



vhs Kreis Offenbach

Programm 1. Halbjahr 2012

vhs Kreis Offenbach
vhs Dietzenbach
vhs Heusenstamm
vhs Rodgau
vhs Rödermark

Informationen zu den anderen Volkshochschulen im Kreis Offenbach

Wir bilden Zukunft


Kreis Offenbach

vhs Heusenstamm

Informationen

VHS-Geschäftsstelle

des Magistrats der Stadt Heusenstamm
Im Herrngarten 1, Rathaus
63150 Heusenstamm

Informationen, Kursanmeldungen

Dienstags und donnerstags
jeweils von 10.00-12.00 Uhr, 14.30-17.00 Uhr
Frau Felicitas Karb,
Tel.: 06104/607-1124
Fax: 06104/607-1662
E-Mail: vhs@heusenstamm.de
Internet: www.vhs-heusenstamm.de

Geschäftsführung:

Herr Markus Tremmel

Teilnahmebedingungen der VHS

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen ist von einer **vorherigen** Anmeldung abhängig. Diese ist per Postkarte (der Broschüre beigeheftet), per Fax oder per Email möglich. Die Anmeldung gilt als verbindlich. Bei allen Kursen (ausgenommen Sprachkurse) ist eine schriftliche Abmeldung bis 14 Wochentage vor Veranstaltungstermin möglich. Es gilt das Datum des Eingangsstempels. Nach Verstreichen dieser Frist ist die volle Kursgebühr zu entrichten. Eine Abmeldung nach Ablauf dieser Frist kann nur in besonders begründeten Ausnahmefällen anerkannt werden; ein entsprechender Nachweis ist unverzüglich zu führen.

Mindestteilnehmer/innenzahl und Zuschlag

Für die Durchführung eines Kurses ist in der Regel eine Mindestteilnehmer/innenzahl von 9 erforderlich. Bei weniger als 9 bis mind. 6 Teilnehmer/innen kann der Kurs dennoch stattfinden, wenn die Teilnehmer/innen mit dem entsprechenden Gebührenaufschlag (s. Gebühren) einverstanden sind. **Das Nichtverständnis für den entsprechenden Gebührenaufschlag muss bei der Anmeldung vermerkt werden. Auf den Gebührenaufschlag ist keine Ermäßigung möglich.** Die Kursgebühr ist auf unten aufgeführtes Konto unter Angabe des Teilnehmers und Nennung der Kursnummer zu überweisen: Konto-Nr. 4 724 647, bei der Sparkasse Langen-Seligenstadt (BLZ 506 521 24)

Die Geschäftsstelle nimmt keine Kursgebühren entgegen. Wer sich ordnungsgemäß angemeldet hat, kann am ersten Unterrichtstag teilnehmen. **Die Gebühren bzw. der Gebührenaufschlag muss spätestens nach der ersten Unterrichtseinheit (des jeweiligen Kurses) an die VHS-Heusenstamm entrichtet werden. Bei Nichtbeachtung der Zahlungsmodalitäten kann dies zum Ausschluss aus dem Kurs führen.**

Gebührenrückerstattung:

- 1.) Kursgebühren werden zurückerstattet
 - a) in voller Höhe, wenn eine Veranstaltung abgesagt werden muss;
 - b) anteilig, wenn mindestens ein Fünftel der vorgesehenen Veranstaltungsabschnitte ausfällt.
- 2.) Kursgebühren werden auf **schriftlichen Antrag** in voller Höhe oder anteilig erstattet, wenn in der ersten Hälfte einer Kursveranstaltung eine Teilnehmerin / ein Teilnehmer aus von ihr / ihm nicht zu vertretendem Grund (insbesondere längere Krankheit, Wohnortwechsel aus beruflichen Gründen) nicht in der Lage ist, weiter an der Veranstaltung teilzunehmen; **ein entsprechender Nachweis ist unverzüglich zu erbringen.**

Ferien:

Am Rosenmontag und Fastnachtdienstag (20. u. 21. Februar 2012) sowie während der Osterferien (02.04.-14.04.2012), der Sommerferien (02.07.-10.08.2012) und an beweglichen Feiertagen findet kein Unterricht statt. Am letzten Schultag vor den Ferien stehen die Unterrichtsräume in den Schulen nicht zur Verfügung.

Eine Haftung für Teilnehmer, insbesondere bei Unfällen oder Verlusten von Eigentumsgegenständen, wird von der Stadt Heusenstamm und dem Landkreis Offenbach (Schulträger) nicht übernommen.

Bitte beachten Sie folgende Hinweise: Nach Einsendung Ihrer Anmeldung erhalten Sie keine weitere Benachrichtigung. Bitte finden Sie sich zum ersten Veranstaltungstermin ein, wie er mit Ort, Tag und Zeit im Programm ausgeschrieben ist. Die Teilnahmebedingungen werden mit der Anmeldung als verbindlich anerkannt.

- Monier Braas GmbH, Rembrücker Str. 50
- Buchhandlung „Das Buch“, Frankfurter Straße 30
- Herth & Buss GmbH & Co. KG, Dieselstraße 2 – 4
- SEB Bank AG, Frankfurter Straße 44 a
- Volksbank Heusenstamm, Frankfurter Straße 20

Ein Unkostenbeitrag von € 2,00 pro Teilnehmer ist am Eingang zu entrichten. Sammelbehälter stehen bereit.



Länderkunde/ Geographie

Dia-Veranstaltungen

Diavorträge finden im Haus der Stadtgeschichte, Eckgasse 5, jeweils um 20.00 Uhr statt. Die Themen der Einzelveranstaltungen aus Geographie und Geschichte werden in einem Informationsblatt vorgestellt. Folgende Termine standen vor Drucklegung bereits fest:
09.01.2012: Erinnerungen an Arabien
23.01.2012: Der Aletschgletscher
27.02.2012: Der Westen Kretas
06.02.2012: Oman – Natur und Kultur
12.03.2012: Georgien / Teil 2
26.03.2012: Mecklenburg-Vorpommern

Das Programm ist im Rathaus (Information) und bei nachstehenden Heusenstammer Geldinstituten / Firmen erhältlich. Ihnen gilt unser besonderer Dank.

Kursgebühren:

Die in der Kursbeschreibung aufgeführte Gebühr bezieht sich auf 10 Kursteilnehmer. Sollte die Teilnehmerzahl von 10 nicht erreicht werden, kann der Kurs mit einer erhöhten Kursgebühr stattfinden. Bei mehr als 10 Teilnehmern reduziert sich die Gebühr entsprechend. (siehe Tabelle) **Wer mit einer Erhöhung der Gebühren bei weniger als 10 Teilnehmern nicht einverstanden ist, muss dieses auf der Anmeldekarte oder auf dem Anmeldeformular der Homepage kenntlich machen.**

Die Kursgebühr beträgt für eine Unterrichtseinheit von 45 Min. für die jeweiligen Programmbereiche:

Teilnehmer	1 - Politik, Gesellschaft 3 - Gesundheit, Entspannung, Bewegung 4 - Sprachen	2 - Kultur 3.4 - Heilmethoden 3.7 - Ernährung	5 - Beruf, EDV
6	EUR 5,00	EUR 5,30	EUR 6,00
8	EUR 3,75	EUR 4,00	-
10	EUR 3,10	EUR 3,20	-
12 und mehr	EUR 2,50	EUR 2,65	-

Bei Kinderkursen wird eine Ermäßigung von 30 % auf die Kursgebühr gewährt (bis 14 Jahre).

Gebührenbefreiung:

Für Personen, mit Hauptwohnsitz im Kreis Offenbach, die Arbeit suchend gemeldet sind oder die Leistungen nach dem SGB II bzw. SGB XII beziehen, ist der Besuch von einer Veranstaltung teilweise gebührenfrei. Der Befreiung liegt eine Teilnehmerzahl von 10 zu Grunde. Die darüber hinaus anfallenden Aufschläge sind nach Kursbeginn zu entrichten. Gebührenbefreiungen bedürfen des Nachweises durch die Antragstellerin bzw. den Antragsteller. Der Nachweis ist der Anmeldung beizufügen; nachträglich eingereichte Nachweise können nicht anerkannt werden. Für Materialzuschläge o. ä. Zusatzkosten kann keine Befreiung gewährt werden. Gebührenbefreiungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden. Bei dieser Befreiung der Kursgebühr nach SGB XII handelt es sich um eine freiwillige Leistung des Kreises Offenbach. Diese Leistung kann jederzeit vom Kreis Offenbach widerrufen werden.

Ort der Veranstaltungen:

- Adalbert-Stifter-Schule,** Schulstr. 2 - 4
- Adolf-Reichwein-Schule**
(Haupt- und Realschule), Leibnizstr. 61
- Alte Schule Rembrücken,** Hauptstr. 23
- Bad Heusenstamm,** Jahnstraße 50
- Evangelisches Gemeindehaus,**
Leibnizstr. 57
- Haus der Begegnung,** Obertshäuser Str. 30
(Stadtteil Rembrücken)
- Otto-Hahn-Schule,** Philipp-Reis-Str. 52 - 54
- Schulungsräume VHS,**
Eisenbahnstr. 11, 1. Obergeschoss
- Saal für Vereine,** Rembrücker Str. 2-4

Kuratorium (Kommission)

Volkshochschule Heusenstamm:

- Bürgermeister Peter Jakoby (Vorsitzender)
- Stadtrat Wolfgang Weigl
- Stadtverordnete Melanie Bleier
- Stadtverordneter Gerd Hibbeler
- Stadtverordneter Günther Jakobi
- Stadtverordnete Sandra Horn
- Stadtverordneter Dr. Rudolf Benninger
- Joachim Kammerer
- Dr. Dieter Klockner
- Herbert Margraf
- Dr. Hartmut von Kienle

**Eine Anmeldung ist auch per E-Mail möglich:
vhs@heusenstamm.de**



Stadtbücherei Heusenstamm



im Haus der Literatur

Schlossstraße 10
Tel.: 0 61 04 / 64 36 15

Öffnungszeiten:

- Dienstag: 10.00 – 12.00
und 15.00 – 19.00 Uhr
- Mittwoch und Donnerstag:
15.00 – 18.00 Uhr
- Freitag: 10.00 – 12.30 Uhr
- Einmal monatlich – jeweils am
2. Samstag: 11.00 – 13.00 Uhr



Heusenstamm, wie es keiner kennt: Hoher Berg – ehemaliger gräflicher Steinbruch

Vom Treffpunkt wandern wir zum „Hohen Berg“. Der „Hohe Berg“ mit seinen 159 m Höhe liegt in der Heusenstammer Gemarkung und gehört mit dem umliegenden Waldgebiet der Stadt Frankfurt. An diesem Tag wird das Tor zum ehemaligen Steinbruch geöffnet und die Besucher dürfen unter Anleitung von Herbert Margraf den Steinbruch erkunden. Trittsicherheit und gutes Schuhwerk ist erforderlich. Die historische Bedeutung und die geologische Beschaffenheit des Steinbruchs, der zu einem Biotop geworden ist, werden erläutert. Sollte noch etwas Zeit sein, so suchen wir auf dem Rückweg vom „Hohen Berg“ noch einige Hügelgräber auf, die versteckt im Wald rund um den „Hohen Berg“ liegen.

Höchstteilnehmerzahl: 25

He 1.01.01

Herbert Margraf

Sa, 28.04.2012, 14.30 – 17.00 Uhr

€ 4,50 (bitte auf das Konto der VHS überweisen)

Treffpunkt: Parkplatz hinter dem Restaurant „Waldesruhe“

Trittsicherheit und gutes Schuhwerk sind erforderlich. Teilnahme auf eigene Gefahr

Anmeldung per Email bitte an vhs@heusenstamm.de oder 06104/607-1124 bis 26.04.2012

Recht

Vortrag: Erbrecht

Rechtzeitig das Erbe zu regeln verhindert unnötigen Streit der Erben. Dieser Vortrag gibt Ihnen einen Überblick über wichtige Themenbereiche, wie z. B.

- Die gesetzliche Erbfolge
- Hinweise zur Errichtung eines Testaments und Regelungsmöglichkeiten
- Warum sollten Geschiedene über ein Geschiedentestament nachdenken?
- Wann ist ein Erbvertrag sinnvoll?
- Was ist der Pflichtteil und wie hoch ist die Pflichtteilsquote?
- Sinn und Unsinn des „Berliner Testaments“ auf Grund der neuen gesetzlichen Regelungen
- Erbrecht bei der nichtehelichen Lebensgemeinschaft und warum hier Testament und Vorsorgevollmacht nötig sind.
- Was muss nach dem Erbfall beachtet werden?
- Annahme und Ausschlagung der Erbschaft, Testamentseröffnung, Erbschein, Erbaussetzung, Erbschaftsstreitigkeiten, Erbfälle mit Auslandsbezug

He 1.05.01

Sigrid Rebell, LL.M., Rechtsanwältin, Attorney-at-Law (Ct., USA), Schlichterin und Mediatorin

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG

am Mo. 23.04.2012, 19.00 Uhr,

€ 4,50 (bitte auf das Konto der VHS überweisen).

Anmeldungen bitte per E-Mail an vhs@heusenstamm.de oder telefonisch an 06104/607-1124 bis zum 19.04.2012.

Kultur / Gestalten

Kalligraphie

Die Teilnehmer erlernen die dekorativen Formen der Irisch-Angelsächsischen Halbunzialen (Book of Kells). Diese Schrift kann sowohl historisch als auch modern Anwendung finden. Auch die Farbkomponente sowie Vergoldungen werden mit einbezogen.

Höchstteilnehmerzahl: 15

He 2.05.01

Sigrid Hammon, Kunstpädagogin

Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm

Do, 19.00 – 20.30 Uhr, ab 16.02.2012

10 Termine, 20 UE

€ 64,00 / ab 10 Teilnehmer

Gesundheit

Yoga / Autogenes Training / Entspannung



Hatha-Yoga für leicht Fortgeschrittene

Mit statischen und dynamischen Körperübungen halten wir unseren Körper beweglich. Durch diese Bewegungsabläufe wird der Abbau von Verspannungen bewirkt, sowie eine Kräftigung der Wirbelsäule, Muskulatur und der Gelenke erreicht. Bewusste Atemführung und Entspannungsübungen wirken sich beruhigend auf unseren Körper, die Gefühle und Gedanken aus. Die Yogaübungen beeinflussen die Haltung, die Organfunktion, die Konzentrationsfähigkeit und die Entspannung positiv. Bitte Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken und ggf. ein Sitz- oder Nackenkissen mitbringen.

Höchstteilnehmerzahl: 12

He 3.01.01

Britta Herrmann, Yogalehrerin

Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken

Mo, 17.50 - 19.20 Uhr, ab 23.01.2012

(außer 19.03. und 21.05.2012)

16 Termine, 32 UE

€ 99,20 / ab 10 Teilnehmer

Hatha-Yoga für Fortgeschrittene

Grundkenntnisse von Hatha-Yoga (siehe Kurs 3.01.01) werden bewusst erweitert und gefestigt. Bitte Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken und ggf. ein Sitz- oder Nackenkissen mitbringen.

Höchstteilnehmerzahl: 15

He 3.01.02

Britta Herrmann, Yogalehrerin

Otto-Hahn-Schule, Heusenstamm,

Gymnastikhalle

Mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 23.01.2012

(außer 19.03. und 21.05.2012)

16 Termine, 32 UE

€ 99,20 / ab 10 Teilnehmer



Alles für Gesundheit und Wohlbefinden: Autogenes Training / Konzentrierte Selbstentspannung / Meditation

Möchten Sie sich von Stress befreien? Loslassen lernen und Ihr inneres Gleichgewicht wieder finden? Durch Muskelspannung und -lösung, verbunden mit einer ruhigen, tiefen Atmung und positiven Vorstellungsbildern, Phantasie Reisen und Körperwahrnehmung, können Sie in einen Zustand tiefer wohlthuender Entspannung gelangen, in dem Sie in Ruhe und Gelassenheit vollständig regenerieren. Eine Kräftigung und Belebung für Ihren gesamten Organismus! Leitsätze – positiv formuliert – wirken in den Alltag hinein. Bitte eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

He 3.01.03

Ilse Raasch, Dozentin für Entspannung und Meditation

Adalbert-Stifter-Schule, Heusenstamm

(Eingang Herrnstraße, Dachgeschoss)

Kurs A:

Mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 06.02.2012

15 Termine, 30 UE

€ 93,00 / ab 10 Teilnehmer

Kurs B:

Do, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 09.02.2012

10 Termine, 20 UE

€ 62,00 / ab 10 Teilnehmer

Hatha-Yoga für Fortgeschrittene

Yoga ist ein Übungsweg für alle Menschen mit ihren unterschiedlichen Möglichkeiten und ihren persönlichen Bedürfnissen. Das Ziel ist, durch Yoga zu mehr Gesundheit, Ruhe und Klarheit im Geist zu finden und zu mehr Achtsamkeit sich selbst und anderen gegenüber. Das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist wird vor allem durch körperliche Übungen (Asanas), durch Atemübungen (Pranayama) und Meditation angestrebt.

Bitte Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

Höchstteilnehmerzahl: 14

He 3.01.04

Hildegard Erbar,

Yogalehrerin GGF / BDY / EYU

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG

Di, 9.00 – 10.30 Uhr, ab 07.02.2012

15 Termine, 30 UE

€ 93,00 / ab 10 Teilnehmer

Qigong für den Alltag

Mit Qigong können wir lernen unser „Qi“ (unsere Lebensenergie) wahrzunehmen und so auch zu spüren, was im Moment für uns wichtig und richtig ist. Für sich selbst sorgen, das rechte Maß wieder entdecken und erspüren.

Aufmerksamkeit und Achtsamkeit erfahren, erleben und in kleinen Schritten umsetzen. Kleine Übungssequenzen (z. B. Ursprung des Lichts, die dreifache Gestalt ...) helfen uns zur Ruhe kommen, durchzuatmen, gelassener zu werden und ausgeglichener. Aber auch unsere Lebensgeister wieder zu wecken, wenn wir müde und abgeschlagen sind. Entspannen, loslassen und Kraft schöpfen)

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Decke, Iso- oder Yogamatte und evtl. ein kleines Kissen mit, für die abschließende Entspannungsübung.

Höchstteilnehmerzahl: 12 Personen

He 3.01.05

Renate Sattler, Gesundheitstrainerin und

Meditationsleiterin

Haus der Begegnung, Heusenstamm-

Rembrücken

Kurs A:

Do, 18.00 – 18.45 Uhr, ab 01.03.2012

Kurs B:

Di, 17.15 – 18.00 Uhr, ab 06.03.2012

14 Termine, 14 UE

€ 43,40 / ab 10 Teilnehmer

Duft-Qigong – die besondere chinesische Heilgymnastik

Ein einfacher Weg zu innerer Harmonie.

Das chinesische Schriftzeichen für Duft bedeutet auch rein und klar, kraftvoll und reichhaltig. Wichtig für Allergiker: Wir benutzen keine Räucherstäbchen o. ä.

Duft-Qigong ist sehr einfach zu erlernen und auszuführen und stellt daher für uns Westeuropäer einen leichten Einstieg in die asiatische Heilgymnastik dar. Die Natürlichkeit der Bewegungen garantiert uns, dass Duft-Qigong richtig ausgeübt wird und einen positiven Effekt auf unseren Körper und Geist hat. Duft-Qigong hilft uns, von unserer Kopfflastigkeit wegzukommen, und wieder ein gutes Körpergefühl zu entwickeln. Die Übungen dienen der Entgiftung, helfen Blockaden zu lösen und regen den Energiefluss (das Chi) in unseren Meridianen an. Nur wenn die Energie (das Chi) in den Meridianen ungehindert fließen kann, ist der Mensch gesund (traditionelle chinesische Medizin).

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Decke, Iso- oder Yogamatte und evtl. ein kleines Kissen mit, für die abschließende Entspannungsübung.

Höchstteilnehmerzahl: 12 Personen

He 3.01.06

Renate Sattler, Gesundheitstrainerin und

Meditationsleiterin

Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-

Rembrücken

Kurs A:

Do, 19.15 – 20.00 Uhr, ab 01.03.2012

Kurs B:

Di, 11.15 - 12.00 Uhr, ab 06.03.2012

14 Termine, 14 UE

€ 43,30 / ab 10 Teilnehmer

Sie finden uns auch im Internet:

www.vhs-heusenstamm.de

Neue Energie durch Megaschlaf

Der so genannte Megaschlaf – ein optimaler Entspannungs- und Erholungszustand über eine Viertelstunde – wird durch eine schnell und leicht zu erlernende Meditationsübung erreicht, die der Präventionsmediziner Prof. Dr. Gerd Schnack für uns Menschen des Stress-Zeitalters entwickelt hat. Durch den kurzen so genannten Megaschlaf – während der Mittagspause am Arbeitsplatz oder zu Hause – gewinnt man neue Energie und vermeidet Konzentrations- sowie Leistungsabfall. Bitte bringen Sie Schreibzeug mit. – Sie brauchen weder spezielle Kleidung noch eine Decke.

He 3.01.07

Manfred Karl Böhm, Dipl.-Theologe und Entspannungstrainer

Adolf-Reichwein-Haupt- und Realschule, Heusenstamm

Di, 18.00 – 20.15 Uhr, **am 27.03.2012**

1 Termin, 3 UE

€ 9,30 / ab 10 Teilnehmer

Die Feldenkrais-Methode - Bewusstheit durch Bewegung

Diese Methode ist eine in ihrer Art einzigartige körperorientierte Methode, die von Dr. Moshe Feldenkrais (1904 – 1984) entwickelt wurde. Ziel dieser Methode ist der bessere, d. h. einfühlsame und ganzheitliche Umgang mit dem Körper und das Erspüren, dass Körper und Bewusstsein nicht voneinander zu trennen sind. Durch leichte behutsame Bewegungen, die jede Person in ihrer eigenen Art und Weise ausführt, werden gewohnte Bewegungsmuster und Verspannungen bewusst gemacht. Die Veränderung und Erweiterung der Bewegungsmöglichkeiten führen zu einem besseren Umgang mit sich selbst und mehr Wohlbefinden. Diese Methode ist für alle Altersgruppen geeignet.

Bitte Isomatte, Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

He 3.01.08

Brigitte Ziemdorf, Feldenkrais-Lehrerin

Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken

Di, 19.00 – 20.00 Uhr, **ab 07.02.2012**

(außer 20.03.2012)

12 Termine, 16 UE

€ 49,60 / ab 10 Teilnehmer

Bewegung

Herz-Kreislauf-Training

Durch ein angepasstes, körperliches Trainingsprogramm wird der aerobe Stoffwechsel in der Muskulatur verbessert. Dies führt zu einer geringeren Engstellung der Blutgefäße und damit zur Entlastung des Herzens.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.01

Barbara Föller, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin

Adolf-Reichwein-Haupt- und Realschule, Turnhalle

Mo, 17.30 – 18.30 Uhr, **ab 06.02.2012**

15 Termine, 20 UE

€ 50,00 / ab 12 Teilnehmer

Herz-Kreislauf-Training

Kursbeschreibung siehe 3.02.01

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.02

Barbara Föller, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin

Haus der Begegnung, Heusenstamm-Rembrücken

Kurs A:

Di, 9.30 – 10.15 Uhr, **ab 07.02.2012**

Kurs B:

Di, 10.30 – 11.15 Uhr, **ab 07.02.2012**

15 Termine, 15 UE

€ 37,50 / ab 12 Teilnehmer



Fit durch Ausgleichsgymnastik

Mit einem Mix aus präventiver Gymnastik erlernen Sie auf sanfter Weise, wie Sie Verspannungen und Verschleißerscheinungen vorbeugen. Gleichgewichtstraining hilft im Alltag die Sturzgefahr zu verringern. Aufwärmübungen am Anfang, sowie Dehnungs- und Entspannungsübungen am Ende runden die Stunde ab. Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.03

Simone Dörr, Prävention-Lizenz Otto-Hahn-Schule, Heusenstamm, Gymnastikhalle

Kurs A:

Di, 17.00 – 18.00 Uhr, **ab 07.02.2012**

Kurs B:

Di, 18.00 – 19.00 Uhr, **ab 07.02.2012**

17 Termine, 23 UE

€ 56,70 / ab 12 Teilnehmer

Herz-Kreislauf-Training für Frauen

Kursbeschreibung siehe 3.02.01

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.04

Barbara Föller, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin

Otto-Hahn-Schule, Heusenstamm, Gymnastikhalle

Di, 19.00 – 20.00 Uhr, **ab 07.02.2012**

15 Termine, 20 UE

€ 50,00 / ab 12 Teilnehmerinnen

Herz-Kreislauf-Training

Durch ein angepasstes, körperliches Trainingsprogramm wird der aerobe Stoffwechsel in der Muskulatur verbessert. Dies führt zu einer geringeren Engstellung der Blutgefäße und damit zur Entlastung des Herzens.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.05

Barbara Föller, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin

Saal für Vereine, Heusenstamm

Mi, 11.00 – 11.45 Uhr, **ab 08.02.2012**

15 Termine, 15 UE

€ 37,50 / ab 12 TeilnehmerInnen

50-plus-Fitness für das Wohlbefinden

50-plus-Fitness für das Wohlbefinden

Einfache, altersgerechte Übungen zur Kräftigung des ganzen Körpers und zur Verbesserung des eigenen Körpergefühls verbunden mit Entspannungsübungen.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.06

Alexandra Settler, Body & Mind-Balance-Trainerin

Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken

Mi, 15.45 – 16.45 Uhr, **ab 08.02.2012**

18 Termine, 24 UE

€ 60,00 / ab 12 Teilnehmer

Pilates

Bitte Gymnastikmatte mitbringen

Die Pilates-Methode ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen, aber meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen sollen. Das Training schließt Kraftübungen, Stretching und bewusste Atmung ein. Durch ruhige und bewusste Bewegungsführung wird das Zusammenspiel zwischen Körper und Geist trainiert. Diese Methode beugt Rückenschmerzen vor, kräftigt die Muskeln des Beckenbodens und der tiefen Rumpfmuskulatur und lässt den Bauch flach und fest werden. Alle Bewegungen werden langsam und fließend ausgeführt und sind für alle Altersgruppen geeignet.

He 3.02.07

Alexandra Settler, Pilates & Power Vit Yoga Trainer

Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken

Mi, 16.45 – 17.45 Uhr, **ab 08.02.2012**

18 Termine, 24 UE

€ 60,00 / ab 12 Teilnehmer



Wirbelsäulengymnastik

Bitte Gymnastikmatte mitbringen

He 3.02.08

Ursula Feldpausch-Herbert,

staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin

Evangelisches Gemeindehaus, Heusenstamm

Mi, 17.00 – 18.00 Uhr, **ab 01.02.2012**

15 Termine, 20 UE

€ 50,00 / ab 12 Teilnehmer (zzgl. Reinigungs-umlage – im Kurs zu entrichten)

Eine Anmeldung ist auch per E-Mail möglich:

vhs@heusenstamm.de



Rückenfitness

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.09

Elke Stern, Fachübungsleiterin für Fitness und Gesundheit und Sport in der Prävention Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken

Kurs A:

Mi, 18.00 – 19.00 Uhr, **ab 01.02.2012**

Kurs B:

Mi, 19.00 – 20.00 Uhr, **ab 01.02.2012**

Kurs C:

Mi, 20.00 – 21.00 Uhr, **ab 01.02.2012**

19 Termine, 25 UE

€ 63,35 / ab 12 Teilnehmer

Herz-Kreislauf-Training für Männer und Frauen

Kursbeschreibung siehe 3.02.05

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.10

Barbara Föller, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin

Otto-Hahn-Schule, Heusenstamm, Gymnastikhalle

Mi, 20.00 – 21.00 Uhr, **ab 08.02.2012**

15 Termine, 20 UE

€ 50,00/ ab 12 Teilnehmer



Zumba

NEU

Join he party! Tanzen zu lateinamerikanischen Rhythmen. Lassen Sie sich von Zumba, dem energiegeladenen Tanz-Fitness-Workout begeistern! Zumba ist leicht erlernbar, für jedes Alter, für jedes Fitnesslevel. Starten Sie mit Schwung in den Tag.

He 3.02.11

Alexandra Settler, Pilates & Power Vit-Yoga-Trainerin

Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken

Do, 8.45 – 9.45 Uhr, **ab 09.02.2012**

18 Termine, 24 UE

€ 60,00 / ab 12 Teilnehmer

Rückenfitness

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.12

Elke Stern, Fachübungsleiterin für Fitness und Gesundheit und Sport in der Prävention Adolf-Reichwein-Haupt- und Realschule, Turnhalle

Kurs A:

Do, 17.30 – 18.30 Uhr, **ab 02.02.2012**

Kurs B:

Do, 18.30 – 19.30 Uhr, **ab 02.02.2012**

17 Termine, 23 UE

€ 56,70/ ab 12 Teilnehmer

Gesund und fit?

Durch eine vielseitige Stundengestaltung wollen wir mit funktioneller und Rücken schonender Gymnastik muskuläre Dysbalancen ausgleichen; vernachlässigte Muskelpartien kräftigen, verspannte und verkürzte Muskeln lockern und dehnen. Die Schulung des Herzkreislaufsystems mit Musik sowie Entspannung ist ebenfalls Teil jeder Stunde. Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.13

Simone Dörr, Prävention-Lizenz
Otto-Hahn-Schule, Heusenstamm,
Gymnastikhalle
Do, 18.15 – 19.15 Uhr, **ab 02.02.2012**
17 Termine, 23 UE
€ 56,70 / ab 12 Teilnehmer

Kursangebote im Bad Heusenstamm



Foto: Daniel Banner

Schwimmkurse für Kinder ab ca. 5 Jahren:

Intensivkurse
dienstags/mittwochs/donnerstags
ab 28.02. – 22.03.2012
12 Termine / EUR 48,00 zzgl. Eintritt
Anfänger I – 14.30 Uhr
Anfänger II – 15.30 Uhr

Fortgeschrittene mit Neuschwimmerabzeichen:

16.30 Uhr (im Sportbecken)
nur mittwochs und donnerstags,
ab 29.02. – 22.03.2012
(EUR 32,00 zzgl. Eintritt)

Schwimmkurse an Samstagen

ab 21.04. – 23.06.2012
10 Termine /EUR 40,00 zzgl. Eintritt
Anfänger I (ohne Vorkenntnisse):
10.15 Uhr, 11.15 Uhr, 12.15 Uhr
Anfänger II (mit Vorkenntnissen /ohne Neuschwimmerabzeichen): 13.30 Uhr, 14.30 Uhr

Bitte fordern Sie ein aktuelles Anmeldeformular an über vhs@heusenstamm.de oder 06104/607-1124. Freie Kursplätze und aktualisierte Kursangebote können Sie auch auf unserer Homepage www.vhs-heusenstamm.de unter der Rubrik „Bewegung“ ersehen.

Wassergymnastik im Bad Heusenstamm

Es ist soweit, es geht weiter!
Wir bewegen uns wieder Gelenk schonend und Energie verschwendend im Wasser.

Barbara Föller, staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin

Beginn: **19.01.2012** (außer Schulferien)

Kurs A: Do, 9.30 – 10.00 Uhr

Kurs B: Do, 10.15 – 10.45 Uhr

Eine Anmeldung ist nicht notwendig, es ist lediglich der normale Schwimmbadeintritt zu entrichten.

Aqua-Fitness

Mit rhythmischen und mitreißenden Übungen wird das Herz-Kreislauf-System trainiert und der Stoffwechsel angeregt. Die Muskulatur wird durch den Widerstand des Wassers gekräftigt, die Belastung für die Gelenke durch die Auftriebskraft gleichzeitig stark reduziert. Höchstteilnehmerzahl: 15

He 3.02.60

Vittoria A. Schönthal, Fitnesstrainerin
Bad Heusenstamm

Kurs C:

Di, 17.45 – 18.30 Uhr,
10.04. – 05.06.2012

Kurs D:

Di, 18.30 – 19.15 Uhr,
10.04. – 05.06.2012

8 UE, Termine: 8 (auch in den Osterferien)
€ 26,70 / ab 12 Teilnehmer / zzgl. Eintritt
Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

Aqua-Gymnastik

Diese erfrischende Art der Gymnastik bietet gegenüber dem Training an Land unerschätzbare Vorteile. Sie ist außerordentlich gelenk- und bänderschonend. Außerdem trainiert sie die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System. Der Gleichgewichtssinn wird geschult und die Massagewirkung des Wassers fördert zudem die Durchblutung von Haut, Bindegewebe und Muskulatur. Außerdem verbraucht der Körper Extrakalorien, weil er die Körpertemperatur im Wasser aufrecht erhalten muss. Höchstteilnehmerzahl 15 / Anmeldung unbedingt erforderlich.

He 3.02.70

Ronny Prosiegel,
Übungsleiter Aqua-Gymnastik
Bad Heusenstamm

Kurs D:

Do, 19.30 – 20.15 Uhr
ab 16.02.2012 – 22.03.2012

6 UE, Termine: 6
€ 20,00 / ab 12 Teilnehmer / zzgl. Eintritt

Kurs E:

Do, 18.30 – 19.15 Uhr,
ab 10.05.2012 – 28.06.2012

Kurs F:

Do, 19.30 – 20.15 Uhr,
ab 10.05.2012 – 28.06.2012

5 UE, Termine: 5
€ 16,70 / ab 12 Teilnehmer / zzgl. Eintritt

Kurs G: Do, 18.30 – 19.15 Uhr,
ab 05.07.2012 – 09.08.2012

Kurs H: Do, 19.30 – 20.15 Uhr
ab 05.07.2012 – 09.08.2012

6 UE, Termine: 6
€ 20,00 / ab 12 Teilnehmer / zzgl. Eintritt



Öffnungszeiten Bad Heusenstamm

www.bad-heusenstamm.de

Montag	13.00 bis 21.00 Uhr
Dienstag	08.00 bis 21.00 Uhr
Mittwoch	08.00 bis 21.00 Uhr
Donnerstag	08.00 bis 21.00 Uhr
Freitag	08.00 bis 21.00 Uhr
Samstag	10.00 bis 18.00 Uhr
Sonn-/Feiertage*	10.00 bis 18.00 Uhr

* Geschlossen am 24., 25. und 31. Dezember sowie am 1. Januar.

Kassenschluss ist eine Stunde vor Beendigung der allgemeinen Öffnungszeiten. Die Badezeit beginnt mit Öffnung des Bades und endet 30 Minuten vor Beendigung der allgemeinen Öffnungszeit.

Erkrankungen / Heilmethoden

REIKI – 1. Grad

REIKI, eine Wiederentdeckung aus der Jahrtausende alten Tradition des natürlichen Heilens, ist jene Kraft, die Grundlage allen Lebens bildet. Diese universale Lebensenergie kann durch entsprechende Einstimmungen in jedem Menschen geweckt werden, so dass sie als heilende und harmonisierende Kraft durch unsere Hände fließt. Im 1. Grad erlernen wir die Fähigkeiten, uns selbst und andere wirkungsvoll zu behandeln.

Bitte bequeme Kleidung, Decken und Kissen mitbringen.

He 3.04.01

Birgit Grebe, Heilpraktikerin und Reiki-Großmeisterin

Haus der Begegnung, Obertshäuser Str. 30 (Stadtteil Rembrücken)

Sa und So, am 25./26.02.2012,

jeweils von 10.00 – 18.00 Uhr,
2 Termine, 20 UE
€ 64,00 / ab 10 Teilnehmer (zzgl. EUR 10,00 für Skript und Urkunde, die direkt an die Dozentin zu entrichten sind)

Sie finden uns auch im Internet:

www.vhs-heusenstamm.de

Sprachen

Die erste Kursstunde kann als Probestunde besucht werden. Ab der 2. Stunde verpflichtet die Teilnahme zur Beitragszahlung.

Vhs-Lernstufen nach dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“:

Lernstufe A1

Am Ende dieser Stufe können Sie vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen, Fragen zu Ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

Lernstufe A2

Am Ende dieser Stufe können Sie Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke/Wörter verstehen, wenn es z. B. um einfache Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen oder Arbeit geht. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen und mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und alltägliche Dinge beschreiben.

Lernstufe B1

Am Ende dieser Stufe können Sie die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht. Sie können die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen und sich zusammenhängend zu vertrauten Themen, z. B. Familie, Hobbys und Beruf äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten begründen.

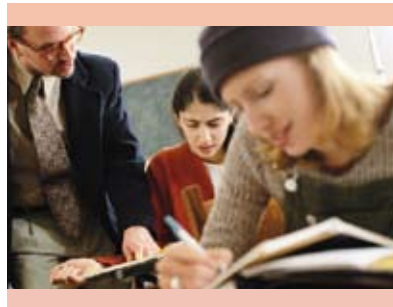
Lernstufe B2

Am Ende dieser Stufe können Sie längeren Redebeiträgen und komplexer Argumentation in der Standardsprache sowie den meisten Nachrichtensendungen folgen. Sie können sich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern möglich ist, und können sich an Diskussionen beteiligen. Darüber hinaus können Sie klare detaillierte Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, Aufsätze verfassen, persönliche und formelle Briefe schreiben und deutlich machen, was wichtig ist.

Lernstufe C1

Am Ende dieser Stufe können Sie längeren Reden und Gesprächen mit komplizierten Zusammenhängen folgen, lange und komplexe Sach- und literarische Texte, Fachartikel und lange technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in Beziehung zu Ihrem Spezialgebiet stehen. Sie können sich fast mühelos spontan und fließend ausdrücken, die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben und in der Ausbildung angemessen und präzise anwenden. Sie können sich schriftlich klar und präzise ausdrücken, Texte über komplexe Sachverhalte verfassen und den für den Leser angemessenen Stil wählen.

Deutsch als Fremdsprache



Deutsch als Fremdsprache – Lernstufe A 1.2

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die das lateinische Alphabet beherrschen, schreiben und lesen können und über Vorkenntnisse auf der Niveaustufe A 1 verfügen.

He 4.04.01

Beata Klementné Kecskeméti, diplomierte Lehrerin für Deutsch als Fremdsprache Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm Mi und Do, 18.30 – 20.00 Uhr, **ab 08.02.2012** (zweimal wöchentlich) Lehrbuch: Themen Aktuell 1 36 Termine, 72 UE € 223,20 / ab 10 Personen

Englisch



Aus den langjährigen Lerngruppen Englisch der VHS Heusenstamm hat sich der „English Club Heusenstamm“ gebildet. Die Mitglieder treffen sich jede Woche einmal donnerstags in der Zeit von 10.30 – 12.00 Uhr in der Eisenbahnstraße 11 im 1. OG. Bei den Treffen soll es Gespräche über persönliche und aktuelle Themen auf Englisch geben und ein allgemeiner Austausch stattfinden.

Englisch für Anfänger mit guten Vorkenntnissen – Lernstufe A 2 (4. Semester)

The book is important. You are welcome to refresh your English with us. Emphasis is placed on using the English language.

He 4.06.01

Adriana Mallek, Englischlehrerin Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG Mi, 19.30 – 21.00 Uhr, **ab 01.02.2012** Lehrbuch: Face 2 Face Elementary Student's Book, lesson 10 d 15 Termine, 30 UE € 93,00 / ab 10 Teilnehmer

English for Tourists - Lernstufe A2

Wir lernen spielerisch und experimentell in der Gruppe speziell für Situationen im Urlaub in englischsprachigen Ländern. Wir arbeiten mit Lehrbuch und Extra-Unterrichtsmaterial, von der Kursleiterin hergestellt und ausgegeben. Hierfür sind € 3,00 an die Kursleiterin zu entrichten.

He 4.06.02

Eva Hippe, Dozentin für Englisch, Theater und Musik, lizenzierte Prüferin für Englisch (telc/alle Stufen) Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG Do, 17.45 – 19.15 Uhr, **ab 23.02.2012** Lehrbuch: The New Headway B 1 (Forts.), Student's Book, Cornelsen Verlag 13 Termine, 26 UE € 80,60 / ab 10 Teilnehmer

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen – Lernstufe B 1 (6. Semester)

The book is on the first place. Enabling students to talk is a fundamental aim of language teachings. So the topics are interesting and useful exercises in helping learners apply correct grammar.

He 4.06.03

Adriana Mallek, Englischlehrerin Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG Mi, 18.00 – 19.30 Uhr, **ab 01.02.2012** Lehrbuch: Face 2 Face Pre-Intermediate, lesson 4 a 15 Termine, 30 UE € 93,00 / ab 10 Teilnehmer

English in Action“ – Englisch für Kinder mit Eva und Lilly*

Diese Kurse bieten einen spielerischen Kontakt mit der englischen Sprache. Wir singen und malen, führen Rollenspiele auf und erfinden allerlei Spiele, um kleine Sätze in der englischen Sprache zu lernen und zu sprechen.

He 4.06.04

Eva Hippe, Dozentin für Englisch, Theater und Musik, lizenzierte Prüferin für Englisch (telc/alle Stufen) Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG **Kurs A:** Di, 15.00 – 16.00 Uhr, **ab 14.02.2012** (Kinder ab 5 - 6 Jahre mit geringen Vorkenntnissen)

Kurs B:

Di, 16.15 – 17.15 Uhr, **ab 14.02.2012** (Kinder ab 6 – 7 Jahre mit Vorkenntnissen)

Kurs C:

Do, 16.15 – 17.15 Uhr, **ab 23.02.2012** (Kinder ab 4 Jahre mit geringen Vorkenntnissen)

Kurs D:

Do, 15.00 – 16.00 Uhr, **ab 23.02.2012** (Kinder ab 9 Jahre mit Vorkenntnissen) - Neuanmeldungen nur nach Absprache – Bitte bei Frau Karb (Tel. 06104/607-1124) nachfragen! 13 Termine, 17 UE € 37,60 / ab 10 Kinder

Zusätzlich zu den Kursgebühren werden 8,00 € Materialkosten für Anschauungsmaterial, Spielzeug, Farben und Papier, „ Juice and Biscuits“ an die Kursleiterin erbeten.

* Seit Sommer 2004 arbeitet manchmal Lilly mit uns, eine besonders liebe und besonders geschulte Golden-Labrador-Hündin.

Französisch



Französisch für Fortgeschrittene – B2

Vous avez une bonne base scolaire ou vécu quelques mois dans un des pays francophone il y a de nombreuses années. Vous désirez réactiver vos connaissances et pratiquer la langue française dans une atmosphère dé-tendue. Nous élargissons notre vocabulaire pour nous exprimer plus aisément et répé-tions les points de grammaire difficiles de ma langue maternelle.

He 4.08.01

Francoise Delphin-Bünnemeyer, Gymnasiallehrerin für Französisch und Deutsch Adolf-Reichwein-Schule Heusenstamm Di, , 18.00 - 19.30 Uhr, **ab 07.02.2012** Lehrbuch: Voyages 3 (Klett-Verlag) 15 Termine, 30 UE € 93,00 / ab 10 Teilnehmer Höchststeilnehmerzahl: 12

Französisch für Fortgeschrittene – C1

Cours de conversation pour les amoureux de la langue française qui ont toujours voulu raffraichir leurs connaissances acquises à l'école ou pendant leurs séjours dans un pays francophone.

Nous lisons des articles de journaux, en particulier du magazine "Ecoute", ou des textes littéraires et discutons des divers aspects de la vie actuelle en France, les comparons avec les opinions répandues en Allemagne par la tradition ou la presse. De temps en temps nous écoutons une chanson ou un dialogue enregistré pour apprendre à réagir à l'audition directe de la langue parlée dans différentes situations. Les apprenants peuvent, s'ils le désirent, réviser les points grammaticaux qui leur ont toujours donné des difficultés.

Bienvenue à tous les participants qui veulent pratiquer ma langue maternelle dans une atmosphère décontractée.

He 4.08.02

Francoise Delphin-Bünnemeyer, Gymnasiallehrerin für Französisch und Deutsch Adolf-Reichwein-Schule Heusenstamm Di, , 19.30 – 21.00 Uhr, **ab 07.02.2012** 15 Termine, 30 UE € 93,00 / ab 10 Teilnehmer Höchststeilnehmerzahl: 12

Sprachkurse bei der vhs: Eine gute Investition in Ihre Zukunft!



Italienisch

Italienisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse – (Ziel: Sprachlevel A1)

Dass die Italiener – bis auf einige Ausnahmen – nicht gerade sehr gut in Englisch sind, ist schon längst bekannt. Und darauf hoffen, dass in Italien Deutsch gesprochen wird, wollen Sie nicht mehr. Fazit: jetzt wird Italienisch gelernt. Und diesmal richtig! Und wer weiß? Vielleicht möchten Sie später sogar die Prüfung für das Europäische Zertifikat Italienisch machen ...

He 4.09.01

Salvatore Ingrassia, Telc-Prüfer Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG Fr, 19.00 – 20.30 Uhr, **ab 03.02.2012** Lehrbuch: Linea diretta I A (ISBN:3-19-005343-X) 13 Termine, 26 UE € 80,60 / ab 10 Teilnehmer

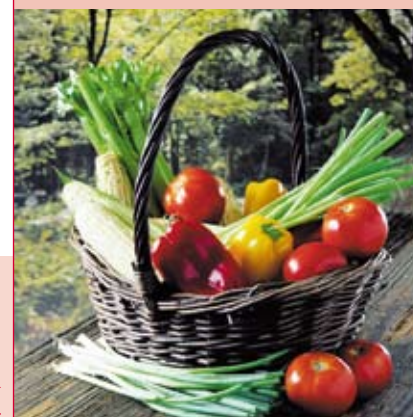


Italienisch für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen (Ziel: Sprachlevel B 1)

Il 2011 è stato per questo gruppo un anno importante: a fine luglio ha anche fatto un viaggio studio in Italia con il suo insegnante ed ha fatto nuove esperienze culturali e linguistiche. Nel 2012 i partecipanti potranno diventare ancora più bravi, e chissà? ... un giorno, se lo desiderano, faranno anche l'esame per L'Europeische Zertifikat Italienisch B 1.

He 4.09.02

Salvatore Ingrassia, Telc-Prüfer Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG Sa, 18.00 – 19.30 Uhr, **ab 04.02.2012** Lehrbuch: Linea diretta I A, ab Lektion 8 (ISBN:3-19-005343-X) 13 Termine, 26 UE € 80,60 / ab 10 Teilnehmer



Spanisch



Spanisch – Lernstufe A 1.3 / für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen

Dieser Kurs ist an diejenigen gerichtet, die die Vielfalt der spanischsprachigen Welt von Anfang an auf eine spielerische, lebendige, praxisbezogene Art und Weise erlernen möchten. In dem Kurs werden Sie nicht nur die Begrüßungsformeln kennenlernen, sondern auch wie man zwischenmenschliche Kontakte aufbauen und z. B. im Urlaub oder im Beruf anwenden kann.

He 4.22.01

Carmen Rosa Schmieder-Mendoza

Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm
Di, 17.15 – 18.45 Uhr, **ab 07.02.2012**
Lehrbuch: Con gusto (A1), ab Lektion 12,
Lehr- und Arbeitsbuch; Klett-Verlag;
ISBN: 978-3-12-514980-9
15 Termine, 30 UE
€ 93,00 / ab 10 Teilnehmer

Spanisch – Lernstufe A 1.5 / Anfänger mit guten Vorkenntnissen

He 4.22.02

Carmen Rosa Schmieder-Mendoza

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
Fr, 17.00 – 18.30, **ab 03.02.2012**
Lehrbuch: Con gusto A2, ab Lektion 3, Lehr-
und Arbeitsbuch, Klett-Verlag
15 Termine, 30 UE
€ 93,00 / ab 10 Teilnehmer

Spanisch – Lernstufe B 1.2 für leicht Fortgeschrittene

Tenemos ya mayores posibilidades para poder mantener una ligera conversación, pero de todas maneras la intención de nuestro curso es de continuar conociendo formas gramaticales y sobretodo practicarlas en forma dinámica.

He 4.22.03

Carmen Rosa Schmieder-Mendoza

Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm
Di, 18.45 – 20.15 Uhr, **ab 07.02.2012**
Lehrbuch: Caminos neu B1, ab Lektion 10,
Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag
15 Termine, 30 UE
€ 93,00 / ab 10 Teilnehmer

**Sprachkurse bei der vhs:
Eine gute Investition in
Ihre Zukunft!**



Spanisch für leicht Fortgeschrittene – Lernstufe B 1.6

En nuestro curso además de continuar las lecciones del libro, repetiremos y profundizaremos nuestras formas gramaticales. También practicaremos la forma comunicativa de acuerdo al tema en cuestión.

He 4.22.04

Carmen Rosa Schmieder-Mendoza

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
Mo, 11.00 – 12.30, **ab 06.02.2012**
Lehrbuch: Caminos neu B1, ab Lektion 4,
Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag
15 Termine, 30 UE
€ 93,00 / ab 10 Teilnehmer

Spanisch für Fortgeschrittene – Lernstufe B2

Este curso se trata para aquellas personas que quieran tomar parte de un curso de conversación con temas del acontecer actual tanto cultural, político, social y económico. No solamente nos dedicaremos a conversar sobre diversos temas sino que repasaremos la gramática y también la profundizaremos donde haga falta.

En este curso se repartirá el material de trabajo. Se Trata de un curso de concersación y se tratarán temas actuales.

Además que la gramática se profundizará de acuerdo al tema tratado.

He 4.22.05

Carmen Rosa Schmieder-Mendoza

Adolf-Reichwein-Schule Heusenstamm
Di, 20.15 – 21.45 Uhr, **ab 07.02.2012**
Lehrbuch: Material repartido por la profesora
15 Termine, 30 UE
€ 93,00 / ab 10 Teilnehmer



Spanisch für Fortgeschrittene - Lernstufe C1 (vormittags)

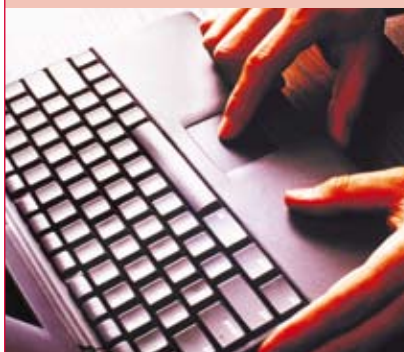
Además de ser un curso de nivel avanzado, es de gran interés repasar constantemente formas gramaticales o profundizar las ya conocidas e introducir pequeñas lecturas con el acontecer actual con el fin de poder articularse oralmente.

He 4.22.06

Carmen-Rosa Schmieder-Mendoza

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
Mo, 9.30 – 11.00 Uhr, **ab 06.02.2012**
Lehrbuch: Espanol Actual Lehrbuch 2 (Feldhaus-Verlag); Espanol Actual Übungsbuch 2 (Feldhaus-Verlag), Niveau: B2, ab Lektion 9
15 Termine, 30 UE
€ 93,00 / ab 10 Teilnehmer

EDV-Seminare



Der EDV-Raum in der Eisenbahnstraße 11 ist neu ausgestattet worden (Windows 7). Neben den neuen Arbeitsstationen, Flachbildschirmen etc. wurde zur besseren Präsentation und Unterstützung des Unterrichtes ein großer LCD-Fernseher installiert.

Die Mindest- und Höchstteilnehmerzahl beträgt bei allen PC-Kursen 6 Personen. Pro Teilnehmer steht ein Arbeitsplatz zur Verfügung.

Mein Fotobuch selbst gestalten

Im Kurs erlernen Sie die einzelnen Schritte von der Erstellung bis zum Versenden des Fotobuches.

Machen Sie Ihren Liebsten eine ganz besondere Freude: ob zum Geburtstag Ihres Partners, der Einschulung Ihres Kindes, der Hochzeit Ihres besten Freundes oder anderer Jubiläen oder besonderer Anlässe.

Nach dem Erstellen des Fotobuchs am PC halten Sie in nur wenigen Tagen Ihr professionell gedrucktes und gebundenes Fotobuch in Ihren Händen.

Die Fotos für Fotobücher werden heutzutage überwiegend mit einer Digitalkamera aufgenommen oder sie wurden vorher von herkömmlichen Bildabzügen eingescannt.

Mit Hilfe einer speziellen Software zur Erstellung von Fotobuch-Layouts, die kostenlos im Internet zum Download bereit steht, werden die Fotos in ein virtuelles Buch übertragen und können auch mit teilweise umfangreichen Texten beschriftet werden.

Anhand eines Internetprogramms wird das Fotobuch an die Druckerei übermittelt. Das fertige Buch wird nach dem Druck von dieser auf dem Postweg versendet.

He 5.03.01

Josef Weber, EDV-Trainer

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
Fr, 27.01.2012, 18.00 - 21.00 Uhr
Sa, 28.01.2012, 9.00 – 15.00 Uhr
12 UE, Termine: 2
€ 87,00 (inkl. Gerätegebühr) zzgl. Kosten für das Fotobuch, die je nach Größe und Anspruch variieren können.
Rücktritt möglich bis 13.01.2012

Arbeiten mit MS-Office 2007

In diesem Seminar werden aus dem MS-Office Paket die Produkte:

- MS Word für Windows
- MS Excel
- MS Powerpoint
- MS Outlook

vorgestellt. Anhand eines durchgängigen Beispiels werden alle drei Programme in ihren Grundfunktionalitäten erarbeitet. Hierbei wird besonders auf das Zusammenspiel der vier Produkte eingegangen.

Seminarinhalte:

- MS Word für Windows (Erstellen, Speichern, Ändern und Formatieren von Texten, Einfügen von Grafiken, das Arbeiten mit Tabellen)
- MS Excel (Erstellen von Tabellen, Eingebettete Diagramme, Berechnungen innerhalb einer Tabelle, Aktualisieren von Tabellen und Diagrammen, Bildschirmanzeige und Drucken)
- MS Powerpoint (Erstellen einer einfachen Präsentation, Zusammenspiel mit Word für Windows und Excel)
- MS Outlook (Kontakte, Termine, Aufgaben, Notizen, E-Mail und Journal)

Voraussetzungen: Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse

He 5.03.02

Josef Weber, EDV-Trainer

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
Mi, 18.00 - 21.00 Uhr, **ab 01.02.2012**
24 UE, Termine: 6
€ 174,00 (inkl. Gerätegebühr)
Rücktritt möglich bis 18.01.2012



VHS Webseitenerstellung mit CMS Joomla 1.5 gestalten

Ein Content-Management-System (CMS) ist eine Software, die es einem Redakteur oder einem ganzen Team von Redakteuren erlaubt ohne Programmierkenntnisse Inhalte in eine vorhandene Website einzufügen.

Joomla! Ist ein frei verfügbares CMS, mit dem sich auf einfache Art und Weise eine Website gestalten lassen. Es eignet sich ausgezeichnet für kleinere und mittlere Auftritte, aber auch große Portale sind mit diesem System bereits realisiert worden. Joomla! Ist sehr einfach zu bedienen und sorgt für schnellen Erfolg beim Anwender. Dies macht das System gerade für kleine Unternehmen und private Internetauftritte interessant.

Voraussetzungen: PC-Grundkurs

He 5.03.03

Josef Weber, EDV-Trainer

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
Fr, 03.02.2012, 18.00 - 21.00 Uhr
Sa, 04.02.2012, 9.00 – 15.00 Uhr
12 UE, Termine: 2
€ 87,00 (inkl. Gerätegebühr).
Rücktritt möglich bis 20.01.2012

Fit für das Büro / Teil I

Kursinhalte:

1. Windows-Explorer: Bringen Sie Ordnung ins Büro / Ordner verwalten, anlegen, verschieben, kopieren, löschen
2. Word: Der richtige Umgang mit Formatierungen / Erstellen von Tabellen / Benutzen von Tabstopps / Gestalten von Kopf- und Fußzeilen
3. Excel: Einfache Berechnungen / Formeln / Funktionen / Einblick in Excel als Datenbank / Diagramme erstellen
4. PowerPoint: Arbeiten mit dem Assistenten

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse

He 5.03.04**Dipl.-Ing. Sabine Tscherny-Ott,**

EDV Trainerin

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG

Mo, 17.30 – 20.30 Uhr, **ab 06.02.2012**

(weitere Termine: 13.02., 05.03., 12.03.,

19.03., 26.03.2012)

24 UE, Termine: 6

€ 174,00 (inkl. Gerätegebühr)

Rücktritt möglich bis 23.01.2012

Fit für das Büro / Teil II

Kursinhalte:

1. Word: Erstellen von Briefvorlagen nach DIN 5008 / Gestalten von Faxvorlagen / Formulare einrichten / Arbeiten mit Formatvorlagen / Gliederungen mit Inhaltsverzeichnis / Fußnoten
2. Excel: Rechnungsvorlagen erstellen / Verknüpfungen mit anderen Tabellen / Verbinden von Word mit Excel und Erstellen eines Serienbriefes / Einbinden von Excel in Word
3. PowerPoint: Erstellen einer eigenen Präsentation
4. Outlook: Email, Kalender, Kontakte, Aufgaben

Voraussetzungen: Windows-Kenntnisse

He 5.03.05**Dipl.-Ing. Sabine Tscherny-Ott,**

EDV-Trainerin

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG

Mo, 17.30 – 20.30 Uhr, **ab 16.04.2012**

(weitere Termine: 23.04., 30.04., 07.05.,

14.05., 21.05.2012)

24 UE, Termine: 6

€ 174,00 (inkl. Gerätegebühr)

Rücktritt möglich bis 10.04.2012

**Einführung in die Arbeit mit MICROSOFT EXCEL**

Tabellenkalkulationsprogramme eignen sich für rechen- und tabellenorientierte Aufgaben. Das Programm bietet eine Vielzahl von problemorientierten Gestaltungsmöglichkeiten. Im Einzelnen umfasst der Kursus:

- Erstellen von Tabellen
- Berechnungen innerhalb einer Tabelle
- Aktualisieren von Tabellen und Diagrammen
- Bildschirmanzeige und Drucken
- Arbeiten mit Arbeitsmappen
- Verknüpfung von Tabellen

Voraussetzungen: Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse

He 5.03.06**Dipl.-Elektroingenieur Gerd Jünger,**

EDV-Trainer

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG

Fr, **02.03.2012**, 18.00 - 21.00 UhrSa, **03.03.2012**, 9.00 – 15.00 Uhr

12 UE, Termine: 2

€ 87,00 (inkl. Gerätegebühr)

Rücktritt möglich bis 17.02.2012

Intensivkurs Teil I in den Sommerferien

Kursinhalte:

1. Die Datenverwaltung
 - 1.1. Wie Sie Ihren Datenbestand aktualisieren und verwalten können
 - 1.2. Windows - Explorer
 - 1.3. Arbeiten mit dem Explorer
 - 1.4. Dateien kopieren, verschieben, löschen, umbenennen
2. Word
 - 2.1. Die Zeichenformatierung
 - 2.1.1. Formatierung über das Dialogfenster: Menü Format - Zeichen

- 2.1.2. Formate übertragen
- 2.2. Die Absatzformatierung
- 2.3. Die Seitenformatierung
- 2.4. Dokumentvorlagen
 - 2.4.1. Kopf- und Fußzeilen
 - 2.4.2. Briefvorlagen speichern

3. Excel
 - 3.1. Zelleneingabe und Formatierung
 - 3.2. Zahlen formatieren
 - 3.3. einfache Formeln
 - 3.4. einfache Funktionen
 - 3.5. Absolute und relative Bezüge
 - 3.6. Diagramme

4. PowerPoint
 - 4.1. Präsentation mit dem AutoInhalt-Assistenten
 - 4.2. Die Bildschirmanzeige in PowerPoint
5. Outlook
 - 5.1. Emails
 - 5.2. Kalender
 - 5.3. Kontakte
 - 5.4. Aufgaben
 - 5.5. Notizen

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse

He 5.03.07**Dipl.-Ing. Sabine Tscherny-Ott,**

EDV Trainerin

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG

Mo – Fr, jeweils 9.00 – 12.45 Uhr,

vom 09.07. bis 13.07.2012

25 UE Termine: 5

€ 180,00 (inkl. Gerätegebühr)

Rücktritt möglich bis 25.06.2011

**Intensivkurs Teil II in den Sommerferien**

Kursinhalte:

1. Word: Rechtschreibung, Silbentrennung, Synonyme, Autokorrektur, Autotext (Schnellbausteine verwenden), Dokumentvorlagen, Seriendruck
2. Excel: WENN-Funktion, SVERWEIS / WVERWEIS, mit Datum und Uhrzeit arbeiten, Verknüpfungen mit anderen Tabellen / Mappen
3. Outlook: Nachrichtenaustausch, Adressverwaltung, Termingestaltung, Aufgabenverwaltung, Drucken
4. PowerPoint: Grundlegende Textgestaltung, Objekte platzieren und ausrichten, Folienübergänge, Animationen, Bildschirmpräsentationen

He 5.03.08**Dipl.-Ing. Sabine Tscherny-Ott,**

EDV Trainerin

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG

Mo – Fr, jeweils 9.00 – 12.45 Uhr,

vom 30.07. bis 03.08.2012

25 UE, Termine: 5

€ 180,00 (inkl. Gerätegebühr)

Rücktritt möglich bis 16.07.2011

Büropraxis**Computerschreiben in 4 Terminen für Kinder und Jugendliche**

Diese Veranstaltung arbeitet mit einem speziellen System (Entspannung, bildhafte Geschichten zum Erlernen der Tastatur), das verblüffende Erfolge aufweist. Nach nur vier Terminen beherrschen Teilnehmende die Tastatur blind. Häusliche Übungen zur Steigerung der Schreibsicherheit und –geschwindigkeit sind notwendig, ebenso die Bereitschaft, sich auf die neue Methodik einzulassen.

He 5.04.01**Christa Schubert-Zunker,**

Fachlehrerin für EDV und Bürotechnik

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG

Mi, 16.15 – 17.45 Uhr, **ab 29.02.2012**

8 UE, Termine: 4

€ 44,10 für Kinder und Jugendliche

bis 14 Jahre (inkl. Gerätegebühr)

€ 63,00 für Erwachsene und Jugendliche

ab 14 Jahre (inkl. Gerätegebühr)

Rücktritt möglich bis 15.02.2012

**Qualifizierungsschecks in Hessen – finanzielle Förderung beruflicher Bildung**

Wer sich beruflich fortbildet, kann mehr und entwickelt Perspektiven. Damit Sie die Kosten nicht alleine tragen müssen, beteiligt sich das Land Hessen durch das Förderinstrument „Qualifizierungsschecks“ mit Mitteln aus dem Europäischen Sozialfonds.

Das Land Hessen übernimmt die Hälfte der Teilnahme- und Prüfungsgebühren bis maximal € 500,- pro Person und Jahr für eine Weiterbildungsmaßnahme von einem zertifizierten Bildungsanbieter.

Dazu müssen Sie folgende Voraussetzungen erfüllen:

- Sie arbeiten in einem kleinen oder mittleren Unternehmen mit bis zu 250 Beschäftigten
- Sie haben für ihre derzeitige Tätigkeit entweder keinen anerkannten Abschluss oder Sie sind älter als 45 Jahre.

Weiterbildung Hessen e.V. setzt das Förderinstrument Qualifizierungsschecks im Auftrag des Hessischen Ministeriums für Wirtschaft, Verkehr und Landesentwicklung um und steht gerne für Fragen und weitere Informationen zur Verfügung und bietet eine Liste aller Beratungsstellen:

Weiterbildung Hessen e.V.,

Tel. 0 69 / 5 97 99 66 – 0,

www.qualifizierungsschecks.de.

Stadtbücherei Heusenstamm

im Haus der Literatur



Schlossstraße 10

Tel.: 0 61 04 / 64 36 15

Öffnungszeiten:

Dienstag: 10.00 – 12.00
und 15.00 – 19.00 Uhr

Mittwoch und Donnerstag:
15.00 – 18.00 Uhr

Freitag: 10.00 – 12.30 Uhr

Einmal monatlich – jeweils am

2. Samstag: 11.00 – 13.00 Uhr



Musikschule in der Volkshochschule Heusenstamm

Informationen, An-, Ab- und Ummeldungen:

Stadtbücherei Heusenstamm
im Haus der Literatur
Schlossstraße 10
Telefon 0 61 04 / 64 36 15
Email: vhs@heusenstamm.de
Internet: www.vhs-heusenstamm.de
Fax: 06104/607-1662

Leitung: Markus Tremmel
Verwaltung: Felicitas Karb, 06104/607-1124

Künstlerischer Beirat:

Annette Hofmann, Wolfgang Schneider
Michael Schnadt

Koordinator: Michael Schnadt

Die Musikschule Heusenstamm bietet ein breit gefächertes Angebot für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Mit dem vorliegenden Programm soll interessierten Personen eine musikalische Ausbildung ermöglicht werden.

Instrumentalausbildung

Eine erfolgreiche Instrumentalausbildung setzt voraus, dass der Schüler neben dem gezeigten Interesse auch bereit ist, täglich zu üben. Aufgaben des Fachlehrers ist es, neben dem Vermitteln von Fertigkeiten am Instrument, Fähigkeiten des Schülers zu erkennen und zu fördern. Es wird Unterricht auf folgenden Instrumenten erteilt:

- Akkordeon**
- Blockflöte** (Barocke Griffweise)
- Cello**
- Elektrische Gitarre**
- Geige/Violine**
- Klassische Gitarre/Bass**
- Keyboard**
- Klarinette**
- Klavier**
- Mandoline**
- Orgel** nach Absprache
- Querflöte**
- Schlagzeug**
- Fagott**
- Violoncello**

Ensemblespiel/Spielkreis

Spielkreise sind eingerichtet für Schüler, die bereits das Musikinstrument beherrschen und zusammen mit anderen Instrumentalisten musizieren wollen.

Folgende Spielkreise sind zur Zeit eingerichtet:

- **Spielkreis Blockflöte**
- **Spielkreis Gitarre**
- **Spielkreis Querflöte**



Haus der Musik

Dozentinnen/Dozenten

- Assmann-Schulz, Kerstin, Haus der Musik **Klarinette**
- Binder, Sabine **Cello**
Adolf-Reichwein-Gymnasium
- Frenzel, Gudrun **Musik. Früherziehung**
Haus der Begegnung, Rembrücken
- Gerth, Doris **Blockflöte**
Adalbert-Stifter Schule
- Herdt, Kurt **Klavier/Orgel**
Adolf-Reichwein Schule
- Hofmann, Annette, **Sopran- und Altblockflöte, Querflöte, Spielkreis und Klavier**
Haus der Musik
Otto-Hahn-Schule

- Keim, Andreas **Schlagzeug, Gitarre,**
Kultur und Sportzentrum Martinsee
und Haus der Musik
- Krotov, Kirill **Klavier**
Haus der Musik
- Kniedel, Andrea **Musik. Früherziehung**
in verschiedenen Kindertagesstätten
- Schaffar-Kottmann, Angelika Haus der Musik **Violine**
- Kottmann, Boris Haus der Musik **Violine**

- Linke, Rolf **Akkordeon**
Adolf-Reichwein Schule
- Löll, Wolfgang **Klavier/Fagott**
Haus der Musik
- Nieva-Bittermann, Cecilia Haus der Musik **Gitarre**
- Pollmeier, Sabine **Gitarre**
Haus der Musik

- Reichardt, Oliver **Gitarre/E-Gitarre/Bass**
Haus der Musik
- Reissmann, Hannelore Haus der Musik **Querflöte**
- Schnadt, Michael **Klavier**
Haus der Musik
- Schneider, Wolfgang **Klavier**
Haus der Musik
- Schöffel, Dieter **Gitarre**
Haus der Musik
- Steinbach, Patrick **Gitarre/E-Git./Mandoline**
Haus der Musik
- Weber, Bettina **Violine, Bratsche**
Adolf-Reichwein-Gymnasium
- Weidmann, Gerhard **Keyboard/Klavier**
Haus der Musik
Kindergarten Rembrücken

Instrumentenkarussell

Das Instrumentenkarussell ermöglicht Kindern ab 6 Jahren einen spielerischen Einstieg in den Instrumentalunterricht, in dem sie über einen Zeitraum von einem ganzen Jahr verschiedene Instrumente kennen lernen. Die Teilnehmer erhalten dabei in Vierergruppen für die Dauer von je sechs bis acht Wochen Unterricht in Klavier, Schlagzeug, Querflöte, Cello, Klarinette und Gitarre. Die Instrumente werden von der Musikschule zur Verfügung gestellt.

Fachbereich „Musikalische Früherziehung“

Für nicht schulpflichtige Kinder (4.,5. und ggf. 6. Lebensjahr)

Ziel der musikalischen Früherziehung ist es, die Kinder mit den Elementen der Musik in spielerischer Art und Weise vertraut zu machen, sie zu sensibilisieren und die Grundlage zu einem späteren Instrumentalunterricht zu schaffen.

Der Unterricht ist so aufgebaut, dass die Kinder nach zweijähriger Teilnahme über die wichtigsten musikalischen Grundkenntnisse verfügen. Inhalt und Form des Unterrichts sind auf Entwicklungsstand und Psyche der Kinder dieser Altersstufe abgestimmt. Lernen erfolgt im Spiel.

Zur Zeit bestehen folgende Gruppen:

- Haus der Begegnung, Obertshäuser Str. 30, Rembrücken: Frau Gudrun Frenzel
- Kindertagesstätten Leibnizstr., Berliner Str., Goethestr., Wiesenbornweg und Kinderhaus Murrel: Frau Andrea Kniedel

Der Unterricht beginnt nach den Sommerferien.

Fachbereich „Musikalische Grundausbildung“

Für schulpflichtige Kinder im 1. und ggf. 2. Schuljahr der Otto-Hahn-Schule.

Ziel der Musikalischen Grundausbildung ist es, schulpflichtige Kinder mit den Elementen der Musik vertraut zu machen.

Die Ausbildungszeit beträgt 1 Jahr, und läuft automatisch nach dieser Zeit von Seiten der Musikschule aus.

Der Unterricht wird bei entsprechendem Bedarf in der Otto-Hahn-Schule im Anschluss an den Schulunterricht durchgeführt (nach den Sommerferien).

Gebührenordnung (ab 01.02.2012)

Für die erstmalige Anmeldung eines Teilnehmers an der Musikschule wird eine einmalige **Aufnahmegebühr** in Höhe von € 20,00 erhoben.

	bis Vollendung des 18. Lebensjahres monatlich	Erwachsene monatlich
I. Einzelunterricht: 30 Min. (Kurzstunde)	€ 49,20	€ 54,20
II. Einzelunterricht: 45 Min. (Schulstunde)	€ 73,20	€ 80,50
III. Einzelunterricht: 60 Min. (Vollstunde)	€ 90,60	€ 86,30
IV. Gruppenunterricht: 45 Min. – 2 Personen	€ 39,90	€ 43,20
V. Gruppenunterricht: 45 Min. ab 3 Pers. (Instrumentenkarussell zzgl. Bereitstellungsgebühr: € 5,- monatlich)	€ 26,30	€ 28,90
VII. Gruppenunterricht: 60 Min. ab 3 Pers.	€ 32,80	€ 36,10
VIII. Spielkreis: 60 Min. – durchschnittlich 6 - 8 Kinder		€ 25,00
IX. Musikalische Früherziehung / Musikalische Grundausbildung: 60 Min. Gruppenunterricht durchschnittlich 10 Kinder		€ 24,00

In diesem Gruppenunterricht sind die Schüler nach dem Grad ihres Fortschritts eingeteilt, so dass in jeder Gruppe ein pädagogisches Arbeitsziel erreicht wird.

Der Gebührenberechnung liegen 36 Jahresstunden zu Grunde.

Für die Überlassung von Musikinstrumenten durch die Musikschule werden pro Jahr und Musikinstrument € 123,00 erhoben.

Gebührenermäßigung für Jugendliche

Nehmen mehrere Jugendliche einer Familie am Unterricht der Musikschule teil, wird mit Anmeldung des zweiten und jedes weiteren Jugendlichen eine Gebührenermäßigung ausgesprochen.

Diese beträgt
für den 2. Jugendlichen 20%
für den 3. Jugendlichen 30%
für den 4. Jugendlichen 40%

Alle weiteren Jugendlichen sind von der Kursgebühr befreit. Der erste Jugendliche erhält keine Ermäßigung. Die Reihenfolge der Jugendlichen richtet sich nach der Anmeldung zur Musikschule.

Familien, die sich in einer schwierigen finanziellen Situation befinden, können im Einzelfall für Schüler der Musikschule teilweise Gebührenermäßigung in Absprache mit der Schulleitung erhalten.

STICHWORTVERZEICHNIS

A		Feldenkrais	51, 63	Lernen	70	Rumänisch	29
Access	35	Filzen	19	Lesungen	9f, 11f, 46	Russisch	29f
Acrylmalerei	15f, 47, 71, 84	Fitness	22f, 52f, 63f, 75, 88f	Literatur	9f, 11f, 46, 84	S	
Activboard	38	Fotografie	17, 47f, 72	Lohn und Gehalt	39	SAP	40
Aktzeichnen	14, 47	Französisch	28f, 55f, 65, 79, 91	M			
Alphabetisierung	25, 53, 89	Frauenkurse	9ff, 45f, 53	Malen	14f, 47, 71, 84f	Schmuck	17f, 72, 85
Aquarellieren	15	Führungen	2f, 12f	Management	40, 82	Schreibwerkstatt	5, 9, 12
Arabisch	26	Funkkolleg	19	Massage	21, 49, 75, 87	Schulabschlüsse	92
Archäologie	12, 45	Fußreflexzonenmassage	49	Mathematik	82, 92	Schwimmkurse	64
Atem	6, 10, 21, 50, 87	G				Selbstbewusstsein	10
Autogenes Training	62, 74, 87	Garten	8	Meditation	50, 62, 74, 83, 87f	Selbstverteidigung	11, 23
B		Gebärdensprache	25	Mode	19, 48, 73, 86	Seniorenbildung	28, 31f, 51, 57f, 71, 74, 81f
Basenfasten	24, 49	Gedächtnistraining	4, 75	Musik, Musizieren	19f, 60, 68, 72	Serbisch	30
Bauen	9	Gehirntraining	3f	N			
BBP	52, 77, 88	Geologie	8	Nähen	19, 73, 86	Spanisch	30, 56, 66, 80f, 92
Beckenbodentraining	11, 22, 74	Geschichte	2, 69f, 83	Natur	8f, 45, 70	Spinning	22
Beruf	31ff, 38ff, 57f, 81f	Gesellschaft	2f, 44, 69f	Neugriechisch	29	Sportstacking	77
Betriebssysteme	31, 37, 58, 81	Gesundheit	21ff, 62ff, 73ff, 86ff	Neuro-Kompetenzen	4	Spracheinstufung	25, 27, 53f, 64
Bewerben	40, 57, 81	Gitarre	72	NLP	3, 70	Steuern	39f, 41
Bildbearbeitung am PC	17, 35f, 58, 66, 81	Grafik	36f	O			
Bildhauerei	16f	Gymnastik	52, 63f, 75, 88	Office	32ff, 66f	Stimmtraining	4, 10, 50
Bildungsurlaub	5, 9, 22, 27f, 30, 56	H				Stressbewältigung	5f, 21f, 40, 87
Biologie	8f, 70	Häkeln	19	Ökologie	45	Stricken	19
Blues Harp	20	Handy	31f	Origami	47	T	
Bogenschießen	52	Heilmethoden	8, 24, 48f, 77f, 89	Outlook	35	Tai Chi	51, 75, 86
Bosnisch	30	Heimwerken	47	P			
Braingym	22, 75	Hirnforschung	9	Pädagogik	3f, 70	Tanz	51f, 72
Buchbinden	18	Homöopathie	11, 24, 73, 89	Papierschöpfen	18	Tarot	8
Buchführung	39f, 82	HTML	37	Partnerschaft	6	Tastschreiben am PC	38f, 58, 67, 82
Burnout	5, 40	Hypnose	4, 7	Patchwork	47	Textiles Gestalten	19, 47, 73
Büromanagement	35, 38f	I				Theater	12
C		Ikebana	18, 72	Patientenverfügung	3	Theologie	8
Cambridge Certificates	28	Illustrator	37	Percussion/Schlagzeug	20, 72	Träume	5
Chinesisch	26f	Indesign	37f	Pflegeversicherung	3	Trance	4
Collagen	15f	Integrationskurse	25f, 53	Philosophie	8	Tschechisch	30
Computerkurse	31ff, 57f, 66f, 81	Internet	31f, 57f, 81f	Photoshop	35f	Türkisch	30
D		Italienisch	29, 56f, 65, 79f, 91f	Physiognomie	6	Typberatung	48, 85
Dänisch	27	J				U	
Datev	40	Japanisch	29	Pilates	53, 63, 88f	Umgangsformen	10, 45
Denkmalschutz	12	Jin Shin Jyutsu	24	Plastisches Gestalten	16f, 71f	Ungarisch	30
Demenz	6, 77	Jugendliche	12, 15f, 35, 38f, 46f, 58, 60, 71f, 76f, 78, 82, 92	Politik	2, 44	V	
Desktop-Publishing	36f	K				Verbraucherfragen	9, 70
Deutsch	25f, 53f, 65	Kalligraphie	16, 62	Polnisch	29	Verein	41
Deutsch als Fremdsprache	25f, 53f, 79, 89	Kaufmännische Kurse	39f	Portugiesisch-Bras.	29	Vorträge	2ff, 8f, 23, 61f, 70, 83f
Didgeridoo	20	Keramik	16f, 71, 85	Power-Lesen	4	W	
Digitale Fotografie	17, 35f, 47f, 81	Kinderkurse	15, 17, 22, 35, 38f, 15ff, 46f, 58, 60, 64f, 70ff, 76f	Powerpoint	34f	Walking (Nordic)	23
Drehkurse (Töpfern)	17	Kinesiologie	6	Pressearbeit	81	Wassergymnastik	64
Drucktechniken	14	Kochen	24f, 48, 78	Projektmanagement	40	Weben	19
E		Kommunikation	3f, 31, 35, 40, 57	Protokollführung	41	Web-Publishing	37, 66
Ehrenamt	3, 41	Kosmetik	48, 73, 85	Prüfungen	25f, 33, 35, 38	Wechseljahre	11, 49, 77
Einbürgerung	25	Kosten- und Leistungsrechnung	39	Psychologie	4ff, 45, 83	Wellness	11, 21
Eltern	22, 70	Kroatisch	30	Publisher	33	Windows	31, 37
Englisch	27f, 54f, 65, 79, 90f	Kunst- und Kultur	12ff, 62, 71ff, 84f	Q			
Englisch für den Beruf	28, 55, 79	Kunsthandwerk	17, 72, 85	Qigong	22, 51, 62, 75, 87	Wirbelsäulengymnastik	52, 63, 75ff, 88
Englisch für Kinder/Schüler	65	L				Qualifizierungsschecks	39
Entspannung	6, 21f, 49f, 75, 87	Länderkunde	61, 83f	R			
Ernährung	24, 48, 78, 89	Latein	29	Radiieren	14	Work Life Balance	5, 45
Eutonie	87	Lehrer-Fortbildung	4, 14ff, 38, 72	Raucherentwöhnung	23	X	
Excel	34f, 67, 82	Leitbild der Kreis-vhs	41	Recht	3, 46, 62	Xpert	33, 38f
F		Z					
Familie	6	Reiki	7, 64, 73	Reisen	58f	Zeichnen	14f, 47, 71
		Reiten	52	Religion	8	Zeitmanagement	57
		Restaurierung	14	Rhetorik	40, 81	Zirkustraining	76