27.09 und So., 28.09.2008  
von 10.00-17.00 / 16.00 Uhr

Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 10  
Für 6-8 Teilnehmende  
Gebühr: 75.00 €

Die Kosten für ein umfangreiches Handout (15.00 €) werden direkt beim Kursleiter bezahlt

**Anmeldeschluss: 18.09.2008**

## Seminar 7

### Homöopathische Haus- und Notfallapotheke

Ellen Stürmer

Die Homöopathie ist ein energetisches, ganzheitliches Heilverfahren. "Homöopathie" stammt aus dem Griechischen: homoios = gleich, ähnlich und pathos = Leiden. „Ähnliches werde durch Ähnliches geheilt.“

Der Arzt Samuel Hahnemann hat 1776 die Homöopathie begründet, indem er das Ähnlichkeitsgesetz formuliert hat. Dieses Gesetz hat auch heute, also ca. 200 Jahre später, noch seine volle Gültigkeit und wird von vielen Homöopathen der Welt erfolgreich angewendet.

Dieser Kurs vermittelt Grundlagen für die Anwendung homöopathischer Arzneimittel bei akuten Erkrankungen.

Kursinhalt:

- Einblicke in das Wesen und die Prinzipien der Homöopathie
- Möglichkeiten der Anwendung der Homöopathie bei Verletzungen, Erkältungskrankheiten, Kopfschmerzen, Magen-Darm-Erkrankungen, Zahnschmerzen und vielem mehr
- Kennen lernen einiger wichtiger Arzneimittel für akute Erkrankungen
- Bestimmung des jeweiligen Mittels nach dem Ähnlichkeitsgesetz
- Art und Weise der Einnahme homöopathischer Mittel
- Potenzhöhe der Mittel
- Unterscheidung der jeweiligen Mittel
- Anwendung an Beispielen aus der Praxis

- Auf Wunsch kann eine kleine Hausapotheke im Laufe des Kurses angeschafft werden.

Seminarunterlagen werden zur Verfügung gestellt (5,00 €) und sind bei der Kursleiterin zu bezahlen.

Termine: Mo., 20.10., 27.10., 03.11. und 10.11.2008, jeweils von 19.30-21.45 Uhr  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 8  
Gebühr: Zwischen 28,80 € bei 10 Teilnehmenden und 57,60 € bei 5 Teilnehmenden.

**Anmeldeschluss: 13.10.2008**

## Seminar 8

### Reiki I. Grad

Uwe Hagenah

REIKI I. Grad – Ein erster Schritt auf dem Weg zu sich selbst.

REIKI ist eine natürliche Jahrtausende lang praktizierte Heilmethode, die im 19. Jahrhundert von Dr. Mikao Usui wiederentdeckt wurde. Sie dient zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Auf der körperlichen, geistigen und seelischen Ebene kommt es zu einer Vitalisierung und Harmonisierung des Energieflusses. Stress wird abgebaut, eine positivere Lebenseinstellung ist die Folge.

Durch 4 Einweihungszeremonien wird Dein innerer „Energiekanal“ gereinigt und reaktiviert. Du erlernst und übst die gebräuchlichsten Handpositionen, die Dich dazu befähigen, bei Dir und anderen sowie Tieren und Pflanzen die Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

REIKI ist für Jedermann geeignet, der im Einklang mit Körper, Geist und Seele leben möchte.

Bitte Schreibzeug, bequeme Kleidung, eine Decke, ein Kopfkissen und wenn vorhanden eine Isomatte mitbringen.

Bitte einen leichten Imbiss für die Mittagspause mitbringen.

Termin: Sa., 25.10. und So, 26.10.2008  
von 10.00-17.00 / 16.00 Uhr  
Ort: „Alte-Schule“. Rheinstr. 72, Raum 10  
Für 4-6 Teilnehmende  
Gebühr: 66.00 €  
Die Kosten für die Urkunde und das Hand-  
out (15.00 €) werden direkt beim Kursleiter  
bezahlt.

**Anmeldeschluss: 20.10.2007**

## Seminar 9

### Reiki 2. Grad - 2 Termine!

Uwe Hagenah

REIKI 2. Grad – Die Ketten der Begrenzt-  
heit sprengen

In diesem Kurs wirst Du durch drei wei-  
tere Einweihungen und das Erlernen von  
Kraftsymbolen eine umfassende Energiean-  
hebung erfahren. Deine Selbstheilungskräfte  
werden dadurch wesentlich verstärkt. In  
der umfangreichen Praxisarbeit kannst Du  
erste Erfahrungen mit Fern- und Mentalreiki  
sammeln. Durch Deine neuen Erkenntnisse  
und die damit verbundene Chance zur per-  
sönlichen Weiterentwicklung wird es künftig  
möglich sein, Blockaden und gesundheitliche  
Störungen auf körperlicher, seelischer und gei-  
stiger Ebene zu erkennen und aufzulösen. Eine  
wunderbare Reise zu Dir und Deiner Mitte  
beginnt. Viele Geschenke warten auf Dich.

Voraussetzungen: Reiki 1. Grad, mit dem  
mindestens 3 Monate intensiv gearbeitet  
worden sein sollte.

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke, ein  
Kopfkissen und wenn vorhanden eine Iso-  
matte mitbringen.

Bitte einen leichten Imbiss für die Mittags-  
pause mitbringen.

Termin I: Sa., 30.08. und So., 31.08.2008

**Anmeldeschluss: 15.08.2008**

Termin II: Sa., 17.01. und So., 18.01.2009

**Anmeldeschluss: 08.01.2009**

jeweils von 10.00-17.00 / 16.00 Uhr  
Ort: „Alte-Schule“. Rheinstr. 72, Raum 10  
Für 4 -8 Teilnehmende  
Gebühr: 75.00 € bei 4 bis 6 Teilnehmenden  
Die Kosten für die Urkunde und das Hand-  
out (15.00 €) werden direkt beim Kursleiter  
bezahlt.

## Seminar 10

### Autogenes Training

Gaby Kaden

Autogenes Training

Erholung für Körper Geist und Seele

- aus dem Stress in die Balance
- Hilfe zur Selbsthilfe
- ein geführtes Entspannungstraining,  
geschehen lassen !

Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Schlaflosigkeit,  
Gereiztheit und seelische Erschöpfung?

Kopfschmerzen, Unruhe, Beklemmungen,  
Herzrasen, Schwindelgefühl, u.v.m. sind oft mit  
herkömmlichen Mitteln nicht greifbar.

Hier kann das Autogene Training helfend  
eingreifen. Es mobilisiert die körpereigenen  
Abwehrkräfte im körperlichen, wie im see-  
lischen Bereich und ist ein Weg zu mehr  
Widerstandskraft, Gesundheit, Leistungs-  
fähigkeit und Lebensfreude, entspannt das  
vegetative Nervensystem und stärkt das  
Immunsystem.

Es gibt nur einen der Dein Leben ändern  
kann – DU selbst !

Kursgebühr bei 6 Teilnehmern: 65,00€, bei 4  
Teilnehmern 70.00€ p. Person, für 4 Abende  
á 2 Stunden

Termin: Di., 07.10.2008

von 19.00-21.00 Uhr

Bei Bedarf findet ein zweiter Kurs statt!



## Seminar I I

### Progressive Muskelentspannung

Gaby Kaden

Eine weitere Entspannungsmethode ist:  
Progressive Muskelentspannung

... eine aktive Möglichkeit aus dem Stress in die Entspannung zu kommen, zur Ruhe kommen, entspannen, abschalten, die Leistungsfähigkeit steigern, ein aktives Entspannungstraining.

Entspannung bedeutet geistig- seelische Ausgeglichenheit und Stärke.

Die Progressive Muskelentspannung wird angewandt u.a. bei:

Stress  
Schlafstörungen  
Nervosität und Unruhe  
Muskelverspannungen  
Schmerzen  
Angstzuständen  
Konzentrationsschwierigkeiten

Durch An- und Entspannung verschiedener Muskelgruppen kommt es zu einem Zustand tiefer Entspannung – Grundlage für die Wiederherstellung der Balance und Ausgeglichenheit.

Die Progressive Muskelentspannung ist für jeden (auch für Kinder) leicht zu erlernen und in jeder Spannungssituation einsetzbar.

Kursgebühr bei 6 Teilnehmern: 65.00 €, bei 4 Teilnehmern 70.00€ p. Person für 4 Abende á ca. 2 Stunden.

Termin: Mi., 08.10.2008

von 19.00-21.00 Uhr

Bitte für diese Kurse Isomatte und Decke mitbringen und bequeme Kleidung anziehen. Bei Bedarf findet jeweils ein 2. Kurs im Anschluss statt !

## Kinderkurse und Einzelkurse auf Anfrage!

Gaby Kaden

Seminarleiterin für

Autogenes Training u. Progressive Muskelentspannung

Seminarort: Lessingstraße 4, Egelsbach

Wie immer, in privaten Räumen und angenehmer Atmosphäre. Ich freue mich auf Sie!

### Infos unter:

VHS-Büro: 06103 / 40 51 69 u. 20 27 636

Frau Kaden: 06103 / 4 45 97

**Anmeldeschluss: 29.09.2008**

## Seminar I 2

Auch im neuen Jahr gibt es wieder das beliebte Sonntagsseminar:

### **Alles Gute für die Seele – Ein Tag nur für dich !! Nur für Frauen !!!!**

Gaby Kaden

Programm: (Änderungen möglich)

10.00 Uhr Wir lernen uns kennen  
Geführte Entspannung –  
schau in dich  
Lerne deinen Schutzengel  
kennen  
Pflege das kleine Pflänzchen  
„Seele“, Chakren-Massage

ca.

12.30 Uhr Mittagessen in der  
finnischen Meditationshütte,  
danach Spaziergang im Wald  
Meditationsstunde mit  
Fußreflexmassage  
Energietanken, durch die  
Kraft der Steine  
Stärke die „Heilkraft der Seele“  
Kleiner Imbiss mit Kaffee/Tee  
und Gebäck  
Gesprächskreis

Diese Themen können variieren,  
je nach Bedarf.  
Ende ca. 16.30 bis 17.00 Uhr.

Ein Tag nur für dich?  
Ein Tag zum Genießen.

Dieses Seminar ist auf 4-5 Teilnehmerinnen  
beschränkt, also bei Interesse schnell an-  
melden.

Heute ist alles erlaubt, lachen – weinen –  
reden – mitmachen – oder zurückziehen.

Buchen können sie das Seminar mit Gaby  
Kaden – genau wie die Kurse Autogenes  
Training und Progressive Muskelentspannung  
– über die VHS-Egelsbach

Termin: Sonntag, 07.09.2008  
ab 10.00 Uhr sowie am 05.10.2008

Seminarort auch hier:  
Lessingstraße 4, Egelsbach,  
Tel.: 06103 /44597

Preis incl. Mittagessen, Imbiss und Getränke  
bei 4-5 Teilnehmerinnen p. Person 75.00 €

**Anmeldeschluss: 28.08.2008**

## Seminar 13

### Prüfungsangst ...

Gaby Kaden

Eine Prüfung, ein Vortrag oder ähnliches  
steht vor der Tür. Sie haben alles im Kopf,  
aber es will nicht raus! Sie sind blockiert, leer,  
sprachlos hilflos!

Im Kopf nur noch Leere!

Oder ein Schwarm Bienen!

Dagegen können wir etwas tun.

**Weitere Informationen im VHS-Büro  
unter oder bei der Kursleiterin unter  
01747875050**

## Seminar 14

### 6 Wochen für Ihre geistige und körperliche Fitness

Gaby Kaden

Ein Mal pro Woche Stressabbau durch:  
Entspannungstraining und anschließendes  
Walken in kleinen Gruppen - Stressabbau und  
geistige und körperliche Fitness.

Es ist erwiesen, dass sich die geistige und  
körperliche Leistungsfähigkeit durch Stressab-  
bau und Bewegung maßgeblich verbessert.

Bereits ein sechswöchiges Training beein-  
flusste nicht nur das Gedächtnis, sondern  
auch die Konzentrationsfähigkeit, fördert die  
Entspannung, baut Stress ab und beeinflusst  
die Stimmung positiv ...

**Weitere Informationen im VHS-Büro  
unter oder bei der Kursleiterin unter  
01747875050**

## Kultur, Gestalten

Alle Kurse finden in der  
„Alten-Schule“, Rheinstraße 72,  
63329 Egelsbach, statt.

### Bauchtanz für Fortgeschrittene

**2.09.01.2008**, Gabriele Treckmann

Dieser Intensivkurs wendet sich an Teilnehmerinnen, die die klassischen Grundtechniken des orientalischen Tanzes bereits erlernt haben und bereits an mehreren Grund- und Fortführungskursen teilgenommen haben.

In diesem Kurs wird neben allgemeinem Konditionstraining und Gymnastik speziell auf Folgendes hingearbeitet:

- Von der Kursleiterin vorgegebene Choreographie einstudieren
- Eigene tänzerische Interpretationen nach orientalischer Musik zu entwickeln
- alte, bisher gelernte Gruppentänze regelmäßig zu üben
- das Zymbelspiel zu trainieren

Bitte Wolldecke, Gymnastikschläppchen, Hüfttuch, Schleier und soweit vorhanden, Zymbeln mitbringen.

Termin: Di., 12.08.2008, 19.30-21.00 Uhr  
Gebühr: 66.00 € bei 10 Teilnehmenden für 30 UE (15 Abende)  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 13

### Keine Ermäßigung!

Nachfolgende Kurse finden im Raum 13 statt. Alle Kurse werden von Frau Conny Löffler geleitet.  
Je Kurs min. 6 max. 10 Kinder  
Monatliche Gebühr: 27.50 €

### Kindertanz

**2.09.02.2008**, Conny Löffler

Termin: für alle neuen Teilnehmenden,  
Mo., 04.08.2008, 14.00-15.00 Uhr

### Klassisches Ballett 6-8jährige

**2.09.03.2008**, Conny Löffler

Ballett ist die Welt der Musik, der Schönheit und Grazie. Das klassische Ballett ist die Grundform für jede Tanzrichtung. Die perfekte Körperhaltung wird hier geschult. Ästhetische Ausstrahlung und Harmonie zwischen Bewegung und Musik ist Bestandteil der Grundausbildung.

Termin: für alle neuen Teilnehmenden,  
Mo., 04.08.2008, 15.00-16.00 Uhr

### Klassisches Ballett 8-10jährige

**2.09.04.2008**, Conny Löffler

Termin: für alle neuen Teilnehmenden,  
Mo., 04.08.2008, 16.00-17.00 Uhr

### Hip-Hop

**2.09.05.2008**, Conny Löffler

Termin: für alle neuen Teilnehmenden,  
Mo., 04.08.2008, 17.00-18.00 Uhr

## **Erwachsenen Ballett**

**2.09.06.2008**, Conny Löffler

Termin: für alle neuen Teilnehmenden,  
Do., 07.08.2008, 20.15-21.45 Uhr  
Gebühr: Zwischen 58.60 € bei 5 Teilnehmenden und 29.30 € bei 10 Teilnehmenden pro Monat.

**Keine Ermäßigung für nachfolgende Kurse!**

## **Ikebana für Fortgeschrittene**

**2.12.01.2008**, Eveline Fink

Im 7. Jahrhundert n.Chr. brachte ein japanischer Diplomat aus China den Brauch, Blumen kunstvoll anzuordnen, mit nach Japan. Von der Bedeutung des Wortes her kann man Ikebana mit „Pflanzen zu ihrer schönsten, eigentlichen Gestalt verhelfen“ übersetzen.

Termin: Do., 14.08.2008, 19.45-21.15 Uhr  
Gebühr: Zwischen 80.00 € bei 5 Teilnehmende und 40.00 € bei 10 Teilnehmende für 20 UE (10 Abende), zuzüglich Materialkosten

**Ort: KIZ im Bürgerhaus**

## **„Montagsmaler in der Hexenküche“- Zeichnen, Aquarell- und Acrylmalerei**

**2.12.02.2008**, Lothar Strasas

Haben sie Spaß an schönen, selbst gemalten Bildern? In diesem Kurs bekommen Sie die vielleicht noch fehlenden Tipps und Kniffe gezeigt, um ihre künstlerischen Fähigkeiten zu erweitern.

Die altersmäßig bunt gemischten Montagsmaler/innen vereint die Freude am gemeinsamen

Zeichnen und Malen. – Neue KursteilnehmerInnen sind immer willkommen.

Kurs: Mo., 29.09.2008, 19.00-21.00 Uhr  
10 Abende

Gebühr: Zwischen 138.00 € bei 5 Teilnehmende und 57.50 € bei 12 Teilnehmende  
Ort: Raum 3

## **Schmuck mit Edelmetallen selbst gestalten – für AnfängerInnen und Fortgeschrittene**

**2.12.03.2008**, Britta Schwalm

Während dieses Kurses wollen wir uns vorrangig mit Silber beschäftigen. Das bearbeitete Metall läßt sich aber auch mit allen nur erdenklichen anderen Materialien kombinieren. Der Schmuck soll selbst entworfen und gefertigt werden.

Bitte Kleidung tragen, die schmutzig werden darf.

Termin: Di. 26.08.2008, 19.00-22.00 Uhr  
Ort: Werkraum  
Gebühr:

Zwischen 105.60 € bei 5 Teilnehmenden und 52.80 € bei 10 Teilnehmenden für 24 UE (6 Abende), zuzüglich Materialkosten

## **Filzen – offene Werkstatt**

**2.12.05.2008**, Beate Bossert

Termin:  
Sa., 27.09.2008, von 10.00-17.00 Uhr  
Gebühren:

Zwischen 37.50 € bei 10 Teilnehmenden und 75.00 € bei 5 Teilnehmenden  
Ort: „Alte Schule“, Raum siehe Aushang

**Anmeldeschuss: 15.09.2008**

## **Photoshop-Intensivkurs**

**2.12.06.2008**, Andreas Schmitt

Photoshop ist der Standard in der elektronischen Bildverarbeitung. Der Kurs vermittelt einen intensiven Einblick in die Arbeit mit Photoshop und versetzt die Teilnehmer in die Lage, selbstständig zu arbeiten.

Neben einer theoretischen Einführung stehen hauptsächlich praktische Übungen, gerne an eigenen Fotografien, auf dem Programm.

Die Inhalte sind u.a.:

- Einführung in die theoretischen Grundlagen
- Farbmanagement und EBV
- Grundlegende Bildkorrekturen
- Arbeit mit Einstellungsebenen
- Masken und mehr
- Montagen
- künstlerische Aspekte der EBV
- Kurze Einführung in Photoshop Lightroom

Bitte einen Snack und Getränke mitbringen

Termin: Fr. / Sa., 21./22.11.2008,  
17.30-20.45 Uhr bzw. 10.00-15.00 Uhr  
Gebühr: 110.00 €, 4 Teilnehmende  
Ort: Mainstr. 9, Egelsbach

## Yoga für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Hatha-Yoga mit seinen sanften Körperübungen und den wohltuenden Atemübungen ist immer dann angezeigt, wenn wir unseren Körper widerstandsfähiger und elastischer machen wollen, unsere Nerven stabilisieren, unsere Konzentrationsfähigkeit erhöhen und unser Leben harmonischer und sinnerfüllter gestalten möchten. Hatha-Yoga ist keine Frage des Alters!

Auf dem Programm stehen gezielte Übungen zur Entwicklung von Körpergefühl, Harmonie, Entspannung und positiver Einstellung.

Bitte bequeme Kleidung tragen, Iso- oder Yogamatte und eine Wolldecke mitbringen!  
Der Kurs ist auf 10 Teilnehmende begrenzt

## Yoga am Mittwoch 1

**3.01.01.2008**, Henny Kröselberg

Mi., 24.09.2008, von 18.30-20.00 Uhr  
Gebühr: 74.40 € für 24 UE an 12 Terminen.  
Der Kurs ist auf 10 Teiln. begrenzt  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 10

## Yoga am Mittwoch 2

**3.01.02.2008**, Henny Kröselberg

Mi., 24.09.2008, von 20.00-21.30 Uhr  
Gebühr: 74.40 € für 24 UE an 12 Terminen.  
Der Kurs ist auf 10 Teiln. begrenzt  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 10

## Yoga am Donnerstag Vormittag

**3.01.03.2008**, Henny Kröselberg

Do., 25.09.2008, von 9.30-11.00 Uhr  
DRK-Raum, Dr. H. Schmidt-Halle  
Gebühr: 74.40 € für 24 UE an 12 Terminen.  
Der Kurs ist auf 10 Teiln. begrenzt

## Keine Ermäßigung

## Chi Gong & Tai Chi, Anfängerkurs

**3.01.06.2008**, Thomas Schnabel

Der Kurs führt in die chinesischen Bewegungskünste Chi Gong und Tai Chi des Lee-Stils ein. Sie dienen der Gesunderhaltung, dem Stressabbau und der körperlichen und seelischen Entspannung. Atemübungen, einfache Grundbewegungen aus dem Bereich des Chi Gong werden bereichert durch die langsamen und weich fließenden Bewegungen des Tai Chi Chuan. Ergänzende Partnerübungen und einfache Meditationen vervollständigen den Kurs. Die Erfahrung der entspannten und fließenden Bewegung aus der Körpermitte heraus beruhigt Körper und Geist. Der Kurs ist in sich abgeschlossen, kann bei Interesse jedoch auch weitergeführt werden. Bitte eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung tragen!

Termin: Donnerstag, 04.09.2008,  
18.30-20.00 Uhr, 12 Termine (24 UE)  
Gebühr : Zwischen 74.40 € bei 10 und  
148.80 € bei 5 Teilnehmenden  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 10

## **Keine Ermäßigung**

### **Kung-Fu (Windhand-Stil)**

**3.01.07.2008**, Thomas Schnabel

Dieser Kurs führt in die Grundtechniken des Kung-Fu im Windhandstil ein. Dieser weiche Kampfkunststil ist für Männer und Frauen jeden Alters geeignet. Er zeichnet sich durch schnelle, flexible Bewegungen und Ausweichmanöver aus und schult neben der körperlichen Beweglichkeit auch die geistige Wachheit, Aufmerksamkeit und Reaktionsfähigkeit. Das Erlernen einfacher und wirkungsvoller Möglichkeiten, sich in Konfliktsituationen zu behaupten, führt auch zu einem selbstsicheren Auftreten im Alltag. Bitte lockere Kleidung tragen!

Termin: Donnerstag, 04.09.2008,  
20.15-21.45 Uhr, 12 Termine (24 UE)  
Gebühr : Zwischen 74.40 € bei 10 und  
148.80 € bei 5 Teilnehmenden  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 10

### **„Joyrobic“ - Fitnessgymnastik**

**3.02.01.2008** Bärbel Butz

„Mit Freude bewegen“, so heißt das Motto dieses abwechslungsreichen Aerobic-Kurses. Im Vordergrund des Programms für Jung und Alt steht der Slogan: „Trimm Dich fit mit Spaß“. Es werden Grundschritte des Aerobic zu einfachen Choreographien zusammengesetzt, die leicht nachvollziehbar sind. Die Stunde beginnt mit einem gesundheitsgerechten und gelenkschonendem „warm up“ endet jeweils mit einem entspannendem „cool down“, um die Erhaltung bzw. die Verbesserung der Beweglichkeit zu erreichen.

Bitte mitbringen:

- „gedämpfte“ Hallenschuhe
- Iso-Matte und Hanteln

Termin:

Mo., 01.09.2008, von 19.00-20.00 Uhr  
Gebühr: 35.20 € bei 10 Teilnehmenden  
16 UE an 12 Abenden  
Ort: Turnhalle, Wilhelm-Leuschner-Schule,  
Heidelberger-Str. 17-19

### **AERO-BBP**

**3.02.02.2008**, Garbrielle Olivetti

Aufwärmung durch kontrolliertes Herz-Kreislauftraining mit gleich bleibender Intensität - optimal zur Anregung des Fettstoffwechsels.

Verbesserung der Körperhaltung durch gezielte Ganz-Körper-Gymnastik.

Straffung der Problemzonen und Ausgleich von Muskeldisbalancen.

Das Training kennt keine Altersgrenze und der Spaßfaktor wird sehr hoch gesetzt.

Termin: Do., 07.08.2008, 18.00-19.00 Uhr  
Gebühr: Zwischen 44.00 € bei 10 Teiln.  
und 88.00 € bei 5 Teiln. für 20 UE an  
15 Abenden  
Ort: „Alte Schule“, Raum 13  
maximal 10 Teilnehmende

### **AERO-BBP**

**3.02.03.2008**, Garbrielle Olivetti

Kursinhalt siehe Kurs Nummer:

**3.02.2.2008**

Termin: Do., 07.08.2008, 19.00-20.00 Uhr  
Gebühr: Zwischen 44.00 € bei 10 Teiln.  
und 88.00 € bei 5 Teiln. für 20 UE an  
15 Abenden  
Ort: „Alte Schule“, Raum 13  
maximal 10 Teilnehmende

## **Rückenschule**

**3.02.04.2008**, Regine Betz

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie sich im Alltag rückengerecht verhalten, um so Fehlbelastungen, die zu Rückenschmerzen führen können, vorzubeugen. Gezielte Kräftigung der Muskulatur, die die Wirbelsäule entlastet, Dehnungs- und Entspannungsübungen sind Inhalt des Kurses.

Der Kurs ist nach § 20 SGB V Absatz 1 bezuschungsfähig und von den Krankenkassen anerkannt.

Gymnastikmatte erforderlich

Termin: Di. 12.08.2008, 18.00-19.00 Uhr

Ort: „Alte Schule“, Raum 13

Gebühr: Zwischen 30.80 € bei 10 Teiln. und 61.60 € bei 5 Teilnehmenden an 10 Abenden

## **„Fit bis ins hohe Alter“**

**3.02.05.2008**, Regine Betz

Für Teilnehmende jenseits des 65. Geburtstages

Der Kurs soll dazu beitragen, die Selbständigkeit zu erhalten und Stürze zu vermeiden.

Es geht darum, geistige und körperliche Mobilität zu entwickeln, Stärke aufzubauen, Sicherheit zu vermitteln und die Beweglichkeit zu erhalten.

(Gymnastikmatte erforderlich)

Termin: Do., 14.08.2008, 10.00-11.00 Uhr

Ort: „Alte Schule“, Raum 13

Gebühr: Zwischen 35.20 € bei 10 Teiln. und 70.40 € bei 5 Teilnehmenden an 12 Vormittagen

## **Pilates – Body-Mind-Kurs am Vormittag**

**3.02.06.2008**, Marion Mohr

Pilates ist eine ganzheitliche Trainingsmethode mit sanften Bewegungen, Atemtechnik, Kraft, Koordination und Beweglichkeit in harmonischen, fließenden Bewegungen (Mattentraining). Die Aufmerksamkeit richtet sich auf den präzisen Bewegungsablauf und die Bewegungsqualität. Schwerpunkt des Pilates-Trainings ist die Kräftigung der gelenknahen Muskulatur, der tiefliegenden Bauchmuskulatur und die Stabilisierung der Wirbelsäule. Pilates dient der Erweiterung der individuellen Bewegungserfahrung, sowie bestehende Bewegungsmuster zu ändern, zu optimieren oder zu ökonomisieren.

Für Jeden, der seinem Körper und Geist Aufmerksamkeit schenken möchte, unabhängig vom Alter und den körperlichen Voraussetzungen. – Bitte Gymnastik- o. Isomatte, kl. Kissen und warme Strümpfe mitbringen.

Termin: Mi., 06.08.2008, von 9.00-10.00 Uhr

Gebühr: Zwischen 24.20 € bei 10 Teiln. und 48.40 € bei 5 Teiln. für 8 Vormittage vor den Herbstferien. Nach den Herbstferien werden ab dem 22.10.2008 weitere 8 Termine zu den gleichen Konditionen angeboten.

maximal 10 Teilnehmende

Ort: „Alte Schule“, Raum 13



## **Pilates – Body-Mind-Kurs am Vormittag**

**3.02.07.2008**, Marion Mohr

Kursinhalt siehe Kurs nummer:

**3.02.06.2008**

Termin: Mi., 06.08.2008,

von 10.00-11.00 Uhr

Gebühr: Zwischen 24.20 € bei 10 Teiln. und 48.40 € bei 5 Teiln. für 8 Vormittage vor den Herbstferien. Nach den Herbstferien werden ab dem 22.10.2008 weitere 8 Termine zu den gleichen Konditionen angeboten.

Maximal 10 Teilnehmende

Ort: „Alte Schule“, Raum 13

## **Fit in den Herbst**

**3.02.08.2008**, Marianne Schäfer

Haben Sie sich schon länger vorgenommen, etwas für Ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu tun? Und möchten Sie auch nebenbei etwas für Ihr Aussehen tun?

Mit viel Spaß und guter Musik werden wir uns 60 min. richtig fitmachen. Das ist gut für die Figur, das Abwehrsystem, hilft mal vom Alltag abzuschalten und an etwas anderes zu denken. Die Ausdauer wird verbessert, sodass die körperlichen und geistigen Belastungen des täglichen Lebens leichter zu bewältigen sind. Natürlich ist das merken von Schritt-kombinationen auch eine Art Gehirnjogging, nette Menschen treffen, Kurzgesagt: der Kurs hält jung und gesund.

Wir wärmen uns anfangs gut auf, um dann mit dem Herz-Kreislauf-Training die Kalorien und die Pölsterchen zum Schmelzen zu bringen. Dabei verwenden wir einfache bis mittelschwere Schrittkombinationen. Stets gut erklärt und vorgezeigt. Zum Schluss bringen wir den Kreislauf wieder in einen ruhigeren Zustand und dehnen abschließend noch die wichtigsten Muskeln, um die Beweglichkeit zu erhalten.

Du brauchst nur Turnschuhe, ein Getränk, Handtuch und Matte. Viel Spaß!!!

Termin:

Fr., 08.08.2008 von 18.30-19.30 Uhr

(8 Termine vor und 8 Termine im Anschluss an die Herbstferien)

Gebühr: Zwischen 24.20 € bei 10 Teiln. und 48.40 € bei 5 Teiln. für 8 Vormittage vor den Herbstferien. Nach den Herbstferien werden ab dem 24.10.2008 weitere 8 Termine zu den gleichen Konditionen angeboten.

Maximal 10 Teilnehmende

Ort: „Alte Schule“, Raum 13

Ort: „Alte Schule“, Raum 13

## **Keine Ermäßigung!**

### **Erdenergie Qi Gong für Frauen**

**3.02.09.2008**, Brigitte Müller-Braun

Erdenergie Qi Gong ist ein medizinisches Qi Gong, das speziell auf den weiblichen Körper abgestimmt ist und über einen Zeitraum von 1700 Jahren durch Taoisten, Mediziner und Qi Gong Experten in China perfektioniert wurde. Es wurde entwickelt, um die, im weiblichen Körper natürlicherweise stärker existierende Erdenergie, zu stärken und zu kultivieren.

Qi Gong fördert die Blutzirkulation und nährt damit das Qi, unsere Lebensenergie, in den lebenswichtigen Organen. Mit sanften, anmutigen und leicht zu lernenden Bewegungen wird besonders der Bereich des Beckens und damit die weiblichen Organe berücksichtigt. Bei PMS und Problemen der Wechseljahre hilft dieses Qi Gong, Emotionen auszugleichen und physische Störungen zu beheben. Durch geschmeidig halten aller Gelenke und kräftigen der gesamten Muskulatur und des Rückens eignet sich Qi Gong, dem Alterungsprozess entgegen zu wirken. Erdenergie Qi Gong kann auch begleitend zum Abnehmen eingesetzt werden.

Dieses Qi Gong Set eignet sich für jede Altersgruppe und bedarf keiner Vorkenntnisse.

Info-Termin: Di., 26.08.2008,  
10.00-11.00 Uhr

Termin:

ab Di., 02.09.2008 von 10.00-11.00 Uhr

Ort: „Alte Schule“, Raum 13

Gebühr: Zwischen 62.00 € bei 10 Teiln. und  
124.00 € bei 5 Teilnehmenden

Ort: „Alte Schule“, Raum 13

**Anmeldeschluss: 15.08.2008**

## **Keine Ermäßigung!**

### **Ba Gua Zhang**

**3.02.09.2008**, Patrick Braun

Ba Gua Zhang wird in China als die raffinierteste, innere Kampfkunst (neben dem bekannten Tai Chi Chuan und dem selteneren Hsing I) angesehen. Ba Gua ist die Verkörperung des taoistischen Klassikers T Ging. Dieses Buch beschreibt die Gesetzmäßigkeiten und Prinzipien der Veränderung und des Wandels. Wer die Prinzipien des Wandels versteht, kann hunderte, verschiedene Kampfanwendungen und Strategien hervorbringen und eine Meisterschaft von Bewegungen erreichen, mit der es möglich ist, unvorhersehbare Angriffe in jede beliebige Richtung auszuführen.

Gleichzeitig gibt es im Ba Gua Zhang ein spezielles, heute selten unterrichtetes Meditationssystem, mit dem man die grundlegenden Prinzipien des Universums verstehen kann.

In diesem Kurs, der als Anfängerkurs startet, unterrichte ich Ba Gua Qi Gong, das laufen der 8 Energien im Kreis und die 8 „alten“ Handwechsel (Lao Ba Zhang). Der Kurs ist offen für alle Altersgruppen.

Info-Termin: Mi., 13.08.2008, 20.00 Uhr

Termin:

ab Mi., 20.08.2008 von 20.00-21.00 Uhr

Ort: „Alte Schule“, Raum 13

Gebühr: Zwischen 77.50 € bei 8 Teilnehmenden und 124.00 € bei 5 Teilnehmenden

Ort: „Alte Schule“, Raum 13

**Anmeldeschluss: 06.08.2008**

## Sprachen

Für alle Sprachkurse gilt:

**Die Kurse finden in der „Alten-Schule“, Rheinstraße 72, 63329 Egelsbach, statt.**

Bei weniger als 8 Personen kann der Kurs auf Wunsch der Teilnehmenden durch Zahlung einer erhöhten Gebühr und dem Wegfall der Ermäßigung stattfinden.

## Englisch

**Für alle Englischkurse gilt:**

**30 UE an 15 Terminen**

**Gebühr: Zwischen**

**66.00 € bei 10 Teiln. und**

**132.00 € bei 5 Teilnehmenden**

### **English-Refresher-Course and Conversation**

**4.06.01.2008**, Sabrina Mirza

Buch: „English Grammar in Use“

Termin: Di., 05.08.2008, 18.00-19.30 Uhr,  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 9

### **Englisch für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen**

**4.06.02.2008**, Sabrina Mirza

Buch: „The New Cambridge English  
Course (T.N.C.E.C.), Book II, Lektion 7“

Termin: Di., 05.08.2008, 19.30-21.00 Uhr  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 9

### **Englisch am Vormittag für TeilnehmerInnen mit guten Vorkenntnissen**

**4.06.03.2008**, Gisela Bender

Buch: Innovations intermediate, Verlag Thomson,  
ISBN: Hueber 3-19-682924-3

Termin: Mi., 06.08.2008, 9.00-10.30 Uhr  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 8

### **Englisch am Vormittag für Seniorinnen und Senioren**

**4.06.04.2008**, Gisela Bender

Buch: On the Move 3 und 4, KlettVerlag, ISBN:  
978-3-12-524143-5, (Band 3)

Termin: Mi., 06.08.2008, 10.30-12.00 Uhr,  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 8

## Französisch

### **Französisch für Fortgeschrittene Konversation und diverse Lektüren**

**4.08.01.2008**, Maria Keller

Wir plaudern wieder in gemütlicher Runde über ganz Alltägliches, beschäftigen uns aber auch ernsthaft mit anspruchsvolleren Themen und Texten.

Neuankömmlinge oder Seiteneinsteigende mit guten Französischkenntnissen sind willkommen!

Termin: Do., 07.08.2008, 19.30-21.00 Uhr  
Gebühr: Zwischen 66.00 € bei 10 Teiln. und 132.00 € bei 5 Teilnehmenden (15 Termine (30 UE))  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 3

## Spanisch

### **Spanisch für Teilnehmende mit Vorkenntnissen**

**4.22.01.2008**, Pablo Santiago Marin Diaz

Wer Spanisch spricht, dem erschließt sich nicht nur der größte Teil der iberischen Halbinsel sondern auch die Kulturen Lateinamerikas. Von Enchiladas bis Tango hat die spanischsprachige Welt bei uns Einzug gehalten. Hier haben Sie die Gelegenheit diese schöne und interessante Sprache nach neuesten kommunikativen Methoden zu erlernen.

Termin: Di., 12.08.2008, 18.00-19.30 Uhr  
Gebühr: Zwischen 66.00 € bei 10 Teiln. und 132.00 € bei 5 Teilnehmenden (15 Termine (30 UE))  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 8

### **Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen**

**4.22.02.2008**, Pablo Santiago Marin Diaz

Termin: Di., 12.08.2008, 19.30-21.00 Uhr  
Gebühr: Zwischen 66.00 € bei 10 Teiln. und 132.00 € bei 5 Teilnehmenden (15 Termine (30 UE))  
Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 8

## Italienisch

Italienisch lernen, anders als Sie es von früher kennen. Durch Einsatz moderner Medien lernen Sie spielerisch, leichter und schneller.

Bei weniger als 8 Personen kann der Kurs auf Wunsch der Teilnehmenden durch Zahlung einer erhöhten Gebühr und dem Wegfall der Ermäßigung stattfinden.

**Für alle Italienischkurse gilt:**

**26 UE an 13 Terminen**

**Gebühr: Zwischen**

**57.20 € bei 10 Teiln. und**

**114.40 € bei 5 Teilnehmenden**

### Italienisch für Fortgeschrittene

**4.09.01.2008**, Ornella Neumann

Ciao, cari amici dell'Italia,  
wir beginnen das 16. Semester!

Hauptaufgabe dieses Kurses wird sein, mit dem Lehrwerk „Allegro 3“ die Grammatikkenntnisse zu wiederholen und den Wortschatz zu erweitern. Den Schwerpunkt wird immer mehr die Konversation einnehmen, dazu werden wir uns von Gedichten, Liedern und Artikeln aus italienischen Zeitschriften inspirieren lassen. Ein „Giallo“ (Krimi) wird als Lektüre unseren Unterricht spannender machen.

Buch: Allegro 3, Lektion 5

Termin: Mi., 27.08.2008, 18.30-20.00 Uhr

Gebühr siehe oben

Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 8

### Italienisch am Vormittag für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

**4.09.02.2008**, Ornella Neumann

Uns alle verbindet eines: die Liebe zum Belpaese und zur italienischen Sprache.

In unserem Kurs wollen wir mit Freude und Spaß lebensnahe Situationen nachspielen und dabei den neuen Wortschatz und die neue Grammatik erlernen. Wir sind eine fröhliche Gruppe und würden uns über nuovi studenti freuen!

Buch: Allegro 2, Lektion I

Termin: Di., 26.08.2008, 10.00-11.30 Uhr

Gebühr siehe oben

Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 8

### Italienisch für AnfängerInnen mit Vorkenntnissen

**4.09.03.2008**, Adele Bellia

Buch: Buongiorno (Neu), Lektion 14

Termin: Mi., 27.08.2008, 18.30-20.00 Uhr

Gebühr siehe oben

Ort: „Alte-Schule“, Rheinstr. 72, Raum 3

## Volkshochschule Langen

Geschäftsstelle: Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, 63225 Langen,  
Tel.: 0 61 03 / 91 04 60, Fax: -466, e-mail: vhs@langen.de . Internet: www.vhs-langen.de

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 8.00-12.00 Uhr, Mo.- Do. 13.30-15.30 Uhr

Leitung: J. Kolbe, Verwaltung: H. Rutkowski, S. Güldenstein

**Das Langener Kulturprogramm erschien am Freitag, 20. Juni 2008 als Beilage der Langener Zeitung und wird in Langen ausgelegt.**

Semesterbeginn ist am 1. September 2008.

Besonders hingewiesen wird auf folgende Veranstaltungen:

Radierung in der historischen Druckwerkstatt im Hause Keim Klischees in der Wassergasse

Heimwerken für Frauen – Erfolg im Berufs- und Privatleben

Weitere Kurse aus dem Langener Kulturprogramm:

Nachwächterführung – Historischer Stadtrundgang - Eine Whiskyreise durch Schottland  
- Koch- und Back-Kurse

Kinderkurse: Feuerwerkstatt, Yoga, Kochen, Jonglieren, Theater, Inliner-Training

Schlagfertigkeitstraining – Durchsetzungsvermögen - Mehr erreichen durch sicheres Auftreten

Deutsch als Fremdsprache, Englisch, Französisch, Italienisch, (zum Teil auch vormittags) und Spanisch

Freies Gestalten im Zeichnen und Malen – Kalligraphie – Filzwerkstatt - Stricken - Scrapbooking

Nähen - für AnfängerInnen und Fortgeschrittene – Schminkkurse – Farb- und Stilberatung

Progressive Muskelentspannung - Autogenes Training – Yoga - Gymnastik – AERO-BBP-Gymnastik - TBF-Total-Body-Fitness - Rückenschule - Qi Gong - Chinesisches Schattenboxen  
- Orientalischer Tanz - Rumba-Gymnastik – Reiki - Karambolbillard für Anfänger

Informationen zu dem Angebot der Musikschule Langen erhalten Sie bei der

Geschäftsstelle der Musikschule Langen,  
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, 63225 Langen,  
Tel.: 0 6 103 / 91 04 70, Fax: -466,  
e-mail: musikschule@langen.de, Internet: www.musikschule-langen.de  
Leitung: U. Sandvoß, Verwaltung: E. Eichler

## EDV-Kurse der Kreisvolkshochschule Offenbach

### Veranstaltungsorte

- vhs-Gebäude Dreieich (Sprendlingen), Konrad-Adenauer-Str. 22, Raum C13
- vhs-Gebäude Dietzenbach, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3
- vhs im Zehnthof, Rödermark (Ober-Roden), Dieburger Str. 9-11, Raum 5

### Das Kurs-Angebot:

- Abend-Kompaktkurse (mehrere Termine pro Woche) zu Grundlagen der EDV, Office-Anwendungen und Internet
- Fortgeschrittenenkurse zu Word, Excel, Access, Outlook und PowerPoint
- Kurse zum Betriebssystem MS-Windows
- 10-Finger-Blindschreiben am PC
- EDV-Kurse für Kinder
- EDV-Bildungsurlaube
- Musik- und Videobearbeitung
- PDF-Dateien erstellen und bearbeiten
- Webseitengestaltung
- Buchführung und Lohn-/Gehaltsabrechnung am PC

Unsere Schulungsräume bieten Einzelplatzschulung an modernen Rechnern (max. 10 Teilnehmende) mit neuester Software. Der Unterricht wird unterstützt durch aktuelle Medien (Beamer, pädagogisches Netzwerk).

Die Kreis-vhs Offenbach ist für alle EDV-Schulungsräume



Auf Wunsch kann die Prüfung European Computer Passport Xpert abgelegt werden.

Nähere Informationen zu den Veranstaltungen und Prüfungsmöglichkeiten gibt es im Programmheft der Kreis-vhs,

im Internet unter [www.kreis-vhs-offenbach.de](http://www.kreis-vhs-offenbach.de) und unter 06103 / 31311313

Eine inhaltliche Beratung erteilt die

Fachbereichsleiterin Rita Hannebauer unter 06103 / 31311340

## Programm der Kreisvolkshochschule Offenbach

In Ergänzung und Erweiterung der Programme der örtlichen Volkshochschulen bietet die Kreis-vhs Offenbach im 2. Halbjahr 2008 Kurse (Abend-, Vormittags-, Intensiv-, Tages- und Wochenendkurse), Bildungsurlaub, Exkursionen, Studienreisen/-fahrten und Vorträge zu folgenden Themen an:

- Geschichte – Politik – Recht – „Das Forum am Montag“: Vortragsreihe zu gesellschaftlichen Fragen
- Pädagogik – Lern- und Arbeitstechniken, auch für Schüler/innen – Eltern- und Familienbildung
- Psychologie – Therapiemethoden – Selbsterfahrung – Reiki – Persönlichkeitsbildung – Funkkolleg
- Philosophie – Religionsgeschichte
- Länderkunde – Biologie – Ökologie – Natur und Umwelt
- Literatur – Kunst- und Kulturgeschichte
- Kalligraphie – Zeichnen – Malen – Radieren – Bildhauerisches Gestalten – Keramik – kunsthandwerkliches und textiles Gestalten – Fotografie und Bildbearbeitung – Tanz – Musik
- Gesundheit – Homöopathie – Bewegung – Entspannung – Massage - Feldenkrais - spezielle Seminare für Kinder – Wellness – Abnehmen – Raucherentwöhnung - Chinesische Medizin – Kinesiologie – Sportstacking – Stressbewältigung – Bachblüten – Selbstverteidigung
- Ernährung – Essen und Trinken
- Fremdsprachen: Eine breite Angebotspalette in 23 Sprachen, insbesondere Integrationskurse Deutsch, Einbürgerungskurse, Zertifikatskurse, Vorbereitung auf Sprachprüfungen, Sprachreisen
- Rhetorik – Kommunikation – Deutsch – Gebärdensprache
- Alphabetisierung
- Mathematik – Naturwissenschaften – Technik
- Computergrundkurse – EDV im Büro – Internet – Webseitengestaltung – Multimedia – Foto- und Bildbearbeitung - spezielle Kurse für Frauen, Senioren, Kinder – EDV-Prüfungen
- Arbeit und Beruf – Lehrgang: Xpert Business (Finanzbuchführung, Lohn und Gehalt, Kosten- und Leistungsrechnung – kaufmännische Kurse – Projektmanagement – 10-Finger-Blindschreiben in 4 Terminen – Datev – SAP/R3 – Arbeitsrecht - ProfilPass
- Frauenbildung: Lesungen – Gesundheit – Selbstverteidigung - Selbsterfahrung
- Fortbildung für Lehrer/innen
- Fortbildungsreihe Ehrenamt
- Aufbauqualifizierung für Kindertagespflegepersonen

Die Kreis-vhs Offenbach berät Sie gerne kostenlos in allen Bildungsfragen.

Das Programm mit den ausführlichen Kursangeboten erscheint am **1. August 2008** als Beilage der Offenbach-Post und liegt zur Mitnahme in den Geschäftsstellen der Offenbach-Post, in allen Rathäusern und Büchereien im Kreisgebiet sowie im Kreishaus in Dietzenbach aus. Semesterbeginn ist am 01.09.2008. Schriftliche Anmeldungen zu allen Veranstaltungen werden ab 1. August 2008 entgegengenommen.

Für weitere Fragen steht Ihnen das Team der Kreis-vhs gerne zur Verfügung. Das Programm und aktuelle Informationen finden Sie auch im Internet.

Kreis Offenbach, Kreisvolkshochschule  
Frankfurter Str. 160-166, 63303 Dreieich  
Tel.: 0 61 03 / 31 31 – 13 13  
Fax: 0 61 03 / 31 31 – 13 99  
vhs@kreis-offenbach.de  
www.kreis-vhs-offenbach.de



## Der Kinderschutzbund Westkreis Offenbach e.V. bietet an:

### Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder®“

Ziel des Kurses ist, die Erziehungskompetenz und das Selbstvertrauen der Eltern zu stärken, die Kommunikation in der Familie zu fördern und die Rechte und Bedürfnisse des Kindes und jedes Familienmitglieds achten zu lernen.

Dauer: 12 x 2 Std., der Kurs findet wöchentlich statt  
Gebühr: 70 € , Paare 100 € (Ermäßigung möglich)  
Für Mitglieder des Kinderschutzbundes 50 €, Paare 80 €



#### Langen:

ab Dienstag, 26. Aug. 2008 von 20.00 bis 22.00 Uhr in den Räumen  
des Kinderschutzbundes, Wiesenstr. 5,  
Kursleitung: Frau Stroh

#### Dreieich:

ab Mittwoch, 27. Aug. 2008, 19.30 Uhr, in den Räumen der VHS  
Kursleitung: Frau Wollmer

#### Neu-Isenburg:

ab Montag, 25. Aug. 2008 von 20.00 bis 22.00 Uhr in den Räumen  
des Quartier IV, Luisenstr. 18,  
Kursleitung: Frau Wollmer

#### Anmeldung:

Kinderschutzbund Westkreis Offenbach, Wiesenstr. 5,  
63225 Langen, Tel./Fax 06103 – 25543,  
E-Mail: [info@kinderschutzbund-wko.de](mailto:info@kinderschutzbund-wko.de)  
[www.kinderschutzbund-wko.de](http://www.kinderschutzbund-wko.de)



**die lobby für kinder**

## Termine S-Academy 2. Halbjahr 2008

Freuen Sie sich auf das neue Semester im Herbst 2008 mit Ihrer S-Academy, dem Seminarangebot der Sparkasse Langen-Seligenstadt in den Bereichen PC, Internet und Onlinebanking. Wir freuen uns, Ihnen die folgenden Seminare anbieten zu können:

### **Sicheres Internetbanking**

Für Privatkunden

Montag, 08.09.2008, 17.30 Uhr  
Dienstag, 04.11.2008, 17.30 Uhr  
Mittwoch, 10.12.2008, 16.30 Uhr

Kosten: Sonderpreis 29.00 € Gruppen nach Absprache.

### **Onlinebanking mit StarMoney**

Für Privat- und Geschäftskunden

Mittwoch, 24.09.2008, 16.30 Uhr  
Mittwoch, 12.11.2008, 16.30 Uhr

Kosten: 49.00 € pro Person,  
Preise für Gruppen bis 15 Teilnehmer nach Absprache.

### **SFirm32**

Für Firmenkunden

Mittwoch, 17.09.2008, 16.30 Uhr  
Mittwoch, 29.10.2008, 16.30 Uhr  
Mittwoch, 03.12.2008, 16.30 Uhr

Kosten: 49.00 € pro Person,  
Preise für Gruppen bis 15 Teilnehmer nach Absprache.

### **SPG-Verein**

Für Vereine

Montag, 15.09.2008, 17.30 Uhr  
Montag, 24.11.2008, 17.30 Uhr

Kosten: 19.00 € an. Gruppen nach Absprache.

Alle Seminare finden im Schulungszentrum Langen statt. Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es im Internet unter : [www.s-academy.de/sls/](http://www.s-academy.de/sls/)

**Die Erstellung des Programmheftes wurde freundlichst  
unterstützt durch folgende Inserenten:**





# RÖDER

## PRÄZISION

Aviation Excellence since 1922



- Flugzeughandel
- Jahresneuzulassung
- Ersatzteilhandel
- Grundüberholung
- Instandsetzung, Wartung
- Motoren
- Propeller
- Zellen
- Avionik
- Fertigung
- Räder und Bremsen
- Galvanotechnik
- Mechanische Fertigung
- Lackierung
- Fahrwerke
- Thermisches Metallspritzen
- Motoreninstandsetzung
- Erstellung technischer Dokumentation



Strom | Erdgas | Wärme | Wasser | Verkehr

Service-Hotline 0 8000-595 260

# Stadtwerke Langen



Mit  
Energie  
zum Erfolg!

[www.stadtwerke-langen.de](http://www.stadtwerke-langen.de)

# Hinweise für TeilnehmerInnen

Bei der Anmeldung und dem Besuch unserer Kursveranstaltungen ist Folgendes zu beachten:

Alle angebotenen Kurse werden durchgeführt, wenn sich bei Eröffnung mindestens 10 Personen anmelden. Wir bitten deshalb um Ihre Anmeldung zu den aufgeführten Veranstaltungen mittels des umseitigen Vordrucks.

Nach Einsendung Ihrer Anmeldung erhalten Sie keine weitere Benachrichtigung.

Bitte finden Sie sich zum ersten Veranstaltungstermin ein, wie er mit Tag, Zeit und Ort im Programm ausgeschrieben ist. Die ausführliche Erläuterung der Teilnahmebedingungen kann von der Geschäftsstelle angefordert werden.

Es gilt die Gebührenordnung der Gemeinde Egelsbach vom 01.01.04. Diese und die Teilnahmebedingungen werden mit der Anmeldung **als verbindlich anerkannt!**

**Für das Ausstellen und Versenden einer Rechnung müssen wir 2,50 € berechnen - daher erteilen Sie uns bitte für den jeweiligen Kurs eine Einzugsermächtigung.**

## EINZUGSERMÄCHTIGUNG:

Ich ermächtige die VHS-Egelsbach zum Einzug der fälligen Kursgebühren mittels Lastschrift von:

Kontoinhaber: \_\_\_\_\_

Bankinstitut: \_\_\_\_\_

Bankleitzahl: \_\_\_\_\_ Konto-Nummer: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Anmeldevordruck (siehe Rückseite) aus dem Heft trennen, an der Linie falten und in einem Sichtfensterumschlag einsenden

VHS Egelsbach  
Freiherr-vom-Stein-Str. 13

63329 Egelsbach

Name, \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ, \_\_\_\_\_

Zahlungspflichtige(r) \_\_\_\_\_

bei Personen unter 18 Jahren der/die Erziehungsberechtigte

K	U	R	S	-	N	R.													
Bezeichnung des Kurses :																			
1																			
K	U	R	S	-	N	R.													
Bezeichnung des Kurses :																			
2																			

Bitte das Zutreffende ankreuzen! (nur für statistische Zwecke!)

bis 17	18 - 24	25 - 34	35 - 49	50 - 64	über 64
--------	---------	---------	---------	---------	---------

Altersgruppe

 männl.

 weibl.

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

Ich beantrage Gebührenbefreiung / -ermäßigung (SchülerIn, Azubi, Stud., RentnerIn, arbeitslos). Bitte Nachweis unbedingt beifügen

Ich möchte mit Rechnung bezahlen.

**Für das Ausstellen und Versenden einer Rechnung wird 2,50 EUR berechnet.**

**für Rückfragen u. Benachrichtigungen:**  
Ihre private Tel. Nr. \_\_\_\_\_

Ich erkenne die allgemeine VHS-Ordnung (Teilnahmebedingungen) an:

Ihre dienstliche Tel. Nr. \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_



# Hinweise für TeilnehmerInnen

Bei der Anmeldung und dem Besuch unserer Kursveranstaltungen ist Folgendes zu beachten:

Alle angebotenen Kurse werden durchgeführt, wenn sich bei Eröffnung mindestens 10 Personen anmelden. Wir bitten deshalb um Ihre Anmeldung zu den aufgeführten Veranstaltungen mittels des umseitigen Vordrucks.

Nach Einsendung Ihrer Anmeldung erhalten Sie keine weitere Benachrichtigung.

Bitte finden Sie sich zum ersten Veranstaltungstermin ein, wie er mit Tag, Zeit und Ort im Programm ausgeschrieben ist. Die ausführliche Erläuterung der Teilnahmebedingungen kann von der Geschäftsstelle angefordert werden.

Es gilt die Gebührenordnung der Gemeinde Egelsbach vom 01.01.04. Diese und die Teilnahmebedingungen werden mit der Anmeldung **als verbindlich anerkannt!**

**Für das Ausstellen und Versenden einer Rechnung müssen wir 2,50 € berechnen - daher erteilen Sie uns bitte für den jeweiligen Kurs eine Einzugsermächtigung.**

## EINZUGSERMÄCHTIGUNG:

Ich ermächtige die VHS-Egelsbach zum Einzug der fälligen Kursgebühren mittels Lastschrift von:

Kontoinhaber: \_\_\_\_\_

Bankinstitut: \_\_\_\_\_

Bankleitzahl: \_\_\_\_\_ Konto-Nummer: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

---

Anmeldevordruck (siehe Rückseite) aus dem Heft trennen, an der Linie falten und in einem Sichtfensterumschlag einsenden

VHS Egelsbach  
Freiherr-vom-Stein-Str. 13

63329 Egelsbach

Name, \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ, \_\_\_\_\_

Zahlungspflichtige(r) \_\_\_\_\_

bei Personen unter 18 Jahren der/die Erziehungsberechtigte

K	U	r	S	-	N	r.													
---	---	---	---	---	---	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Bezeichnung des Kurses :  
1

K	U	r	S	-	N	r.													
---	---	---	---	---	---	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Bezeichnung des Kurses :  
2

Bitte das Zutreffende ankreuzen! (nur für statistische Zwecke!)

bis 17	18 - 24	25 - 34	35 - 49	50 - 64	über 64
--------	---------	---------	---------	---------	---------

Altersgruppe

 männl.

 weibl.

männl.

weibl.

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

Ich beantrage Gebührenbefreiung / -ermäßigung (SchülerIn, Azubi, Stud., RentnerIn, arbeitslos) Bitte Nachweis unbedingt beifügen

Ich möchte mit Rechnung bezahlen.

**Für das Ausstellen und Versenden einer Rechnung wird 2,50 EUR berechnet.**

**für Rückfragen u. Benachrichtigungen:**  
Ihre private Tel. Nr.

Ich erkenne die allgemeine VHS-Ordnung (Teilnahmebedingungen) an:

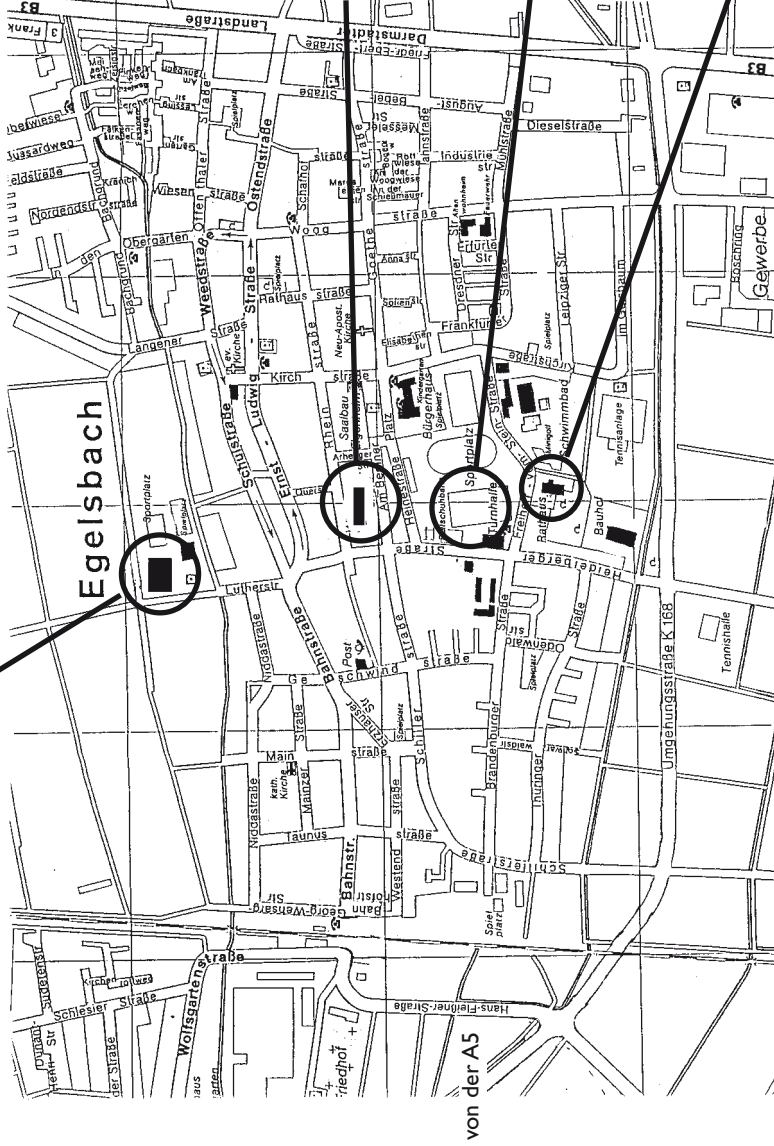
Ihre dienstliche Tel. Nr.

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Dr.-Horst-Schmidt Halle, DRK-Raum

Richtung Frankfurt



Egelsbach

Alte-Schule

VHS-Büro

Anfahrt über die A5  
(Frankfurt / Basel),  
Ausfahrt Langen-  
Mörfelden oder  
die B3 (Frankfurt  
/ Darmstadt), bzw.  
von der A66 I aus  
Richtung Frankfurt

„Alte-Schule“  
Rheinstraße 72

Turnhalle der  
Wilhelm-Leuschner-Schule  
Heidelberger Straße 17 - 19

Ausfahrt A66 I

VHS-Büro

Richtung Darmstadt

# Optimus, Ihr kompetentes Sanitätshaus

*in Egelsbach*



## Ihr Ansprechpartner bei

- Kompressionstherapie
- Kompetenzzentrum  
Brustprothetik
- Bandagen
- Reha Hilfen für zu Hause
- Prothesen
- Orthesen
- Einlagen
- Individueller  
Rollstuhlversorgung



Optimus  
Zentrum für  
Technische Orthopädie  
und Rehabilitation



Woogstraße 48 • 63329 Egelsbach  
Tel. (06103) 706 42 - 4 • Fax (06103) 706 42 - 59  
email: [info@optimus-ot.de](mailto:info@optimus-ot.de) • Internet <http://www.optimus-ot.de>