



Kreis Offenbach

# vhs

## Kreisvolkshochschule

Programm 1. Halbjahr 2007

mit  
vhs Dietzenbach  
vhs Heusenstamm  
vhs Rödermark  
vhs Rodgau  
Informationen zu den anderen  
Volkshochschulen im Kreis Offenbach



Die **vhs**  
Volkshochschulen

## Informationen/Teilnahmebedingungen

Es gilt die Gebührenordnung der Kreis-vhs, die wir Ihnen auf Anfrage zusenden. Sie finden diese auch im Internet.

### \_\_Anmeldung

Persönliche und schriftliche Anmeldungen (Anmeldeformular, formloser Brief, formlose Postkarte oder Telefax) werden ab sofort entgegengenommen. Die Anmeldung ist in jedem Fall verbindlich. Auch der Eintrag in die Teilnahmeliste ist eine verbindliche Anmeldung. Anmeldungen per e-Mail oder Telefon werden als unverbindliche Reservierungen angenommen, die innerhalb von fünf Werktagen schriftlich durch die anmeldende Person bestätigt werden müssen; erfolgt innerhalb der Frist keine Bestätigung, so wird die Reservierung kostenfrei storniert.

Anmeldungen, die bis 5 Werktage vor Veranstaltungsbeginn bei der Kreis-vhs eingehen, werden bestätigt. Sollten Sie innerhalb von 10 Tagen nach Anmeldung keine Bestätigung oder sonstige Benachrichtigung erhalten haben, setzen Sie sich bitte telefonisch mit der Kreis-vhs in Verbindung.

### \_\_Gebühren, Gebührenpflicht, Bezahlung

Die Gebühren richten sich nach der Gebührenordnung der Kreis-vhs. Gebührenpflicht entsteht mit der Anmeldung. Auch wenn eine Person erst später einer Veranstaltung beitrifft, wird die Gebühr berechnet, als ob diese Person die Veranstaltung von ihrem tatsächlichen Beginn an besucht hat. Ausnahme hiervon bilden langfristige Lehrgänge, die mindestens dreimal pro Woche über mehr als vier Wochen angeboten werden: hier sind die Gebühren für die Termine ab dem Zeitpunkt der Anmeldung zu zahlen. Die Gesamtteilnahmegebühr wird auf volle €-Beträge auf- oder abgerundet.

Bei einer Kursgebühr von mehr als € 75,- ist auf Antrag Ratenzahlung möglich.

Die Bezahlung der Gebühren erfolgt unbar durch Gebühreneinzug oder Überweisung. Personen, die am Überweisungsverfahren teilnehmen, zahlen zusätzlich zu den Teilnahmegebühren eine Verwaltungsgebühr von € 2,50 pro Kurs für den entstehenden Verwaltungsaufwand. Personen, die am Gebühreneinzugsverfahren teilnehmen, erhalten keine Rechnung.

### \_\_Gebührenbefreiung

Für Personen mit Hauptwohnsitz im Kreis Offenbach, die arbeitssuchend gemeldet sind oder die Leistungen nach dem SGB II bzw. SGB XII beziehen, ist der Besuch von einer Veranstaltung im Semester gebührenfrei. Für weitere Veranstaltungen entrichten diese Personen 75 % der Gebühr.

Bei nachweislicher wirtschaftlicher Notlage kann auf Antrag ebenfalls von der Gebührenpflicht befreit werden.

**Gebührenbefreiungen bedürfen des Nachweises durch die Antragstellerin bzw. den Antragsteller. Der Nachweis ist der Anmeldung beizufügen.**

Für Materialzuschläge o.ä. Zusatzkosten kann keine Befreiung gewährt werden.

Gebührenbefreiungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden.

### \_\_Gebührenermäßigung

Vollzeitschülerinnen/-schüler, Vollzeitstudentinnen/-studenten, Auszubildende, Rentnerinnen/Rentner sowie Behinderte (Grad der Behinderung 50 % und mehr), Au-Pairs, Personen die Leistungen nach dem Grundsicherungsgesetz erhalten, Personen, die ein freiwilliges soziales Jahr leisten, Personen mit Jugendleiterkarte (Juleica) oder Ehrenamtskarte entrichten 75 % der Gebühr. **Gebührenermäßigungen 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 Ermäßigung gewährt werden. Gebührenermäßigungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden.

Doppelermäßigungen sind ausgeschlossen.

### \_\_Rücktritt

Abmeldungen sind nur schriftlich oder zur Niederschrift möglich. Für die Berechnung der Frist gilt immer das Datum des Eingangs bei einer der Geschäftsstellen der Kreisvolkshochschule. Erklärungen per Telefon oder e-Mail sind als Abmeldungen nicht zulässig. Abmeldungen bei der Kursleitung gelten als nicht getätigt.

a) Bei Kursen mit **mehr als 8 Veranstaltungsterminen** besteht Gebührenpflicht, wenn keine **schriftliche Abmeldung vor dem zweiten Kurstermin** bei der Kreisvolkshochschule vorliegt. Ausnahme hiervon bilden langfristige Lehrgänge, die mindestens dreimal pro Woche über mehr als 4 Wochen angeboten werden. Hier ist eine Abmeldung zu jedem Zeitpunkt möglich; es sind dann die Gebühren für die Termine zu zahlen, die zwischen Beginn der Gebührenpflicht und dem Eingang der Abmeldung bei der Kreisvolkshochschule liegen.

b) Bei Kursen mit **8 oder weniger Veranstaltungsterminen** entfällt die Gebührenpflicht, wenn **bis drei Wochen vor dem Veranstaltungstermin eine schriftliche Abmeldung** vorliegt. Erfolgt die schriftliche Abmeldung später, so werden folgende Rücktrittsgebühren fällig, mindestens aber € 5,-:-

**20-14 Tage vor** Veranstaltungsbeginn 10 % der Gebühren

**13-7 Tage vor** Veranstaltungsbeginn 50 % der Gebühren

**6-3 Tage vor** Veranstaltungsbeginn 80 % der Gebühren

danach wird die volle Gebührensomme fällig.

Wird von der zurücktretenden Person eine geeignete Ersatzperson gestellt, kann die Kreis-vhs auf die Zahlung der Rücktrittsgebühren verzichten, sofern die Ersatzperson die Gebührenpflicht der zurücktretenden Person in vollem Umfang übernimmt.

c) Tritt eine Teilnehmerin / ein Teilnehmer einer Studienfahrt oder -reise nach erfolgter Anmeldung zurück, wird bis zum 30. Tag vor Veranstaltungsbeginn eine Rücktrittsgebühr in Höhe von 10 % der Teilnahmegebühr, jedoch mindestens € 5,- und höchstens € 150,- erhoben; bei Rücktritt vom 29. Tag vor Veranstaltungsbeginn an sind, außer der Zahlung

dieser Rücktrittsgebühr, die der Kreisvolkshochschule entstandenen Kosten voll zu erstatten. Wenn die Bedingungen einer Studienfahrt oder -reise von den hier genannten abweichen, werden diese Bedingungen in der Ausschreibung ausgewiesen oder vor der verbindlichen Anmeldung gesondert mitgeteilt. Tritt die Kreisvolkshochschule nur als Vermittlerin auf, gelten die Bedingungen der veranstaltenden Institution. Nr. 2 der Regelungen für die Gebührenrückerstattung findet keine Anwendung auf Studienfahrten und -reisen.

### \_\_Gebührenrückerstattung

1.) Teilnahmegebühren werden zurückerstattet,

a) in voller Höhe, wenn eine Veranstaltung abgesagt werden muss,

b) anteilig, wenn vorgesehene Veranstaltungstermine ausfallen und keine Nachholtermine vereinbart werden. Werden angebotene Nachholtermine nicht wahrgenommen, besteht kein Anspruch auf Rückerstattung. Aus Gründen der Verwaltungsvereinfachung besteht auf Rückerstattung kein Anspruch, wenn dieser Anspruch in der Summe weniger als € 5,- beträgt.

2.) Teilnahmegebühren werden auf schriftlichen Antrag in voller Höhe oder anteilig erstattet, wenn in der ersten Hälfte einer Kursveranstaltung eine Teilnehmerin/ ein Teilnehmer aus den folgenden Gründen nicht in der Lage ist, an der Veranstaltung bzw. weiter an einer Veranstaltung teilzunehmen:

- wenn sie/er durch Krankheit gehindert wird, mehr als ein Drittel der Veranstaltung zu besuchen, analog bei Krankheit einer/eines nahen Familienangehörigen (Lebenspartnerin/Lebenspartner/Eltern/Kinder), die der Pflege durch die Teilnehmerin/den Teilnehmer bedarf,

- bei Tod einer/eines nahen Familienangehörigen (s.o.), wenn dadurch mindestens die Hälfte der Veranstaltung versäumt wird.

Ein entsprechender Nachweis ist unverzüglich zu führen. Aus Gründen der Verwaltungsvereinfachung entfällt die Rückerstattung, wenn diese Summe weniger als € 5,- beträgt.

Kann eine Teilnehmerin/ein Teilnehmer aus anderen Gründen an einer Veranstaltung nicht teilnehmen, besteht kein Rechtsanspruch auf Rückerstattung der Gebühr.

### \_\_Datenschutz

Das hessische Datenschutzgesetz sieht eine Aufklärung über die Datenerhebung und eine Benachrichtigung aller Betroffenen vor, deren personenbezogene Daten automatisiert gespeichert werden.

Wir geben Ihnen daher folgendes zur Kenntnis:

Die Kreis-vhs/vhs Rödermark bedient sich zur Verwaltung ihrer Veranstaltungen einer automatisierten Datenverarbeitung. Dabei werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer entsprechend Ihrer Anmeldung erfasst. Name, Vorname, Anschrift, die Einteilung in eine Altersgruppe, sowie im Falle des Gebühreneinzuges, die Bankverbindung werden in einer Datei gespeichert.

Die Daten werden aufbereitet und anonym für die Statistik des Deutschen Volkshochschulverbandes verarbeitet. Im Falle des Gebühreneinzuges werden Name, Vorname, Bankverbindung, Kursgebühr und Kursnummer an die Sparkasse Langen-Seligenstadt übermittelt. Weitere Übermittlungen finden nicht statt.

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass Sie Ihre Angaben freiwillig machen. Sie können Sie ganz oder teilweise verweigern, müssen jedoch damit rechnen, dass wir Ihre Anmeldung dann nicht bearbeiten können. Durch Ihre Unterschrift auf der Anmeldekarte bestätigen Sie auch die Freiwilligkeit Ihrer Angaben und stimmen der Verarbeitung dieser Daten zu.

### \_\_Ferien

Sofern nichts anderes vereinbart wird, fallen alle Veranstaltungen an beweglichen Ferientagen sowie an den Feiertagen und während der Schulferien aus und werden im Verlaufe des Semesters nachgeholt.

**Osterferien:**

02.04.-14.04.2007

**Sommerferien:**

09.07.-17.08.2007

(jeweils erster und letzter Ferientag)

### \_\_Mindestalter:

Das Mindestalter für die Teilnahme an den Veranstaltungen beträgt in der Regel 14 Jahre.

### \_\_Teilnahmebescheinigungen:

Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch nach Beendigung einer Veranstaltung ausgestellt, wenn mindestens 80 % der Unterrichtsstunden besucht wurden. Voraussetzung ist, dass die Teilnahmegebühren entrichtet wurden.

### \_\_Versicherung:

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an Veranstaltungen der Kreis-vhs/vhs Rödermark sind gegen Unfälle versichert. Für Diebstahl und Sachschäden wird keine Haftung übernommen.

### \_\_Hausordnungen:

Wir weisen darauf hin, dass die Hausordnungen in den jeweiligen Unterrichtsorten einzuhalten sind. Besonders weisen wir auf das absolute Rauchverbot an hessischen Schulen hin, das für alle Personen gilt, die sich im Schulgebäude und auf dem Schulgelände aufhalten.

### \_\_Programminhweise:

Termin- und Programmänderungen sind nicht immer zu vermeiden, werden aber – soweit möglich – rechtzeitig bekannt gegeben.

Eine Unterrichtseinheit (UE) entspricht 45 Minuten.

### Keine Haftung für Druckfehler!

**Änderungen gegenüber der gedruckten Fassung des Programmheftes sind in rot hervorgehoben!**

Stand: 05.02.2007

Informationen/Teilnahmebedingungen	2
Leitbild der Kreisvolkshochschule Offenbach und der vhs Rödermark	4
Gesellschaft - Politik	4
Psychologie	4
Theologie	5
Landes- und naturkundliche Vorträge	5
Literatur	5
Malen/Zeichnen	5
Keramik	6
Tanz	6
Farbe und Stil	6
Kosmetik	6
Textiles Gestalten	6
Feng Shui	7
Yoga	7
Autogenes Training	8
Meditation	8
Gymnastik	9
Fitness	9
Erkrankungen/Heilmethoden	10
Essen und Trinken	10
Deutsch als Fremdsprache	10
Englisch	10
Französisch	12
Italienisch	13
Spanisch	13
Mathematik	14

Weitere Kursangebote in Rödermark finden Sie im Programm der Kreis-vhs Offenbach und im Internet unter <http://www.vhs-roedermark.de>.

**Geschäftsstelle der Kreisvolkshochschule**  
**vhs Rödermark**  
 Dieburger Str. 9-11  
 63322 Rödermark (Ober-Roden)  
 Tel.: 0 60 74 / 92 27 00, Fax: 0 60 74 / 92 27 01  
 e-Mail: [vhs@kreis-offenbach.de](mailto:vhs@kreis-offenbach.de)

**Anmeldungen und Abmeldungen per e-Mail sind nicht möglich!**

Sprechzeiten: Mo 9.00–12.00 und 14.00-18.00 Uhr  
 Mi 9.00-12.00 Uhr  
 oder nach Vereinbarung

*Leitung der vhs Rödermark*

**Lothar Elsner** ([Lelsner@kreis-offenbach.de](mailto:Lelsner@kreis-offenbach.de)) 0 60 74 / 81 80 – 54 44  
 Stellvertretender Leiter der Kreis-vhs 0 61 06 / 77 26 16  
 Außerhalb der Sprechzeiten der vhs Rödermark erreichen Sie Herrn Elsner in der  
 Regel unter der 0 61 06 / 77 26 16.

*Sachbearbeitungen Kurse:*

**Laura Grimm** ([Lgrimm@kreis-offenbach.de](mailto:Lgrimm@kreis-offenbach.de)) 0 60 74 / 81 80 – 54 42  
 in Dietzenbach zu erreichen Di-Fr 7.00-12.00 Uhr  
 Mo-Do 13.00-15.00 Uhr

*Mitarbeiter vor Ort*

**Lothar Murmann** 0 61 06 / 77 87 43



### 1. Identität und Werte

Die Kreisvolkshochschule ist die Weiterbildungseinrichtung des Kreises Offenbach und arbeitet im öffentlichen Auftrag. Arbeitsgrundlagen sind das Hessische Weiterbildungsgesetz und die Satzung der Kreisvolkshochschule Offenbach. Wir sind überparteilich, gemeinwohlorientiert, bürgernah sowie weltanschaulich und konfessionell neutral.

### 2. Auftrag und Ziele

Unser Auftrag wird durch das Hessische Weiterbildungsgesetz vorgegeben. Er basiert auf den Grundwerten einer demokratischen Ordnung, auf Meinungsvielfalt und Toleranz. Er orientiert sich an den beruflichen, sozialen und persönlichen Bedürfnissen der Bevölkerung. Wir wollen Menschen unterschiedlicher Herkunft, sozialer Lage, Weltanschauung und Nationalität erreichen und lebenslanges Lernen für alle ermöglichen. Unser Bildungsverständnis bezieht die vielfältigen Begabungen, Fähigkeiten und Fertigkeiten von Menschen mit ein.

Wir ermöglichen durch ein breit gefächertes und innovatives Programm und durch vielfältige Lernprozesse lebenslanges Lernen für die verschiedenen gerade auch bildungsfernen Bevölkerungsgruppen. Als Lernort und Begegnungsstätte leisten wir einen Beitrag zu Chancengleichheit und Integration. Die Entfaltung der Persönlichkeit und die Förderung von Kritikfähigkeit in einem toleranten Lernumfeld gehören ebenso zu unseren Zielen, wie die Weiterentwicklung von Fähigkeiten, das Leben selbstbewusst und eigenverantwortlich zu gestalten.

### 3. Teilnehmende

Mit unseren Kultur- und Bildungsangeboten wenden wir uns an alle Erwachsene und Heranwachsende, unabhängig von Herkunft, Bildungsstand und Weltanschauung. Für besondere Zielgruppen, Betriebe, Schulen, Vereine und andere Einrichtungen des Landeskreises entwickeln wir maßgeschneiderte Bildungsangebote. Wir bieten die Möglichkeit zur Mitwirkung bei der Programmplanung.

### 4. Fähigkeiten

Unsere Kreisvolkshochschule bietet professionelle und effiziente Verwaltungs- und Managementstrukturen. Der Service und die Organisation arbeiten kompetent, kundenfreundlich und zuverlässig. Wir haben qualifizierte haupt- und nebenberufliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit einem hohen Maß an Professionalität, Fachwissen, Methodenkenntnissen und Sozialkompetenz. Die bedarfsgerechten Angebote und pädagogischen Konzepte sind markt- und kundenorientiert.

### 5. Leistungen

Wir veröffentlichen unsere Bildungsangebote auf vielfältige Weise. Sie sind nach Stoffgebieten und Niveaustufen differenziert und bieten eine große Anzahl an Themen, Unterrichtsmethoden, Veranstaltungsformen und -zeiten. Zusätzlich bieten wir maßgeschneiderte Bildungsangebote an und erbringen Dienstleistungen in Kooperation mit unterschiedlichen Einrichtungen. In Zusammenarbeit mit Prüfungsinstitutionen bieten wir anerkannte Abschlüsse und Zertifikate an. Wir leisten individuelle Bildungs- und Lernberatung. Unserem haupt- und nebenberuflichen Personal ermöglichen wir kontinuierliche Weiterbildung. Es gehört zu unserem Service, dass wir für Teilnehmende und Kursleitungen gut erreichbar sind. Unsere Leistungen umfassen u. a. kostenfreie Bildungs- und Lernberatung, schriftliche Anmelde- und Teilnahmebestätigungen.

### 6. Ressourcen

Unsere wichtigsten Ressourcen sind die beruflichen und persönlichen Potenziale unserer haupt- und nebenberuflichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die öffentlichen Zuschüsse, die Teilnahmebeiträge, die Unterstützung durch den Kreis Offenbach, die Vielfalt der Kooperationspartner, unsere eigenen Räumlichkeiten sowie die Schulen mit bedarfsgerechter Ausstattung. Wir sind Mitglied im Hessischen und Deutschen Volkshochschulverband, wo wir umfassende Informationen und strukturelle Unterstützung erhalten. Die Kooperation mit den örtlichen und benachbarten Volkshochschulen festigt unsere Stellung in der regionalen Weiterbildungslandschaft. Durch die kontinuierliche Verbesserung und Vernetzung unserer Arbeit schaffen und erschließen wir uns neue Ressourcen.

### 7. Gelungenes Lernen

Unter gelungenem Lernen verstehen wir, dass die Teilnehmenden ihre angestrebten Lernziele mit unserer Hilfe erreichen und sie sich besser in ihrem persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Umfeld orientieren und sich stärker beteiligen können. Dies ermöglichen wir durch ganzheitliches, soziales und partizipatives Lernen, das sich an den Wünschen, Möglichkeiten und Lebenserfahrungen der Teilnehmenden orientiert. Lernen wird gelernt und regt zum lebenslangen Weiterlernen an, damit die gewonnenen Fähigkeiten, Techniken, Haltungen und Einstellungen im persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Alltag umgesetzt werden können.

### Gesellschaft - Politik

#### Vortrag: Sanierung und Finanzierung von Wohngebäuden mit KfW-Fördermitteln

Jeder derzeitige oder künftige Wohngebäudeeigentümer - vom Einfamilienhaus bis hin zum Mehrfamilienhaus - hat bei der Sanierung oder der Finanzierung eines Gebäudes die Möglichkeit, staatliche Kredite in Anspruch zu nehmen. Insbesondere werden jedoch von der KfW-Förderbank Maßnahmen mit CO<sub>2</sub>-einsparendem Hintergrund

subventioniert. Dies sind z.B. der Austausch der Heizungsanlage, die Erneuerung der Fenster und die Wärmedämmung von Außenwänden und Dächern.

Der Vortrag zeigt zum einen die existierenden wohnungswirtschaftlichen Förderprogramme der KfW-Förderbank. Andererseits wird erläutert, unter welchen Voraussetzungen und mit welchen Maßnahmepaketen energetische Sanierungsvorhaben im Bestand und der Neubau von Niedrigenergiehäusern für den Gebäudeeigentümer sinnvoll und wirtschaftlich sind.

—R 01.04.20

**Andreas Schablitzki**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3  
Fr, 09.03.2007, 19.30-21.30 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

### Psychologie

#### Wochenend-Seminar: Erkenne dich selbst und du erkennst die Welt

„Wenn du dein wahres Selbst erkannt hast, dann hast du GOTT gefunden, dann bist du am Ziel allen Suchens.“

Die großen Fragen der Menschheit sind: Woher komme ich, wohin gehe ich und welche Aufgaben habe ich hier auf der Erde. An diesem Wochenende werden wir uns mit diesen Fragen beschäftigen, wir lernen die geistigen Lebensgesetze kennen, machen uns mit der Numerologie vertraut und können durch tiefe Heilmeditationen alte Energieblockaden auflösen, um immer tiefer an unser wahres Selbst zu kommen. Bitte bequeme, warme Kleidung, eine Matte und eine Woldecke mitbringen.

—R 01.07.70 WE

**Gabriele Loose, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal  
Sa/So, 10./11.03.2007, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr

€ 40,-, 2 Termine, 18 UE

- keine Gebührenermäßigung -

#### Workshop: Planetarische Energien - Auf welche Weise beeinflussen sie unser Leben?

Die Astrologie gibt uns ein Werkzeug an die Hand, um uns selbst und unsere Mitmenschen tiefer und besser verstehen zu können. In einfacher und lebendiger Art erfahren Sie in diesem Workshop, wie instinktive, psychologische Antriebskräfte und Bedürfnisse über die Planetenergien ihren Ausdruck finden. In unkomplizierter Weise wollen wir die wichtigsten Kriterien (Tierkreis, Planeten, Häuser) beleuchten und im eigenen Horoskop aufspüren. Bei der Anmeldung bitte angeben: Geburtsort, Tag, Monat, Jahr, Uhrzeit.

Mitzubringen sind: Bleistift, Block, Buntstifte, Lineal.

—R 01.07.71 WE

**Michaela Till, Astrologin / Spirituelle Psychologie**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum  
Sa/So, 03./04.03.2007, jeweils 09.00-17.00 Uhr

€ 44,-, 2 Termine

- keine Gebührenermäßigung -

#### Gesundheit im Horoskop

Können die Sterne Einfluss auf unsere körperliche und seelische Konstitution nehmen?

Über die Planetenkonstellationen zur Geburtsstunde erfahren sie etwas über ihre individuellen psychischen und physischen Veranlagungen. Anhand der eigenen astrologischen Daten können wir erkennen, wo der Körper Schwachstellen aufweist, die gezielt auf der Basis astrologischer Medizin selbst therapiert werden können.

Dies geschieht in erster Linie mit der Bewusstwerdung der eigenen Anlagen und kann unterstützt werden mit Bachblüten, Duftölen und Mineralien. Teilnahme auch ohne astrologische Vorkenntnisse möglich.

Bei Anmeldung Geburtsdatum Geburtsort und Geburtszeit angeben.

—R 01.07.72 F

**Michaela Till, Astrologin / Spirituelle Psychologie**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum  
Sa, 10.00-17.00 Uhr, 12.05.2007

€ 18,-, 1 Termin

- keine Gebührenermäßigung -

#### Das Spiel der inneren Seelenanteile

In der Gruppe erwecken wir die Planeten zum Leben. Indem ihre Energie gespürt und wahrgenommen wird, werden sie zum Inhalt des Geschehens. So wird das eigene Horoskop lebendig durch das Spiel und wir erfahren, wie sich unsere inneren unbewussten Anteile ausdrücken und wohin sie sich entwickeln möchten.

Lebensaufgaben und Lernprozesse werden sichtbar. Eine Teilnahme ist auch ohne astrologische Vorkenntnisse möglich.

—R 01.07.73 F

**Michaela Till, Astrologin / Spirituelle Psychologie**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum  
Sa, 10.00-17.00 Uhr, 21.04.2007

€ 18,-, 1 Termin

- keine Gebührenermäßigung -

## Vortrag:

### Gefühle und Emotionen

Wie entstehen Gefühle und Emotionen? Wie gehen wir im täglichen Leben mit Gefühlen und Emotionen um und wie beeinflussen sie unser Denken und Handeln? Durch den einführenden Vortrag und das anschließende gemeinsame Gespräch versuchen wir, diese und weitere Fragen zu beantworten und uns schrittweise in die Thematik einzuarbeiten.

**R 01.07.74**

**Dagmar Fischer**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3  
Mo, 30.04.2007, 19.00-21.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

## Theologie

### Der Mann aus Mekka - Eine biographische Skizze der Gestalt Muhammads

Ob Salman Rushdies „Satanische Verse“, die Karikaturen in Jllands Posten oder Joseph Ratzingers Regensburger Vorlesung - immer waren Muslime beleidigt über die jeweilige Darstellung Muhammads. Wir fragen deshalb: Wer war dieser Mann, den die Muslime als ihren Propheten verehren, wirklich? Der Vortrag skizziert die Gestalt Muhammads im historisch-biographischen Rahmen.

**\_\_R 01.08.30**

**Manfred Karl Böhm, Dipl.-Theologe, Publizist**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal  
Mi, 30.05.2007, 20.00-21.30 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

## Landes- und naturkundliche Vorträge

### Diavortrag: Durch die blühenden Rhododendronwälder Zentralnepals

Was bei uns in Deutschland als kleiner Strauch mühsam gehegt und gepflegt werden muss, wächst an den subtropischen Hängen des Himalaya wälderweise. Rhododendronbäume (Rhododendron arboreum) werden dort bis 25 Meter hoch und blühen an den Flanken der Gletscherberge Nepals um die Osterzeit in den prachtvollsten Farben.

Diplom-Biologe Martin Schroth berichtet über Flora und Fauna des Langtang-Nationalparks in Zentralnepal, direkt an der tibetischen Grenze, wo sich unbeeindruckt von chinesischer Politik auch die uralte buddhistische Kultur mit Gebetsfahnen, Klöstern und Mani-Steinen erhalten hat. Hier in den Hochtälern des Langtang am Himalaya-Hauptkamm lebt noch der Schneeleopard, es brüten Knochen fressende Lämmergeier und der Ibis-Schnabel, einer der seltensten Vögel der Welt...

Kommen Sie mit auf eine faszinierende Trekking-Tour in diesen fern abgelegenen Winkel des höchsten Gebirges der Erde.

**\_\_R 01.10.40**

**Martin Schroth**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal  
Mi, 21.02.2007, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

### Diavortrag: Island - Insel aus Feuer und Eis

Vulkane, Gletscher, Geysire, Wasserfälle - das sind Naturerscheinungen, an die man denkt, wenn man den Namen Island hört. Für die Geographin und Reiseleiterin Christina Böhner wurde Island zur zweiten Heimat. Lassen Sie sich mit diesem live kommentierten Vortrag auf die Insel der faszinierenden Naturgewalten zwischen Mitternachtssonne und Polarlicht entführen.

Christina Böhner war Finalteilnehmerin beim Wettbewerb des Diafestivals 2006 in Jena.

**\_\_R 01.10.41**

**Christina Böhner**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal  
Mi, 28.02.2007, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

### Diavortrag: Der Spessart für Wanderer und Naturfreunde

Am besten erlebt man den Spessart, eines der größten Laubwaldgebiete Deutschlands, zu Fuß als zünftiger Wanderer. Der Weg führt durch liebliche Bachtäler und schier endlose Buchen- und Eichenwälder. Der Vortrag zeigt die naturkundlichen Kostbarkeiten, Pflanzen und Tiere aus dem „Spechtshardt“, dem Spechtswald, aber auch Kulturgüter, z.B. aus der langen Regierungszeit der Mainzer Bischöfe, die ein Zerstückeln der wildreichen Wälder und ihres Jagdgebietes verhindert haben. Wegen der endlosen, dichten Wälder war der Spessart auch als Wald der Räuber gefürchtet, die armen Sandsteinböden konnten die Menschen kaum ernähren, viele mussten auswandern. Heute ist hier das Leben angenehmer geworden und das wunderschöne Waldgebirge ist ein wichtiger Erholungsraum für die Bevölkerung der benachbarten Ballungsräume.

Der Vortrag gibt vielfältige Anregungen für Ihre nächsten Besuche oder Wanderungen.

**\_\_R 01.10.42**

**Martin Schroth**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal  
Mi, 07.03.2007, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

## Diavortrag:

### Auf den Spuren von Alexander dem Großen - von Makedonien zum Kaspischen Meer, die ersten Reisen (Griechenland, Türkei, Ägypten, Syrien, Schwerpunkt: Iran)

Was bewegt eine Familie im 21. Jahrhundert der Marschroute eines Königs zu folgen, der vor über 2400 Jahren sich aufmachte, um die ihm bekannte Welt zu erobern? Was bewog Alexander: Vergeltungskrieg gegen die Perser oder etwa die Vision von der Verschmelzung und Verbrüderung von Ost und West? Freuen Sie sich auf spannende Erlebnisse. Nein, die Reportage soll kein erweiterter Schulunterricht sein.

Kommen Sie mit uns in den Norden Griechenlands und in die Winterlandschaften Kappadokiens. Erleben Sie Alexanders Weg durch die Sahara zum Orakeltempel in der ägyptischen Oase Siwa. Wir verlassen den Nil nach Nordosten, über Syrien erreichen wir den Iran. Von der ehemaligen traditionellen Hauptstadt der Perserkönige, Persepolis, durchqueren wir die Große Iranische Wüste: Kleine Oasen und faszinierende Städte wie Yazd und Isfahan liegen auf unserem Weg. Im Norden des Landes überschreiten wir das Alborzgebirge und tauchen beim Abstieg zur Küste in dicke, feuchte Nebelwälder ein. Das Kaspische Meer liegt vor uns.

Steffen Hoppe ist Sieger beim Wettbewerb des Diafestivals 2006 in Jena.

**\_\_R 01.10.43**

**Steffen Hoppe**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal  
Mi, 18.04.2007, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

## Literatur

### Lesen und darüber reden

„Es ist ein großer Unterschied, ob ich lese zu Genuss und Belegung oder zur Erkenntnis und Belehrung“ (Goethe: Maximen und Reflexionen). Mit den Erzählungen, die wir in der Gruppe besprechen, versuchen wir, diesen Unterschied aufzuhellen. Dazu tragen auch Informationen über die Autoren und deren Werk bei.

Kurstage: 07.02., 21.02., 07.03., 21.03., 18.04., 02.05. und 16.05.2007

**\_\_R 02.01.50**

**Rosemarie Niemann**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum  
Mi, 15.00-17.00 Uhr, ab 07.02.2007

€ 50,-, 7 Termine, 19 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

## Malen/Zeichnen

### Malen am Abend - erquickend und labend

Im Rahmen des Kurses sind Exkursionen oder eine Verlegung des Kursortes nach Absprache vorgesehen.

Kurstage: 20.02., 20.03., 17.04., 29.05. und 05.06.2007.

**\_\_R 02.05.20**

**Hanne Gebhardt**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum B 36  
Di, 18.00-21.00 Uhr, ab 20.02.2007

€ 44,-, 5 Termine, 20 UE

Keine Neuaufnahmen möglich.

### Malen am Abend - erquickend und labend

Kursbeschreibung siehe R 02.05.20

Kurstage: 21.02., 21.03., 18.04., 30.05. und 06.06.2007.

**\_\_R 02.05.21**

**Hanne Gebhardt**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum B 36  
Mi, 16.30-19.30 Uhr, ab 21.02.2007

€ 44,-, 5 Termine, 20 UE

### Malen am Morgen - vertreibt Kummer und Sorgen

Kursbeschreibung siehe R 02.05.20

Kurstage: 22.02., 22.03., 19.04. und (Mo) 04.06.2007.

**\_\_R 02.05.22**

**Hanne Gebhardt**

Rödermark (Ober-Roden), Friedrich-Ebert-Str., Halle der Turnerschaft, 1. Stock  
Do, 09.00-13.30 Uhr, ab 22.02.2007

€ 53,-, 4 Termine, 24 UE



## Malen am Abend - erquickend und labend

Kursbeschreibung siehe R 02.05.20

Kursage: 22.02., 22.03., 19.04. und (Montag) 04.06.2007.

\_\_R 02.05.23

**Hanne Gebhardt**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum B 36

Do, 18.00-21.45 Uhr, ab 22.02.2007

€ 44,-, 4 Termine, 20 UE

## Keramik

### Keramik für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Verschiedene Aufbau- und Dekorationstechniken bilden die Grundlage für das kreative Arbeiten mit Ton. Anfänger/innen können ebenso individuell arbeiten wie Fortgeschrittene. Egal ob Gartenskulptur, Blumenschale oder Geschirr, durch die eigene „Handschrift“ wird jedes Stück zu etwas Besonderem. Es kann auch an der elektrischen Töpferscheibe gearbeitet werden. Weitere Informationen und Bildmaterial unter [www.keramik-im-puls.de](http://www.keramik-im-puls.de).

Bitte Arbeitskleidung und altes Geschirrtuch mitbringen.

\_\_R 02.06.30

**Petra Distler-Bäcker**

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum Urberach, Bachgasse

Mi, 19.00-21.15 Uhr, ab 31.01.2007

€ 66,-, 10 Termine, 30 UE

Materialkosten sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten.

- keine Gebührenermäßigung -

### Keramik für Anfänger/innen und Fortgeschrittene am Vormittag

Kreativität und eigene Ideen in eine keramische Arbeit umsetzen, dabei individuell gestalten und arbeiten - dies alles lässt sich beim Töpfern verwirklichen. Anfänger/innen können ebenso wie Fortgeschrittene mit Hilfe verschiedener Techniken schöne und einzigartige Dinge entstehen lassen. Eine elektrische Töpferscheibe ist vorhanden. Weitere Informationen und Bildmaterial unter [www.keramik-im-puls.de](http://www.keramik-im-puls.de).

Bitte Arbeitskleidung und altes Geschirrtuch mitbringen.

\_\_R 02.06.31

**Petra Distler-Bäcker**

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum Urberach, Bachgasse

Di, 09.15-11.30 Uhr, ab 30.01.2007

€ 66,-, 10 Termine, 30 UE

Materialkosten sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten.

- keine Gebührenermäßigung -

### Töpfern für Vater, Mutter, Kind (ab 4 Jahre)

Spielerisch lernen wir den Werkstoff Ton mit allen Möglichkeiten zur Gestaltung kennen. Gerade für Kinder hat Ton eine besondere Bedeutung: Durch das Kneten und Matschen wird die Feinmotorik gefördert und die Erwachsenen können beim Töpfern wunderbar abschalten und entspannen. Wir lassen unserer Phantasie freien Lauf und modellieren kleine Geschenke, Spielsachen und was uns gefällt. Bitte mitbringen: Arbeitskleidung und Geschirrtuch. Materialkosten werden direkt an die Kursleiterin entrichtet.

\_\_R 02.06.32

**Gerda Kloidt**

Rodgau (Jügesheim), Hochstädter Str. 20

Sa, 10.00-12.15 Uhr, ab 24.02.2007

€ 33,- (pro Teilnehmer/in), 5 Termine, 15 UE, zzgl. Materialkosten

- keine Gebührenermäßigung -

\_\_R 02.06.33

**Gerda Kloidt**

Rodgau (Jügesheim), Hochstädter Str. 20

Sa, 12.30-14.45 Uhr, ab 24.02.2007

€ 33,- (pro Teilnehmer/in), 5 Termine, 15 UE, zzgl. Materialkosten

- keine Gebührenermäßigung -

### Keramisches Arbeiten für Kinder ab 8 J.

Einfach mal was „selber machen“. Dazu eignet sich kaum ein Material so gut wie Ton. Ganz gleich ob als Geschenk für die beste Freundin oder eine tolle Deko - immer entstehen einzigartige Stücke nach eigenen Vorstellungen. Es können verschiedenen Techniken zum Einsatz, so dass auch Anfänger/innen tolle Ergebnisse erzielen können. Weitere Informationen und Bildmaterial unter [www.keramik-im-puls.de](http://www.keramik-im-puls.de).

Bitte Arbeitskleidung und altes Geschirrtuch mitbringen.

\_\_R 02.06.34

**Petra Distler-Bäcker**

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum Urberach, Bachgasse

Mi, 17.00-18.30 Uhr, ab 31.01.2007

€ 55,-, 10 Termine, 20 PAUS

Materialkosten sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten.

- keine Gebührenermäßigung -

## Tanz

### Country Line Dance für Anfänger/innen

Wo Country-Musik spielt, trifft man auf die Line-Dancer. Die Tänze haben eine feste Schrittfolge, sind oft passend auf bekannte Musiktitel choreographiert und werden synchron in Reihen (Lines) getanzt.

Im Anfängerkurs werden populäre Tänze unterschiedlicher Stilrichtungen mit niedrigem Schwierigkeitsgrad vermittelt. Der Kurs richtet sich gleichermaßen an Paare und Singles aller Altersgruppen mit Freude an Tanz, Musik und Geselligkeit. Am ersten Kursabend besteht die Möglichkeit zur kostenlosen Schnupper-Teilnahme ohne Voranmeldung.

Kleidung: leger, Schuhe mit Ledersohle vorteilhaft.

Kurspause vom 03.04. - 01.05.2007.

\_\_R 02.09.30

**Eric Scholtis**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Foyer im

Erdgeschoß

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 06.02.2007

€ 70,-, 16 Termine, 32 UE

### Country Line Dance für Fortgeschrittene

Jeder, der bereits erste Line Dance-Erfahrungen gesammelt hat, ist eingeladen, sein Tanzrepertoire in diesem Kurs zu erweitern. Es werden populäre Tänze mit niedrigem bis mittlerem Schwierigkeitsgrad vermittelt.

Kleidung: leger, Schuhe mit Ledersohle vorteilhaft.

Kurspause vom 4.4. - 2.5.2007.

\_\_R 02.09.31

**Eric Scholtis**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Foyer im

Erdgeschoß

Mi, 19.30-21.00 Uhr, ab 07.02.2007

€ 70,-, 16 Termine, 32 UE

## Farbe und Stil

### Die Farben des Lebens - Ganzheitliche Farbberatung

Lassen Sie sich ein auf einen bunten Tag, an dem Sie eintauchen können in die ganzheitliche Betrachtungsweise von Farben!

Farben begleiten uns durch das ganze Leben. In diesem Kurs zur Ganzheitlichen Farbberatung erfahren und erleben Sie die Wirkung von Farben auf Ihr Aussehen, aber auch, welchen Einfluss sie auf Ihr inneres Wohlbefinden, Ihre Gefühle und Stimmungen haben. Sie erhalten Anregungen und Tipps, wie Sie die Farben individuell in verschiedenen Bereichen des täglichen Lebens, wie z.B. Beruf, Kleidung, Wohnung oder Gesundheit, einsetzen können. Der Kurs ist selbstverständlich auch für Männer geeignet!

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und ohne Make up (vorher keinen Selbstbräuner benutzen). Am Ende des Seminars erhalten Sie auf Wunsch einen auf Ihren Typ abgestimmten Farbpass (Materialkosten dafür € 28,- direkt an die Kursleiterin).

\_\_R 02.14.10

**Nicole Neutz**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Sa, 24.03.2007, 10.00-18.00 Uhr

€ 44,- (zzgl. Materialkosten), 1 Termin

max. 7 Teilnehmer/innen

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

## Kosmetik

### Schminken? - aber natürlich!

Eine Visagistin erarbeitet gemeinsam mit den Teilnehmerinnen ein natürliches und dezent wirkendes Make-up. Sie schminken sich aktiv ein typgerechtes/natürliches Make-up und lernen die Vorzüge Ihres Gesichtes zu betonen und eventuelle Schwachstellen zu neutralisieren.

Kursinhalt:

- Augenbrauen- und Lippenkorrektur

- Lidschatten- und Lidstrichtechniken

Bitte mitbringen: Tischspiegel, Tagespflege, Kosmetiktücher und etwas zum Abschminken!

Zusätzliche Materialkosten von € 15,- werden bei der Kursleiterin bezahlt. Sie sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

\_\_R 02.14.20

**Alexandra Heberer, Visagistin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Mi, 22.08. und 29.08.2007, jeweils 18.00-21.00 Uhr

€ 18,-, 2 Termine, 8 UE, zzgl. Materialkosten

- keine Gebührenermäßigung -

### Das 5-Minuten-Make-up

Eine Visagistin erarbeitet gemeinsam mit den Teilnehmerinnen ein „schnelle“ Make-up, mit welchem Sie in kürzester Zeit eine maximale Effektivität erreichen. Es wird aktiv ein

dezentem, natürlichem Minimal-Make-up geschminkt, welches alle Highlights eines perfekten Make-up enthält.

Bitte mitbringen: Tischspiegel, Tagespflege, Kosmetiktücher und etwas zum Abschminken!

Zusätzliche Materialkosten von € 8,- werden bei der Kursleiterin bezahlt. Sie sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

#### \_\_R 02.14.21

**Alexandra Heberer, Visagistin**  
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum  
Mi, 07.02.2007, 18.00-21.00 Uhr  
€ 9,-, 1 Termin, zzgl. Materialkosten  
- keine Gebührenermäßigung -

#### \_\_R 02.14.22

**Alexandra Heberer, Visagistin**  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1  
Fr, 02.03.2007, 10.00-13.00 Uhr  
€ 9,-, 1 Termin, zzgl. Materialkosten  
- keine Gebührenermäßigung -

### Textiles Gestalten

#### Aktuelle Mode - selbst genäht

In angenehmer Atmosphäre werden wir die Geheimnisse der Schneiderkunst lüften. Sie lernen zuschneiden, nähen und anprobieren, egal ob Anfänger/in oder Fortgeschrittene.

Voraussetzung: Spaß am Nähen!

Am ersten Kurstag sind mitzubringen: Nähgarn, Schere, Maßband, Stecknadeln, Stoffreste und evtl. gewünschtes Schnittmuster. Eigene Nähmaschinen können mitgebracht werden.

#### \_\_R 02.14.30

**Marie-Luise Macey**  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3  
Mi, 19.30-21.45 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 79,-, 12 Termine, 36 UE

#### \_\_R 02.14.31 WE

**Marie-Luise Macey**  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3  
Sa/So, 03./04.03. und 10./11.03.2007, Sa 13.00-18.15 Uhr, So 10.00-15.15 Uhr  
€ 62,-, 4 Termine, 28 UE

#### \_\_R 02.14.32 WE

**Marie-Luise Macey**  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3  
Sa/So, 28./29.04. und 05./06.05.2007, Sa 13.00-18.15 Uhr, So 10.00-15.15 Uhr  
€ 62,-, 4 Termine, 28 UE

### Feng Shui

#### Klassisches Feng Shui

Die Umgebung unserer Häuser und die Anordnung unserer Räume haben einen entscheidenden Einfluss auf das Qi, die lebensspendende Energie, die uns umgibt. Und so werden im Klassischen Feng Shui Landschaftformen untersucht, Gewässer und Straßenverläufe, auch Berge und Häuser in unserer Nachbarschaft. Die Ergebnisse dieser Analysen in Verbindung mit unseren eigenen guten Himmelsrichtungen ermöglichen es, den Qi-Fluss zu unserem Wohl zu lenken. In diesem Wochenendseminar erlernen Sie die Grundlagen des Klassischen Feng Shui und Sie lernen, Ihre eigenen guten Himmelsrichtungen zu berechnen und zu nutzen. Bitte bringen Sie Schreibzeug, Lineal und den Grundriss Ihrer Wohnung, Ihres Hauses oder Ihres Arbeitsbereiches mit.

#### \_\_R 03.00.31 WE

**Bodo Trieb**  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3  
Sa/So, 21./22.04.2007, 10.00-17.00 Uhr  
€ 35,-, 2 Termine, 16 UE

#### Feng Shui für Fortgeschrittene

Lernen Sie an diesem Wochenende, wie die Zeit auf uns wirkt und wie wir den Einfluss der Zeit für unseren Erfolg, unser Wachstum und unsere Harmonie nutzen können.

Voraussetzung: Basisseminar „Klassisches Feng Shui“ oder vergleichbare Vorkenntnisse.

Bitte bringen Sie Schreibzeug, Lineal und den Grundriss Ihrer Wohnung, Ihres Hauses oder Ihres Arbeitsbereiches mit.

#### \_\_R 03.00.32 WE

**Bodo Trieb**  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3  
Sa/So, 23./24.06.2007, 10.00-17.00 Uhr  
€ 35,-, 2 Termine, 16 UE

### Yoga

#### Hatha-Yoga für Anfänger/innen

Rückenfreundliche Hatha-Yoga-Übungen mit einfühlsamer Korrektur zu praktizieren macht Spaß, steigert die Lebensfreude und bringt neue Energie. Die bewusste und konzentrierte Ausführung der Übungen verbessert das Körpergefühl, die Muskulatur wird in einem harmonischen Verhältnis zueinander gekräftigt und flexibilisiert, Verspannungen lösen sich. Anregung und Regeneration der inneren Organe, Drüsen und Nerven.

Richtiges Atmen, die abschließende Tiefenentspannung und Meditation bringen blockierte Energie wieder zum Fließen und führen zu Ausgeglichenheit und innerem Frieden.

Bitte eine Übungsmatte und eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

#### \_\_R 03.01.20

**Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin**  
Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Graf-Reinhard-Saal  
Mo, 17.45-19.15 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### \_\_R 03.01.21

**Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin**  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Raum 1  
Di, 19.20-20.50 Uhr, ab 06.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Hatha-Yoga I-II für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen und Anfänger/innen

Einführung in die verschiedenen Aspekte des Yoga. Variationen der erlernten Asanas und Atemübungen, einfühlsame Korrektur, Tiefenentspannung und Meditation. Bitte eine Übungsmatte und eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

#### \_\_R 03.01.22

**Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin**  
Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum  
Di, 10.35-12.05 Uhr, ab 06.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Hatha-Yoga II für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen

Variationen der erlernten Asanas und Atemübungen, einfühlsame Korrektur, Tiefenentspannung und Meditation.

Bitte eine Übungsmatte und eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

#### \_\_R 03.01.23

**Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin**  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Raum 1  
Mi, 17.45-19.15 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### \_\_R 03.01.24

**Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin**  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Raum 1  
Mi, 19.20-20.50 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Yoga für die Gelenke

Selbsthilfeprogramm gegen Gelenksbeschwerden, auch für Yoga-Anfänger/innen Gezielte und regelmäßige Bewegung verhindert nicht nur Gelenkprobleme, sondern hilft auch bei schon bestehenden Beschwerden. Die Yogaübungen, die wir in diesem Kurs praktizieren, wirken sich sowohl auf das betroffene Gelenk wie auch auf die benachbarten Körperabschnitte positiv aus. Die Yogastellungen (Asanas) steigern das geistige und körperliche Wohlbefinden durch das Zusammenspiel von Bewusstsein und Bewegung. Durch den Wechsel von Spannung und Entspannung, durch Kräftigung und Dehnung kommt es zu einem harmonischen und koordinierten Muskelspiel. Schmerzen verursachen Verspannungen, Spannungen verstärken wiederum die Schmerzen. Dieser Teufelskreis soll durch vollkommene Entspannung und richtiges Atmen unterbrochen werden bzw. gar nicht erst entstehen.

Bitte eine Übungsmatte, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen sowie bequeme Kleidung tragen.

#### \_\_R 03.01.25

**Susanne Ahlendorf, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin**  
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal  
Do, 16.25-17.55 Uhr, ab 08.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Hatha-Yoga für Sie und Ihn -Fortgeschrittene I

Hatha-Yoga bietet einen harmonischen Ausgleich nach einem langen Tag. Asanas, richtiges Atmen, Tiefenentspannung und Meditation bringen blockierte Energien wieder in den Fluss. Eigenschaften bestimmter Zyklen wie Jahreszeiten, Mond oder Chakren bereichern die Gestaltung des Programms.

Bitte eine Übungsmatte, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen sowie bequeme Kleidung tragen.

**\_\_R 03.01.26 abends**

**Susanne Ahlendorf**, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin  
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal  
Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 08.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

**\_\_R 03.01.27 vormittags**

**Susanne Ahlendorf**, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin  
Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum  
Mo, 09.00-10.30 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

**Yoga kennt kein Alter - Yoga über 50 Fortgeschrittene vormittags I**

Hatha-Yoga ist ein Weg, gesund und beweglich zu bleiben. Viele Beschwerden können gelindert werden, wenn man aktiv bleibt und sich Zeit nimmt für das Bedürfnis des Körpers nach Bewegung, wie auch nach Ruhe. Gesundheit ist das empfindliche Gleichgewicht von Körper, Seele und Geist. Yoga heißt, diese drei Ebenen miteinander zu verbinden.  
Der Kurs berücksichtigt speziell die Möglichkeiten und Voraussetzungen älterer Menschen. Jüngere Teilnehmer/innen sind ebenso willkommen.  
Bitte eine Iso-Matte sowie eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung anziehen.

**\_\_R 03.01.28 S**

**Susanne Ahlendorf**, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin  
Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum  
Mo, 10.30-12.00 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE  
(Ermäßigungen siehe Teilnahmebedingungen auf der inneren Umschlagseite)

**Yoga kennt kein Alter - Yoga über 50 vormittags II**

Kursbeschreibung siehe R 03.01.28  
Der Kurs ist auch für Anfänger/innen geeignet und berücksichtigt speziell die Möglichkeiten und Voraussetzungen älterer Menschen. Jüngere Teilnehmer/innen sind ebenso willkommen.  
Bitte eine Iso-Matte sowie eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung anziehen.

**\_\_R 03.01.29 S**

**Susanne Ahlendorf**, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin  
Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum  
Fr, 09.00-10.30 Uhr, ab 09.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE  
(Ermäßigungen siehe Teilnahmebedingungen auf der inneren Umschlagseite)

**Hatha-Yoga III nach ayurvedischen Prinzipien**

Verbindung des jahrtausendealten Wissens von Yoga und Ayurveda, intensives und genaues Üben.  
Dieser Kurs bietet eine grundlegende Einführung in die unterschiedlichen Wirkungsweisen der elementaren Kräfte Erde, Wasser, Feuer, Luft und Raum in unserem Körper und in unserem Geist. Die Teilnehmer/innen können sich ihrer Grundkonstitution und ihrer jeweiligen tagesbedingten Befindlichkeiten bewusst werden. Zu viel „Kapha“ führt z.B. zu einem dumpfen und trägen Gefühl im Kopf, Verspannungen und Müdigkeit; zu viel „Vata“ kann u.a. Unruhe und mangelnde Konzentration bewirken; durch zu viel „Pitta“ kann es zu brennenden Augen, Herzklopfen und einem Gefühl des „Ausgebranntseins“ kommen, um nur einige der Anzeichen eines Ungleichgewichts zu nennen.  
Durch die zielgerichtete Praxis von entsprechenden Asanas, Meditationen, Atem- und Entspannungsübungen ist es möglich, diese energetischen Kräfte auszubalancieren und sich wieder frisch, erholt und innerlich ausgeglichen zu fühlen.  
Bitte eine Übungsmatte und eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

**\_\_R 03.01.30**

**Angelika Jockwer**, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin  
Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Graf-Reinhard-Saal  
Mo, 19.20-20.50 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

**\_\_R 03.01.31**

**Angelika Jockwer**, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Raum 1  
Di, 17.45-19.15 Uhr, ab 06.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

**\_\_R 03.01.32**

**Angelika Jockwer**, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin  
Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum  
Di, 09.00-10.30 Uhr, ab 06.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

**Workshop: Yoga für den Rücken**

Rückenschmerzen werden oft durch Muskelverspannungen und Stressfaktoren verursacht. Durch spezielle, sanfte Yogaübungen und durch Entspannung kann man wirkungsvoll und relativ schnell eine Besserung erreichen und vor allem bewusst vorbeugen. Der Rücken wird gedehnt, gestärkt und entspannt. Neben speziellen

Übungen für den Rücken werden wir auch für Geist und Seele etwas tun, indem wir uns in Phantasie Reisen und Tiefenentspannungen versenken. Das gesamte Wohlbefinden wird sich steigern!

Bitte bequeme Kleidung, eine Unterlage, ein Kissen und eine Decke mitbringen.

**\_\_R 03.01.33**

**Ivonne Ross-Segeth**, Yoga-Lehrerin BYV  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1  
Sa, 24.03.2007, 15.00-18.00 Uhr  
€ 18,-, 1 Termin, 4 UE  
- keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

**Workshop: Yoga und Tiefenentspannung**

Lass die Seele baumeln! Dieser Tag steht ganz im Zeichen der Entspannung. Er ist genau das Richtige für Dich, wenn auch Dein Alltag immer mehr von Stress geprägt wird und Du vielleicht schon an eigenem Leib erfahren hast, wie Dauerbelastungen zu seelischen und körperlichen Beschwerden führen. Lerne Stress abzubauen durch verschiedene Entspannungstechniken aus dem Yoga, sanften Yoga-Übungen und Igelmassagen.

Bitte bequeme Kleidung, eine Unterlage, ein Kissen und eine Decke mitbringen.

**\_\_R 03.01.34**

**Ivonne Ross-Segeth**, Yoga-Lehrerin BYV  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1  
Sa, 09.06.2007, 15.00-18.00 Uhr  
€ 18,-, 1 Termin, 4 UE  
- keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

**Autogenes Training**

**Autogenes Training - kompakt für Anfänger/innen**

Autogenes Training hilft, körperliche und seelische Stresssymptome abzubauen und zu einer Haltung der inneren Ruhe und Gelassenheit zu finden. In einem Wechsel von Entspannung und Bewegung, auch im Freien, lernen die Teilnehmer/innen am Sonntag die Basisübungen und an den folgenden Abenden die darauf aufbauenden Organübungen aus der Grundstufe des Autogenen Trainings.  
Bitte in bequemer Kleidung, auch für draußen, kommen und Decke, Kissen, Socken, Schreibzeug und einen Imbiss für die Mittagspause (am Sonntag) mitbringen.

**\_\_R 03.01.40**

**Karin Walther-Weckmann**, Dipl.-Psychologin  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1  
So, 04.02.2007, 10.00-17.00 Uhr, Do, 19.00-20.30 Uhr, ab 15.02.2007  
€ 35,-, 5 Termine, 16 UE

**Autogenes Training für Fortgeschrittene**

Fortlaufender Kurs zur weiteren Vertiefung der Entspannung, insbesondere in Verbindung mit inneren Bildern, und zur individuellen Anwendung der Grundstufe durch sog. formelhafte Vorsätze, um im Alltag mit Störungen sowohl im körperlichen als auch seelischen Bereich gelassener umgehen zu können.

Bitte bequeme Kleidung (z.B. Trainingsanzug) und eine warme Decke mitbringen.

**\_\_R 03.01.41**

**Karin Walther-Weckmann**, Dipl.-Psychologin  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1  
Do, 20.30-22.00 Uhr, ab 15.02.2007  
€ 35,-, 8 Termine, 16 UE

**Meditation**

**Meditation und Gesundheit**

„Wenn der Verstand still wird, dann verändert sich jede Zelle des Körpers und beginnt zu strahlen und zu leuchten.“

Unser Verständnis von Gesundheit und Krankheit hat sich verändert, da uns gerade bei chronischen Krankheiten Grenzen aufgezeigt werden. Wir sollten erkennen, dass nicht nur Körper, Seele und Geist untrennbar zusammen gehören, sondern auch die Anbindung des Menschen an das Göttliche.

Mit Hilfe der Meditation kommen wir in Kontakt mit unseren inneren Bildern und Gefühlen. Durch tiefe Entspannung schöpfen wir wieder Kraft und können körperliche und seelische Beschwerden lindern.

Bitte bequeme, warme Kleidung, eine Matte und eine Woldecke mitbringen.

**\_\_R 03.01.42**

**Gabriele Loose**, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin  
Rödermark (Ober-Roden), Kindergarten, Zwickauer Str. 3, Eingang Schweriner Str.  
Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

**\_\_R 03.01.43**

**Gabriele Loose**, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin  
Rödermark (Ober-Roden), Kindergarten, Zwickauer Str. 3, Eingang Schweriner Str.  
Mi, 20.00-21.30 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 44,-, 10 Termine, 20 UE



## Qigong für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

### \_\_R 03.01.44

**Ute Maurer**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal  
Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 27.02.2007  
€ 60,-, 8 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

### \_\_R 03.01.45

**Ute Maurer**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal  
Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 15.05.2007  
€ 60,-, 8 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

## Eutonie - mit guter Spannung den Alltag leben

Eutonie ist eine Körperarbeit, die ganzheitlich und sehr tief greifend wirkt. Eutonie, dieses Wort setzt sich zusammen aus Eu - gut, harmonisch und Tonus - Spannung. Ziel ist eine gute Wohlspannung des Körpers. An den Eutonieabenden wollen wir uns in einer kleinen Gruppe Zeit nehmen, uns ganz auf unseren Körper einzustellen, ihn besser kennen zu lernen und mit ihm achtsam umzugehen. Es geht darum, etwas Gutes für sich zu tun, ohne Leistungsdruck. Dies geschieht in Ruhe und Bewegung - oft im Liegen, aber auch im Gehen und Stehen. Wir wollen Verspannungen lösen, Stress abbauen und neue Beweglichkeit entdecken.

Bitte kommen Sie in warmer, bequemer Kleidung und bringen Sie eine Wolldecke und ein kleines Kissen mit.

### \_\_R 03.01.46 F

**Elisabeth Ullmer, Eutoniepädagogin**

Rodgau (Nieder-Roden), Darmstädter Str. 5  
Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 27.02.2007

€ 76,-, 8 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

## Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen

Stress und Spannungen sind ein Teil unseres Lebens. Unsere Gedanken haben Einfluss auf unsere Gefühle, diese haben Einfluss auf unsere körperlichen Empfindungen. Die meisten Verspannungen passieren unbewusst und äußern sich irgendwann in Form von: Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Magen-Darm-Störungen, Herz-Kreislauf-Störungen oder Angstzuständen. Durch regelmäßige Anwendung der PMR lernen die Teilnehmer/innen, in Stresssituationen ihre Spannungszustände wahrzunehmen. Der Kurs ist so aufgebaut, dass sich der Organismus selbst in Richtung entspannter Muskulatur reguliert.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und eine Matte bzw. Decke mitbringen!

### \_\_R 03.01.47 F

**Renate Winter**

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestraße 39, Veranstaltungsraum  
Fr, 10.00-11.00 Uhr, ab 09.02.2007  
€ 29,-, 10 Termine

## Gymnastik

### Ausgleichsgymnastik für die Wirbelsäule

Bewegungsarmut und überwiegend sitzende Tätigkeiten im Beruf, aber auch psychische Belastungen können zu Spannungen und Schmerzen im Bewegungsapparat führen.

Im Kurs wollen wir durch Intensivierung der Körperwahrnehmung und schonende Bewegungsübungen solchen Beschwerden vorbeugen. Elemente aus der Rückenschule mit Informationen zu verbesserter Haltung und Bewegung im Alltag sollen die Teilnehmer/innen befähigen, selbstständig mit auftretenden Rückenproblemen umzugehen.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Matte bzw. Decke und ein Kissen mitbringen.

### \_\_R 03.02.50 abends

**Doris Vierkant, Krankengymnastin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1  
Mo, 17.15-18.30 Uhr, ab 15.01.2007  
€ 37,-, 10 Termine, 17 UE

### \_\_R 03.02.51 abends

**Doris Vierkant, Krankengymnastin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1  
Mo, 18.30-19.45 Uhr, ab 15.01.2007  
€ 37,-, 10 Termine, 17 UE

### \_\_R 03.02.52 abends

**Doris Vierkant, Krankengymnastin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1  
Mo, 17.15-18.30 Uhr, ab 16.04.2007  
€ 37,-, 10 Termine, 17 UE

### \_\_R 03.02.53 abends

**Doris Vierkant, Krankengymnastin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1  
Mo, 18.30-19.45 Uhr, ab 16.04.2007  
€ 37,-, 10 Termine, 17 UE

### \_\_R 03.02.54 vormittags

**Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin**

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum  
Mi, 09.00-10.15 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

### \_\_R 03.02.55 vormittags

**Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin**

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum  
Mi, 10.15-11.30 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

### \_\_R 03.02.56 vormittags

**Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal  
Fr, 09.15-10.30 Uhr, ab 09.02.2007  
€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

### \_\_R 03.02.57 vormittags

**Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal  
Fr, 10.30-11.45 Uhr, ab 09.02.2007  
€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

### „Fit von Kopf bis Fuß“

**Wirbelsäulengymnastik für Frauen**

Bitte eine Matte bzw. Decke mitbringen!

### \_\_R 03.02.58 F

**Annette Winter**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal  
Mo, 10.30-11.30 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 29,-, 10 Termine

### Leichte Gymnastik am Vormittag für Frauen

Mit ruhiger Musik wird eine rückenfreundliche Gymnastik angeboten. Übungen, die besonders die Problemzonen Bauch-, Bein-, Po- und Brustmuskulatur betreffen, stehen dabei im Mittelpunkt. Außerdem werden Elemente aus der Aerobic wie Stretching-, Warm-up und Low-impact-Übungen berücksichtigt. Angesprochen sind hierbei auch Neu- und Wiedereinsteigerinnen. Bei schönem Wetter sind 2-3 „Walking“-Stunden eingeplant

Bitte eine Matte bzw. Decke mitbringen!

### \_\_R 03.02.59 F

**Annette Winter**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal  
Mo, 09.30-10.30 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 29,-, 10 Termine

### Ganzkörpergymnastik - Body Styling

Ziel des Kurses ist es, die Muskulatur mit gelenkschonenden Übungen zu kräftigen und zu dehnen und das Körpergefühl zu verbessern. So wird u.a. die meist angespannte Schulter- und Nackenregion durch Übungen gezielt gelockert sowie die Rückenmuskulatur gestärkt und mobilisiert. Der Kurs richtet sich gleichermaßen an Männer und Frauen und ist an die vhs-Kursbücher „Gelenkschule“ und „Dehngymnastik“ (Klett-Verlag) angelehnt.

Bitte bequeme und warme Sportkleidung im „Zwiebelsystem“, Sportschuhe und Handtuch mitbringen.

### \_\_R 03.02.60

**N. N.**

Rödermark (Urberach), Schule an den Linden, Töpferstraße 9, kleine Turnhalle  
Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Fitness

### Bodyfitness

Nach einer Aufwärmphase folgen intensive gewebestraffende und muskelaufbauende Übungen besonders für Bauch-Beine-Po. Mobilisation des Schultergürtels und der Wirbelsäule, Dehnung der verkürzten, verspannten Muskulatur.

Bitte Handtuch oder Matte, feste Schuhe und etwas zum Trinken mitbringen.

### \_\_R 03.02.61

**Monika Dries**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal  
Do, 18.00-19.15 Uhr, ab 08.02.2007  
€ 66,-, 18 Termine, 30 UE

\_\_R 03.02.62

**Monika Dries**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal

Do, 19.30-20.45 Uhr, ab 08.02.2007

€ 66,-, 18 Termine, 30 UE

**Herzlich willkommen in einer ganz besonderen und exklusiven Fitness- und Wellness-Oase für alle Frauen zwischen 8 und 88 Jahren: dem Vitabel.**

Wir sind das Fitness-Studio, auf das Sie lange gewartet haben und in dem Sie all Ihre guten Vorsätze unter optimalen Bedingungen in die Tat umsetzen können. Gesundheit und Fitness, wohlfühlen und entspannen - alles ist möglich.

Das folgende Kursangebot beinhaltet die Nutzung der Sauna und für alle Mamis auch die Kinderbetreuung. Alle Kurse starten Anfang Februar im Vitabel Frauen Fitness, Raiffeisenstr. 6, 63322 Rödermark (Ober-Roden), und beinhalten 10 Einheiten à 60 Minuten. In den Osterferien und an Feiertagen findet kein Unterricht statt. Bitte hinterlegen Sie am ersten Kurstag im Vitabel Frauen Fitness € 15,- als Schlüsselpfand.

Schriftliche Anmeldungen über die vhs Rödermark oder im Vitabel. Auskünfte unter Tel. 0 60 74 / 92 27 00 (vhs) oder Tel. 0 60 74 / 9 49 39 (Vitabel).

**Pilates**

Trendtraining aus New York. Körperbildung in ihrer reinsten Form. Training aller Tänzer und Bodyworker mit den klassischen Zielen Kraft, Beweglichkeit und Balance. Erstklassige Haltungsschulung!!

\_\_R 03.02.70 F

**Renate Rossbach**

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6

Do, 10.00-11.00 Uhr, ab 22.02.2007

€ 66,-, 12 Termine

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

\_\_R 03.02.71 F

**Renate Rossbach**

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6

Do, 20.00-21.00 Uhr, ab 19.04.2007

€ 55,-, 10 Termine

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

**BBP**

Nach einer Aufwärmphase folgen intensive gewebestraffende und muskelkräftigende Übungen mit und ohne Zusatzgeräte für die typischen Problemzonen der Frau: Bauch Beine Po.

Ergebnis: Straffer Körper...

\_\_R 03.02.72 F

**Sevgi Güler**

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6

Do, 19.00-20.00 Uhr, ab 22.02.2007

€ 66,-, 12 Termine

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

**FAT ATTACK**

Das Ganzkörpertraining, das die Pfunde schmelzen lässt...Einfache Schrittkombinationen plus Workout für Kraft und Ausdauer mit Hilfe des Steps, der Tubes und Hanteln!

\_\_R 03.02.73 F

**Sevgi Güler**

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6

Do, 18.00-19.00 Uhr, ab 22.02.2007

€ 66,-, 12 Termine

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

## Erkrankungen Heilmethoden

**Vortrag: Einführung in die Bach-Blüten-Therapie**

„Solange Harmonie herrscht zwischen unserer Seele und unserer Persönlichkeit, erleben wir Freude und Frieden, Glück und Gesundheit.“ (Dr. Bach)

Die Blütentherapie von Dr. Edward Bach ist eine natürliche und sanfte Behandlungsmethode, die uns seelisch stabilisiert und daher körperlichen und seelischen Erkrankungen vorbeugt. Bachblüten helfen uns bei Ängsten, Unruhe und Unsicherheiten, stärken unser Selbstwertgefühl und unterstützen uns bei unserer persönlichen Weiterentwicklung.

Wir machen uns mit den 38 Bach-Blüten vertraut und lernen, wie wir unsere eigenen Blüten intuitiv auswählen können.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

\_\_R 03.04.20

**Gabriele Loose, Heilpraktikerin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Mo, 16.04.2007, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Begrenzte Teilnehmerzahl.

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

**Vortrag: Frühjahrskur mit Dr. Schüblers Mineralsalzen**

\* Wirksame und sanfte Heilmethoden mit den 12 Mineralsalzen nach Dr. Schübler

\* Vorbeugung gegen Pollenallergie

\* Zellaufbau, Stärkung des Immunsystems

\* Säure-Basenhaushalt ausgleichen

\* Magen-Darm-Milieu basisch steuern

\* Anregung und Unterstützung der Stoffwechselprozesse

\* Anwendung bei Kindern

\_\_R 03.04.21

**Edith Hamm, Gesundheitsberaterin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Mo, 23.04.2007, 19.00-21.30 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

**Vortrag: Einführung in die klassische Homöopathie**

Dank ihrer feinstofflichen Form können homöopathische Arzneien auf einer anderen Ebene heilen als wir es von den üblichen Medikamenten gewohnt sind. Durch homöopathische Mittel werden dem Körper gezielt Impulse gegeben, um die Selbstheilungskräfte auf sanfte Weise anzuregen. Mit den homöopathischen Mitteln bekämpfen wir daher nicht mehr die Krankheit, sondern wir stärken unsere Lebenskraft, um auf allen Ebenen wieder heil zu werden. Besonders bei Kindern können wir die schnelle und sanfte Wirksamkeit dieser Heilmethode wunderbar beobachten.

An diesem Abend lernen wir die Theorie der Homöopathie kennen und werden uns mit den wichtigsten homöopathischen Mitteln, wie z.B. Arnika und Belladonna, vertraut machen und ihre Einsatzmöglichkeiten besprechen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

\_\_R 03.04.22

**Gabriele Loose, Heilpraktikerin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Mo, 07.05.2007, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

## Essen und Trinken

**Chinesische Küche - raffiniert einfach, einfach raffiniert**

Salz- und fettarm, aber dennoch würzig kochen ist möglich. In diesem Grundkurs werden die Teilnehmer/innen mit der Tradition und den Besonderheiten der original-chinesischen Küche in ihrer einzigartigen Vielfalt vertraut gemacht. Sie lernen dabei nicht nur die typischen Zutaten, Kochgeräte und Schneidetechniken kennen, sondern anhand ausgewählter Rezepte in praktischer Übung auch deren sachgerechten Einsatz. Die so entstehenden Gerichte werden schließlich zu harmonischen Menüs komponiert, stilgerecht serviert und mit chinesischen Tischgetränken gemeinsam genossen.

Bitte Schürze und Geschirrtuch mitbringen!

\_\_R 03.07.50

**Renate Büttner**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Küche

Do, 01.03., 08.03., 15.03. und 22.03.2007, 18.30-21.30 Uhr

€ 44,- (zzgl. Umlage von € 28,- bei Kursbeginn direkt an die Kursleiterin), 4 Termine

- keine Gebührenermäßigung -

**Chinesische Tafelfreuden I: Traditionelle Rezepte und Garmethoden**

In diesem Aufbaukurs stellt Renate Büttner den Absolventen ihrer Grundkurse und bereits erfahrenen „China-Köchen“ wieder Original-Rezepte aus der traditionellen China-Küche vor. Sie lernen dadurch nicht nur weitere schmackhaft-bekömmliche Gerichte zuzubereiten, sondern werden auch mit anderen speziellen Garmethoden und Kochgeräten vertraut. Und: Jedes Abend-Menü enthält eine chinesische Süßspeise, die sich auch sehr gut als Nachtisch zu internationalen Gerichten eignet.

Bitte Schürze und Geschirrtuch mitbringen!

\_\_R 03.07.51

**Renate Büttner**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Küche

Do, 18.30-21.30 Uhr, ab 19.04.2007

€ 44,- (zzgl. Umlage von € 40,- bei Kursbeginn direkt an die Kursleiterin), 4 Termine

- keine Gebührenermäßigung -

## Deutsch als Fremdsprache

**Deutsch als Fremdsprache A1 - Anfänger/innen**

Schritte 1, Kurs- und Arbeitsbuch ab Lektion 1, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 201704-X

\_\_R 04.04.10

**Stefanie Bachmann**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 10

Mo/Di/Do, 18.00-20.15 Uhr, ab 01.02.2007 (Do)

€ 300,-, 67 Termine, 200 UE

### Deutsch als Fremdsprache A2

Schritte 3, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 201806-2  
Der Kurs wendet sich an Teilnehmer/innen des Kurses Deutsch als Fremdsprache aus dem 2. Halbjahr 2006 und Lerner/innen der Niveaustufe A1. Kursinhalte und -abläufe entsprechen den Vorgaben für Integrationskurse.

\_\_R 04.04.11

**Gerda Kloidt**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum B 141  
Mo/Di/Do, 14.00-17.00 Uhr, ab 13.02.2007 (Di)  
€ 300,-, 50 Termine, 200 UE

### Deutsch als Fremdsprache A2

Schritte 3, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 201806-2  
Der Kurs wendet sich an Teilnehmer/innen des Kurses Deutsch als Fremdsprache aus dem 2. Halbjahr 2006 und Lerner/innen der Niveaustufe A1. Kursinhalte und -abläufe entsprechen den Vorgaben für Integrationskurse.

\_\_R 04.04.12

**Dr. Gerd Kaul, Ingrid Mager**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum B 143  
Mo/Di/Do, 14.00-17.00 Uhr, ab 13.02.2007 (Di)  
€ 300,-, 50 Termine, 200 UE

### Deutsch als Fremdsprache A2 - mit Vorkenntnissen (3. Semester)

Schritte 31, Kurs- und Arbeitsbuch ab Lektion 1, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 201806-2

\_\_R 04.04.13

**Evelyn Tzschentke**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 05  
Mi+Do, 19.00-21.15 Uhr, ab 14.02.2007  
€ 150,-, 34 Termine, 100 UE

### Deutsch als Fremdsprache A2.2

Schritte 4, Kurs- und Arbeitsbuch ab Lektion 1, Hueber-Verlag  
Best.-Nr. 201806-2  
Das Lehrwerk Schritte bereitet mit jeweils zwei Bänden auf die nächste Niveaustufe vor: Schritte, Band 3 und Band 4, also auf das Niveau A2. In diesem Kurs wird Schritte, Band 4, bearbeitet: Er ist der zweite Teil der Hinführung zu A2.  
Der Kurs wendet sich an Teilnehmer/innen des Kurses Deutsch als Fremdsprache aus dem 2. Halbjahr 2006 und Lerner der Niveaustufe A2.1. Kursinhalte und -abläufe entsprechen den Vorgaben für Integrationskurse.

\_\_R 04.04.14

**Annette Decker**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 07  
Di+Do, 16.15-18.30 Uhr, ab 13.02.2007  
€ 150,-, 33 Termine, 100 UE

## Englisch

### Englisch A1 - Anfänger/innen- nachmittags

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.  
Für Anfänger/innen ohne und mit geringen Vorkenntnissen. In einer kleinen Gruppe werden die ersten Lektionen des Lehrbuches intensiv erarbeitet, um schnell einen gemeinsamen Kenntnisstand zu erreichen. Das Lerntempo kann individuell gestaltet und an die Gruppe angepasst werden.

\_\_R 04.06.20

**Christa Geiß**

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestraße 39, Beratungsraum  
Do, 14.00-15.30 Uhr, ab 22.02.2007  
66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch A1 - Anfänger/innen- vormittags (2. Semester)

"face2face", Elementary Student's Book, ab Lektion 3, Klett Verlag, ISBN 3-12-539731-6, und Workbook, ISBN 3-12-539732-4  
Intensives Arbeiten mit Spaß am Sprache-Lernen in einer kleinen Gruppe. Neu-Einsteiger/innen sind herzlich willkommen!

\_\_R 04.06.21

**Monika Kießling**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1  
Do, 09.00-10.30 Uhr, ab 08.02.2007  
66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch A1 (2. Semester)

"face2face", Elementary Student's Book, ab Lektion 4, Klett Verlag, ISBN-Nr. 3-12-539731-6  
Für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen.

\_\_R 04.06.22

**Manuela Behrenbeck**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 04  
Mi, 19.00-20.30 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch A1 (2. Semester)

"face2face", Elementary Student's Book, ab Lektion 4a, Klett Verlag, ISBN-Nr. 3-12-539731-6

Für Anfänger/innen mit geringen Grundkenntnissen. Es werden einfache Gespräche aus dem alltäglichen Leben geübt. Grammatikkenntnisse und Wortschatz werden erweitert und vertieft.

\_\_R 04.06.23

**Adriana Mallek**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 04  
Mo, 20.00-21.30 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch A1 (4. Semester)

"face2face", Elementary Student's Book, ab Lektion 9a, Klett Verlag, ISBN-Nr. 3-12-539731-6

The book is very important. It is a course for the students who are interested in conversation. It is a chance to improve your grammatical skills.

\_\_R 04.06.24

**Adriana Mallek**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 04  
Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch A1

The New Cambridge English Course, Student's Book 1, ab Lektion 17, Klett Verlag, Best.-Nr. 539015

\_\_R 04.06.25

**Manuela Behrenbeck**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 06  
Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 08.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch A2

The New Cambridge English Course, Student's Book 2, ab Lektion 25, Klett Verlag, Best.-Nr. 539115  
Arbeit mit dem Lehrbuch, Übungen in freier Rede sowie Lesen und Übersetzen leichter Texte.

\_\_R 04.06.26

**Christa Geiß**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3  
Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 27.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch A2 - vormittags

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

\_\_R 04.06.27

**Kawkab Hattar**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4  
Do, 09.30-11.00 Uhr, ab 08.02.2007  
€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

### Englisch A2

The New Cambridge English Course, Student's Book 2, ab Lektion 31, Klett Verlag, Best.-Nr. 539115

If you know a little English and you want to learn some more - how about joining this course? Here's a list of what we are going to do:

1. Working with the above-mentioned book.
2. Reading some short stories.
3. Talking, writing, learning and...laughing.

So, give it a try and join in!

\_\_R 04.06.28

**Edith Grasmück**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 07  
Mi, 18.00-19.30 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch B1

"face2face", Pre-intermediate Student's Book, ab Lektion 4 A, Klett Verlag, ISBN-Nr. 3-12-539737-5

Emphasis on the book. You can read stories and let's speak about them. So you can improve your talking skills!

\_\_R 04.06.29

**Adriana Mallek**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 04  
Do, 20.00-21.30 Uhr, ab 08.02.2007  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch B1 - vormittags

#### "As you like it" - Conversation-Mix

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben

If you want to

\* brush up your English

\* improve your conversational skills

\* advance your level of grammar

\* read a wide variety of press articles and/or short stories or simply enjoy a morning

listening to and chatting in English

then come and join our lively and animated group.

\_\_R 04.06.30

**Manuela Behrenbeck**

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Garderobenraum

Mi, 10.30-12.00 Uhr, ab 07.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch B1 Conversation-Mix

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben

"Where there's a will, there's a way." Für Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen.

\_\_R 04.06.31

**Manuela Behrenbeck**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 06

Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 08.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch B1/B2

"face2face", Intermediate Student's Book, ab Lektion 3 B, Klett Verlag, ISBN-Nr. 3-12-539743-X

Emphasis on the book. In a relaxed atmosphere we will talk about various topics, listen to stories and speak about them.

\_\_R 04.06.32

**Adriana Mallek**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 04

Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 08.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch B1 Intermediate

Für Teilnehmer/innen mit relativ guten Vorkenntnissen, die lernen möchten, sich je nach Situation (Alltag, Beruf) noch besser ausdrücken zu können. Schwerpunkte sind:

- Konversation, Diskussion, Wortschatz

- Grammatik nach Bedarf

- leichtes Business English (Telefonate, Faxe, E-Mails usw.)

\_\_R 04.06.33

**Christa Geiß**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 27.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch B1 - vormittags

#### Intermediate Level

We read and discuss authentic articles taken from newspaper and magazines, thus increasing our vocabulary. Listening texts or video recordings offer further opportunity and variety. Grammar work is included regularly, with back-up homework an option.

\_\_R 04.06.34

**Penelope Klemen**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Raum 3

Di, 09.15-10.45 Uhr, ab 13.02.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

### Englisch B1 - vormittags

#### Conversation and Grammar

We shall read and discuss a wide variety of topics based on the articles in the magazine "Spotlight". By approaching the articles in different ways, vocabulary and new structures are learnt, thus helping to improve our ability to communicate fluently in English. Grammar work is also included.

\_\_R 04.06.35

**Penelope Klemen**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Do, 09.00-10.30 Uhr, ab 08.02.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

### Englisch B1/B2 - vormittags

#### Conversation - Advanced Level

Material for this lively course is taken from many sources: Newspaper articles, short stories, songs and poems, personal experience and tapes. We also try to include a highlight each term, be it theatre, film or a city tour.

\_\_R 04.06.36

**Penelope Klemen**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Do, 10.40-12.10 Uhr, ab 08.02.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

### English Conversation Course B1/B2

This course is designed for all who would like to brush up and improve their English.

Main emphasis will be put on talking about many different topics. Reading some articles (as well as one or two short stories) and watching TV-news/films will us supply with information. According to your needs there will also be a little grammar work included - and going to the movies/theatre, of course. So, to cut a long story short: Let's talk, learn and laugh together!

\_\_R 04.06.37

**Edith Grasmück**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 07

Mi, 19.45-21.15 Uhr, ab 07.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch B2 - vormittags

#### English in Use

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

If you are good at English, but you have the feeling that your writing, speaking, listening and reading skills need to be developed: Come and join our class.

\_\_R 04.06.38

**Kawkab Hattar**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4

Do, 11.00-12.30 Uhr, ab 08.02.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

## Französisch

### Französisch A1

Pont Neuf en route, ab Lektion 8, Klett Verlag, Best.-Nr. 529115

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, grundlegende grammatikalische Strukturen zu wiederholen, den Wortschatz zu erweitern und sowohl mündliche als auch schriftliche Kommunikation zu trainieren. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit leicht fortgeschrittenen Französischkenntnissen.

\_\_R 04.08.40

**Marie-Anne Rode**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 03

Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 06.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Französisch A2

Pont Neuf 2, ab Lektion 1, Klett Verlag, Best.-Nr. 529060

Für Teilnehmer/innen mit guten Grundkenntnissen, die in Muße grundlegende grammatikalische Strukturen sowie Wortschatz vertiefen und erweitern möchten. Zusätzlich zum Lehrwerk Lektüre von einfachen Texten und einfache Konversation. Voraussetzung: ca. 3 Jahre Schulfrenchösisch bzw. 6-8 vhs-Semester.

\_\_R 04.08.41

**Marie-Anne Rode**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 03

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 27.02.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

### Französisch B1 - vormittags Continuons en français

Couleurs de France, Band 2 (Blanc), ab Lektion 9, Langenscheidt-Verlag

(Lehrbuch wird leihweise zur Verfügung gestellt)

Indem wir langsam und gründlich vorwärts lernen („rien ne sert de courir...“), wollen wir immer wieder Grundkenntnisse, Wortschatz, Ausdrücke und Grammatik wiederholen und vertiefen und vor allem immer mehr Französisch frei sprechen!

\_\_R 04.08.42

**Sabine Malher**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum

Di, 10.30-12.00 Uhr, ab 06.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Französisch B2 - vormittags

#### Exprimons-nous en français - intensiv auf leichte Art

"Patience et longueur de temps..." Nehmen Sie die Chance wahr: Jeden Montag früh leichte Konversation am Vormittag mit drei Unterrichtseinheiten anstatt zwei! Dies ermöglicht Ihnen, Grammatik aufzufrischen und verschiedene ansprechende Hör- oder Lesetexte mit Alltagsthemen effektiver und intensiver zu bearbeiten und über Lebensarten und Empfindungen zu sprechen.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die ihre früheren Schulkenntnisse auffrischen möchten oder schon ca. 8 Semester vhs-Französischunterricht (nach einem Lehrbuch) gehabt haben.

\_\_R 04.08.43

**Sabine Malher**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum

Mo, 09.00-11.15 Uhr, ab 05.02.2007

€ 92,-, 14 Termine, 42 UE

## Französisch C1 - vormittags

Initiation à la conversation courante

Nous référent

-aux nouvelles du jour et à des informations en langue française,

-à des articles de journaux,

-à des extraits littéraires d'auteurs surtout contemporains,

-à des chansons et parfois à des films,

nous discutons et parlons le français librement et sans appréhension.

Literatur wird im Kurs bekannt gegeben.

\_\_R 04.08.44

**Sabine Malher**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum

Do, 10.30-12.00 Uhr, ab 01.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Chansons-Abend mit dem Duo MaxJHOrA

Nouvelles chansons sur L'EAU: du sanglot à l'océan!

Crescendo, von der „kleinsten Einheit“, der menschlichen Träne, über Brunnen, Bäche, Flüsse und Seen bis zum unendlichen Ozean führen die französischen Lieder des neuen Programms von MaxJHOrA durch die Welt des Lebens, die Welt des WASSERS...und wie immer - der Gefühle!

Laissez-vous entraîner par le courant...et découvrez quelques surprises!

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Rothaha-Saal

Fr, 11.05.2007, 20.00 Uhr,

Eintritt: € 5,- (nur Abendkasse)

## Italienisch

### Italienisch A1 - Anfänger/innen vormittags

„Allegro“, Band 1, Klett Verlag, Best.-Nr. 52555

Neben der Einführung in die italienische Sprache mit den wichtigsten Alltagssituationen stehen Geschichte, Kultur und Musik Italiens im Vordergrund.

\_\_R 04.09.50

**Anisoara Popa**

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestraße 39, Beratungsraum

Mo, 10.00-11.30 Uhr, ab 05.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Italienisch A1 - Anfänger/innen

„Allegro“, Band 1, Klett Verlag, Best.-Nr. 52555

Neben der Einführung in die italienische Sprache mit den wichtigsten Alltagssituationen stehen Geschichte, Kultur und Musik Italiens im Vordergrund.

\_\_R 04.09.51

**Anisoara Popa**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 04

Di, 20.00-21.30 Uhr, ab 06.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Italienisch A1 (2. Semester)

„Allegro“, Band 1, ab Lektion 5, Klett Verlag, Best.-Nr. 52555

Neben der Einführung in die italienische Sprache mit den wichtigsten Alltagssituationen stehen Geschichte, Kultur und Musik Italiens im Vordergrund.

\_\_R 04.09.58

**Anisoara Popa**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 04

Di, 18.30-20.00 Uhr, ab 06.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Italienisch A1 - vormittags (4. Semester)

„Allegro“, Band 1, ab Lektion 9, Klett Verlag, Best.-Nr. 52555

Im Vordergrund stehen die wichtigsten Alltagssituationen, auch im touristischen Bereich. Neben dem Sprechen lernen wir auch Verstehen, Lesen und Schreiben.

\_\_R 04.09.52

**Giuseppina Giaveri-Keusch**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2

Di, 09.00-10.30 Uhr, ab 27.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Italienisch A1 (6. Semester)

„Linea diretta“, Band 1, ab Lektion 9, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 005174-7

Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen mit guten Vorkenntnissen. Mit den bisher erworbenen Kenntnissen können wir in Italien Leute kennen lernen, im Hotel übernachten, einkaufen, Essen gehen, nach dem Weg fragen... Es kommt noch mehr! Ohne Druck gehen wir in der Sprache weiter.

\_\_R 04.09.53

**Barbara Martinelli Köhler**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 06

Mi, 19.00-20.30 Uhr, ab 07.02.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

## Italienisch B1 - vormittags

„Linea diretta“, Band 2, ab Lektion 1, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 005175-5

Wir gehen mit unseren bisher erworbenen Kenntnissen ganz entspannt in der Sprache weiter.

\_\_R 04.09.54

**Giuseppina Giaveri-Keusch**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum

Mi, 09.00-10.30 Uhr, ab 28.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Italienisch B1 - vormittags

„Linea diretta“, Band 2, ab Lektion 13, Hueber-Verlag

Non solo lingua e grammatica, ma anche cultura, storia e abitudini italiane.

\_\_R 04.09.55

**Giuseppina Giaveri-Keusch**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2

Di, 10.30-12.00 Uhr, ab 27.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Italienisch B1 - vormittags

Ciao, cari amici dell' Italia, wir beginnen das 14. Semester!

Hauptaufgabe dieses Semesters wird sein, unsere Kenntnisse mit Hilfe unseres Lehrwerkes „In Italiano 2“ zu erweitern. Den Schwerpunkt wird immer mehr die Konversation einnehmen, dazu werden wir uns von Gedichten, Liedern und Artikeln aus italienischen Zeitschriften inspirieren lassen. Eine Lektüre aus der Reihe „Imparare leggendo“ wird unseren Unterricht mit einer aufregenden Geschichte begleiten.

\_\_R 04.09.56

**Ornella Neumann**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Mo, 11.00-12.30 Uhr, ab 29.01.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Italienisch B2 - vormittags

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Ripetiamo la grammatica italiana e leggiamo un libro per poter parlare, parlare, parlare.

\_\_R 04.09.57

**Paolalberta Vidi-Cortelli**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4

Mi, 09.00-10.30 Uhr, ab 07.02.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

## Spanisch

### Spanisch A1 - Anfänger/innen

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

\_\_R 04.22.60

**Santiago Garcia-Ares**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 03

Mo, 19.30-21.00 Uhr, ab 05.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Spanisch A1 (2. Semester)

Español Actual, ab Lektion 7

\_\_R 04.22.61

**Santiago Garcia-Ares**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 03

Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 08.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Spanisch A1 (3. Semester)

„Caminos neu“, Band 1, ab Unidad 5, Klett Verlag, Best.-Nr. 514906

\_\_R 04.22.62

**Olga-Josefina Jiménez-Guerrero**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 02

Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 06.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Spanisch A2

„Caminos“ (alt), Band 1, ab Unidad 16, Klett Verlag, Best.-Nr. 51 488

\_\_R 04.22.63

**Olga-Josefina Jiménez-Guerrero**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 02

Do, 18.45-20.15 Uhr, ab 08.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Spanisch B1

„Caminos“ (alt), Band 2, ab Unidad 8, Klett Verlag, Best.-Nr. 51 489

\_\_R 04.22.64

**Olga-Josefina Jiménez-Guerrero**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 02

Mi, 19.00-20.30 Uhr, ab 07.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Spanisch B2 - Conversación

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben

Vorkenntnisse ESO ES II oder KONTAKTE erforderlich

En este curso trabajaremos además de la conversación y la gramática del español, la cultura de los países hispanohablantes.

\_\_R 04.22.65

**Olga-Josefina Jiménez-Guerrero**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 02

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 06.02.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Mathematik

### Mathe-Crash-Kurs für Abiturienten

Rechnen von Abi-Prüfungsaufgaben in Analysis (Kurvendiskussion), Integralrechnung, Stochastik, Analytischer Geometrie und Linearer Algebra zur gezielten

Abiturvorbereitung.

\_\_R 06.08.30

**Gabriele Breitbach-Hitzel, Dipl.-Mathematikerin**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 08

Mi, 18.00-20.15 Uhr, ab 17.01.2007

€ 40,-, 8 Termine, 24 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Mathematik (9. Klasse)

Dieser Kurs richtet sich an Schüler/innen der 9. Klasse, die grundlegende mathematische Kenntnisse der vorangegangenen Jahrgangsstufen auffrischen wollen.

Inhalt ist der Stoff der 7.-9. Klasse wie Bruch- und Prozentrechnen, Umrechnen von Gewichts-, Längen- und Raumeinheiten, Algebra, Geometrie (Dreiecke und Körper jeder Art). Damit gehen wir auf die anstehenden Abschlussprüfungen ein und bereiten diese intensiv vor.

Bitte karierte Blätter, Stifte, Lineal, Geodreieck und Zirkel mitbringen.

\_\_R 06.08.31

**Othmar Syrowatka**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Mo, 17.00-18.30 Uhr, ab 29.01.2007

€ 26,-, 8 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Mathematik (10. Klasse)

Dieser Kurs richtet sich an Schüler/innen der 10. Klasse, die grundlegende mathematische Kenntnisse der vorangegangenen Jahrgangsstufen auffrischen und sich intensiv auf die anstehenden Abschlussprüfungen vorbereiten wollen.

Bitte karierte Blätter, Stifte, Lineal, Geodreieck und Zirkel mitbringen.

\_\_R 06.08.32

**Reinhold Franz**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Fr, 17.00-18.30 Uhr, ab 02.02.2007

€ 26,-, 8 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -