



Kreis Offenbach

vhs

Kreisvolkshochschule

Programm 2.Halbjahr 2007

mit
vhs Dietzenbach
vhs Heusenstamm
vhs Rodgau
vhs Rödermark
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.

Herbstferien

08.10. bis 20.10.2007

Weihnachtsferien

23.12.2007 bis 11.01.2008

(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: 30.08.2007

Informationen/Teilnahmebedingungen	2
Leitbild der Kreisvolkshochschule Offenbach und der vhs Rödermark	4
Wirtschaft - Recht	4
Psychologie	4
Landes- und naturkundliche Vorträge	5
Literatur	5
Malen/Zeichnen	6
Keramik	6
Farbe und Stil	6
Kosmetik	6
Textiles Gestalten	7
Feng Shui	7
Yoga	7
Autogenes Training	8
Meditation	8
Entspannung	9
Gymnastik	9
Fitness	10
Erkrankungen/Heilmethoden	10
Essen und Trinken	10
Deutsch als Fremdsprache	10
Englisch	11
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

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 (l.elsner@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 Buccoli (l.buccoli@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.

Wirtschaft - Recht

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 CO₂-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 01.04.30

Andreas Schablitzki

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

Mo, 24.09.2007, 20.00-22.00 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 01.07.80 WE

Gabriele Loose, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin

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

Sa/So, 17./18.11.2007, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr

€ 40,-, 2 Termine, 18 UE

- keine Gebührenermäßigung -

Astrologie - Erkenne deinen Lebensplan

In einfacher und verständlicher Form erfahren Sie an zehn Abenden, wie instinktive, psychologische Antriebskräfte und Bedürfnisse über die Planetenenergien ihren Ausdruck finden. Jeder der zehn Planeten in einem Horoskop stellt eine besondere Energieform dar, welche ganz bestimmte charakteristische Eigenschaften aufweist. Das wesentliche Prinzip der Astrologie besteht darin, uns selbst und andere in allen Phasen der emotionalen, physischen und mentalen Entwicklung besser zu verstehen.

__R 01.07.81

Michaela Till, Astrologin / Spirituelle Psychologie

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

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 17.09.2007

€ 44,-, 10 Termine

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 01.07.82 F

Michaela Till, Astrologin / Spirituelle Psychologie

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

Sa, 22.09.2007, 10.00-17.00 Uhr

€ 18,-, 1 Termin

- keine Gebührenermäßigung -

Zur Quelle der Kraft - Erlebnisabend: Schamanische Techniken als praktische Lebenshilfe und spiritueller Weg

Nahezu jeder Mensch besitzt die Fähigkeit, schamanisch zu „reisen“. Unser Alltagsbewusstsein kann in andere Zustände übertreten, wie wir das in ähnlicher Form beim Meditieren, Einschlafen oder Träumen erfahren. Schamanen benutzen dazu verschiedene Techniken wie z.B. Trommeln oder Rasseln, welche es auf relativ einfache Weise ermöglichen, in den schamanischen Bewusstseinszustand zu gelangen. Hier erhalten wir Antworten auf unsere Fragen, erfahren Lösungsmöglichkeiten und Botschaften.

Nach einer theoretischen Einführung in die Kosmologie und die Praxis des Schamanismus kann jede/jeder selbst die Erfahrung schamanischer Reisen machen und auch in Kontakt mit seinem Krafttier kommen.

__R 01.07.83

Angelika Jockwer, Leiterin des MIRANDALA-Instituts für schamanisches Heilen

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Mo, 08.10.2007, 18.00-21.00 Uhr

€ 9,-, 1 Termin

- keine Gebührenermäßigung -

Vortrag: Depressionen, Phobien, Zwänge...

Störungen unseres inneren Gleichgewichts können sich in unterschiedlicher Weise bis hin zu Depressionen, Panikattacken, Neurosen, Phobien oder Zwängen bemerkbar

machen. Die Suche nach den Ursachen und der Entstehung dieser Störungen kann schon ein erster Schritt sein, das eigene innere Gleichgewicht wieder zu finden. Durch den einführenden Vortrag und das gemeinsame Gespräch wollen wir uns der Thematik schrittweise nähern.

___R 01.07.84

Dagmar Fischer

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

Mo, 17.09.2007, 19.00-21.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Vortrag: Krankheit und Prävention

Der moderne Mensch ist Belastungen des täglichen Lebens durch Stress, Umweltbelastungen, falsche Ernährung und ständig steigenden Anforderungen ausgesetzt. Wir reagieren darauf mit den unterschiedlichsten Symptomen bis hin zu ernsthaften Erkrankungen. Wie können wir uns dagegen schützen und welche Art der Prävention braucht der Körper? Das Erkennen und Verstehen der körperlichen Signale sind Focus dieses Vortrags. Eine geeignete Prävention ermöglicht einen neuen Umgang mit dem Körper und kann ihn wieder in Balance bringen.

___R 01.07.85

Dagmar Fischer

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

Mo, 14.01.2008, 19.00-21.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

„Was soll ich tun?“ Die Spiritualität der ägyptischen Wüstenväter als Lebenshilfe für uns heute

„Sie waren demütige, stille, sensible Menschen, mit einem tiefen Wissen um die Natur des Menschen und mit genug Verständnis von den Dingen Gottes“. So beschreibt der bekannte Trappistenmonch Thomas Merton (1915-1968) die ägyptischen Wüstenväter und Wüstenmütter des 4. und 5. Jahrhunderts. Heute werden diese Einsiedler und Mönche wiederentdeckt. Zunehmend nutzen Seelsorger, Psychiater und Psychotherapeuten für ihre Praxis deren spirituelle Erfahrungen. Der Vortrag erzählt von der ungewöhnlichen Lebensweise und originellen Spiritualität dieser „christlichen Meister der Wüste“ und schöpft daraus geistige und seelische Lebenshilfen für den Alltag.

Der Referent beschäftigt sich seit vielen Jahren mit dem frühen Mönchtum Ägyptens.

___R 01.07.86

Manfred Karl Böhm, Dipl.-Theologe, Publizist

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal

Mi, 28.11.2007, 20.00-21.30 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Landes- und naturkundliche Vorträge

Diavortrag: Eine Rundreise durch Irland

Die Rundreise beginnt in Dublin und führt zu einigen Sehenswürdigkeiten der Stadt wie das Trinity College (alte Bibliothek, das „Book of Kells“) oder Dublins georgianische Reihenhäuser.

Stationen auf der Reise sind u.a.: Die Klosteranlage Glendalough; Kilkenny, St. Patrick's Rock of Cashel, Youghal, Cobh, Kinsale, Mizen Head, Bantry, die Halbinsel Beara, Killarney, Tour über die Halbinsel Iveragh (Ring of Kerry); die Cliffs of Moher, die auf acht Kilometer Länge 200 Meter hoch aus dem Meer ragen; der Burren, eine Erosionslandschaft von Gletschern, Wind und Regen gebildete Kalksteinplatten mit tiefen Spalten; die Stadt Galway als das Zentrum der irischsprachigen Region im Westen und drittgrößte Stadt Irlands; die Stadt Donegal: bedeutet „Burg der Fremden“, so genannt nach den Wikingern. Wir sehen den nördlichsten Punkt der Insel: Malin Head Banba's Crown. Die Stadt Athlone - am Fluss Shannon und das Kloster Clonmacnoise, das 545-548 von Hl. Ciaran gegründet wurde. Der Hill of Tara, mythisch bedeutsames politisches und spirituelles Zentrum des keltischen Irlands sowie Newgrange, eines der bedeutendsten Ganggräber Europas.

Der Besucher erfährt viel über die Geschichte des Landes, das Leben seiner Bevölkerung und kann die wunderbare Natur der bekannten „grünen Insel Irland“ bewundern.

___R 01.10.20

Horst W. Günther

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal

Mi, 19.09.2007, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Diaschau: Prag - die „Goldene“ Stadt

Nahezu 50 Millionen Besucher strömen alljährlich in die tschechische Hauptstadt, um die Schönheit dieses prachtvollen „Freilichtmuseums“ zu bewundern, das in mehr als tausend Jahren tschechischer und abendländischer Kultur geprägt wurde. Vier historische Städte vereint das Zentrum der Metropole. In der Burgstadt auf dem Hradschin thront hoch über der Moldau die einstige Residenz der Könige von Böhmen, umgeben von prunkvollen Palästen und dem Lustschloss Belvedere. Unterhalb des Burgberges liegt die „Kleinere Prager Stadt“, die Kleinseite, wo der Adel wohnte. Über

die weltberühmte Karlsbrücke gelangt man in die „Alte Stadt Prag“, die Altstadt mit dem ehemaligen jüdischen Viertel. Südwärts schließt sich die von Kaiser Karl IV. gegründete Neustadt an. Als architektonisches Ensemble vereint Prag alle kunsthistorischen Stilepochen von der Romantik bis zur Moderne.

Fazit: Prag ist zweifelsohne eine Reise wert - und den Fotoliebhaber erwarten unzählige herrliche Motive.

___R 01.10.21

Werner Tauchert

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal

Mi, 24.10.2007, 20.00-21.30 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Diavortrag: Die Seealpen – Traumberge zwischen Piemont und Cote d'Azur

Die Seealpen, im äußersten Südwesten des Alpenbogens gelegen, gehören zu den großartigsten und zugleich einsamsten Regionen des gesamten Alpenraums. Die Menschenleere und die weitgehend sich selbst überlassene Natur - für den Naturfreund ein Paradies- sind allerdings Zeichen einer drastischen Landflucht. Zu mühsam war das Leben der Bergbauern!

Andererseits ist dies eine Chance für die Natur: Tier- und Pflanzenwelt konnten sich wieder entwickeln, Adler, Steinbock, Gams und sogar der Wolf sind wieder heimisch. Seltene Pflanzen und prächtige Schmetterlinge beleben die alpinen Matten. Bizarre Felschluchten harren der teilweise atemberaubenden Entdeckung...

Durch die Abgeschiedenheit der Täler gibt es keinen Massentourismus und keine Bergbahnen, für den Wanderer, der die Ruhe der Berge sucht, ist dies die ideale Gegend, um solche Naturschätze zu genießen.

Kommen Sie mit zu einer begeisternden Tour durch diese Bergwelt im Grenzgebiet von Italien und Frankreich in den Parco Naturale Alpi Marittime und den Parc National du Mercantour. Diplom-Biologe Martin Schroth zeigt in farbenprächtigen Landschafts- und Makrofotos die Naturschätze dieser Alpenregion und gibt gleichzeitig Tipps für die eigenen Urlaubspläne.

___R 01.10.22

Martin Schroth

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal

Mi, 14.11.2007, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Diavortrag: Usbekistan - unbekanntes Land zwischen Umbruch und 1001 Nacht

Von den märchenhaften Kuppeln von Samarkand über bunte Märkte führt die Bilderreise zu den Ufern des austrocknenden Aralsees. Vom Zauber der alten Seidenstraße mit ihren Wüstenlandschaften spannt sich der Bogen bis hin zum modernen Usbekistan. Immer noch sind viele Traditionen lebendig, wie beispielsweise muslimische Hochzeitsbräuche. Christina Böhner berichtet von Begegnungen mit Menschen, die zwischen der alten und neuen Welt hin- und her gerissen sind und mit dem Wandel von der Sowjetunion zur unabhängigen Republik Usbekistan zu kämpfen haben.

___R 01.10.23

Christina Böhner

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal

Mi, 21.11.2007, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Diavortrag: Madeira - Atlantikinsel für Naturfreunde und Wanderer

Madeira bietet aufgrund seines milden Klimas ganzjährig ein Ziel für naturbegeisterte Wanderer. Die ausgleichende Wirkung des Atlantiks ermöglicht besonders an der Südküste eine üppige, prachtvolle Vegetation, die von Generationen von Seefahrern seit dem Mittelalter mit Tropenpflanzen aus aller Welt verstärkt wurde.

Der Vortrag zeigt einerseits Eindrücke dieser Blütenfülle aus Gärten und Parks der Hauptstadt Funchal, gibt hauptsächlich aber auch Anregungen zu Inselwanderungen unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade, wie z.B. Gipfelwanderungen um den Pico Ruivo, über die Hochebene Paul da Serra und zum felsigen Ostkap. Erholungsspiegange entlang der inseltypischen Wasserkanäle, den Levadas, belohnen den Inselbesucher mit geradezu fantastischen Panorama-Fernblicken. Hier hat man Zeit, eine ganz andere, abgelegene Seite Europas mit einer einmaligen Kulturlandschaft und endemischer Fauna und Flora zu erleben.

___R 01.10.24

Martin Schroth

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal

Mi, 16.01.2008, 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 Belebung oder zur Erkenntnis und Belehrung“ (Goethe: Maximen und Reflexionen). Mit den Texten, die wir in der Gruppe besprechen, versuchen wir, diesen Unterschied aufzuhellen. Dazu tragen auch Informationen über Autoren und deren Werk bei.

Kurstage: 6.9., 20.9., 4.10., 25.10., 1.11., 8.11., 22.11. und 6.12.2007

__R 02.01.40

Stefanie Engelke

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

Do, 16.15-18.15 Uhr, ab 06.09.2007

€ 47,-, 8 Termine, 16 STD

Literaturkurs für Kleinkinder von 3-5 J. nach dem Konzept der Literarischen Früherziehung

Der Kurs soll bei Kindern vor allem Freude an (Bilder-)Büchern wecken, denn das ist eine der Grundvoraussetzungen, um später lesen lernen zu wollen. Jede Stunde wird ein Bilderbuch mit Hilfe eines Overhead-Projektors an die Wand projiziert und vorgelesen. Zusätzlich werden zu dem Buch passende Spiele und Aktivitäten angeboten, die das Gehörte verinnerlichen und beim Verstehen der Texte helfen. Darüber hinaus werden die Kinder zum kreativen Umgang mit Sprache ermuntert und die Sprachkompetenz gefördert.

Angesprochen sind Kinder von 3-5 Jahren, die gerne Bilderbücher anschauen und Kinder, die daran noch (!) keine Freude gefunden haben, sowie interessierte Eltern/Großeltern.

__R 02.01.41

Stefanie Engelke

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Do, 15.00-16.00 Uhr, ab 06.09.2007

€ 30,-, 5 Termine, 5 STD

- 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: 4.9., 25.9., 6.11. und 13.11.2007.

__R 02.05.70

Hanne Gebhardt

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

Di, 18.00-21.45 Uhr, ab 04.09.2007

€ 44,-, 4 Termine, 20 UE

Keine Neuaufnahmen möglich.

Malen am Abend - erquickend und labend

Kursbeschreibung siehe R 02.05.70

Kurstage: 5.9., 26.9., 7.11. und 14.11.2007.

__R 02.05.71

Hanne Gebhardt

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

Mi, 16.30-20.15 Uhr, ab 05.09.2007

€ 44,-, 4 Termine, 20 UE

Malen am Morgen - vertreibt Kummer und Sorgen

Kursbeschreibung siehe R 02.05.70

Kurstage: 6.9., 27.9., 8.11. und 12.11.2007.

__R 02.05.72

Hanne Gebhardt

Rödermark (Ober-Roden), Friedrich-Ebert-Str., Halle der Turnerschaft, 1. Stock

Do, 09.00-13.30 Uhr, ab 06.09.2007

€ 53,-, 4 Termine, 24 UE

Malen am Abend - erquickend und labend

Kursbeschreibung siehe R 02.05.70

Kurstage: 6.9., 27.9., 8.11. und 12.11.2007.

__R 02.05.73

Hanne Gebhardt

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

Do, 17.15-21.45 Uhr, ab 06.09.2007

€ 53,-, 4 Termine, 24 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.

Bitte Arbeitskleidung und altes Geschirrtuch mitbringen.

__R 02.06.40

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum Urberach, Bachgasse

Mi, 19.00-21.15 Uhr, ab 05.09.2007

€ 66,-, 10 Termine, 30 UE

Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet und 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 Töpfeln 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. Bitte Arbeitskleidung und altes Geschirrtuch mitbringen.

__R 02.06.41

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum Urberach, Bachgasse

Di, 09.15-11.30 Uhr, ab 04.09.2007

€ 66,-, 10 Termine, 30 UE

Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet und sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten.

- keine Gebührenermäßigung -

Kreatives Arbeiten mit Ton für Kinder ab 6 J.

Ton ist für Kinder ein besonderes Arbeitsmaterial. Während sie ihrer Fantasie Formen geben, werden Motorik und Konzentration gefördert. So entstehen kleine Geschenke und Erinnerungsstücke. Weitere Informationen und Bildmaterial unter www.keramik-im-puls.de.

Bitte Arbeitskleidung, z.B. altes T-Shirt, und altes Geschirrtuch mitbringen.

Materialkosten sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten.

__R 02.06.42

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum Urberach, Bachgasse

Mi, 17.00-18.30 Uhr, ab 05.09.2007

€ 40,-, 10 Termine, 24 UE, zzgl. Materialkosten

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

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 02.14.40

Nicole Neutz

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

So, 23.09.2007, 10.00-18.00 Uhr

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

max. 7 Teilnehmer/innen

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Kosmetik

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 dezentes, natürliches 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 02.14.50

Alexandra Heberer, Visagistin

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

Mi, 10.10.2007, 18.00-21.00 Uhr

€ 9,-, 1 Termin, zzgl. Materialkosten

- keine Gebührenermäßigung -

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 Lidstrichetechniken

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 02.14.51

Alexandra Heberer, Visagistin

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

Mi, 07.11. und 14.11.2007, jeweils 18.00-21.00 Uhr

€ 18,-, 2 Termine, 8 UE, 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 02.14.60

Marie-Luise Macey

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

Mi, 19.30-21.45 Uhr, ab 05.09.2007

€ 79,-, 12 Termine, 36 UE

__R 02.14.61 WE

Marie-Luise Macey

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

Sa/So, 22./23.09. und 29./30.09.2007, Sa 13.00-18.15 Uhr, So 10.00-15.15 Uhr

€ 62,-, 4 Termine, 28 UE

__R 02.14.62 WE

Marie-Luise Macey

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

Sa/So, 03./04.11. und 10./11.11.2007, 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 Landschaftsformen 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 03.00.10 WE

Bodo Trieb

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

Sa/So, 17./18.11.2007, 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 03.00.11 WE

Bodo Trieb

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

Sa/So, 08./09.12.2007, 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 mit bringen und bequeme Kleidung tragen.

__R 03.01.50

Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Graf-Reinhard-Saal

Mo, 17.45-19.15 Uhr, ab 03.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

__R 03.01.51

Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Raum 1

Mi, 17.45-19.15 Uhr, ab 05.09.2007

€ 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 03.01.52

Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum

Di, 10.35-12.05 Uhr, ab 04.09.2007

€ 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 03.01.53

Susanne Ahlendorf, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal

Do, 16.25-17.55 Uhr, ab 06.09.2007

€ 57,-, 13 Termine, 26 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 03.01.54 - abends

Susanne Ahlendorf, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal

Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 06.09.2007

€ 57,-, 13 Termine, 26 UE

__R 03.01.55 - vormittags

Susanne Ahlendorf, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum

Mo, 09.00-10.30 Uhr, ab 03.09.2007

€ 57,-, 13 Termine, 26 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 03.01.56 S

Susanne Ahlendorf, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin
Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum

Mo, 10.30-12.00 Uhr, ab 03.09.2007

€ 57,-, 13 Termine, 26 UE

(Ermäßigungen siehe Teilnahmebedingungen auf der inneren Umschlagseite)

Yoga kennt kein Alter - Yoga über 50 vormittags II

Kursbeschreibung siehe R 03.01.56

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 03.01.57 S

Susanne Ahlendorf, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin
Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum

Fr, 09.00-10.30 Uhr, ab 07.09.2007

€ 57,-, 13 Termine, 26 UE

(Ermäßigungen siehe Teilnahmebedingungen auf der inneren Umschlagseite)

Hatha-Yoga für Fortgeschrittene in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden

In allen Fortgeschrittenen-Kursen Variationen der erlernten Asanas und Atemübungen, einfühlsame Korrektur, Tiefenentspannung und Meditation. Hatha-Yoga II hierbei als ideale Fortführung des Anfängerkurses, Hatha-Yoga II-III + III etwas anspruchsvoller.

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

Hatha-Yoga II für Fortgeschrittene

__R 03.01.58

Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Raum 1

Di, 19.20-20.50 Uhr, ab 04.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Hatha-Yoga II-III für Fortgeschrittene

__R 03.01.59

Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin
Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum

Di, 09.00-10.30 Uhr, ab 04.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

__R 03.01.60

Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Raum 1

Mi, 19.20-20.50 Uhr, ab 05.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Hatha-Yoga III für Fortgeschrittene

__R 03.01.61

Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin
Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Graf-Reinhard-Saal

Mo, 19.20-20.50 Uhr, ab 03.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

__R 03.01.62

Angelika Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Raum 1

Di, 17.45-19.15 Uhr, ab 04.09.2007

€ 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 Phantasiereisen und Tiefenentspannungen versenken. Das gesamte Wohlbefinden wird sich steigern!

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

__R 03.01.63

Ivonne Ross-Segeth, Yoga-Lehrerin BYV
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Sa, 29.09.2007, 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 03.01.64

Ivonne Ross-Segeth, Yoga-Lehrerin BYV

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Sa, 01.12.2007, 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 03.01.70

Karin Walther-Weckmann, Dipl.-Psychologin

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

So, 16.09.2007, 10.00-17.00 Uhr, Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 27.09.2007

€ 44,-, 7 Termine, 20 UE

Autogenes Training für Fortgeschrittene A

Dieser Seminartag dient der Auffrischung und Vertiefung des Autogenen Trainings - auch nach längerer Unterbrechung des Übens. In Verbindung mit inneren Bildern und sog. formelhaften Vorsätzen werden Möglichkeiten zur individuellen Anwendung des AT aufgezeigt und geübt, um den Alltag gestärkt und in gelassener Haltung zu bewältigen. Bitte in bequemer Kleidung kommen und eine warme Decke mitbringen.

__R 03.01.71

Karin Walther-Weckmann, Dipl.-Psychologin

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 06.09.2007 (letzter Kurstag: So, 28.10.2007, 10.00-15.30 Uhr)

€ 31,-, 4 Termine, 14 UE

Autogenes Training für Fortgeschrittene B

Die Vertiefung der Entspannung und die individuelle Anwendung des Autogenen Trainings werden kontinuierlich geübt, um immer mehr in der eigenen Mitte anzukommen.

Bitte in bequemer Kleidung kommen und eine warme Decke mitbringen.

__R 03.01.72

Karin Walther-Weckmann, Dipl.-Psychologin

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 22.11.2007

€ 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 03.01.73

Gabriele Loose, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin

Rödermark (Ober-Roden), Kindergarten, Zwickauer Str. 3, Eingang Schweriner Str.

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 19.09.2007

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

__R 03.01.74

Gabriele Loose, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin

Rödermark (Ober-Roden), Kindergarten, Zwickauer Str. 3, Eingang Schweriner Str.

Mi, 20.00-21.30 Uhr, ab 19.09.2007

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

__R 03.01.75 - vormittags

Gabriele Loose, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin
Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Do, 09.30-11.00 Uhr, ab 06.09.2007
€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

__R 03.01.76 - vormittags

Gabriele Loose, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin
Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Do, 11.00-12.30 Uhr, ab 06.09.2007
€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

Entspannung

Qigong für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Qigong (hier: Jian Shen Gong = eine Form des medizinischen Qigongs) ist eine über 3000 Jahre alte Form der chinesischen Körper- und Bewegungskultur, der eine ganzheitliche Sichtweise des Menschen zugrunde liegt. Daher umfasst Qigong Übungen, die Körper und Geist schulen und stärken. Dazu gehören Körperübungen, Atemübungen, Meditation, Konzentrations- und Vorstellungsbildungen, Massageübungen (Massagen, Streichungen, Klopfungen). Dieser Kurs ist darauf ausgerichtet, behutsam zu einem regelmäßigen -am besten täglichen mindestens 15-20 minütigen Qigongtraining- anzuleiten, um so Gesundheit zu erhalten bzw. wieder herzustellen. Sie lernen in diesem Kurs, sich durch die Übungen und/oder durch Akupressuren gegen verschiedene Leiden, wie z.B. Kopf-, Zahn-, Kniebeschwerden, Juckreiz, Hyper- und Hypotonie etc., unterstützend selbst zu behandeln.

__R 03.01.77

Ute Maurer
Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 21.08.2007
€ 53,-, 7 Termine, 14 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

__R 03.01.78

Ute Maurer
Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 23.10.2007
€ 68,-, 9 Termine, 18 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Eutoniekurs für Frauen

Ein Kurs für alle, die den Wunsch nach innerer Ruhe verspüren; bewusster, beweglicher und ausgeglichener leben wollen. Eutonie ist eine bewährte ganzheitliche Körperarbeit. „Eu Tonus“ (aus dem Griechischen) bedeutet die gute Wohlspannung, die gute Stimmung. Wie die Saiten eines Musikinstrumentes nur gut gestimmt zusammen klingen, so ist es auch mit unserem Körper. Emotionale Einflüsse, Stress, Leistungsdruck hinterlassen ihre Spuren in unserem Körper. Wir fühlen Anspannung, haben wenig Energie und oft auch Schmerzen durch Muskelfixierungen und entstandene Fehlhaltungen. In sanften wohltuenden Übungen werden Haltungs- und Bewegungsabläufe im Sitzen, Stehen, Liegen und Gehen neu erfahren. Die Eutonie wirkt regulierend und lösend. Sie kommen zur Ruhe, Stress wird abgebaut und Ihre Selbstheilungskräfte werden gestärkt. Eutonieübungen sind für Menschen jeden Alters geeignet. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung mit Decke und einem kleinen Kissen.

__R 03.01.79 F

Elisabeth Ullmer, Eutoniepädagogin
Rodgau (Nieder-Roden), Darmstädter Str. 5
Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 04.09.2007
€ 38,-, 4 Termine, 8 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

__R 03.01.80 F

Elisabeth Ullmer, Eutoniepädagogin
Rodgau (Nieder-Roden), Darmstädter Str. 5
Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 23.10.2007
€ 76,-, 8 Termine, 16 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Entspannung und Beweglichkeit

In diesem Kurs erfahren Sie -basierend auf der Feldenkrais-Methode- Möglichkeiten, sich leichter und effizienter zu bewegen, Stress und Verspannungen abzubauen, Ihre Koordination und Haltung zu verbessern und nicht zuletzt Ihre Lernfähigkeit und Kreativität zu erhöhen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken und eine Matte (Gymnastikmatte, Schaffell o.ä.) mit!

__R 03.01.81 F

Birgit Ulla Irmischer
Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestraße 39, Veranstaltungsraum
Fr, 09.30-10.30 Uhr, ab 07.09.2007
€ 35,-, 12 Termine, 12 STD

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 psychische Schule mit Informationen zu verbesserter Haltung und Bewegung im Alltag sollen die Teilnehmer/innen befähigen, selbständig mit auftretenden Rückenproblemen umzugehen. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Matte bzw. Decke und ein Kissen mitbringen.

__R 03.02.80 - ausgebucht!

Doris Vierkant, Krankengymnastin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Mo, 17.15-18.30 Uhr, ab 03.09.2007
€ 48,-, 13 Termine, 22 UE

__R 03.02.81 - ausgebucht!

Doris Vierkant, Krankengymnastin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Mo, 18.30-19.45 Uhr, ab 03.09.2007
€ 48,-, 13 Termine, 22 UE

__R 03.02.82 - vormittags

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin
Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum
Mi, 09.00-10.15 Uhr, ab 05.09.2007
€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

__R 03.02.83 - vormittags

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin
Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum
Mi, 10.15-11.30 Uhr, ab 05.09.2007
€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

__R 03.02.84 - vormittags

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Fr, 09.15-10.30 Uhr, ab 07.09.2007
€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

__R 03.02.85 - vormittags

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Fr, 10.30-11.45 Uhr, ab 07.09.2007
€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

__R 03.02.94 - vormittags

Corinna Plate-Schulze, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin
Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestraße 39, Veranstaltungsraum
Mi, 09.00-09.45 Uhr, ab 05.09.2007
€ 26,-, 12 Termine, 12 UE

„Fit von Kopf bis Fuß“

Wirbelsäulengymnastik für Frauen

Körperliche Fitness sichert eine kräftige Muskulatur, mindert Verschleißerscheinungen an den Gelenken und schützt somit vor vielen Beschwerden. Schwerpunkt dieser Stunde sind kräftigenden Übungen für den Rücken, gezieltes Bauchtraining sowie Dehn- und Atemübungen bilden den Schluss der Stunde. Bitte eine Matte bzw. Decke mitbringen! Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt.

__R 03.02.86 F

Annette Winter
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Mo, 10.30-11.30 Uhr, ab 24.09.2007
€ 35,-, 12 Termine, 12 STD

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!
Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt.

__R 03.02.87 F

Annette Winter
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Mo, 09.30-10.30 Uhr, ab 24.09.2007
€ 35,-, 12 Termine, 12 STD

Bodyfitness

Nach einer Aufwärmphase folgen intensive gewebebestraffende 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 03.02.88 – ausgebucht!**Monika Dries**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Do, 18.00-19.15 Uhr, ab 06.09.2007
€ 55,-, 15 Termine, 25 UE

__R 03.02.89 – ausgebucht!**Monika Dries**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Do, 19.30-20.45 Uhr, ab 06.09.2007
€ 55,-, 15 Termine, 25 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 Mamas 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 Ferien 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 03.02.90 F**Renate Rossbach**

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6, Virtueller Raum
Do, 10.00-11.00 Uhr, ab 06.09.2007
€ 66,-, 12 Termine
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

__R 03.02.91 F**Renate Rossbach**

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6, Virtueller Raum
Do, 20.00-21.00 Uhr, ab 06.09.2007
€ 66,-, 12 Termine
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

BBP

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

__R 03.02.92 F**Sevgi Güler**

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6, Virtueller Raum
Do, 19.00-20.00 Uhr, ab 06.09.2007
€ 66,-, 12 Termine
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

FAT ATTACK

Fettverbrennendes Intervall-Ausdauer-Training mit Step und anderen Zusatzgeräten. Auch für Anfängerinnen geeignet.
Lässt die Pfunde purzeln!

__R 03.02.93 F**Sevgi Güler**

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6, Virtueller Raum
Do, 18.00-19.00 Uhr, ab 06.09.2007
€ 66,-, 12 Termine
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Vortrag: Was kann ich tun bei Übersäuerung?

Vielfach entstehen Krankheiten auch durch eine Übersäuerung des Körpers, die sich oftmals durch Schmerzen in Gelenken, Gliedern oder Gefäßschwäche bemerkbar macht. Der Vortrag beschäftigt u.a. sich mit folgenden Fragen:

- * Wodurch kommt ein Ungleichgewicht im Basen-Säure-Haushalt zustande?
- * Welche Nahrungsmittel wirken im Stoffwechsel basisch oder sauer?
- * Wie kann ich Allergien vermeiden?
- * Was kann ich gegen Sodbrennen tun?

__R 03.04.30**Edith Hamm, Gesundheitsberaterin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Mo, 12.11.2007, 19.00-21.30 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 03.07.60**Renate Büttner**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Küche
Do, 18.30-21.30 Uhr, ab 06.09.2007
€ 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 03.07.61**Renate Büttner**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Küche
Do, 18.30-21.30 Uhr, ab 15.11.2007
€ 44,- (zzgl. Umlage von € 40,- bei Kursbeginn direkt an die Kursleiterin), 4 Termine
- keine Gebührenermäßigung -

Deutsch als Fremdsprache

Lesen und Schreiben von Anfang an**Alphabetisierung für ausländische Erwachsene**

Viele ausländische Erwachsene können nicht oder nur mühsam lesen und schreiben. Im Alltag gibt es für sie zahlreiche Schwierigkeiten und immer sind sie auf die Hilfe anderer angewiesen.

Dieser Kurs soll helfen, das zu ändern. Hier kann man Lesen und Schreiben im Erwachsenenalter erlernen! Wir arbeiten in einer kleinen Gruppe in entspannter Atmosphäre.

__R 04.04.30 – ausgebucht!**Gerda Kloidt**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2
Mi/Fr, 10.00-11.30 Uhr, ab 05.09.2007
€ 90,-, 30 Termine, 60 UE
Der Einstieg in den Kurs ist - soweit Platz vorhanden - jederzeit möglich. Bitte lassen Sie sich unverbindlich beraten:
Frau Fries 0 60 74 / 81 80 - 54 37, Frau Kloidt 0 61 06 / 2 66 28 38.
Selbstverständlich wird jedes Gespräch vertraulich behandelt.

Deutsch als Fremdsprache A1 -Anfänger/innen - abends

Schritte 1, Kurs- und Arbeitsbuch ab Lektion 1, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 201704-9

__R 04.04.31**Evelyn Tzschenke**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 05
Mi+Do, 19.00-21.15 Uhr, ab 05.09.2007
€ 150,-, 34 Termine, 100 UE

Deutsch als Fremdsprache A1 – Anfänger/innen - nachmittags

Schritte 1, Kurs- und Arbeitsbuch ab Lektion 1, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 201704-9

__R 04.04.32

Marion Arens

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum B 143

Di/Mi/Do, 14.00-17.00 Uhr, ab 04.09.2007

€ 300,-, 50 Termine, 200 UE

Deutsch als Fremdsprache A2

Schritte 3, Kurs- und Arbeitsbuch ab Lektion 1, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 201806-0

__R 04.04.33

Gerda Kloidt

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

Mo/Di/Do, 18.00-20.15 Uhr, ab 17.09.2007

€ 300,-, 67 Termine, 200 UE

Deutsch als Fremdsprache B1

Schritte 5, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 201808-4

__R 04.04.34

Gerda Kloidt

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

Mo/Di/Do, 13.45-16.45 Uhr, ab 20.08.2007

€ 300,-, 50 Termine, 200 UE

__R 04.04.35

Dr. Gerd Kaul, Ingrid Mager

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

Mo/Di/Do, 14.00-17.00 Uhr, ab 27.08.2007

€ 300,-, 50 Termine, 200 UE

Englisch

Englisch A1 - Anfänger/innen- nachmittags (2. Semester)

"face2face", Elementary Student's Book, ab Lektion 3, Klett Verlag, ISBN 3-12-539731-6, und Workbook, ISBN 3-12-539732-4

Für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen. In einer kleinen Gruppe werden Lektionen des Lehrbuches intensiv erarbeitet. Das Lerntempo kann individuell gestaltet und an die Gruppe angepasst werden.

__R 04.06.40 – **ausgebucht!**

Christa Geiß

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestraße 39, Beratungsraum

Do, 14.00-15.30 Uhr, ab 13.09.2007

€ 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. Neben der Arbeit mit dem Lehrbuch werden einfache Gespräche aus dem alltäglichen Leben geübt.

__R 04.06.41

Adriana Mallek

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

Mo, 20.00-21.30 Uhr, ab 03.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch A1 (3. Semester) - vormittags

"face2face", Elementary Student's Book, ab Lektion 5, Klett Verlag, ISBN 3-12-539731-6, und Workbook, ISBN 3-12-539732-4

Anfänger/innen mit leichten Vorkenntnissen. Intensives Arbeiten mit Spaß am Spracherlernen in einer kleinen Gruppe. Seiteneinsteiger/innen sind willkommen!

__R 04.06.42

Monika Kießling

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Do, 09.00-10.30 Uhr, ab 06.09.2007

66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch A1 (3. Semester)

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

Für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen.

__R 04.06.43

Manuela Behrenbeck

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

Mi, 19.00-20.30 Uhr, ab 05.09.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Englisch A1 (5. Semester)

"face2face", Elementary Student's Book, ab Lektion 10a, Klett Verlag, ISBN-Nr. 3-12-539731-6

This course is for students who wish to practise English in a relaxed way; you can improve your grammar. The book is very important.

__R 04.06.44

Adriana Mallek

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

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 03.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch A1

The New Cambridge English Course, Student's Book 1, ab Lektion 21, Klett Verlag, Best.-Nr. 539015

__R 04.06.45

Manuela Behrenbeck

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

Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 06.09.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Englisch A2 - vormittags

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

In einer kleinen Gruppe und in entspannter Atmosphäre wollen wir die vorhandenen Vorkenntnisse vertiefen und erweitern. Verschiedene Themen, Texte und Übungen zum Sprechen und Verstehen gehören ebenso zum Unterricht wie natürlich auch viel Spaß. Nebenbei kommt auch die Grammatik nicht zu kurz. Neue Teilnehmer/innen sind willkommen!

__R 04.06.46

Kawkab Hattar

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

Do, 09.30-11.00 Uhr, ab 06.09.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Englisch A2

The New Cambridge English Course, Student's Book 2, ab Lektion 30, Klett Verlag, Best.-Nr. 539115

Arbeit mit dem Lehrbuch, Übungen in freier Rede sowie Lesen und Übersetzen leichter Texte.

__R 04.06.47

Christa Geiß

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

Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 11.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch A2

The New Cambridge English Course, Student's Book 2, ab Lektion 33, 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 a short story / an article.
3. Talking, writing, reading, -that means learning- and...laughing.

So, give it a try and join in!

__R 04.06.48

Edith Grasmück

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

Mi, 18.00-19.30 Uhr, ab 05.09.2007

€ 57,-, 13 Termine, 26 UE

Englisch B1

"face2face", Pre-intermediate Student's Book, ab Lektion 1 A, Klett Verlag, ISBN-Nr. 3-12-539737-5

The book is very important with a lot of exercises which improve your grammar and vocabulary. You can brush up your English and have fun at the same time!

__R 04.06.49

Adriana Mallek

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

Do, 20.00-21.30 Uhr, ab 06.09.2007

€ 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 04.06.50

Manuela Behrenbeck

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Garderobenraum

Mi, 10.30-12.00 Uhr, ab 05.09.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 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 04.06.51

Manuela Behrenbeck

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

Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 06.09.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 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 04.06.52

Christa Geiß

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

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 11.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch B1 - vormittags

Intermediate Level

We read and discuss authentic articles taken from newspapers 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 04.06.53

Penelope Klemen

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

Di, 09.15-10.45 Uhr, ab 04.09.2007

€ 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 04.06.54

Penelope Klemen

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

Do, 09.00-10.30 Uhr, ab 06.09.2007

€ 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 04.06.55

Penelope Klemen

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

Do, 10.40-12.10 Uhr, ab 06.09.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Englisch B1/B2

"face2face", Intermediate Student's Book, ab Lektion 5 C, Klett Verlag, ISBN-Nr. 3-12-539743-X

The book is on the first place. In this course you will be able to improve your listening and speaking, reading and writing. Let's discuss topics according to the student's interests.

__R 04.06.56

Adriana Mallek

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

Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 06.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

English Conversation Course B1/B2

Target group of this course are people who would like to brush up and improve their English. As the title implies 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, in a nutshell: Let's talk, learn and laugh together!

__R 04.06.57

Edith Grasmück

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

Mi, 19.45-21.15 Uhr, ab 05.09.2007

€ 57,-, 13 Termine, 26 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 04.06.58

Kawkab Hattar

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

Do, 11.00-12.30 Uhr, ab 06.09.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Französisch

Französisch A1

Lehrbuch: Pont Neuf en route, ab Lektion 9, 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 04.08.60

Marie-Anne Rode

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

Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 04.09.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Französisch A2

Lehrbuch: Pont Neuf 2, ab Lektion 2, 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 Schulfranzösisch bzw. 7-8 vhs-Semester.

__R 04.08.61

Marie-Anne Rode

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

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 04.09.2007

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Französisch B1 - vormittags Continuons en français

Couleurs de France, Band 2 (Blanc), ab Lektion 8, 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 04.08.62

Sabine Malher

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

Di, 10.30-12.00 Uhr, ab 04.09.2007

€ 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 04.08.63

Sabine Malher

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

Mo, 09.00-11.15 Uhr, ab 03.09.2007

€ 92,-, 14 Termine, 42 UE

Französisch C1 - vormittags

Initiation à la conversation courante

Nous référant

-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 04.08.64

Sabine Malher

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum
Do, 10.30-12.00 Uhr, ab 06.09.2007
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch

Italienisch A1 - Anfänger/innen vormittags für ältere Bürger/innen

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Waren Sie schon oft in Italien in Urlaub und sind verzaubert von der Natur und Kultur?
Warum nicht endlich auch diese schöne Sprache erlernen? Nur Mut! Sie werden merken, wieviel Sie am Anfang schon kennen und durch ein wenig Fleiß und das Nachspielen von Lebenssituationen werden Sie bald lernen sich verständlich zu machen. Und auf meine Frage: „Come mai Lei è qui stamattina?“ werden Sie antworten: „Sono qui per imparare l'italiano!“

__R 04.09.70

Ornella Neumann

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Mo, 09.00-10.30 Uhr, ab 03.09.2007
€ 53,-, 12 Termine, 24 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 04.09.71

Anisoara Popa

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 20.09.2007
€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Italienisch A1 - vormittags (2. Semester)

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

Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen sind willkommen.

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

__R 04.09.72

Anisoara Popa

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestraße 39, Beratungsraum
Mo, 10.00-11.30 Uhr, ab 17.09.2007
€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Italienisch A1 (2. Semester)

„Allegro“, Band 1, ab Lektion 6, Klett Verlag, Best.-Nr. 52555

Neben der Arbeit mit dem Lehrbuch steht die Festigung des Wortschatzes durch vielfältige Übungen zu Geschichte, Kultur und Musik Italiens im Vordergrund.

__R 04.09.73

Anisoara Popa

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 04
Di, 18.30-20.00 Uhr, ab 18.09.2007
€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Italienisch A1 - vormittags (4. Semester)

„Allegro“, Band 1, ab Lektion 7, Klett Verlag, Best.-Nr. 52555

Wir lernen die wichtigsten Alltagssituationen, auch im touristischen Bereich. Lesen, schreiben, hören und sprechen, sprechen, sprechen...

__R 04.09.74

Giuseppina Giaveri-Keusch

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2
Di, 09.00-10.30 Uhr, ab 04.09.2007
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch A1

„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, Freundschaften schließen... Mit Muße gehen wir in der Sprache weiter. Quereinsteiger (auch mit anderen Lehrbüchern) sind willkommen!

Die ersten Stunden werden wir mit einer grundlegenden Auffrischung unseres bisherigen Lernstoffes beginnen.

__R 04.09.75

Barbara Martinelli Köhler

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 06
Mi, 19.00-20.30 Uhr, ab 05.09.2007
€ 57,-, 13 Termine, 26 UE

Italienisch B1 - vormittags

„Linea diretta“, Band 2, ab Lektion 3, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 005175-5

Conosceremo meglio l'Italia e gli italiani attraverso i testi e gli articoli dei giornali e soprattutto cercheremo di parlare sempre di più e liberamente in italiano.

__R 04.09.76

Giuseppina Giaveri-Keusch

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum
Mi, 09.00-10.30 Uhr, ab 05.09.2007
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch B1 - vormittags

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

Non solo grammatica, ma anche cultura e abitudini italiane.

__R 04.09.77

Giuseppina Giaveri-Keusch

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2
Di, 10.30-12.00 Uhr, ab 04.09.2007
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch B1 - vormittags

Ciao, cari amici dell'Italia, wir beginnen das 15. Semester!

Hauptaufgabe dieses Semesters wird sein, unsere Kenntnisse mit Hilfe eines neuen Lehrwerkes (wird im Kurs bekannt gegeben) zu festigen. 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 04.09.78

Ornella Neumann

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Mo, 10.45-12.15 Uhr, ab 03.09.2007
€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Italienisch B2 - vormittags

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

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

__R 04.09.79

Paolalberta Vidi-Cortelli

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Mi, 09.00-10.30 Uhr, ab 05.09.2007
€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Spanisch

Spanisch A1 - Anfänger/innen

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

__R 04.22.90

Santiago Garcia-Ares

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 03
Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 06.09.2007
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Spanisch A1 (2. Semester)

Español Actual, ab Lektion 7, Feldhaus Verlag

__R 04.22.91

Santiago Garcia-Ares

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 03
Mo, 19.30-21.00 Uhr, ab 03.09.2007
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Spanisch A1 (3. Semester)

Español Actual, ab Lektion 14, Feldhaus Verlag

__R 04.22.92

Santiago Garcia-Ares

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 03
Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 06.09.2007
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Spanisch A1 (4. Semester)

„Caminos neu“, Band 1, ab Unidad 7, Klett Verlag, Best.-Nr. 514906

__R 04.22.93

Olga-Josefina Jiménez-Guerrero

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 02
Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 04.09.2007
66,-, 15 Termine, 30 UE

Spanisch A2

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben

___R 04.22.94

Olga-Josefina Jiménez-Guerrero

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

Do, 18.45-20.15 Uhr, ab 06.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Spanisch B1

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

___R 04.22.95

Olga-Josefina Jiménez-Guerrero

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

Mi, 19.00-20.30 Uhr, ab 05.09.2007

€ 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 04.22.96

Olga-Josefina Jiménez-Guerrero

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

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 04.09.2007

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Mathematik

Mathematik (12. und 13. Klasse)

Unterrichtsbegleitend wird der grundlegende Stoff der Oberstufe wie Analysis (Kurvendiskussion), Stochastik, Analytische Geometrie und Lineare Algebra erarbeitet. Geplant sind zunächst 12 Kurstage (bis Anfang Dezember 2007). Am ersten Kurstag (5.9.07) werden die genauen Kurstage und -zeiten endgültig festgelegt sowie die Kursinhalte abgesprochen. Bei genügend Interesse kann auch ein Folgekurs (Crash-Kurs ab Januar 2008) bis zum Abiturtermin im Frühjahr 2008 eingerichtet werden.

___R 06.08.40

Gabriele Breitbach-Hitzel

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

Mi, 18.00-20.15 Uhr, ab 05.09.2007

€ 59,-, 12 Termine, 36 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -