



## Auskunft/Anmeldung

Informationen über das Kursangebot und die Anmeldungen erteilen **Silke Ott** und **Nadja Franz** im Anmeldebüro der VHS-Rodgau, Kulturamt (Altes Lehrerhaus), Vorgergasse 37, 63110 Rodgau.

**Telefon (0 61 06) 693-12 25 oder 693-12 27.**

**FAX (0 61 06) 693 32 29**  
e-mail: vhs@rodgau.de

## Sprechzeiten

Montag bis Freitag von 8.30 bis 12.00 Uhr und Mittwoch von 14.00 bis 18.00 Uhr.

Es werden nur **schriftliche Anmeldungen** (Anmeldeformulare beigeheftet) entgegengenommen!

**Semesterbeginn am 05.02.2007**

## Teilnahmebedingungen

Diese Bedingungen gelten nur für die VHS Rodgau. Es gilt die Gebührenordnung der VHS Rodgau.

## Anmeldung

Persönliche und schriftliche Anmeldungen (Anmeldeformular, formloser Brief, formlose Postkarte, Telefax oder Mail) werden sofort nach Erscheinen des vorliegenden Programmheftes entgegengenommen. **Die Anmeldung ist in jedem Fall verbindlich. Auch der Eintrag in die Teilnehmerliste ist eine verbindliche Anmeldung.**

Anmeldungen per 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 für Minderjährige:

Bei der Anmeldung ist der Name und Wohnort des anmeldenden Elternteils deutlich lesbar anzugeben.

**Nach Einschlag Ihrer Anmeldung erhalten Sie keine weitere Benachrichtigung. Sie finden sich zum ersten Veranstaltungstermin ein, wie er mit Ort, Tag und Zeit im Programm ausgeschrieben ist.**

Schriftliche Anmeldungen sind mit dem beiliegenden Anmeldeformular (Hefmitte) an folgende Stelle zu richten:

**Anmeldebüro der  
Volkshochschule Rodgau**  
- Rathaus Jügesheim-  
Hintergasse 15  
63110 Rodgau

**Vorläufiger Anmeldeschluss: Mi., 31.01.07**  
(Eingang der schriftlichen Anmeldung!)

Nachmeldungen werden nur bei freien Kursplätzen angenommen. In der Regel aber bietet nur die Anmeldung bis zum Anmeldeschluss einen sicheren Kursplatz!

Nur schriftliche Anmeldungen - die auch persönlich abgegeben werden können - werden in der Reihenfolge ihres Eingangs in der Kursliste berücksichtigt! Kurse können abgesagt werden, wenn eine Woche vor Kursbeginn weniger als 8 Anmeldungen vorliegen!



Das Team der vhs Rodgau: Gerd Eschrich, Nadja Franz, Silke Ott

## Gebühren, Gebührenpflicht, Bezahlung

Die Gebühren richten sich nach der Gebührenordnung der VHS Rodgau. Gebührenpflicht entsteht mit der Anmeldung.

Die Bezahlung der Gebühren erfolgt unbar durch Gebühreneinzug oder Überweisung. Personen, die am Überweisungsverfahren teilnehmen, zahlen zusätzlich zu den Teilnehmergebühren eine Verwaltungsgebühr von € 2,50 pro Kurs für den entstehenden Verwaltungsaufwand. Personen, die am Gebühreneinzugverfahren teilnehmen, erhalten keine Rechnung. Die erteilte Einzugsermächtigung gilt jeweils nur für das laufende Semester

## Gebührenbefreiung

Personen mit Hauptwohnsitz im Kreis Offenbach, die arbeitsuchend gemeldet sind oder Leistungen nach dem SGB II bzw. SGB XII beziehen, ist der Besuch, von einer **Veranstaltung im Arbeitsabschnitt (Semester) gebührenfrei**, solange der Kreis Offenbach den Einnahmeausfall erstattet. Der entsprechende Nachweis ist der Anmeldung beizufügen. Darüber hinaus entrichten diese Personen 75 % der Gebühr. Bei nachweislicher wirtschaftlicher Notlage können auf Antrag die Teilnahmegebühren gestundet, ermäßigt oder erlassen werden (Ausnahme Studienfahrten, Studienreisen und Sonderveranstaltungen). Ein Erlass ist auf zwei Veranstaltungen je Arbeitsabschnitt beschränkt.

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

Für Materialzuschläge o.ä. Zusatzkosten kann keine Befreiung gewährt werden. Gebührenbefreiungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden.

## Gebühreermäßigung

Vollzeitschülerinnen/Vollzeitschüler, Vollzeitstudentinnen/Vollzeitstudenten, Auszubildende, Behinderte (bei einem Grad der Behinderung von 50 % und mehr), Rentnerinnen/Rentner, Au-Pairs, Personen, die Leistungen nach dem Grundrechtengesetz erhalten, Personen, die ein freiwilliges soziales Jahr leisten, Personen mit Jugendleiterkarte (Juleica) oder Ehrenamtskarte entrichten 75 % der Gebühr. Ausnahme: Studienreisen und Sonderveranstaltungen.

**Gebühreermäßigungen bedürfen des Nachweises durch die Antragstellerin bzw. den Antragsteller. Der entsprechende Nachweis ist der Anmeldung beizufügen; nachträglich eingereichte Nachweise können nicht anerkannt werden!!!**

Auf Materialzuschläge o. ä. Zusatzkosten kann keine Ermäßigung gewährt werden. Gebühreermäßigungen 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 der VHS Rodgau. Erklärungen per Telefon oder e-Mail sind nicht als Abmeldungen zulässig. **Abmeldungen bei der Leitung einer Veranstaltung gelten als nicht getätigt.**

a) Bei Kursen mit **mehr als 8 Veranstaltungsterminen** besteht Gebührenpflicht, wenn keine **schriftliche Abmeldung vor dem zweiten Kurstermin** bei der Volkshochschule Rodgau vorliegt.

b) Bei Kursen mit **8 oder weniger Veranstaltungsterminen** entfällt die Gebührenpflicht, wenn **bei 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 Gebührensomme

**13 – 7 Tage** vor Veranstaltungsbeginn:

50 % der Gebührensomme

**6 – 3 Tage** vor Veranstaltungsbeginn:

80 % der Gebührensomme

danach wird die volle Gebührensomme fällig.

## Sonstige Bedingungen

### Mindestbeteiligung:

In der Regel können Kurse nur dann stattfinden, wenn sich mindestens 8 Personen anmelden. In der Kursauschreibung kann eine andere Zahl festgelegt sein.

### Teilnehmerbescheinigungen:

Teilnehmerbescheinigungen werden auf Wunsch nach Beendigung einer Veranstaltung ausgestellt. Voraussetzung ist, dass die Teilnehmergebühren entrichtet wurden.

### Versicherung:

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an Veranstaltungen der VHS Rodgau sind gegen Unfälle versichert. Für Diebstahl und Sachschäden wird keine Haftung übernommen.

### Hausordnung:

Wir weisen darauf hin, dass die Hausordnungen in den jeweiligen Unterrichtsorten einzuhalten sind.

### Programmhinweis:

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

## Kreis-vhs-Kurse in Rodgau

In Rodgau werden wiederum einige Kurse der Kreisvolkshochschule (Kreis-vhs) Offenbach durchgeführt. Die ausführlichen Inhalte etc. dieser K-Kurse wollen Sie bitte dem Kreis-vhs-Teil oder auch dem Rodgau-Teil entnehmen. Alle dort mit K gekennzeichneten Kurse sind Veranstaltungen der Kreis-vhs. Für die Anmeldung und Auskunft ist die Kreis-vhs, Werner-Hilpert-Str. 1, 63128 Dietzenbach, Tel.: 0 60 74/81 80 - 88 88, zuständig. Zahlungen für K-Kurse gehen ausschließlich an die Kreis-vhs.

**Eine Anmeldung ist auch über unsere Homepage [www.rodgau.de](http://www.rodgau.de) möglich.**

## Pädagogik

### Ganzheitliche Konfliktbewältigung

Konflikte werden immer Bestandteil des Lebens sein. Konflikte mit sich selbst, in privaten Beziehungen und beruflichen Situationen. Konflikte nehmen uns Lebensqualität, Energie und beeinträchtigen die Leistungsfähigkeit. Deshalb ist es notwendig, ein verändertes Konfliktverhalten auf der persönlichen Ebene zu erhalten. Es bedarf neuer Sichtweisen und neuer Verhaltensstrategien um Konflikte als Chance zur Veränderung zu begreifen!

**Ro 01.00.01**

**Corinna Wendel**

Rodgau(Jugesheim), Kindertagesstätte

„Alter Weg“, Alter Weg 60

Mo, 19.00-20.30 Uhr, ab **26.02.2007**

€ 18,-, 4 x 2 UE

- Keine Gebühreermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

## Psychologie

### NLP – Schnupperkurs I

NLP (Neuro-linguistisches Programmieren) – Was ist das eigentlich?

NLP ist der Versuch

- die Sprache des Gehirns zu entschlüsseln,
- es bietet die Möglichkeit, Hindernisse in Stärken umzuwandeln und
- es eröffnet die Gelegenheit, den Reichtum der Sinne zu erleben.

Die Begründer des NLP sind der Ansicht, dass man mit NLP alles lernen kann: Prüfungsängste zu überwinden ebenso wie das Rauchen aufzugeben, sich selbst zu motivieren ebenso wie selbstbewusst aufzutreten, abzunehmen ebenso wie die verschiedensten Ängste zu befechten oder vielleicht auch einfach nur, die Lebensfreude wieder zu entdecken.

Auf dem Hintergrund des oben beschriebenen ist Lernen mit NLP hochwirksam. Es wird erfolgreich eingesetzt sowohl im Managementbereich und der Führungskräfteausbildung als auch im Bereich persönlicher Konflikte und Probleme, und immer mehr stellt NLP einen Pfeiler der gesprächsmedizinischen Gesundheitsberatung dar. Im Kurs erhalten Sie sowohl theoretische als auch praktische Grundlagen des NLP, und in ausgewählten Übungen

können Sie vielleicht schon erste Veränderungen bewirken.

— **Ro 01.07.08**

**Karl-Heinz Wenzel**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Poiseauxplatz

**Sa, 28.04.2007** (09.00-17.00 Uhr,

inkl. Mittagspause)

**So, 29.04.2007** (09.00-16.00 Uhr,

inkl. Mittagspause)

€ 44,-, 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

## NLP-Schnupperkurs II

(nur für Teilnehmer, die bereits am Schnupperkurs I teilgenommen haben)

Dieser Kurs ist die Fortsetzung des Schnupperkurses NLP I und gibt den Teilnehmern die Möglichkeit, das Spektrum ihrer Kenntnisse und Fertigkeiten zu erweitern.

Neben fortgeschrittenen Anwendungen und Verfahren, die es erlauben, gezielt Kommunikationsprozesse (mit sich und den anderen) zu beeinflussen, dient dieser Kurs auch dazu, die powervollen Möglichkeiten des NLP durch die Einbeziehung von hypnotischen Sprachmustern kennen und anwenden zu lernen.

— **Ro 01.07.09**

**Karl-Heinz Wenzel**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Poiseauxplatz

**Sa, 03.02.2007** (09.00-17.00 Uhr,

inkl. Mittagspause)

**So, 04.02.2007** (09.00-16.00 Uhr,

inkl. Mittagspause)

€ 44,-, 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

## NLP-Schnupperkurs II

(Inhalte siehe Ro 01.07.09)

— **Ro 01.07.10**

**Karl-Heinz Wenzel**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Poiseauxplatz

**Sa, 30.06.2007** (09.00-17.00 Uhr,

inkl. Mittagspause)

**So, 01.07.2007** (09.00-16.00 Uhr,

inkl. Mittagspause)

€ 44,-, 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

## Biologie

### Gartenpflege - Gartengestaltung

Immer mehr Menschen hegen und pflegen in ihrer Freizeit einen Garten. Einige arbeiten wild drauflos, andere konsultieren haufenweise Fachbücher. In unserem Kurs erhalten Sie wichtige Tipps, Anregungen und Anleitungen von einem Fachmann. Folgende Themen sind vorgesehen:

- Gärten anlegen
- Balkon- und Terrassenschmuck
- Gärtnern ohne Gift
- Baum- und Strauchschnitt in Theorie und Praxis
- Kompostierung im Hausgarten
- Pflanzenschutz
- Rasenpflege
- Rosen
- Küchen und Heilkräuter

— **Ro 01.14.03**

**Ottomar Meinecke**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

**Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 08.02.2007**

€ 52,-, 10 x 2 UE

## Theater

### Viel Nix um Alles!

Die Theatergruppe MomentMal der Claus-von-Stauffenberg-Schule startet mit viel Spielfreude ins neue Semester. Wieder werden klassische Texte im Mittelpunkt stehen. Wie gewohnt nimmt MomentMal keine Rücksicht auf Bestehendes, sondern demontiert und setzt neu zusammen nach eigenem Gusto! So entsteht Klassisches im neuen Gewand mit neuer Sichtweise. Ziel von MomentMal ist es, jungen Menschen Theater näher zu bringen. Es gibt so viel zu entdecken! Theater kann so spannend sein!

Die Aufführungstermine stehen noch nicht fest. Genauere Informationen bitte der Presse entnehmen.

— **Ro 02.02.01**

Die Leitung hat **Tanja Garlt**. (Regisseurin und Theaterpädagogin)

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße

**Di., 15.00-17.00 Uhr, ab Februar 2007**

### Minidramen - Alles nur Theater! - Wochenendkurs

Also alles ganz einfach? Na, logisch! Und es ist so viel möglich! Dieser Theaterkurs soll Menschen ansprechen, die schon immer mal wissen wollten, ob die Bühne der richtige Ort für sie ist. Aber auch Fortgeschrittene kommen hier auf ihre Kosten. Im Laufe eines Wochenendes werden wir kleine Szenen entwickeln. Im Mittelpunkt steht die Rollenarbeit: wie entwickle ich eine Figur und präsentiere sie auf der Bühne? Das ganze wird umrahmt mit der Arbeit an Körper, Sprache und Stimme. Neugierig geworden? Na, dann nix wie los und angemeldet!

— **Ro 02.02.03**

Die Leitung hat **Tanja Garlt**. (Regisseurin und Theaterpädagogin)

Rodgau(Jugesheim), Maximalhalle, Stettliner Str. 15

**Fr. 11. Mai 2007, 19.00-21.15 Uhr**

**Sa., 12. Mai 2007, 10.00-16.00 Uhr**

**So., 13. Mai 2007, 10.00-16.00 Uhr**

€ 50,-, 19 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 15 Teilnehmer

### Minidramen - Alles nur Theater! - Wochenendkurs

(Inhalte siehe Ro 02.02.03)

— **Ro 02.02.04**

Die Leitung hat **Tanja Garlt**. (Regisseurin und Theaterpädagogin)

Rodgau(Jugesheim), Maximalhalle, Stettliner Str. 15

**Fr. 08. Juni 2007, 19.00-21.15 Uhr**

**Sa., 09. Juni 2007, 10.00-16.00 Uhr**

**So., 10. Juni 2007, 10.00-16.00 Uhr**

€ 50,-, 19 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 15 Teilnehmer

## Malen und Zeichnen

### Aquarellieren und Acryl für Anfänger

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, da wir individuell arbeiten. Am Anfang arbeiten wir nach Vorlagen und erst im nächsten Kurs nach Thema. Bitte Material mitbringen: Aquarellpapier mind. 200 gr., 12 Aquarellfarben, runder Pinsel Nr. 0 und 4-6, Borstenpinsel Nr. 8. Das Material ist auch über die Kursleiterin erhältlich.

— **Ro 02.05.01**

**Edith Trüschler**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Poiseauxplatz

**Mo, 19.00-21.00 Uhr, ab 05.02.2007**

€ 41,-, 7 x 2 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer

### Aquarellieren – Experimentieren

Für alle, die Spaß am Ausprobieren haben. Entspannt folgen wir dem Fluss der Farben und unserem Gefühl. Lassen zu, dass er unsere Phantasie beflügelt, folgen dieser und genießen die Kraft der Farben und das Spiel der Formen. Dabei entdecken wir die Natur und das Universum in und um uns. Bitte Grundausrüstung mitbringen.

— **Ro 02.05.02**

**Renate Hauschild**

Rodgau(Jugesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

**Mo, 19.00-21.00 Uhr, ab 05.02.2007**

€ 61,-, 8 Tage/21 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

### Aquarellieren – Fortgeschrittene I

Wir arbeiten nach Vorlagen, Fotos-individuell. Die Techniken sind mit Lasuren vorgesehen, oder Hintergrund nass. In jeder Stunde wird ein Thema vorgestellt und erarbeitet, ist jedoch kein Muss.

Material ist mitzubringen, kann aber auch im Kurs erworben werden.

— **Ro 02.05.03**

**Edith Trüschler**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Poiseauxplatz

**Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 06.02.2007**

€ 41,-, 7 x 2 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer

### Malen und Zeichnen mit Kindern und Jugendlichen

In jeder Stunde wird ein Bild-Thema erklärt und erarbeitet. Ihr könnt zeichnen mit Pastell, Kohle, Röteln, Aquarell, Gonache, mit Acryl oder Öl arbeiten. Wir arbeiten in kleinen Gruppen – daher individuell und intensives Betreuen. Material kann erworben werden, oder mitbringen!

— **Ro 02.05.05**

**Edith Trüschler**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Poiseauxplatz

**Mo, 17.15-18.45 Uhr, ab 05.02.2007**

€ 21,-, 7 x 2 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

### Workshop: Malen mit Acryl

Für Anfänger sowohl geeignet als auch für bereits Malende, die noch Neues dazulernen wollen.

Freie Motivwahl: von naturalistisch bis abstrakt.

Wenn sie eine bestimmte Idee im Kopf haben oder eine Vorlage mitbringen möchten, ist dieser Kurs für Sie richtig - Sie können hier aber auch Ideen entwickeln! Sie erhalten Tipps und Unterstützung, um in Ihrem Bild die von Ihnen erwünschte Wirkung (Licht, Leuchtkraft, Räumlichkeit, Tiefenwirkung etc.) zu erreichen. (Leinwände können auch bei der Kursleiterin bestellt werden.)

— **Ro 02.05.10**

**Romana Arragone**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Poiseauxplatz

**Sa/So, 03./04.02.2007,**

jeweils 11.00-16.15 Uhr

€ 56,-, inkl. 15,- € für Materialkosten (ohne Leinwände). Diese werden nicht befreit.

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 8 Teilnehmer/innen

### Workshop: Spachteln mit Acryl

Für Anfänger sowohl geeignet als auch für bereits Malende, die noch Neues dazulernen wollen.

Hier wird eine spezielle Technik der Acrylmalerei vermittelt. Das Spachteln zeichnet sich durch das pastöse Arbeiten mit der Farbe aus. Freie Motivwahl: von naturalistisch bis abstrakt.

(Leinwände können auch bei der Kursleiterin bestellt werden.)

— **Ro 02.05.11**

**Romana Arragone**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Poiseauxplatz

**Sa/So, 03./04.03.2007,**

jeweils 11.00-16.15 Uhr, 2 x 7 UE

€ 64,-, inkl. 23,- € für Materialkosten (ohne Leinwände). Diese werden nicht befreit.

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 8 Teilnehmer/innen

### Porzellanmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Im Kurs werden Grundkenntnisse über die schöne und traditionsreiche Malkunst auf edlem Porzellan vermittelt. Farben, Formen und Motive können nach eigenen Vorstellungen verwendet werden. Je nach Wunsch wird in Manier- und Diffusionstechnik gearbeitet. Materialkosten in Höhe von ca. € 35 sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

— **Ro 02.05.14**

**Gudrun Bär**

Rodgau(Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Straße

**Do, 17.45-20.00 Uhr, ab 08.02.2007**

€ 61,-, 7 x 3 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 8 Teilnehmer

## Keramik

### Kreatives Arbeiten mit Ton für Kinder

Ton ist für Kinder ein besonderes Arbeitsmaterial. Während sie ihrer Fantasie Formen geben, werden Motorik und Konzentration gefördert. So entstehen kleine Geschenke und Erinnerungstücke. Weitere Informationen und Bildmaterial auf [www.keramik-im-puls.de](http://www.keramik-im-puls.de).

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

Materialkosten in Höhe von ca. € 10 sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

— **Ro 02.06.01**

**Petra Distler-Bäcker**

Rodgau(Hainhausen) W.-Leuschner-Str. 4

**Do, 15.00-16.30 Uhr, ab 08.03.2007**

€ 24,-, 6 x 2 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 6 Teilnehmer/innen

**Eine Anmeldung ist auch über unsere Homepage möglich: [www.rodgau.de](http://www.rodgau.de)**

## Kreatives Töpfern für Erwachsene

Einfach mal was Neues ausprobieren und sich auf das wunderbare Material Ton einlassen. Auch Anfänger können bei der kreativen Arbeit mit Ton ihre verborgenen Talente entdecken und mit Hilfe von einfachen Techniken schöne und praktische Dinge herstellen. Fortgeschrittene sind ebenso willkommen und können in geselliger Runde ihrem Tatendrang freien Lauf lassen.

Bitte Arbeitskleidung (altes Hemd, Schürze) und ein altes Geschirrtuch mitbringen.

Material wird nach Verbrauch im Kurs bezahlt.

**Ro 02.06.04**

**Petra Distler-Bäcker**

Rodgau(Hainhausen) W.-Leuschner-Str. 4  
Do, 19.00-21.15 Uhr, ab 01.03.2007  
65 €, 7 Tage/ 21 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 6 Teilnehmer/Innen

## Musik/Musizieren

Hinweis: Die Gitarrenkurse der VHS Rodgau sind akkreditiert!

### Gitarre für Fortgeschrittene Fortführung des Anfängerkurses

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.01**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 18.00-19.00 Uhr, ab 06.02.2007  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

Erarbeitung einfacher Gitarrengriffe und Liedbegleitungen. Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.02**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Mi, 18.00-19.00 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

Erarbeitung von Zupfmustern und Schlagtechniken. Notenkenntnisse sind erforderlich. Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.03**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 20.00-21.00 Uhr, ab 06.02.2007  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

Notenkenntnisse sind erforderlich! Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.04**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mi, 20.00-21.00 Uhr, ab 07.02.2007

€ 52,-, 15 Abende = 20 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

Notenkenntnisse sind erforderlich! Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.05**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Mi, 19.00-20.00 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

Notenkenntnisse sind erforderlich! Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.06**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Straße  
Mo, 18.00-19.00 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

Notenkenntnisse sind erforderlich! Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.07**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Straße  
Mo, 19.00-20.00 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

Notenkenntnisse sind erforderlich! Erarbeitung einfacher Liedbegleitungen. Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.08**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 19.00-20.00 Uhr, ab 06.02.2007  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre-Workshop

„Mit Schwung durch die warme Jahreszeit“

Thema: Frühling-Sommer

Von „Ich lieb den Frühling“ bis „Surfen auf dem Baggersee“ wollen wir verschiedene Lieder (von Edelkötter, Kreuzer, Zuckowski, Hering usw.) mit einfacher Gitarrenbegleitung für den Kindergarten und für die Grundschule erarbeiten.

Der Workshop richtet sich an Erzieher/innen und Grundschullehrer/innen, die elementare Gitarrengriffe beherrschen. Sofort einsetzbare Arbeitsblätter und eine besungene Kassetten stehen jedem Teilnehmer zur Verfügung.

Die Teilnahme an der Veranstaltung wird mit 10 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.09**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Hainhausen), Kindertagesstätte, Robert-Koch-Straße/Württemberger Straße  
Sa., 24. Februar 2007, 9.30-14.30 Uhr

€ 18,00, 1 x 7 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre-Workshop „Ritter, Drachen und andere Tiere“

Prinzessin Kunigunde – ein märchenhaftes Ritterspiel

und viele lustige Lieder rund um die Ritter werden wir kennen lernen. Aber auch Lieder über Drachen, Dinosaurier oder Tiere, die zum Frisör gehen, werden wir mit einfachen Gitarrengriffen spielen.

Der Workshop richtet sich an Erzieher/innen und Grundschullehrer/innen, die elementare Gitarrengriffe beherrschen.

Sofort einsetzbare Arbeitsblätter und eine besungene Kassetten stehen jedem Teilnehmer zur Verfügung.

Die Teilnahme an der Veranstaltung wird mit 10 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.10**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Hainhausen), Kindertagesstätte, Robert-Koch-Straße/Württemberger Straße  
Samstag, 21. April 2007, 9.30-14.30 Uhr  
€ 18,00, 1 x 7 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Schlagzeug – Schnupperkurs – Erwachsene

Ein Schnupperkurs für alle, die Interesse am Schlagzeugspiel und dem Instrument haben. Wir werden in diesen Stunden das Schlagzeug kennen lernen und alle Stilrichtungen erfahren.

**Ro 02.08.15**

**Jürgen Hermann**

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3  
Samstag, 10. März, 11.00-13.00 Uhr  
€ 15,00, 1 x 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 3 Teilnehmer/Innen

### Schlagzeug – Schnupperkurs – Kinder(ab 10 Jahren)

Ein Schnupperkurs für alle, die Interesse am Schlagzeugspiel und dem Instrument haben. Wir werden in diesen Stunden das Schlagzeug kennen lernen und alle Stilrichtungen erfahren.

**Ro 02.08.16**

**Jürgen Hermann**

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3  
Samstag, 10. März, 15.00-17.00 Uhr  
€ 10,00, 1 x 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 3 Teilnehmer/Innen

### Blattsingen – Singen nach Noten

In diesem Kurs wird das Blattsingen entmystifiziert und heraus kommt eine verblüffende Technik des Übens, welche man kaum mit dem Blattsingen im Zusammenhang gebracht hätte.

Wie ein Schulanfänger seine 28 Buchstaben lernt, so muss der angehende Blattsänger in die Lage gebracht werden, 8 (!) Töne gehörmäßig zu unterscheiden und singen zu können. Voraussetzung hierzu ist „aus dem Stand heraus“ eine Tonleiter einwandfrei und sicher zu singen, und dies dann auch noch auf einem vorgegebenen Grundton. Sollte Ihnen das nicht gelingen: in den ersten Kurseinheiten werden

wir uns damit ein wenig beschäftigen. Mitzubringen brauchen Sie nichts, außer einer Möglichkeit, die Arbeitsblätter abzuheften. Der Kurs läuft über den Zeitraum eines Jahres, also zwei Semester

1. Semester: Theorie des Blattsingens, einen Ton „produzieren“, Tonleitern singen, Kennen lernen der Tonleitern  
2. Semester: Das Notensystem

**Ro 02.08.20**

**Waldemar Tober**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16  
Mi, 18.00-19.30 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 156,-, 30 x 2 UE

## Tanz

### Workshop

#### „Orientalischer Tanz“

Schleierchoreographie für Frauen mit Vorkenntnissen in orientalischem Tanz. Dazu werden Schleierfiguren, Schrittkombinationen für langsame und schnelle Musik geübt. Sie werden viele Tipps und Geheimnisse zum Umgang mit dem Schleier erfahren. Script und Musik sind vorhanden.

Nach Möglichkeit bitte Schleier mitbringen.

**Ro 02.09.01**

**Vasilica Kerkhoff**

Rodgau(Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Straße  
Sa, 03. Februar 2007, 10.00-14.00 Uhr  
€ 16,-, 1 x 6 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

### Orientalischer Tanz – Bauchtanz für Anfängerinnen

Der Orientalische Tanz - mit seinen uralten Wurzeln der weiblichkeit aller Tänze - vermittelt ein gutes Körpergefühl und Harmonie von Körper und Geist. Sanfte, fließende und kraftvolle, schnelle Bewegungen vereinen sich und fördern die Beweglichkeit der Muskulatur und die Körperhaltung. Dieser Kurs eignet sich für Frauen jeden Alters, die Spaß an Bewegung haben und den Reiz oriental. Rhythmen entdecken möchten.

Bitte mitbringen: bequeme (Gymnastik-)Kleidung, Hüfttuch und Decke!

**Ro 02.09.03**

**Beate Müller**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 22.02.2007  
€ 78,-, 15 x 2 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmerinnen

### Orientalischer Tanz – Bauchtanz Medium I

In diesem Kurs soll auf dem vorangegangenen Kurs aufgebaut werden. Die Grundbewegungen werden vertieft und erweitert und die Voraussetzungen für reines Tanzen werden geschaffen.

**Ro 02.09.04**

**Beate Müller**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Do, 19.45-21.15 Uhr, ab 22.02.2007  
€ 78,-, 15 x 2 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.  
Hinweis: max. 10 Teilnehmerinnen

## Square Dance für Anfänger

Beim Square Dance tanzen Gruppen von je 4 Paaren zusammen Figuren, die ihnen ein „Caller“ in immer anderer Folge mit dem Liedtext zusingt. In diesem Kurs für Anfänger, den der Übungsleiter (Caller) des Rodgauer Square-Dance-Club WITCHES & WIZARDS in Absprache mit der VHS gibt, können diese Figuren erlernt werden. Nach erfolgreichem Abschluss kann man weltweit mittanzen und so neue Freunde gewinnen. Square Dance ist an kein Alter gebunden. Der Kurs beginnt mit drei gebührenfreien „Schnupperabenden“.

Ro 02.09.06

### Uwe Kraemer-AveMarie

Der Veranstaltungsort stand bei Drucklegung noch nicht fest. Bitte telefonisch nachfragen 06106/693-1227

Fr, 19.30-21.30 Uhr,

23.02/02./09.03.2007

Gebühr wird am „Schnupperabend“ vereinbart!

## Medien

### Wie wird Radio gemacht? Ein Besuch beim Hessischen Rundfunk

Wie entsteht eine Radiosendung oder ein Hörspiel? Wo und wie arbeitet ein Rundfunkmoderator? Wie sieht es in einem Tonstudio aus? Antwort auf diese und andere Fragen erhalten Sie bei der Führung durch das Frankfurter Funkhaus am Dornbusch. Gelegenheit, einen Blick hinter die Kulissen des Rundfunkbetriebes zu werfen.

Ro 02.10.01

Frankfurt/M., Hessischer Rundfunk, Bertramstraße 8, Haupteingang/Pforte (Treffpunkt)

Mi, 21.03.2007, 17.30-19.00 Uhr

- gebührenfrei -

Hinweis: max. 20 Teilnehmer/innen

Anmeldung erforderlich

## Fotografieren

### DIGITALFOTOGRAFIE im RAW-Format

In diesem Kurs werden die neuen, vielfältigen Möglichkeiten des so genannten RAW-Formates von der Aufnahme bis hin zur Entwicklung der Fotos vorgestellt. Dabei werden die unterschiedlichen Dateiformate einer Digitalkamera und deren Unterschiede angesprochen. Für die Verarbeitung der Fotos werden mehrere Konverter vorgestellt und erklärt.

Nach Absprache können Kameras mit dem RAW-Format zur Verfügung gestellt werden.

Ro 02.11.04

### Heiko Steffen

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 21.04.2007, 14.00 – 17.30 Uhr

So, 22.04.2007, 11.00 – 15.00 Uhr

€ 29,- 10 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

### DIGITALFOTOGRAFIE

**Umgang mit der Digitalkamera**  
Vermittlung der Technik der Digitalkamera mit dem Ziel, deren Möglichkeiten besser zu nutzen. Funktionen und Bedienung der Kamera, Belichtungsmessung, Weißabgleich, Dateiformate, Möglichkeiten der Bildausgabe. Abgerundet wird dieser Kurs mit Tipps bei Familienfeiern, Urlaubs- und Weihnachtsbildern.

Bei Bedarf können Kameras zur Verfügung gestellt werden.

Ro 02.11.05

### Heiko Steffen

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 24.03.2007, 14.00 – 17.30 Uhr

So, 25.03.2007, 11.00 – 15.00 Uhr

€ 29,- 10 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

### Stadt- und Landschaftsfotografie zum Geleitzug in Seligenstadt

Eine Dokumentation in Bild und Ton des Geleitzugs mit Vor- und Nachbesprechung. Gemeinsam fotografieren wir den Geleitzug. Zusätzlich nehmen wir noch O-Töne auf und erstellen daraus auf einem Computer eine Multimedia-Präsentation.

Hinweis: Es stehen keine PCs zur Verfügung, daher können eigene Computer gerne mitgebracht werden. Bei Interesse und Fragen bitte an der Kursleiterin wenden unter heikosteffen@aol.com

Ro 02.11.07

### Heiko Steffen

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Fr, 29. Juni 2007 von 18.30-21.30 Uhr

Vorbereitungstreffen in Rodgau

So, 01. Juli 2007, 13.00 Uhr Treffen der Teilnehmer am Bahnhof in Seligenstadt

Di., 03. Juli 2007 von 18.30-21.00 Uhr

Bildbesprechung und Bearbeitung in Rodgau

€ 32,- 11 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

### „Ein Nachmittag in Aschaffenburg“

Die erfahrenen VHS-Dozenten Winfried B. Sahn (Historisches) und Dietmar Keitzl (Fotografisches) führen interessierte Besucher durch die faszinierende Kulisse Aschaffenburgs. Neben den kulturhistorischen Erläuterungen, gilt es, die visuellen Eindrücke dieses abwechslungsreichen Stadtbildes mit spektakulären Einzelgebäuden, Ensembles und Parkanlagen fotografisch festzuhalten, gleich ob analog oder digital.

Am zweiten Termin sollen die individuellen und auch gemeinsamen Eindrücke präsentiert und interpretiert werden.

Ro 02.11.10

### Dietmar Keitzl und Winfried B. Sahn

Aschaffenburg, Eingang Schloss Johannisberg (Treffpunkt)

So, 29. April 2007, 14.00-17.45 Uhr

So, 13. Mai 2007, 15.00-16.30 Uhr im

Sozialzentrum Nieder-Roden, Puisseauxplatz

€ 25,- 7 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

## Fotowettbewerb der VHS-Rodgau 2007 „Meinschönstes Bild von Slowenien“

Die Volkshochschule Rodgau veranstaltet in diesem Jahr wieder einen Fotowettbewerb. Interessierte Teilnehmer wenden sich an das Anmeldebüro der VHS, Frau Silke Ott, Vordergasse 37 in Rodgau-Jügesheim, Tel.-Nr. 06106/693-1227.

## Blumenstecken

### Blumenstecken – Grundkurs

In diesem Kurs sollen die Grundfertigkeiten des Blumensteckens vermittelt werden. Es werden Dekorationen aus Frischblumen, getrocknetem und textilem Material gefertigt. Dies können z.B. sein: Gefäß- und Wanddekoration, Tischdekorationen, Sträuße und Osterdekorationen.

Es entstehen zusätzliche Materialkosten!

Ro 02.12.01

### Barbara Fehl

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße oder Bertold-Brecht-Straße

Mi, 20.00-21.30 Uhr, ab 07.02.2007

€ 52,- 10 x 2 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

### Blumenstecken – Spezialkurs I

In diesem Kurs werden nur exklusive Gebinde, hauptsächlich aus haltbarem Material erarbeitet.

Es entstehen zusätzliche Materialkosten!

Dieser Kurs ist nur für Teilnehmer, die bereits mehrere Kurse bei Frau Fehl belegt haben!

Ro 02.12.02

### Barbara Fehl

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang über Carl-Orff-Schule, Nordring

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 07.02.2007

€ 52,- 10 x 2 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

### Blumenstecken – Spezialkurs I

In diesem Kurs werden nur exklusive Gebinde und Dekorationen, hauptsächlich aus haltbarem Material, in 5 x 3 Stunden im zweiwöchigen Rhythmus gefertigt.

Es entstehen zusätzliche Materialkosten!

Dieser Kurs ist nur für Teilnehmer, die bereits mehrere Kurse bei Frau Fehl belegt haben!

Ro 02.12.03

### Barbara Fehl

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang über Carl-Orff-Schule, Nordring

Mo, 18.00-21.00 Uhr, ab 12.02.2007

€ 52,- 5 x 3 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

## Ikebana

### Ikebana für Anfänger II

Ikebana ist die klassische japanische Kunst des Arrangierens von Blumen, Zweigen und Gräsern nach bestimmten ästhetischen Regeln. Sie werden Blumenarrangements erlernen nach den Regeln der Sogetsu-Schule, Tokios, die auch mit nonfloralen Materialien arbeitet.

Dieser Kurs ist für Teilnehmer gedacht, die schon an 1 bis 2 Kursen teilgenommen haben. Bitte zum 1. Abend Frühlingsmaterial für die Variation 5 – Schale – mitbringen.

Aschale, Kenzan und Schere nicht vergessen!

Ro 02.12.10

### Karin Teske

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 22.03.2007

€ 42,- 8 x 2 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

## Ikebana - Kreativ

Dieser Kurs ist ein Arbeitskreis für Teilnehmer, die bereits mehrere Kurse belegt haben. Die kreativen Kenntnisse werden weiter vertieft und ausgebaut.

Bitte zum 1. Abend Frühlingsmaterial für eine freie Variation in Schale oder Vase mitbringen.

Ro 02.12.12

### Karin Teske

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Do, 20.00-21.30 Uhr, ab 22.03.2007

€ 42,- 8 x 2 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

## Textiles Gestalten

### Stoffpuppen und Kuscheltiere

Die Teilnehmer erlernen die Anfertigung von Puppen bzw. Kuscheltieren ihrer Wahl. Es gibt folgende Angebote: Schweizer Puppen: Kunststoffmaske, Trikotstoff, Baumwollstoff.

Kuschelpuppen: Vließ, Trikotstoff, Baumwollstoff. Kuscheltiere: Plüsch und Fell aus Baumwolle oder Kunstfaser.

Das Material ist bei der Kursleiterin erhältlich. Bitte Nähutensilien mitbringen.

Ro 02.13.07

### Helene Löbig

Rodgau (Nieder-Roden),

Am Forschheimer See 22

Mo, 9.00-12.00 Uhr, ab 26.02.2007

€ 52,- 5 x 4 UE

### Stoffpuppen und Kuscheltiere

(Inhalte: wie Ro 02.13.07)

Ro 02.13.08

### Helene Löbig

Rodgau (Nieder-Roden),

Am Forschheimer See 22

Di, 19.00-22.00 Uhr, ab 27.02.2007

€ 52,- 5 x 4 UE

### Stoffpuppen und Kuscheltiere

(Inhalte: wie Ro 02.13.07)

Ro 02.13.09

### Helene Löbig

Rodgau (Nieder-Roden),

Am Forschheimer See 22

Mo, 9.00-12.00 Uhr, ab 16.04.2007

€ 52,- 5 x 4 UE

### Stoffpuppen und Kuscheltiere

(Inhalte: wie Ro 02.13.07)

Ro 02.13.10

### Helene Löbig

Rodgau (Nieder-Roden),

Am Forschheimer See 22

Di, 19.00-22.00 Uhr, ab 17.04.2007

€ 52,- 5 x 4 UE

### Handarbeiten mit Kindern und Jugendlichen

Der Kurs eignet sich für Kinder ab 7 J.. Wir fertigen ein Kuscheltier nach Fähigkeit und Wahl des Kindes an. Angeboten werden: Bauchweh-Kissen, Teddy's, Ente oder Igel. Für Fortgeschrittene sind weitere Angebote vorhanden. Das Material ist bei der Kursleiterin erhältlich, der Preis richtet sich nach der Auswahl des Zubehörs. Bitte Nähutensilien mitbringen.

Ro 02.13.11

### Helene Löbig

Rodgau (Nieder-Roden),

Am Forschheimer See 22

Fr, 15.00-18.00 Uhr, ab 02.03.2007

€ 30,- 5 x 4 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

Hinweis: max. 6 Teilnehmer/innen

### Patchwork – Quiltwerkstatt

Der Kurs versteht sich als Werkstatt in dem Anregungen gegeben werden, nach vorgegebenen Themen gearbeitet werden kann oder Ufos vollendet werden.

Auch Anfänger sind willkommen. Thema dieses Kurses ist: „ein Quilt aus weißen Stoffen, alter Bettwäsche, Monogrammen, Wäschespitze und genähten Strukturen“

Bitte die notwendigen Utensilien mitbringen. Die Kursleiterin ist bei Fragen unter der Tel. 06106/3458 zu erreichen.

\_\_\_Ro 02.13.14

#### **Gudrun Flachland**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puiseauxplatz

Mi, 19.00-21.15 Uhr, ab 07.02.2007

€ 53,-, 8 x 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

## Mode

### VHS-Vortrag: „Farbberatung“ „SILHOUETTE“ - machen Sie mehr aus Ihrem Typ!

Infoabend zum Thema: Ganzheitliche Farb- und Stilberatung.

An diesem Abend wird eine ganzheitliche Farb- und Stilberatung in der Theorie dargestellt. Die individuelle Beratung findet im Studio der Referentin statt.

Haben Sie Mut und lassen Sie sich inspirieren! Um Fehlkäufe zu vermeiden, werden Sie in Farben und Kleidung beraten. Es gibt die kraftvolle Verbindung zwischen Farbe und Mensch, die sich in Ihrem eigenen Stil wieder findet. Sei es für die Freizeit, den Beruf oder für Festlichkeiten. Wie die Wirkung von Farben und Stil auf Ihr inneres Wohlbefinden einwirken, werden sie an diesem Abend kennen lernen.

\_\_\_Ro 02.14.01

#### **Brigitte Kreuzwieser**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-

Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

Donnerstag, 31. Mai 2007, 19.30 Uhr

Einlass: 19.00 Uhr, € 3,-, Jugendliche € 2,-

### Ganzheitliche Farbberatung - Die Farben des Lebens

Lassen Sie sich ein auf einen bunten Tag, an dem Sie eintauchen können in die ganzheitliche Betrachtungsweise der Farben. Farben begleiten uns durch das ganze Leben. In diesem Kurs 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. Kleidung, Wohnung oder Gesundheit einsetzen können. 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 Farbpas (Materialkosten von 28 €) Eine Informationsbroschüre über den Kursinhalt ist bei der Kursleiterin für 1,50 € erhältlich.

\_\_\_Ro 02.14.03 WE

#### **Nicole Neutz**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puiseauxplatz

Samstag, 10.03.2007, 10.00-18.00 Uhr

€ 29,-, 10 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 6 Teilnehmer/innen

## Nähen/Zuschneiden

In den Nähkursen werden Grundkenntnisse vermittelt, die die Anfertigung verschiedener Kleidungsstücke erlauben. Gelehrt wird dabei auch das Zuschneiden. Pro Kursus werden höchstens 10 Teilnehmer aufgenommen. Nähmaschinen sind vorhanden, eigene können aber mitgebracht werden.

### Nähen und Zuschneiden für Anfänger und Fortgeschrittene

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.

\_\_\_Ro 02.14.07

#### **Marie-Luise Macey**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puiseauxplatz

Mo, 19.30-21.45 Uhr, ab 05.02.2007

€ 66,-, 10 x 3 UE

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

### Nähen und Zuschneiden für Anfänger und Fortgeschrittene

Inhalte: siehe Ro 02.14.07

\_\_\_Ro 02.14.08

#### **Marie-Luise Macey**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puiseauxplatz

Di, 19.30-21.45 Uhr, ab 06.02.2007

€ 66,-, 10 x 3 UE

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

### Nähen und Zuschneiden für Anfänger und Fortgeschrittene

Inhalte: siehe Ro 02.14.07

Interessenten setzen sich bitte mit der Kursleiterin Frau Brigitte Kreuzwieser bzgl. des Materials und der Zutaten in Verbindung Tel. 06106/1 67 56.

\_\_\_Ro 02.14.09

#### **Brigitte Kreuzwieser**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puiseauxplatz

Fr, 18.00-20.15 Uhr, ab 16.02.2007

€ 66,-, 10 x 3 UE

Hinweis: max. 8 Teilnehmer/innen

### Nähen und Zuschneiden für Anfänger und Fortgeschrittene

- vormittags

Inhalte: siehe Ro 02.14.07

Interessenten setzen sich bitte mit der Kursleiterin Frau Brigitte Kreuzwieser bzgl. des Materials und der Zutaten in Verbindung Tel. 06106/1 67 56.

\_\_\_Ro 02.14.10

#### **Brigitte Kreuzwieser**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puiseauxplatz

Fr, 9.00-11.15 Uhr, ab 16.02.2007

€ 66,-, 10 x 3 UE

Hinweis: max. 8 Teilnehmer/innen

### Nähen und Zuschneiden für Kinder (12-16 Jahre)

In diesem Kurs wird schnelles und einfaches Zuschneiden und Nähen erlernt, z.B. ein T-Shirt, einfache Hosen und Röcke sowie verschiedene Bastelarbeiten. Es werden die Grundbegriffe erlernt, die man fürs Nähen braucht.

Interessenten setzen sich bitte mit der Kursleiterin Frau Brigitte Kreuzwieser bzgl. des Materials und der Zutaten in Verbindung Tel. 06106/1 67 56.

\_\_\_Ro 02.14.12

#### **Brigitte Kreuzwieser**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puiseauxplatz

Mo, 16.00-18.15 Uhr, ab 26.02.2007

€ 45,-, 10 x 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 7 Teilnehmer/innen

## Segeln

### Navigation für Küstenfahrt

Kursinhalt: Amtl. Sportküstenschifferschein - Segel/Motor -

Amtl. Sportbootführerschein-See - Motor -

Die Teilnehmer erhalten eine Einführung in die Navigation der Küstenfahrt und werden vorbereitet für die theoretische Prüfung der vorgenannten Führerscheine.

Themen: Navigation, Gezeiten, Wetter, Gesetze, Seemannschaft, Seentonsignal, Manöver und Motorenkunde.

Vorkenntnisse: Amtl. Sportbootführerschein Binnen (Segel/Motor)

Prüfung: Im Anschluss des Kurses Anmeldeunterlagen und Anmeldung durch den Kursleiter

Praxis: Ein 8-tägiger Segeltörn im Mittelmeer an der Cote d'Azur (mit Meilenbestätigung ca. 220 Sm) ist im Frühjahr oder im Herbst möglich.

\_\_\_Ro 03.00.01

#### **Paul Koch**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffen-

berg-Schule, Mainzer Straße 16

Di, 18.00-21.00 Uhr, ab 27.02.2005

€ 128,-, 11 x 4 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

## Gesundheit

### Erste Hilfe Seminar für

**Hauttiere (speziell Hund und Katze)**

Hier gibt die Kursleiterin Tipps und Ratschläge rund um die Erste-Hilfe-Versorgung bei unseren Haustieren. Z. B. bei Durchfallerkrankungen, Verstauchungen, Hitzschlag usw., des Weiteren wird vorgestellt, welche homöopathischen Mittel Sinnvollerweise in einer Hausapotheke sein sollten.

\_\_\_Ro 03.00.02

#### **Petra Panczi (Tierheilpraktikerin)**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puiseauxplatz

Sa., 24. Februar 2007, 10.00-12.00 Uhr

€ 5,-, 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

### Verzaubernde Düfte – Aromatherapie und die Geheimnisse der ätherischen Öle

Seit Menschengedenken wurden ätherische Öle und Räucherwerk zum Heilen, Verfühen und für religiöse Rituale eingesetzt. Auch der moderne Mensch kann sich dem Zauber der Düfte nicht entziehen - denn wer atmet, der riecht!

Themen: Geschichte der Düfte, Herkunft, Herstellungsverfahren, Anwendungsgebiete, Archetypischer Duftkreis, Pheromone - Botenstoffe zwischen Pflanze, Tier und Mensch, Duft und Manipulation, Psycho-Dufttest.

Viele praktische Übungen zur Verwendung der Öle für Massage, Duftlampe, Bäder, Kochen, Meditation und Parfümherstellung.

Gegen einen Unkostenbeitrag von 5 Euro beim Kursleiter kann jeder Teilnehmer eigene Duftkreationen herstellen, in mitgebrachten Leerflaschen selbst abfüllen und zur Eigenverwendung mitnehmen. Auch eine „dufte“ Geschenkidee!

\_\_\_Ro 03.00.03

#### **Hans Peter Jörg**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puiseauxplatz

Sa/So, 24./25.02.2007 von jeweils

10.00-18.00 Uhr

€ 52,-, 20 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Die Teilnahme am folgenden Kurs sollte nur nach Rücksprache mit dem Hausarzt erfolgen!

### Wie neugeboren durch Fasten für Erstfaster und Erfahrene

Fasten - der Weg zu Gesundheit und Wohlbefinden. Fasten heißt nicht hungern, sondern Energie aus körpereigenen Depots aktivieren, heißt entgiften, entschlacken, regenerieren, abnehmen. Wir fasten nach Buchinger mit Kräuterte, Säften und Gemüsebrühe. Durch die Gemeinsamkeit mit anderen Teilnehmenden in der Gruppe wird unter fachkundiger Anleitung das Fasten für den Einzelnen wesentlich erleichtert. Während der Fastenwoche treffen wir uns morgens zum gemeinsamen Saftfrühstück verbunden mit Gesprächen rund ums Fasten. Danach gehen wir in die Natur, um unseren Körper mit Wandern bzw. wer will auch mit Nordic Walking in Schwung zu bringen, denn nur so verhindern wir den Abbau unserer Muskelmasse. Der Abschluss des Vormittags ist das gemeinsame „Mittagessen“, d.h. unsere zweite Saftmahlzeit.

Am Samstag und am Montagabend finden Theorieabende statt, die Ihnen die Grundlagen rund um das Fasten und die notwendigen Maßnahmen vermitteln. Weitere Vorträge und bei Interesse ein Qi Gong Kurs können abends noch als Zusatzprogramm gebucht werden.

Am letzten morgen (Samstag) werden wir das Fasten gemeinsam brechen und über den Nahrungsaufbau nach dem Fasten sprechen. Für Saft, Honig, Tee im Seminarraum und die Vorabunterlagen werden am ersten Abend 18,00 € von der Kursleiterin eingesammelt. Sie fasten auf eigene Verantwortung und sollten mit Ihrem Arzt Rücksprache halten.

\_\_\_Ro 03.00.04

#### **Karin Brügelmann**

Rodgau(Jügesheim), Rathenaustraße 3

Sa., 10. März bis Sa., 17. März 2007

Beginn: Sa., 10.03.07, 18.15 - 20.30 Uhr,

dann jeweils morgens von 9.00-12.45 Uhr

und zusätzlich Mo, 18.15-20.30 Uhr

€ 107,-, 41 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 8 Teilnehmer/innen

## REIKI

### das Usui-System der natürlichen Heilung (1.Grad)

Inhalt: REIKI, eine Wiederentdeckung aus der Jahrtausende alten Tradition des natürlichen Heilens, ist jene Kraft, die die Grundlage allen Lebens bildet. Diese universelle Lebensenergie kann durch entsprechende Einstimmungen in jedem Menschen geweckt werden, so dass sie als heilende und harmonisierende Kraft durch unsere Hände fließt. Im 1. Grad wird die Fähigkeit erlernt, sich selbst und andere wirkungsvoll zu „behandeln“.

Materialkosten: € 10,- für Skript und Urkunde  
Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

#### \_\_\_ Ro 03.00.06

**Birgit Grebe**  
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

#### Sa/So, 03./04.03.2007

von jeweils 10.00-18.00 Uhr

€ 55,-, 21 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

### Soweit die Füße tragen – bewegliche Körper

Unsere Füße tragen uns ob beim Gehen, Laufen, Tanzen oder im Sport – und fast immer in Schuhen – hierbei arbeitet der Fuß nicht als Einzelzeile. Damit er richtig – länger schmerzfrei – funktionieren kann, müssen auch Knöchelgelenk, Unterschenkelknochen sowie Knie- und Hüftgelenke mit dem Fuß zusammenarbeiten. Lernen Sie durch kleine und achtsame Bewegungen sich leichtfüßiger und eleganter zu bewegen – beim Laufen den gesamten Körper unterstützend einzusetzen.

Bitte Iso-Matte, warme Socken, Decke mitbringen und bequeme warme Kleidung tragen

#### \_\_\_ Ro 03.00.07

**Stefan Baic**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

Sa, 10.03.2007 von 9.30-13.30 Uhr und

So, 11.03.2007 von 14.00-18.00 Uhr

€ 29,-, 11 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

### Humankomplexologie

**Zusammenhänge und Gegenpole im menschlichen Körper**

Mit der Humankomplexologie wird die Körperwahrnehmung geschult und mit gezielten Atmungs-, Haltungs-, Bewegungs- und Spannungsübungen reflektorisch der ganze Körper erreicht. Mit einfachen und gezielten An- und Spannungsübungen einzelner Muskelpartien bzw. von Gelenk- und Muskelzusammenhängen werden Muskelverspannungen im Hals-Nackengebiet, Verspannung der Augenmuskulatur, Schulterschmerzen, Rücken- und Kreuzschmerzen im Lendenwirbelbereich, Gelenksbeschwerden und andere Beschwerdebilder gelöst und das gesamte körperliche und geistig-seelische Befinden somit verbessert.

Die Bewegungsabläufe sind schnell zu erlernen, einfach anzuwenden und vor allem wirksam.

Diesem Grundkurs folgt ein Aufbaukurs im Herbst 2007.

Bringen Sie bitte eine warme, weiche Unterlage, kleines Kopfkissen und warme Socken mit.

#### \_\_\_ Ro 03.00.08

**Marianne Chea**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 13.03.2007

€ 35,-, 6 x 2 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

### Prüfungsangst „Der Knoten im Kopf“

Alle Menschen sind Zeit ihres Lebens vielfältigen Prüfungen ausgesetzt. Die heiße Prüfungszeit ist in der Regel zwischen dem 16. und 30. Lebensjahr durch Schulabschluss, Führerschein, Ausbildungsabschluss, Bewerbungsgespräche etc. Bei vielen lösen diese

Prüfungen regelrecht Angstzustände aus. Sie lernen in diesem Seminar die Angst vor der Prüfung zu verlieren und mit Gelassenheit der Prüfung zu begegnen.

#### \_\_\_ Ro 03.00.09

**Ursula Eiselstein**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

Sa, 17. März 2007, 10.00-17.00 Uhr

€ 23,-, 9 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

### Edle Steine und ihre Wirkung auf Körper, Seele und Geist

Eine Einführung in die Edelsteintherapie der Hl. Hildegard und deren Weiterentwicklung heute

Dieses Seminar gewährt Ihnen einen Einblick in das Zauberreich der Edelsteine. Edelsteinen wurden große Kräfte zugesprochen, sie heilten Kranke, schützten Reisende und wurden als Talismane getragen. Dieser Kurs beschäftigt sich mit dem Wissen der Alten, überbringen auf unsere neue Zeit. Wirkung, Anwendung und Reinigung der Steine werden ausführlich vorgestellt und praktisch erprobt. Wer sich der Welt der Edelsteine öffnet, bekommt ein neues Verständnis der großen Zusammenhänge zwischen Mensch und Natur geschenkt.

#### \_\_\_ Ro 03.00.11

**Hans Peter Jörg**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

Sa/So, 05./06.05.2007

von jeweils 10.00-18.00 Uhr

€ 52,-, 20 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

### Klopfen, die sanfte Therapie

Unser Körper ist eine sehr empfindliche „Maschine“, die auf alle Einflüsse von außen – aber auch von innen – reagiert. Jede Zelle des Körpers bekommt die gleiche Information, ob positiv oder negativ. Hier wird mit einer Methode gearbeitet, die es uns ermöglicht, auf unkomplizierte Weise mit Hilfe der Finger einfache seelische und körperliche Probleme selbst anzugehen und zu lösen.

#### \_\_\_ Ro 03.00.12

**Birgit Grebe**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

Sa/So, 12./13.05.2007

von jeweils 10.00-18.00 Uhr

€ 55,-, 21 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

**Die Teilnahme an den folgenden Kursen sollte nur nach Rücksprache mit dem Hausarzt erfolgen!**

### Zur Beachtung:

Für die Kurse „Tai Chi Chuan“, „Autogenes Training“, „Meditation“ und „Yoga“ benötigen alle Teilnehmer bequeme, warme Kleidung, Wollsocken und eine Decke!

### Autogenes Training für Anfänger/innen

Extreme Belastungen, Ärger im Beruf und Familie, Hetze im Alltag führen zu Stress und können oft nicht mehr körperlich verkraftet werden. Dadurch kann es zu ernsthaften Beeinträchtigungen der Gesundheit kommen. Hier kann das Autogene Training zur wirksamen Selbstspannung beitragen und die innere Ruhe und Ausgeglichenheit wiederherstellen.

#### \_\_\_ Ro 03.01.01

**Jochen Beckmann**

Rodgau(Nieder-Roden), Naturheilpraxis  
Jochen Beckmann, Dornwiesenstraße 15

Mi, 18.00-19.30 Uhr, ab 07.02.2007

€ 58,-, 10 x 2 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/Innen

### Autogenes Training für Anfänger/innen

(Inhalte: wie Ro 03.01.01)

#### \_\_\_ Ro 03.01.02

**Jochen Beckmann**

Rodgau(Nieder-Roden), Naturheilpraxis  
Jochen Beckmann, Dornwiesenstraße 15

Mi, 19.45-21.15 Uhr, ab 07.02.2007

€ 58,-, 10 x 2 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/Innen

### Autogenes Training für Anfänger/innen

(Inhalte: wie Ro 03.01.01)

#### \_\_\_ Ro 03.01.03

**Jochen Beckmann**

Rodgau(Nieder-Roden), Naturheilpraxis  
Jochen Beckmann, Dornwiesenstraße 15

Mi, 18.00-19.30 Uhr, ab 02.05.2007

€ 58,-, 10 x 2 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/Innen

### Autogenes Training für Anfänger/innen

(Inhalte: wie Ro 03.01.01)

#### \_\_\_ Ro 03.01.04

**Jochen Beckmann**

Rodgau(Nieder-Roden), Naturheilpraxis  
Jochen Beckmann, Dornwiesenstraße 15

Mi, 19.45-21.15 Uhr, ab 02.05.2007

€ 58,-, 10 x 2 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/Innen

### Autogenes Training für Kinder (6-8 Jahre)

Das Autogene Training ist eine Entspannungsmethode, dabei lernen die Kinder, sich und ihren Körper intensiver wahrzunehmen. Autogenes Training soll Kindern Spaß machen, es soll helfen bei: Konzentrationschwierigkeiten, Stress, Schlafstörungen, selbstbewusster zu werden,... Die Kinder lernen damit, im Alltag Ruhe- und Entspannungsmomente zu erreichen. Diese sind Voraussetzung für eine gesunde psychische und physische Entwicklung. Bitte in bequemer Kleidung kommen, sowie eine Decke und Wollsocken mitbringen.

**Voraussetzung zur Teilnahme am Kurs ist die Teilnahme der Eltern am Elternabend, Donnerstag, 25.01.2007, 20.00 Uhr, Sozialzentrum Nieder-Roden, Puisseauxplatz!**

#### \_\_\_ Ro 03.01.06

**Claudia Bunke**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

Fr., 15.00-16.00 Uhr, ab 02.02.2007

€ 23,00, 8 Tage / 11 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 6 Teilnehmer/Innen

### ZEN-MEDITATION Anfänger und Fortgeschrittene

Um zu meditieren benötigen wir keinerlei Hilfsmittel, außer unserem Atem, den wir immer dabei haben. Der vietnamesische ZEN-Meister und Friedensaktivist, Thich Nhat Hanh, lehrt eine für uns „Westler“ einfach verständliche Art der Achtsamkeit. Eine Teezeremonie und ein Erfahrungsaustausch runden den Abend ab. Vorab-Info's gerne unter Telefon-Nr. 06106/610662

Pro Teilnehmer kommt zur Kursgebühr ein Unkostenbeitrag von 5 Euro für Tee und Gebäck hinzu, dieser wird direkt bei der Kursleiterin bezahlt.

#### \_\_\_ Ro 03.01.08

**Gabriela Lang**

Rodgau(Jugesheim), ZENDO, Praxis f. asiatische Medizin, Heinrich-Böll-Str. 33 Parkmöglichkeit nur im Alten Weg vorhanden!

Do, 19.30-21.30 Uhr, ab 08.02.2007

€ 78,-, 27 UE/ 10 Kurstage

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

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

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!

#### \_\_\_ Ro 03.01.10

**Angelika Jockwer**

Rodgau(Jugesheim), Aikido Dojo, Ludwigstraße 13

Do, 17.30-19.00 Uhr, ab 08.02.2007

€ 117,-, 15 x 2 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 15 Teilnehmer/Innen

### Hatha-Yoga III nach ayurvedischen Prinzipien

Verbindung des jahrtausendalten Wissens von Yoga und Ayurveda, intensives und genaues Üben

Dieser Kurs bietet eine grundlegende Einführung in die unterschiedlichen Wirkungsweisen der elementaren Kräfte 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, Meditation, Atem- und Spannungsübungen 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 Sportkleidung tragen!

#### \_\_\_ Ro 03.01.11

**Angelika Jockwer**

Rodgau(Jugesheim), Aikido Dojo, Ludwigstraße 13

Do, 19.05-20.35 Uhr, ab 08.02.2007

€ 117,-, 15 x 2 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 15 Teilnehmer/Innen

**Yoga – Schnuppertag**

Eine Einführung in die Grundprinzipien des Hatha-Yoga mit Asanas (Körperstellung), Atemtechnik, Tiefenentspannung und Meditation.

Bitte eine Übungsmatte, kleines Kissen, warme Socken und eine Decke mitbringen und bequeme Sportkleidung tragen! Verpflegung ist selbst mitzubringen.

\_\_\_Ro 03.01.13

**Claudia Jörg**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Sa, 24. März 2007** von 10.00-17.00 Uhr  
€ 25,- / 1 Tag/ 9UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Mit Yoga entspannen und Stress abbauen**

Kraftvolle und entspannende Yogastellungen helfen uns, den Alltagsstress loszulassen und neue Energie aufzutanken.

Bitte eine Übungsmatte, kleines Kissen, warme Socken und eine Decke mitbringen und bequeme Sportkleidung tragen! Verpflegung ist selbst mitzubringen.

\_\_\_Ro 03.01.14

**Claudia Jörg**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Sa, 21. April 2007** von 10.00-17.00 Uhr  
€ 25,- / 1 Tag/ 9UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Stabiler Rücken – stabile Wirbelsäule**

Yogabüben, die die Rückenmuskulatur kräftigen und entspannen, die Wirbelsäule flexibilisieren und zu einer äußeren und inneren Aufrichtung führen.

\_\_\_Ro 03.01.15

**Claudia Jörg**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Sa, 12. Mai 2007** von 10.00-17.00 Uhr  
€ 25,- / 1 Tag/ 9UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Reflexionsmassage für Füße und Hände – für Paare und Einzelpersonen**

Mehr Aufmerksamkeit unseren Füßen, dadurch mehr Beweglichkeit und Stabilität. Mit verschiedenen Methoden werden Sie sich mit Ihren Füßen beschäftigen – Bewegung, Entspannung, Reflexionsmassage. Die Workshopgestaltung ermöglicht Ihnen ein leichtes Kennen lernen Ihrer Füße, der Lage der Fußreflexzonen und auch der Ausführung einer einfühlsamen Massage. Sie können sich in der genussvollen Rolle des Gebenden und Empfangenden erleben.

Bitte mitbringen: Großes Handtuch, Isomatte, warme Socken, Creme, Decke

\_\_\_Ro 03.01.16

**Stefan Baic**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Sa, 24.02.2007** von 9.30-13.30 Uhr und  
**So, 25.02.2007** von 14.00-18.00 Uhr

€ 29,- / 11 UE  
- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**T'AI CHI CH'UAN KURSE IN RODGAU****Vorbemerkung:**

T'ai Chi Ch'uan, Lee Stil, ist die alte chinesische Kunst der Meditation in Bewegung. Weich, rund und langsam ausgeführt, in Verbindung mit Atemübungen und Kai Men Yoga, entfalten die Übungen ihre Wirkung. Im meditativen Bewegungsfluss erleben wir Ruhe und Aufmerksamkeit, Geschmeidigkeit und Kraft, Entspannung und Energie, ein harmonisches Körper- und Selbstgefühl.

Über die Teilnahme an einem Wochenendkurs ist es möglich, in den laufenden Basiskurs einzusteigen, in dem die Kurzform des Lee-Familien-Stils vermittelt wird.

Voraussetzung für die Teilnahme an einem weiterführenden Kurs sind die Erfahrungen aus Anfänger- oder Basiskursen, für den Fortgeschrittenkurs die „Kleine T'ai Chi Ch'uan Form“ bis Position 50. Neuaufnahmen in die laufenden Kurse sind nach Rücksprache mit den Kursleitern möglich.

Neben bequemer Kleidung werden dicke Socken oder leichte Turnschuhe, ein festes, kleines Kissen und eine Decke benötigt.

**Josefine Carls** 069/89 71 57  
**Jörg Rüdell** 06104/62 82 4

**T'ai Chi Ch'uan - Wochenendkurs**

Zwei Tage in Ruhe und Gelassenheit erleben, dabei die Wohltaten von T'ai Chi Ch'uan kennen lernen.

Benötigt werden neben bequemer Kleidung, dicken Socken/leichten Turnschuhen, ein festes, kleines Kissen und eine Decke sowie ein kleiner Imbiss und Getränk.

\_\_\_Ro 03.01.20

**Jörg Rüdell**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Sa, 10. März 2007** von 10.00-16.30 Uhr  
und

**So, 11. März 2007** von 10.00-15.00 Uhr  
€ 39,-, 2 Tage / 15 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

**T'ai Chi Ch'uan Basiskurs**

Inhalte siehe Vorbemerkung

\_\_\_Ro 03.01.25

**Josefine Carls**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule

**Mi, 18.00-19.30 Uhr, ab 28.02.2007**  
€ 62,-, 12 x 2 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**T'ai Chi Ch'uan Fortgeschrittene**

Für Teilnehmer/innen, die die „Kleine Tai Chi Chuan Form“ bis Position 50 bereits gelernt haben.

\_\_\_Ro 03.01.27

**Josefine Carls**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Mo, 19.45-21.15 Uhr, ab 26.02.2007**  
€ 62,-, 12 x 2 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Qi Gong**

Qi Gong sind chinesische Atem- und Bewegungsübungen zur Stärkung des Immunsystems durch Aktivierung der Energie(Qi). Es kann in jedem Alter ohne Probleme erlernt werden. Die Übungen werden langsam und konzentriert durchgeführt.

(Infos: 069/89 71 57)

Benötigt werden bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und Kissen.

\_\_\_Ro 03.01.28

**Josefine Carls**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Mo, 18.00-19.30 Uhr, ab 26.02.2007**  
€ 62,-, 12 x 2 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

**Qi Gong - Die acht Brokate – nachmittags**

Die Acht Brokate, auch Pa Tuan Chin genannt, sind einfache Bewegungs- und Atemübungen, die im Stehen ausgeführt werden. Sie bieten Entspannung und leichtes Körpertraining. Im Kurs werden Sie die Übungen lernen und üben, um sie mit nach Hause zu nehmen und ins tägliche Leben zu integrieren.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte in bequemer Kleidung kommen.

\_\_\_Ro 03.01.30

**Karin Brügelmann**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Mi, 14.30-15.30 Uhr, ab 28.02.2007**  
€ 31,-, 9 Tage/ 12 UE

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

**Leichter Lernen - mit BRAIN GYM (Lerngymnastik) Eltern/Kind-Workshop**

Mit BRAIN GYM-Übungen können Muskel- und Bewegungs-Reflexe angeregt werden, die das Lernen leichter machen. Gezielte Bewegungsübungen fördern z.B. die Zusammenarbeit der rechten und linken Gehirnhälfte. Blockaden, Angst und Stress können abgebaut und Motivation sowie die Lust am Lernen gesteigert werden.

Kinder und Eltern lernen gemeinsam, blockierte Energie wieder in Fluss zu bringen und ihre verborgenen Fähigkeiten zu finden und zu nutzen.

Empfehlung: Bequeme Kleidung und kleines Kissen sowie Schreibutensilien mitbringen!

\_\_\_Ro 03.01.32

**Petra Schmidt**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Sa, 03.03.2007, 14.30-18.00 Uhr**  
€ 15,-, für Erwachsene bzw. € 8,- für Kinder  
1 x 5 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**BRAIN GYM für Erwachsene WE – auch ein Weg zu innerer Ausgeglichenheit**

Mit Stresssituationen richtig umzugehen ist wichtig, um den Alltag gelöst zu bewältigen. Müdigkeit und Antriebslosigkeit, schlechte Laune, Blockaden und Verspannungen müssen nicht sein.

Durch gezielte Bewegungsübungen kommt blockierte Energie wieder in Fluss und gibt uns Schwung und Lebensfreude zurück.

Empfehlung: Bequeme Kleidung und kleines Kissen. Bitte Schreibutensilien mitbringen.

\_\_\_Ro 03.01.34

**Petra Schmidt**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Samstag, 12.05.2007, 14.30-18.00 Uhr**  
€ 15,-, 1 x 5 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Wirbelsäulentraining ohne Reue für Männer und Frauen - vormittags**

Der Kurs bietet körperfunktionsgerechtes Training. Die Übungen werden aus einer Entlastungshaltung heraus langsam und konzentriert durchgeführt. Das bedeutet Muskeltraining ohne schädliche Belastung für Wirbelsäule und Gelenke. Meditative, leise Musik sorgt für eine stressfreie, beruhigende Atmosphäre.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

\_\_\_Ro 03.02.01

**Irene Hollerbach**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Fr, 8.30-9.30 Uhr, ab 09.02.2007**  
€ 53,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

**Wirbelsäulentraining ohne Reue für Männer und Frauen - vormittags**

(Inhalte wie Ro 03.02.01)

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

\_\_\_Ro 03.02.02

**Irene Hollerbach**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Di, 10.30-11.30 Uhr, ab 06.02.2006**  
€ 53,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

**Gelenkschonende Ganzkörpergymnastik für Männer und Frauen - vormittags**

Ausgleichende Fitness ist Ziel dieses Kurses. Alle Hauptmuskelgruppen wie Rücken - Bauch - Po - Arme - Beine werden wechselseitig ausgiebig trainiert, wobei in jeder Stunde ein anderer Schwerpunkt gesetzt wird.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

\_\_\_Ro 03.02.03

**Irene Hollerbach**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Di, 8.30-9.30 Uhr, ab 06.02.2007**  
€ 53,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

**Ganzkörpertraining für Frauen - vormittags**

Alle Hauptmuskelgruppen wie Rücken - Bauch - Po - Arme - Beine werden wechselseitig ausgiebig trainiert, wobei in jeder Stunde ein anderer Schwerpunkt gesetzt wird.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

\_\_\_Ro 03.02.04

**Irene Hollerbach**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Di, 9.30-10.30 Uhr, ab 06.02.2006**  
€ 53,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Fitnessgymnastik für Männer und Frauen - vormittags

Eine ausgewogene Mischung aus Callanetics – Haltungsschulung – Rückengymnastik – Training mit Handgeräten u.a. Hanteln, Therabändern sorgt für ein gezieltes Training bestimmter Muskelgruppen z.B. Rücken, Bauch, Beine, Po. Dehn- und Entspannungsübungen sorgen für den Stundenabschluss. Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

\_\_\_Ro 03.02.05

**Irene Hollerbach**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Fr, 9.30-10.30 Uhr, ab 09.02.2007

€ 53,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Easy-Step / Problemzonen-gymnastik für Männer und Frauen -vormittags-

Es erwartet Sie ein flottes Aufwärmprogramm, eine schweißtreibende Ausdauerphase mit dem Step und leicht erlernbare Choreographien. Ein Kräftigungsteil für Bauch/Rücken/Arme/Po. Die Stunde klingt mit Entspannungsübungen aus.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

\_\_\_Ro 03.02.06

**Irene Hollerbach**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Fr, 10.30-11.30 Uhr, ab 09.02.2007

€ 55,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Gymnastik?? Sonntags?? Ja!!! für Männer und Frauen

Ja, richtig es ist Sonntag und wir liegen nicht im Bett, sondern tun etwas gegen verspannte Nacken, gequälte Rückenpartien, vernachlässigte Bauchmuskeln, verkürzte Kniehosen und ganz nebenbei schauen wir mal ob nicht auch eine bessere Haltung von Nöten wäre. Lust? Dann auf.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

\_\_\_Ro 03.02.07

**Irene Hollerbach**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

So, 09.30-10.30 Uhr, ab 18.02.2007

€ 53,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Easy-Step für Männer und Frauen - Sonntagvormittag

Es erwartet Sie ein flottes Aufwärmprogramm, eine schweißtreibende Ausdauerphase mit dem Step und leicht erlernbare Choreographien. Ein Kräftigungsteil für Bauch/Rücken/Arme/Po. Die Stunde klingt mit Entspannungsübungen aus.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

\_\_\_Ro 03.02.08

**Irene Hollerbach**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

So, 10.30-11.30 Uhr, ab 18.02.2007

€ 55,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Fettverbrennung und Kraft-training

Dieser Kurs richtet sich an alle, die einen gesunden Ausgleich zu eintöniger Büroarbeit suchen und Spaß an ausgiebiger Bewegung nach Musik haben. Er gliedert sich in zwei Bereiche: einen Aerobic-Teil mit einfachen Schrittfolgen zur Verbesserung von Ausdauer und Koordinationsfähigkeit und einen Body-Styling-Teil zur Kräftigung der Muskulatur und Straffung des Gewebes im gesamten Körper. Bitte mitbringen: gute Sportschuhe, Sportmatte, Handtuch und Getränk.

\_\_\_Ro 03.02.09

**Pia Lehmann**

Rodgau(Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Straße

Mo, 20.30-22.00 Uhr, ab 05.02.2007

€ 62,-, 12 x 2 UE

Hinweis: max. 25 Teilnehmer/innen

### Funktionsgymnastik für die Wirbelsäule

Durch Anspannungs-, Dehnungs- und Entspannungsbewegungen sollen Sie die Beweglichkeit Ihrer Wirbelsäule erhalten und verbessern. Mitzubringen: Gymnastikkleidung, Decke und ein kleines festes Kissen.

\_\_\_Ro 03.02.11

**Doris Keller**

Rodgau (Weiskirchen), Bürgerhaus (Schillerstraße)

Mo, 9.00-10.00 Uhr, ab 15.01.2007

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Funktionsgymnastik für die Wirbelsäule

(Inhalte wie Ro 03.02.11)

\_\_\_Ro 03.02.12

**Doris Keller**

Rodgau (Weiskirchen), Bürgerhaus (Schillerstraße)

Mo, 10.00-11.00 Uhr, ab 15.01.2007

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Gymnastik

Dieser Kurs ist besonders für Teilnehmer gedacht, die ohne Leistungsstress Bewegung suchen.

Gymnastische Übungen und Anregungen der Teilnehmer bestimmen die Inhalte des Kurses. Dabei kommt es weder auf das Alter, noch auf das Leistungsvermögen des Einzelnen an, wichtig ist nur, dass jeder bereit ist, sich in die Gruppe einzuordnen, zum gemeinsamen Tun.

\_\_\_Ro 03.02.15

**Alexander Butte**

Rodgau(Jügesheim), Carl-Orff-Schule, Nordring

Mi, 19.00-20.00 Uhr, ab 07.02.2007

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 25 Teilnehmer/innen

### Konditionsgymnastik

Erwachsene können im Rahmen dieses Kurses ihr allgemeines physisches Leistungsvermögen erhalten oder steigern. Der Unterricht umfasst die intensive Verbesserung der Körperhaltung und der allgemeinen Ausdauer.

\_\_\_Ro 03.02.16

**Alexander Butte**

Rodgau(Jügesheim), Carl-Orff-Schule, Nordring

Mi, 20.00-21.00 Uhr, ab 07.02.2007

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 25 Teilnehmer/innen

### Zirkustraining für Kinder und Jugendliche (8-18 Jahre)

Inhalte: Jonglieren mit Bällen, Ringen, Keulen, Diabolo; Balancieren; Einrad fahren; eine Auf-führung gestalten.

Bitte in bequemer Gymnastikkleidung kommen und vorhandene Jongliergeräte und Ein-räder mitbringen. Verpflegung ist selbst mit-zubringen.

\_\_\_Ro 03.02.17

**Alexander Butte**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Sa + So, 10. + 11.03.2007,

10.00 - 16.00 Uhr

€ 25,- (16 UE)

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

### Zirkustraining für Kinder und Jugendliche (8-18 Jahre)

(Inhalte wie Ro 03.02.17)

\_\_\_Ro 03.02.18

**Alexander Butte**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Sa + So, 05. + 06.05.2007,

10.00-16.00 Uhr

€ 25,- (16 UE)

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

### Gutes für den Rücken

Rückenschmerzen entstehen durch Bewe-gungsmangel, falsches und zu langes Sitzen oder einseitige Belastung. Mit gezielter Schon-gymnastik (Kräftigungs-, Dehn- und Mobilisa-tionsübungen) werden Wirbelsäulenbeschwer-den und muskuläre Dysbalancen wirkungsvoll kuriert.

Mitzubringen: Gymnastikkleidung und Gym-nastikmatte

\_\_\_Ro 03.02.19

**Eva Roth**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Mo, 18.00-19.00 Uhr, ab 08.02.2007

€ 47,-, € 13 Tage = 18 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Gutes für den Rücken

(Inhalte wie Ro 03.02.19)

\_\_\_Ro 03.02.20

**Eva Roth**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Do, 19.00-20.00 Uhr, ab 08.02.2007

€ 47,-, 13 Tage = 18 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Gutes für den Rücken

(Inhalte wie Ro 03.02.19)

\_\_\_Ro 03.02.21

**Eva Roth**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Do, 20.00-21.00 Uhr, ab 08.02.2007

€ 47,-, 13 Tage = 18 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Rundum fit ab 50

Mit einem schonenden Ganzkörpertraining, welches fordert aber nicht überfordert, werden Ihre Fitness und Ihr allgemeines Wohlbefinden verbessert.

Kursinhalte: Beckenboden- und Rückentra-ning.

Mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Matte, Decke und ein kleines Kissen.

\_\_\_Ro 03.02.22

**Eva Roth**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Diabolo, Balancieren; Einrad fahren; eine Auf-

führung gestalten.

Bitte in bequemer Gymnastikkleidung kommen und vorhandene Jongliergeräte und Ein-räder mitbringen. Verpflegung ist selbst mit-zubringen.

\_\_\_Ro 03.02.22

**Eva Roth**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 15.00-16.00 Uhr, ab 06.02.2007

€ 47,-, 13 Tage / 18 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Rundum fit ab 50

(Inhalte siehe Ro 03.02.22)

Mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Matte, Decke und ein kleines Kissen.

\_\_\_Ro 03.02.23

**Eva Roth**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 16.00-17.00 Uhr, ab 06.02.2007

€ 47,-, 13 Tage / 18 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Cardio - BBP

Nach einer intensiven Aufwärmphase der ges-amten Muskulatur werden die sog. Problem-zonen intensiv gekräftigt und anschließend gut gedehnt. Diese Stunde ist ein ideales Ganzkörpertraining, das sowohl die Kondition steigert als auch die Problemzonen trainiert. Mit viel Spaß und guter Musik verbessern wir unsere Figur!

Bitte Matte, gute Sportschuhe und Getränk mitbringen!

\_\_\_Ro 03.02.24

**Annette Winter**

Rodgau(Jügesheim), Carl-Orff-Schule, Nordring, Turnhalle (im Hof)

Di, 19.30-20.30 Uhr, ab 06.02.2007

€ 36,-, 10 Tage = 14 UE

### Gesundheitsgymnastik

Körperliche Fitness sichert eine kräftige Mus-kulatur, mindert Verschleißerscheinungen an den Gelenken und schützt somit vor Bes-werden. Schwerpunkte dieser Übungs-stunde sind Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit – der Stabilität des Herz-Kreis-laufes sowie Dehnungs- und Entspannungs-übungen. Die Stunde soll Spaß und Lust an der Bewegung vermitteln und ist für Neueinsteiger ebenso geeignet wie für Sportlerfahrende, da die Übungen von verschiedenen Schwierig-keitsstufen ausgeführt werden können. Bitte eine Matte mitbringen!

\_\_\_Ro 03.02.25

**Annette Winter**

Rodgau(Jügesheim), Carl-Orff-Schule, Nordring, Turnhalle (im Hof)

Di, 20.30-21.30 Uhr, ab 06.02.2007

€ 36,-, 10 Tage = 14 UE

### Bauch - Beine - Po (BBP)

In dem BBP-Kurs werden wir unsere Problem-zonen straffen. Der Kurs beginnt mit einem kurzen Aufwärmen und endet mit einem kur-zen Stretching.

Bitte bequeme Gymnastikkleidung, -schuhe und eine Matte mitbringen.

\_\_\_Ro 03.02.26

**Kerstin Erl**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mi, 18.15-19.15 Uhr, ab 07.02.2007

€ 57,-, 12 Tage = 22 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**Eine Anmeldung ist auch über unsere Homepage möglich: [www.rodgau.de](http://www.rodgau.de)**



**Bauch - Beine - Po (BBP)**

(Inhalte siehe Ro 03.02.31)

**Ro 03.02.27****Kerstin Ertl**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puisseauxplatz

Fr, 17.45-18.45 Uhr, **ab 09.02.2007**

€ 49,-, 14 Tage = 19 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**Step – Einsteigerkurs**

Step ist ein Ausdauertraining und schult die Koordination. In diesem Kurs beginnen wir mit den Grundsritten und steigern uns langsam. Bitte bequeme Kleidung, festes Schuhwerk, ein Handtuch und ein Getränk mitbringen.

**Ro 03.02.28****Kerstin Ertl**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puisseauxplatz

Fr, 18.45-19.30 Uhr, **ab 09.02.2007**

€ 36,-, 14 x 1 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**PILATES- Einsteigerkurs**

Pilates ist ein schonendes Ganzkörpertraining. Sie verbessern Ihre Körperhaltung, Koordination, Atmung, Konzentration und Ausdauer.

Bitte bequeme Gymnastikkleidung, evtl. dicke Socken, Pulli sowie eine Matte mitbringen.

**Ro 03.02.29****Kerstin Ertl**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puisseauxplatz

Mi, 16.00-17.00 Uhr, **ab 07.02.2007**

€ 57,-, 16 Tage = 22 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**PILATES**

Dieser Kurs ist für Teilnehmer, die bereits an einem Pilates-Einsteigerkurs teilgenommen haben und darauf aufbauen möchten. Bitte bequeme Gymnastikkleidung, evtl. dicke Socken und einen Pulli sowie eine Matte mitbringen.

**Ro 03.02.30****Kerstin Ertl**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puisseauxplatz

Mi, 17.00-18.00 Uhr, **ab 07.02.2007**

€ 57,-, 16 Tage = 22 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**Pilates Intensiv****"Contrology" ein Body-Mind-Spirit-Workout**

"schalte ab, tue etwas für dich..." "Es ist der Geist, der sich den Körper baut",

"Physische Fitness ist die erste Voraussetzung zum Glück. Um glücklich zu werden, ist es unerlässlich, absolute Kontrolle über den Körper zu gewinnen. Wenn du mit 30 steif und aus der Form geraten bist, bist du alt. Wenn du mit 60 stark und geschmeidig bist, bist du jung." Solide Gesundheit, höheres Selbstbewusstsein, stärkeren Willen und sehr viel mehr Energie. Das wünscht sich jeder. Hier hängen wir damit an. Ein kleines Intensivprogramm zum kennen lernen und zu Hause machen. Bitte mitbringen: Großes Handtuch oder warme Decke, Socken, Getränke, Stift und gute Laune.

**Ro 03.02.31****Marian Segatz**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puisseauxplatz

**Sa, 05. Mai 2007** von 10.00-15.30 Uhr

€ 26,-, 1 Tag / 6 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**Hip Hop, Salsa und Jazz**

Jeder Mensch kann tanzen und sich mit allen Sinnen und allen Körperteilen bewegen! Wir fördern den Körper, jeder Muskel wird gespürt auf lebendige, aufregende Weise. Das nützliche Resultat daraus sind gesundes Wohlbefinden, gute Laune, viel Spaß und ein kleines, abwechslungsreiches Konditionsprogramm. Natürlich mit heißen Rhythmen und anregender Musik. Danach fühlt Frau/Mann sich wie neugeboren, denn in einem lebendig bewegten Körper steckt auch ein gesunder Geist. Bitte mitbringen: feste Turnschuhe, langes T-Shirt, Handtuch, Getränke, gute Laune.

**Ro 03.02.38****Marian Segatz**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puisseauxplatz

**Sa, 17. März 2007** von 10.00-15.30 Uhr

€ 26,-, 1 Tag / 6 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**Dance-Aerobic**

Für Dancing Queens und alle, die es werden wollen, ist dieser Kurs ein absolutes Muss! Aerobic-Grundschriffe werden mit tänzerischen Elementen kombiniert und heraus kommt eine tolle Choreographie, die garantiert Spaß bringt. Vorkenntnisse in Aerobic sind von Vorteil.

Bitte mitbringen: feste Turnschuhe und bequeme Gymnastikkleidung, Handtuch.

**Ro 03.02.39****Nina Buße**

Rodgau(Weiskirchen), Sportstudio Vital,

Liebigstr. 4

Fr, 16.30-17.30 Uhr, **ab 09.02.2007**

€ 37,-, 10 Tage / 14 UE

Eine einmalige Gebühr von 10 € pro Teilnehmer für Duschen und die Studiobenzutzung wird direkt im Sportstudio gezahlt.

**Spinning**

Spinning ist ein Herz-Kreislauf- und Fettverbrennungs-Fitnessstraining und wird auf speziellen Fahrrädern in der Gruppe und mit Musik auf gelenkschonende Weise trainiert. Die Fahrräder bieten die Möglichkeit, den Widerstand stufenlos einzustellen. Somit ist Spinning sowohl für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

**Ro 03.02.40****Ivana Kothe**

Rodgau(Weiskirchen), Sportstudio Vital,

Liebigstr. 4

Fr, 17.00-18.00 Uhr, **ab 02.02.2007**

€ 42,-, 12 Tage / 16 UE

Eine einmalige Gebühr von 19 € pro Teilnehmer für Duschen, Gerätenutzung usw. wird direkt im Sportstudio gezahlt.

**Aikido Einführungskurs**

Aikido ist eine japanische Kampf- und Bewegungskunst die uns lehrt, bei Konflikten jeglicher Art eine möglichst gewaltfreie Lösung zu suchen. Körperliches Üben von Selbstverteidigungsbewegungen macht die zugrunde liegenden Prinzipien anschaulich und sensorisch erfahrbar. Kursinhalte: Durch Atem- und Körperübungen intensivieren wir das Bewusstsein für unseren Körper. Einfache Übungen zum Rollen und Hinlegen auf den Boden (wir üben auf weichen Baumwollmatten) helfen bestehende Ängste vor dem Fallen und Stürzen zu mindern, und vermitteln Ihnen praktisch anwendbare Fertigkeiten – sehr nützlich vor allem jetzt in der kalten Jahreszeit bei Schnee- und Eisglätte. Das anschließende Üben von grundlegenden Aikido-Ausweichbewegungen und einfachen Techniken, gepaart mit Demon-

strationen durch den Lehrer, vermittelt dann einen ersten Eindruck von der Kampfkunst. Sie benötigen lediglich lange Sportbekleidung ohne Reißverschlüsse. Wärmende Socken können bei Bedarf getragen werden. Für vorliegende Rückspalten steht Ihnen der Kursleiter unter 06106-266731 zur Verfügung.

**Ro 03.02.42****Olaf Schubert**

Rodgau (Jugesheim), Aikido Dojo Rodgau,

Ludwigstr. 13

Mo, 19.30-21.00 Uhr, **ab 05.02.2007**

42 €, 8 x 2 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Schlang und Aktiv durch Nordic-Walking**

Nordic-Walking Grundkurs mit der 4 Schritt-Methode, Gesundheit und Lebensqualität brauchen Bewegung. Nordic-Walking-Stöcke können vor Ort beim Kursleiter gegen eine Gebühr geliehen werden.

**Ro 03.02.45****Otto C. Manus**

Rodgau(Nieder-Roden), Eicheleck, Reiber-

kreisel, Nahe Interform-Möbelhaus, Park-

platz der Geflügelzüchter

Mi, 17.30-19.00 Uhr, **ab 04.04.2007**

€ 32,-, 6 x 2 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**Nordic-Walking für nicht ganz schlanke**

Nordic-Walking ist eine der besten Sportarten, um die Fettverbrennung anzukurbeln, da der gesamte Körper trainiert wird. Sie werden die Technik Stück für Stück erlernen, Fett abbauen, Muskeln trainieren und ihre Kondition verbessern.

Zu beachten ist, dass der Kurs im Freien stattfindet und Sie in wettergerechter bequemer Kleidung kommen sollten. Stöcke können beim Kursleiter gegen 3,00 Euro Gebühr pro Termin ausgeliehen werden, wobei dies vor Kursbeginn anzugeben ist.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich

**Ro 03.02.46****Karin Brügelmann**

Rodgau(Jugesheim), Rathenaustr. 3

Mo, 16.00-17.00 Uhr, **ab 19.03.2007**

€ 32,-, 9 Tage / 12 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung.

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Nicht-Rauchertraining****Endlich... endlich wirklich die letzte Zigarette**

Die letzte Zigarette ... mit Freude diese Entscheidung getroffen zu haben, die letzte Zigarette geraucht zu haben, das ist ein Gefühl, welches Sie selbst erfahren werden. Dazu benötigen wir keine Hilfsmittel, wie Pflaster oder Tabletten u.ä., ohne Rückfallgefahr oder Entzugserscheinungen. Zwei Tage, die aus der Abhängigkeit in den rauchfreien Lebensgenuss führen.

Bitte Wasser mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

**Ro 03.03.01****Ursula Eiselstein**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puisseauxplatz

**Sa/So, 24./25.03.2007**

von jeweils 10.00-17.00 Uhr

€ 49,-, 19 UE

Keine Gebührenermäßigung/befreiung –

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Gesundheitliche Vorträge****Hinweis:**

Die Vorträge können von jedermann besucht werden. Anmeldungen hierzu sind nicht erforderlich.

Der Unkostenbeitrag wird direkt am Abend kassiert, deshalb wird um frühzeitiges Erscheinen gebeten!

**Vortrag: „Klopfen – eine Therapie ohne Medikamente“**

„Klopfen“ ist eine wirksame Energietechnik. Sie bringt die Energien zum Fließen. Bei den verschiedensten Schmerzzuständen und seelischen Problemen führt sie schon innerhalb kürzester Zeit zu erstaunlichen Ergebnissen.

**Ro 03.04.05****Birgit Grebe**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-

Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

**Do, 11. Januar 2007, 19.30 Uhr**

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

**Vortrag:****„Mehr Energie mit REIKI“**

REIKI ist universelle Lebensenergie, die uns umgibt und ohne die wir nicht leben könnten. Es wird aufgezeigt, wie wir diese Energie einsetzen können, um uns und andere zu harmonisieren.

**Ro 03.04.01****Birgit Grebe**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-

Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

**Do, 22. Februar 2007, 19.30 Uhr**

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

**Vortrag:****HumanKomplexologie**

Die Zusammenhänge und Gegenpole in der Anatomie des menschlichen Körpers Mit der HumanKomplexologie wird reflektisch der ganze Körper erreicht:

- Sie ist eine effektive Schmerz-Selbsttherapie
- Sie ist als Selbst-Therapie leicht erlernbar und vielseitig anwendbar
- Sie ist eine Soforthilfe zur Schmerzlinderung
- Sie löst sehr schnell den Schmerz oder die Muskelverspannung auf

**Ro 03.04.02****Marianne Chea**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-

Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

**Di, 06. März 2007, 19.30 Uhr**

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

**Vortrag: „Die Biochemie – eine abgekürzte Heilweise“**

Die Biochemie ist eine alternative Heilmethode, die gerade in der heutigen Zeit ins Gespräch gekommen ist. Dr. Schüssler hatte im 19. Jahrhundert herausgefunden, das mit verschiedenen Krankheitsbildern oft ein Mangel an Mineralstoffen im Körper einhergeht. Es wird erläutert, wie man mit diesen Mineralien – den Schüssler-Salzen – umgeht.

**Ro 03.04.03****Birgit Grebe**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-

Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

**Do, 08. März 2007, 19.30 Uhr**

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

### Vortrag: „Prana – Energieheilmethode“

In diesem interessanten Vortrag geht es um alte bzw. neu entdeckte Heilmethoden  
Folgende Themen sind vorgesehen:

- wie aktiviere ich meine Selbstheilungskräfte - wie kann ich bei seelischen, körperlichen oder emotionalen Problemen Hilfe erhalten, ohne chemische Produkte

Prana = Lebensenergie, diese muss überall fließen

\_\_\_ Ro 03.04.04

**Angelika Tank**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-

Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

**Do, 19. April 2007, 19.30 Uhr**

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

### Vortrag: „Mein Kopf platzt! – Migräne“

In diesem Vortrag wird versucht die Ursache der Krankheit zu deuten. Es wird ausgelotet, welche homöopathischen Arzneien bei der Vielschichtigkeit der Symptomatik helfen könnten.

\_\_\_ Ro 03.04.06

**Edith Waldenmaier-Daon**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-

Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

**Do, 10. Mai 2007, 19.30 Uhr**

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

### Vortrag: „Der Tod sitzt im Darm“

...das stellen schon die Ärzte im Altertum fest. Der Darm ist unsere Wurzel. Alle Fehler, die wir bei der Ernährung machen, dazu negative Umwelteinflüsse und Störungen im seelischen Bereich spiegeln sich sofort oder später im Darm wieder. Es wird erklärt, wie man seinen Darm gesund erhält bzw. ihn gesunden lässt.

\_\_\_ Ro 03.04.07

**Birgit Grebe**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-

Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

**Do, 24. Mai 2007, 19.30 Uhr**

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

## Gewicht und Ernährung

### Gesund Abnehmen ohne Jojo-Effekt

Die einzige Methode ohne Jojo-Effekt abzunehmen, ist eine Umstellung der Ernährung, am besten unterstützt durch Bewegung.

Sie erfahren viel über die Bedeutung und die Zusammensetzung der Nahrung, sinnvolle Bewegung ohne Stress, positives Denken und Entspannung. Weiterhin werden Themen wie Vor- und Nachteile bekannter Diäten, verschiedener Ernährungsformen oder unser Säure-/Basenhaushalt besprochen. Ihr individuelles Essverhalten wird in einer Einzelberatung mit einer Dauer von ca. 60. Minuten per PC analysiert. Für die Ausdrucke der Analysen werden vom Kursleiter pro Person 2,00 Euro eingesammelt.

Ziel des Kurses ist es, Ihnen die Grundlagen von Ernährung und gesundem Abnehmen zu vermitteln und Sie um einige Kilos zu erleichtern.

Die ersten drei Termine sind wöchentlich, danach werden Sie individuell beraten, dann findet der Kurs alle zwei bis drei Wochen statt  
Termine: 22.02. / 01.03. / 08.03. / 29.03. / 19.04. / 03.05. / 24.05. / 14.06.

\_\_\_ Ro 03.07.01

**Karin Brügelmann**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,

Eingang Lange Straße oder Bertold-Brecht-Straße

**Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 22.02.2007**

€ 68,-, 26 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

## Kochen

### „Das essen Kinder gerne“ – neue Rezepte

#### Kochkurs für Mütter und Väter

In diesem Kurs wollen wir schnelle und gesunde Rezepte ausprobieren, die in 15, 20 oder 30 Minuten auf den Tisch kommen und alle eine Chance haben, bei Kindern auf die Hitliste zu kommen.

Die Zutaten-Kosten werden am Kurstag von der Kursleiterin kassiert, sie sind nicht Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze , Geschirrhandschuh und Behälter zum Mitnehmen eventueller Reste mitbringen.

\_\_\_ Ro 03.07.02

**Monika Dzieia**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,

Eingang Lange Straße

**Do, 19.00-21.30 Uhr,**

**19.04. + 26.04.2007**

€ 45,-(zuzüglich Umlagen), 7 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Türkische Küche

#### „Der Weg ins Herz führt durch den Magen“

Die türkische Küche liebt die Vielfalt. Die Köstlichkeiten des Morgen- und des Abendlandes sind versammelt: leckere Gemüse, Fleisch- und Fischgerichte und nicht zuletzt himmlische Süßigkeiten.

Die Zutaten-Kosten werden am Kurstag von der Kursleiterin kassiert, sie sind nicht Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze , Geschirrhandschuh und Behälter zum Mitnehmen eventueller Reste mitbringen.

\_\_\_ Ro 03.07.03

**Fatma Fritschen**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,

Eingang Lange Straße

**Do, 18.30-21.30 Uhr, ab 01.03.2007**

€ 44,-(zuzüglich Umlagen) 5 x 4 UE

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/Innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Griechische Küche – vegetarisch - Wochenendkurs

Sie ernähren sich vegetarisch und gehen selten „zum Griechen“ essen, da Sie außer dem Vorspeisenteiler nur wenige Auswahlmöglichkeiten haben? Wenn auch Sie immer noch glauben, dass die griechische Küche nur aus Gyros und Souvlaki besteht, dann sollten Sie diesen Kurs besuchen.

- Vorspeisenteiler: gefüllte Weinblätter, gebratene Gemüsestücke, dicke Bohnen in Tomatensauce, gebackener Schafskäse, gefüllten Kürbisblüten, Auberginensalat, Tzatziki.
- Pita (Blätterteig mit Schafskäse und Spinat gefüllt)
- gefüllte Paprika und Tomaten
- gefüllte Auberginen

\_\_\_ Ro 03.07.04

**Barbara Andreadou**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,

Eingang Lange Straße

**Samstag + Sonntag, 05./06.05.2007,**

jeweils 10.00-17.30 Uhr

€ 44,-(zuzüglich Umlagen), 20 UE

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Chinesische Küche - raffiniert einfach-

Salz- und fettarm, aber dennoch würzig kochen ist möglich. Die kaloriengebremssten und vitaminreichen Speisen aus dem Fernen Osten regen zudem schon beim Hinschauen den Appetit an. Anhand ausgewählter Rezepte werden schmackhaft-bekömmliche Gerichte zubereitet.

Die Materialumlage für die Lebensmittel, Getränke und Rezepte in Höhe von 7 Euro pro Termin wird bei Kursbeginn erhoben.

Bitte Schürze und Geschirrhandschuh mitbringen!

\_\_\_ Ro 03.07.06

**Renate Büttner**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,

Eingang Lange Straße

**Mi, 18.30-21.30 Uhr, ab 28.02.2007**

€ 43,-(zuzüglich Umlagen), 4 x 4 UE

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Chinesische Küche - raffiniert einfach- Wochenendkurs

(Inhalte siehe Kurs Nr. Ro 03.07.06)

Die Materialumlage für die Lebensmittel, Getränke und Rezepte in Höhe von 22 Euro wird bei Kursbeginn erhoben.

Bitte Schürze und Geschirrhandschuh mitbringen!

\_\_\_ Ro 03.07.07

**Renate Büttner**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,

Eingang Lange Straße

**Samstag + Sonntag, 24./25.02.2007,**

jeweils 10.00-17.30 Uhr

€ 48,-(zuzüglich Umlagen), 20 UE

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Chinesische Tafelfreuden I: Traditionelle Rezepte und Garmethoden

In diesem Aufbaukurs stellt Renate Büttner den Absolventen ihrer Grundkurse und bereits erfahrenen „China-Köchen“ wieder Originalrezepte 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 Nachspeise zu internationalen Gerichten eignet.

Die Materialumlage für die Lebensmittel, Getränke und Rezepte in Höhe von 10 Euro pro Termin werden bei Kursbeginn erhoben.

Bitte Schürze und Geschirrhandschuh mitbringen.

\_\_\_ Ro 03.07.08

**Renate Büttner**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,

Eingang Lange Straße

**Mi, 18.30-21.30 Uhr, ab 18.04.2007**

€ 43,-(zuzüglich Umlagen), 4 x 4 UE

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Chinesische Tafelfreuden I – Wochenendkurs

(Inhalte siehe Kurs Nr. Ro 03.07.08)

Die Materialumlage für die Lebensmittel, Getränke und Rezepte in Höhe von 32 Euro wird bei Kursbeginn erhoben.

Bitte Schürze und Geschirrhandschuh mitbringen!

\_\_\_ Ro 03.07.09

**Renate Büttner**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,

Eingang Lange Straße

**Samstag + Sonntag, 24./25.03.2007,**

jeweils 10.00-17.30 Uhr

€ 48,-(zuzüglich Umlagen), 20 UE

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/Innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Chinesische Tafelfreuden II: Rezepte aus der aktuellen Küche – Wochenendkurs

Wenn in kreativen Küchen bodenständige Nahrungsmittel mit neu entwickelten Zutaten oder aus aller Welt importierten Spezialitäten kombiniert und dann auf raffinierte Weise gegart werden, spricht man von „Nouvelle Cuisine“. Und die gibt es auch „à la Chinoise“, wie Renate Büttner in diesem Aufbaukurs für bereits erfahrene China-Köche beweist. Neben klassischen Rezepten mit aufwendigen Zubereitungsarten stellt sie hier auch beliebte Gerichte aus den aktuellen Speisekarten der Restaurants im „Reich der Mitte“ vor.

Die Materialumlage für Lebensmittel, Getränke und Rezepte in Höhe von 32 Euro wird bei Kursbeginn erhoben.

Bitte Schürze und Geschirrhandschuh mitbringen!

\_\_\_ Ro 03.07.10

**Renate Büttner**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,

Eingang Lange Straße

**Samstag + Sonntag, 21./22.04.2007,**

jeweils 10.00-17.30 Uhr

€ 48,-(zuzüglich Umlagen), 20 UE

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Kochclub für Männer, Frauen und Singles

Wir treffen uns einmal pro Monat und kochen Rezepte in gemütlicher Runde. Hobbyköche und leicht Fortgeschrittene sind willkommen, sowie gute Laune und Spaß am Schlemmen.

Termine: 12.02./12.03./16.04./21.05./

18.06.2007

Die Zutaten-Kosten werden am ersten Abend vom Kursleiter kassiert.

Bitte Schürze, Geschirrhandschuh u. Behälter für Reste mitbringen

\_\_\_ Ro 03.07.11

**Harald Dröge**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,

Eingang Lange Straße

**Mo, 18.00-21.30 Uhr, ab 12.02.2007**

€ 53,-(zuzüglich Umlagen), 5 Tage/ 24 UE

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Low Fett Hausmannskost

Das Ärgerliche am gesunden Essen ist, dass man auf seine Lieblingsgerichte verzichten muss. Schweinebraten und Rouladen, Würstsalat und Palatschinken. Das braucht man nicht, denn Sie können alle Traditionsgerichte fettmäßig entschärfen – ohne dass der Genuss leidet.

Die Zutaten-Kosten werden am Kurstag vom Kursleiter kassiert, sie sind nicht Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandschuh u. Behälter für Reste mitbringen.

\_\_\_Ro 03.07.12

#### Harald Dröge

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
**Mo, 05. Februar 2007, 18.00-21.30 Uhr**  
 € 11,- (zuzüglich Umlagen) 5 UE  
 Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
 Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

#### Raffinierte Desserts – (Dieser Kurs ist akkreditiert)

Desserts sind nicht lebensnotwendig, aber sie sind Lebensfreude. Oft sind sie der Abschluss eines liebevoll zubereiteten Menüs, das man zu einem besonderen Anlass genossen hat. Außerdem werden die meisten klassischen Desserts aus rohen Eiern hergestellt, in diesem Kurs stellen wir Ihnen Desserts vor, bei denen die Eier erhitzt werden oder nicht verarbeitet werden.

Die Zutaten-Kosten werden am Kurstag vom Kursleiter kassiert, sie sind nicht Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandschuh u. Behälter für Reste mitbringen.

Die Teilnahme an der Veranstaltung wird mit 5 Punkten bemessen.

\_\_\_Ro 03.07.13

#### Harald Dröge

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
**Mo, 05. März 2007, 18.00-21.30 Uhr**  
 € 11,- (zuzüglich Umlagen) 5 UE  
 Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
 Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

#### Kochen mit Früchten

Viele Menschen glauben, Früchte seien nur für Nachtische und Zitrusfrüchte nur für Getränke und einige bekannte Gerichte gedacht. In diesem Kurs zeigen wir Ihnen, wie man aus Früchten und Fleisch sowie Gemüse herrliche Gerichte zaubern kann.

Die Zutaten-Kosten werden am Kurstag vom Kursleiter kassiert, sie sind nicht Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandschuh u. Behälter für Reste mitbringen.

\_\_\_Ro 03.07.14

#### Harald Dröge

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
**Mo, 19. März 2007, 18.00-21.30 Uhr**  
 € 11,- (zuzüglich Umlagen) 5 UE  
 Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
 Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

#### Spargel – ein königlicher Genuss

Die Faszination „Spargel“ ist groß. Ob Frühlingsluft in Stangen oder essbares Elfenbein, die Vergleiche kennen keine Grenzen. In diesem Kurs bereiten wir Spargel in vielen Variationen zu.

Die Zutaten-Kosten werden am Kurstag vom Kursleiter kassiert, sie sind nicht Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandschuh u. Behälter für Reste mitbringen.

\_\_\_Ro 03.07.16

#### Harald Dröge

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
**Mo, 23. April 2007, 18.00-21.30 Uhr**  
 € 11,- (zuzüglich Umlagen) 5 UE  
 Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
 Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

#### Fingerfood – von der Hand in den Mund

Wir zeigen Ihnen Möglichkeiten, Ihre Gäste zwanglos zu verwöhnen – Essen ohne Messer und Gabel. Fingerfood eignet sich für die große Party ebenso wie für den kleinen Kreis. Die Zutaten-Kosten werden am Kurstag vom Kursleiter kassiert, sie sind nicht Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandschuh u. Behälter für Reste mitbringen.

\_\_\_Ro 03.07.17

#### Harald Dröge

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
**Mo, 04. Juni 2007, 18.00-21.30 Uhr**  
 € 11,- (zuzüglich Umlagen) 5 UE  
 Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
 Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

#### Gabelfood

Gelegenheiten, um Gabelfood anzubieten, gibt es zuhauf. Denken Sie bloß an alle Situationen, bei denen man eigentlich nur eine Hand frei hat zum Essen. Gabelfrischen lassen sich bequem in den Mund führen, ohne etwa ein Sekelgas aus der Hand stellen zu müssen und das Gute an Gabelfrischen ist, das man sich die Hände nicht schmutzig macht. Wir stellen Ihnen in diesem Kurs Rezepte vor, die Sie ganz leicht daheim nachkochen können.

Die Zutaten-Kosten werden am Kurstag vom Kursleiter kassiert, sie sind nicht Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandschuh u. Behälter für Reste mitbringen.

\_\_\_Ro 03.07.18

#### Harald Dröge

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
**Mo, 11. Juni 2007, 18.00-21.30 Uhr**  
 € 11,- (zuzüglich Umlagen) 5 UE  
 Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
 Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.

## Deutsch als Fremdsprache

#### Deutsch als Fremdsprache für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse - vormittags

Lehrbuch: Themen aktuell 1, Hueber Verlag ab Lektion 1

\_\_\_Ro 04.04.01

#### Ekkehard Schulz

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
 Mo/Mi, 9.00-11.15 Uhr, ab 12.02.2007  
 € 108,-, 24 x 3 UE  
 Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.  
 Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

#### Deutsch einmal anders – ein Deutschkurs für AnfängerInnen ohne Vorkenntnisse Teil I, Ausgangsniveau: Stufe A1/1

Lernen Sie Deutsch mit viel Spaß durch interessante Übungen, Partneraufgaben und Rollenspielen. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie sich in Alltagssituationen einfach aber grammatikalisch korrekt ausdrücken können.

Lehrbuch: Themen Neu 1, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag ab Lektion 1

\_\_\_Ro 04.04.02

#### Livia Hergar

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.  
 Mo/Mi, 19.00-21.15 Uhr, ab 05.03.2007  
 € 108,-, 24 x 3 UE(12 Wochen)

#### Deutsch einmal anders – ein Deutschkurs für AnfängerInnen mit geringen Vorkenntnissen (2. Semester)

In diesem Kurs können Sie Ihre bereits erworbenen Grundlagen weiter ausbauen. Ziel des Kurses ist, eine einfache alltägliche Konversationsfähigkeit zu vermitteln. Wortschatz und Grammatik werden durch moderne, spielerische Übungen gezielt erweitert und ausgebaut.

Lehrbuch: Themen Neu 1, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag ab Lektion 4

\_\_\_Ro 04.04.03

#### Livia Hergar

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
 Di/Do, 19.00-21.15 Uhr, ab 06.03.2007  
 € 108,-, 24 x 3 UE (12 Wochen)

#### Deutsch als Fremdsprache für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen (4. Semester)

Lehrbuch: Passwort Deutsch 3, Klett Verlag ab Lektion 13

Wir werden umfassend die vier sprachlichen Fertigkeiten: Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben auf der Stufe A 2 trainieren und einer gleichmäßigen Progression folgen. Die Kursteilnehmer bekommen Extraterichtermaterial, das von der Kursleiterin ausgeben wird. Viele Visualisierungsbilder helfen den Kursteilnehmern, die erworbenen Kenntnisse zu üben.

\_\_\_Ro 04.04.04

#### Aleksandra Karczewska

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
 Di/Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 06.02.2007  
 € 72,-, 24 x 2 UE

#### Praxis-Deutsch für ausländische Mitbürger (Grundkurs)

Lehrmaterial: Vorlagen des Dozenten  
 Deutsch lernen wie die Kinder: hören, sprechen, schreiben und sich nicht mit der Grammatik plagen. In diesem Gesprächs-Seminar steht der schnelle Wortschatz-Aufbau im Vordergrund. Richtig sprechen und schreiben kommt dann ganz nebenbei.

\_\_\_Ro 04.04.10

#### Werner Büttner

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16  
 Mo/Do, 18.30-20.00, ab 05.02.2007  
 € 48,-, 16 x 2 UE

#### Praxis-Deutsch für ausländische Mitbürger (Aufbaukurs)

Lehrmaterial: Vorlagen des Dozenten  
 Wer schon über einen deutschen Grund-Wortschatz verfügt, kann sich in diesem Gesprächs-Seminar über Alltagsprobleme im privaten Bereich und im Umgang mit Behörden unterhalten, aber auch korrekt sprechen und schreiben lernen.

\_\_\_Ro 04.04.12

#### Werner Büttner

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16  
 Mo/Do, 18.30-20.00, ab 16.04.2007  
 € 48,-, 16 x 2 UE

## Sprachen

#### Beratung/Auskünfte

Ab dem II. Semester 2007 werden die Sprachkurse in Anlehnung an die Niveaustufen des „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“ neu gegliedert  
 Hier eine Übersicht über die Neue Gliederung:

#### A 1

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

#### A 2

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

#### B 1

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

#### B 2

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

## Englisch

#### Englisch A 1.1 für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Intensivkurs für Anfänger und „Wiedereinsteiger“ für berufliche Bildung geeignet  
 Lehrbuch: On the Move I, Klett Verlag

\_\_\_Ro 04.06.01

#### Ludger Kuo

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16  
 Mi, 18.00-20.15 Uhr, ab 07.02.2007  
 € 79,-, 12 x 3 UE

**Eine Anmeldung ist auch über unsere Homepage möglich: [www.rodgau.de](http://www.rodgau.de)**

**Englisch A 1.2  
für Anfänger mit****Vorkenntnissen (2. Semester)**

Lehrbuch: The New Cambridge plus, Klett Verlag, Band I, Nr. 539015, ab Lektion 6

\_\_\_ Ro 04.06.02

**Monika Klaucke**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 05.02.2007

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch A 1.3  
für Anfänger mit****Vorkenntnissen (3. Semester)**

Lehrbuch: The New Cambridge plus, Klett Verlag, Band I, Nr. 539015, ab Lektion 8

\_\_\_ Ro 04.06.04

**Jan-Eric Klaucke**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 08.02.2007

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch A 1.5  
für Beginners (5. Semester)**

Lehrbuch: The New Cambridge plus, Klett Verlag, Band I, Nr. 539015, ab Lektion 14

Haben sie bereits erste Erfahrungen mit der englischen Sprache? Dieser Kurs ist die Fortsetzung des Kurses Englisch für Anfänger aus dem Frühjahrsemester 2005. Neue Interessenten sind willkommen.

\_\_\_ Ro 04.06.05

**Chris Meyer**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 05.02.2007

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch A 1.6 (6. Semester)**

Lehrbuch: The New Cambridge plus, Klett Verlag, Band I, Nr. 539015, ab Lektion 8

New students welcome!

\_\_\_ Ro 04.06.06

**Iris Böhnisch**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 07.02.2007

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Englisch A 1.8****für Fortgeschrittene**

Lehrbuch: New Headway INTERMEDIATE, Cornelsen Verlag, ab Lektion 3

\_\_\_ Ro 04.06.07

**Monika Klaucke**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Do, 18.15-19.45 Uhr, ab 08.02.2007

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch A 1.12****für Fortgeschrittene**

Lehrbuch: The New Cambridge plus, Klett Verlag, Band I, Nr. 539015, ab Lektion 18

\_\_\_ Ro 04.06.09

**Iris Böhnisch**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Mo, 19.00-20.30 Uhr, ab 05.02.2007

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Englisch A 1.11****Refresher course**

Lehrbuch: Various material  
You learn English at school, a long time ago. You think you have forgotten everything. You are a housewife a pensioner or between jobs.

You are welcome to refresh your English with us!

\_\_\_ Ro 04.06.10

**Iris Böhnisch**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Do, 09.30-11.00 Uhr, ab 08.02.2007

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Englisch A 2.1****für Fortgeschrittene****- Intensivkurs (5. Semester)**

On the Move 4, Klett Verlag ab Lektion 1  
Dieser Intensivkurs ist für Anfänger mit guten Vorkenntnissen gedacht, die in kurzer Zeit bereits eine Sprachfertigkeit erwerben, um sich schon bald im Ausland verständlich machen zu können. Dieser Kurs eignet sich sowohl für berufliche als auch private Zwecke. Die Englischkenntnisse werden in unterschiedlichen Alltagssituationen erlernt und können schon bald auf einer Auslandsreise „ausprobiert“ werden.

\_\_\_ Ro 04.06.14

**Ludger Kuon**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mo, 10.00-12.15 Uhr, ab 05.02.2007

€ 79,-, 12 x 3 UE

**Englisch A 2.2****Englisch and more**

„A little bit of this and a little bit of that“  
Mix-level conversation to form a cocktail of interesting topics, new vocabulary, grammar and literature.

\_\_\_ Ro 04.06.15

**Manuela Behrenbeck**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 05.02.2007

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch A 2.2 - Fortgeschrittene**

Lehrbuch: New Headway INTERMEDIATE; Cornelsen Verlag, ab Lektion 8

\_\_\_ Ro 04.06.16

**Monika Klaucke**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mi, 9.30-11.00 Uhr, ab 07.02.2007

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch A 2.2 - Fortgeschrittene**

Lehrbuch: New Headway Intermediate, Cornelsen Verlag, ab Lektion 6

\_\_\_ Ro 04.06.17

**Monika Klaucke**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mo, 10.30-12.00 Uhr, ab 05.02.2007

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch-Intensivkurs B 1.1****Für Fortgeschrittene**

On the Move plus, Klett Verlag ab Lektion 1  
Dieser Intensivkurs soll Interessenten in kurzer Zeit die Möglichkeit bieten, eine Weltsprache zu erlernen. Durch intensives Erarbeiten einzelner Reise- und Alltagssituationen, wie z.B. am Flughafen, Check-in, Hotel etc. wird eine Sprachfertigkeit erlangt, die schon bei einer der nächsten Auslandsreisen „ausprobiert“ werden kann.

\_\_\_ Ro 04.06.18

**Ludger Kuon**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16

Di, 18.00-20.15 Uhr, ab 06.02.2007

€ 79,-, 12 x 3 UE

**Let's get talking:****English Conversation**

Sie haben Spaß an der englischen Sprache? Sie brauchen Englisch für den Beruf oder für Ihre Reisen? In diesem Kurs sprechen wir über viele Themen und sie lernen die Sprache richtig anzuwenden.

\_\_\_ Ro 04.06.21

**Chris Meyer**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 07.02.2007

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch für Reise & Freizeit****(3. Semester)****Ein Auffrischungskurs**

Lehrbuch: English Elements 2, Hueber Verlag, ab Lektion 7

Sie haben Basiskenntnisse und möchten sie auch vertiefen. Ihr Ziel ist, leichte Konversation in Englisch führen zu können

\_\_\_ Ro 04.06.25

**Monica Lorenz**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Do, 16.30-18.00 Uhr, ab 15.02.2007

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Modern Business English**

Lernmaterial wird vom Kursleiter kostenfrei zur Verfügung gestellt.

Learn Business English with fun. Current developments in the business world and basics for your job are the key topics of this refreshing course. Invest into your future.

\_\_\_ Ro 04.06.26

**Chris Meyer**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Mo, 20.00-21.30 Uhr, ab 05.02.2007

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch für den Beruf****(3. Semester)**

Lehrbuch: „New International Business English“, Cambridge University Press, ab Lektion 6

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die die englische Sprache für den Beruf brauchen. Wir üben alle Formen der modernen Kommunikation im Berufsleben, Telefongespräche, Briefe, Emails und haben Spaß. Zögern Sie nicht und machen Sie mit.

\_\_\_ Ro 04.06.27

**Monica Lorenz**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 15.02.2007

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Get Certified – Ein Crash-Kurs****für Realschüler**

Vorbereitungskurs auf die Abschlussprüfung der Realschüler

\_\_\_ Ro 04.06.30

**Monica Lorenz**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Mi, 17.30-19.45 Uhr, ab 14.02.2007

€ 50,-, 30 UE

- Keine Ermäßigung-

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Englisch für Kinder****Englisch für Kinder Anfänger****(7-11 Jahre)**

Material und Buch wird im Kurs besprochen.

\_\_\_ Ro 04.06.32

**Jan-Eric Klaucke**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Do, 16.30-18.00 Uhr, ab 08.02.2007

€ 45,-, 15 x 2 UE - Keine Ermäßigung-

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

**Learning English with a song****(5-6 Jahre)**

Kinder lieben Musik, singen und tanzen. Warum sollten Sie dabei nicht auch noch etwas lernen? Wir singen englische Kinderlieder und werden mit Gitarre begleitet. So können die Kinder spielerisch den Umgang mit der englischen Sprache erfahren. Da Singen durstig macht, bitte immer etwas zum Trinken einpacken.

\_\_\_ Ro 04.06.34

**Nadine Specht**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa., 11.00-12.30 Uhr, ab 24.02.2007

€ 24,-, 8 x 2 UE - Keine Ermäßigung-

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Französisch****Französisch A 1.1****- am Vormittag für Anfänger****ohne Vorkenntnisse**

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben  
Sie möchten den Vormittag nutzen, um Französisch zu lernen? Dann freue ich mich, Sie bei einem Anfängerkurs mit einem neuen, modernen Lehrbuch begrüßen zu dürfen.

\_\_\_ Ro 04.08.01

**Birgit Ernst**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 10.00-11.30 Uhr, ab 06.02.2007

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Französisch A 1.1 für Anfänger****ohne Vorkenntnisse**

Lehrbuch: Facette 1, Hueber Verlag ab Lekt. 1  
Wir machen eine Entdeckungsreise durch die französische Sprache und Kultur. In einer lockeren Atmosphäre erleben wir spielerisch Alltagssituationen und möchten uns auf die nächste Urlaubsreise einstimmen! Vous parlez un peu francais? Alors, à bientôt!

\_\_\_ Ro 04.08.02

**Hannelore Klein**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16

Mi, 19.00-20.30 Uhr, ab 07.02.2007

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Französisch A 1.2 für Anfänger****mit Vorkenntnissen****(2. Semester)**

Lehrbuch: Facette 1, Hueber Verlag ab Lekt. 6  
Wir machen eine Entdeckungsreise durch die französische Sprache und Kultur. In einer lockeren Atmosphäre erleben wir spielerisch Alltagssituationen und möchten uns auf die nächste Urlaubsreise einstimmen! Vous parlez un peu francais? Alors, à bientôt!

\_\_\_ Ro 04.08.03

**Hannelore Klein**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16

Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 06.02.2007

€ 66,-, 15 x 2 UE

<b>vhs</b>	In eigener Sache
	<b>Die vhs Rodgau</b>
	benötigt laufend freie Mitarbeiter/Mitarbeiterinnen
<b>Rodgau</b>	Kontakt: 0 61 06 / 693-12 25 oder 693-12 27

**Französisch A 1.7 (7. Semester)**

Lehrbuch: A bionto 1 (Neu), Französisch für Erwachsene, Klett Verlag ab Lektion 8  
In der 8. Lektion beschäftigen wir uns mit Stammbaum, Privatleben, Familienleben und Einladungen zu Freunden. Mit mittleren Vorkenntnissen können Sie immer noch einsteigen. Ich freue mich! Alors à bionto!

\_\_\_Ro 04.08.04

**Birgit Ernst**

Rodgau(Jugesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str. Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 15.02.2007  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Französisch A 1.10 (10. Semester)**

Lehrbuch: A bionto 1 (Neu), Französisch für Erwachsene, Klett Verlag ab Lektion 11  
In der 11. Lektion dreht sich alles um das Thema Auto und Verkehr. Wenn Sie Interesse haben in einer netten Gruppe mitzumachen, zögern Sie nicht länger. Ich freue mich auf Sie und sage: Bienvenue et à bionto!

\_\_\_Ro 04.08.05

**Birgit Ernst**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16  
Di, 18.30-20.00 Uhr, ab 06.02.2007  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Französisch B 1**

Lehrbuch: Couleurs de France Band 2 (Blanc) ab Lektion 2  
Lehrbuch wird, wenn möglich, leihweise zur Verfügung gestellt.

Mit unserer neuen Methode – lernfreundlich und vielfältig – wollen wir in der französischen Sprache und Kultur vorankommen. Ein idealer Kurs für Zwischeneinsteiger, die nach dem Durcharbeiten eines ersten Bandes ihr Französisch ausbauen möchten oder ihre früher erworbenen Kenntnisse auffrischen und vertiefen möchten.

\_\_\_Ro 04.08.06

**Sabine Malher**

Rodgau(Jugesheim), Ev. Gemeindezentrum, Berliner Str. 2  
Mi, 10.30-12.00 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Italienisch****Italienisch A 1.1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 1

\_\_\_Ro 04.09.01

**Salvatore Di Natale**

Rodgau(Jugesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str. Mo, 20.00-21.30 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Italienisch A 1.1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 1

\_\_\_Ro 04.09.02

**Ingrid Verstraeten-Funk**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16  
Di, 18.30-20.00 Uhr, ab 06.02.2007  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Italienisch A 1.1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 1  
Neben der Einführung in die italienische Sprache mit den wichtigsten Alltagssituationen stehen Geschichte, Kultur und Musik Italiens im Vordergrund

\_\_\_Ro 04.09.03

**Anni Popa**

Rodgau(Jugesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str. Do, 20.00-21.30 Uhr, ab 15.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Italienisch A 1.2 für Anfänger mit Vorkenntnissen (2. Semester)**

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 5  
Ziel des Kurses ist es, eine einfache alltägliche Konversationsfähigkeit zu vermitteln. Dazu lernen wir grundlegende grammatische Strukturen und das nötige Vokabular.

\_\_\_Ro 04.09.05

**Angela Wallner**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16  
Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 12.02.2007  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Italienisch A 1.2 für Anfänger mit Vorkenntnissen (2. Semester)**

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 5  
Neben der Einführung in die italienische Sprache mit den wichtigsten Alltagssituationen stehen Geschichte, Kultur und Musik Italiens im Vordergrund.

\_\_\_Ro 04.09.06

**Anni Popa**

Rodgau(Jugesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str. Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 15.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Italienisch A 1.2 für Anfänger mit Vorkenntnissen (2. Semester)**

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 5  
Neben der Einführung in die italienische Sprache mit den wichtigsten Alltagssituationen stehen Geschichte, Kultur und Musik Italiens im Vordergrund.

\_\_\_Ro 04.09.07

**Anni Popa**

Rodgau(Jugesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str. Mi, 17.45-19.15 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Italienisch A 1.6 (6. Semester)**

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1

\_\_\_Ro 04.09.09

**Salvatore Di Natale**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 06.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Italienisch A 1.6 mit Vorkenntnissen Mittelstufe – am Vormittag**

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben  
Nicht nur die italienische Sprache soll näher gebracht werden, sondern auch Musik, Ge-

schichte und Kultur. Die nächste Urlaubsreise kommt bestimmt.

\_\_\_Ro 04.09.10

**Anni Popa**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Do, 9.30-11.00 Uhr, ab 08.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Italienisch A 1.7 (7. Semester)**

Lehrbuch: Buongiorno (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 17

\_\_\_Ro 04.09.11

**Angela Wallner**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Mi, 20.00-21.30 Uhr, ab 14.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Italienisch A 1.5 mit Vorkenntnissen - Mittelstufe**

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben  
Indem wir langsam und gründlich vorwärts lernen, wollen wir immer wieder Grundkenntnisse, Wortschatz, Ausdrücke und Grammatik wiederholen und vertiefen und vor allem immer mehr Italienisch frei sprechen!

\_\_\_Ro 04.09.12

**Anni Popa**

Rodgau(Jugesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str. Mi, 19.15-20.45 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Italienisch A 2.1 mit Vorkenntnissen - Mittelstufe**

Lehrbuch: Va Bene 2, Hueber Verlag

\_\_\_Ro 04.09.14

**Salvatore Di Natale**

Rodgau(Jugesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str. Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Italienisch A 2.1 für FORTGESCHRITTENE**

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben

\_\_\_Ro 04.09.15

**Salvatore Di Natale**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 06.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Spanisch****Spanisch A 1.1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Lehrbuch: Caminos 1(Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 1

\_\_\_Ro 04.22.01

**Maria-Jose Martinez**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16  
Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Spanisch A 1.1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Lehrbuch: Caminos 1(Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 1

\_\_\_Ro 04.22.02

**Silvia Bernhard-Sassadeck**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 18.30-20.00 Uhr, ab 13.02.2007  
€ 62,-, 14 x 2 UE

**Spanisch A 1.2 für Anfänger mit Vorkenntnissen (2. Semester) - vormittags**

Lehrbuch: Caminos 1(Neu), Lese- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band I ab Lektion 3

\_\_\_Ro 04.22.04

**Silvia Bernhard-Sassadeck**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Di, 9.00-10.15 Uhr, ab 13.02.2007  
€ 48,-, 13Tage/22 UE

**Spanisch A 1.2 für Anfänger mit Vorkenntnissen (2. Semester)**

Lehrbuch: Caminos 1(Neu), Lese- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band I ab Lektion 3

\_\_\_Ro 04.22.05

**Irma Fröhlich**

Rodgau(Jugesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str. Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Spanisch A 1.2 für Anfänger mit Vorkenntnissen (2. Semester)**

Lehrbuch: Caminos 1(Neu), Lese- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band I ab Lektion 3

\_\_\_Ro 04.22.06

**Irma Fröhlich**

Rodgau(Jugesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str. Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 07.02.2007  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Spanisch A 1.3 (3. Semester)**

Lehrbuch: Caminos 1 (NEU), Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band I ab Lektion 4

\_\_\_Ro 04.22.08

**Olga Josefina Jimenez Guerrero**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16  
Mo, 18.00-19.30 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Spanisch A 1.4 für Anfänger mit Vorkenntnissen (4. Semester)**

Lehrbuch: Caminos 1 (NEU), Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band I ab Lektion 7  
Zusteiger sind willkommen!

\_\_\_Ro 04.22.09

**Silvia Bernhard-Sassadeck**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Do, 9.00-10.30 Uhr, ab 15.02.2007  
€ 62,-, 14 x 2 UE

**Spanisch A 1.4 (4. Semester)**

Lehrbuch: Caminos 1(Neu), Lese- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band I ab Lektion 7

\_\_\_Ro 04.22.10

**Maria-Jose Martinez**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16  
Mo, 20.00-21.30 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Spanisch A 1.6 (6. Semester)**

Lehrbuch: Caminos 1 (Neu), Lese- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band I ab Lektion 8

\_\_\_Ro 04.22.11

**Olga Josefina Jimenez-Guerrero**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16  
Mo, 19.30-21.00 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Spanisch A 1.10 (10. Semester)**

Lehrbuch: Caminos 1, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 15 C  
Weiterführendes Buch und Material wird im Kurs bekannt gegeben.

Ro 04.22.12

**Silvia Bernhard-Sassadeck**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

Di, 10.20-11.35 Uhr, ab 13.02.2007  
€ 48,-, 13 Tage/22 UE

**Spanisch A 1.10 (10. Semester)**

Lehrbuch: Caminos 1, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 15 C  
Weiterführendes Buch und Material wird im Kurs bekannt gegeben. Wichtiger Aspekt: Konversation

Zusteiger sind herzlich willkommen!

Ro 04.22.13

**Silvia Bernhard-Sassadeck**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,  
Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Mi, 19.30-21.00 Uhr, ab 14.02.2007  
€ 62,-, 14 x 2 UE

**Literatura Espanola y****Conversacion**

Ro 04.22.20

**Wolfgang Schürer**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,  
Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 05.02.2007  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Buchführung****Einführung in die Buchführung**

Notwendigkeit und Bedeutung der Buchführung

- Inventur, Inventar und Bilanz
- Wertveränderung in der Bilanz, Eröffnung und Abschluss der Bestandskonten
- der Buchungssatz
- die Einbeziehung der Erfolgskonten in den Buchungskreislauf
- Wareneinkaufs- und Warenverkaufskonto (Warenbezugskosten, Nachlässe, Rücksendungen, Boni, Skonti, Mehrwertsteuer)
- Abschreibungen, Privatkonto
- Kontenrahmen und Kontenplan
- Literatur: Schmolke-Deitermann, Kaufmännische Buchführung für Wirtschaftsschulen (Winkler-Verlag), 1. Teil und Arbeitsheft dazu.

Ro 05.05.01

**Horst-Dieter Krawutschke**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,  
Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 15.02.2007  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Buchführung für Fortgeschrittene**

Inhalte:

- Die Warenkonten und ihre Besonderheiten
- Die sachlichen Abgrenzungen
- Buchungen im Wechselverkehr
- Die Personalkosten
- Die Steuern
- Die Wertberichtigungen
- Die Abschreibungen auf Forderungen
- Die zeitlichen Abgrenzungen
- Rückstellungen und Rücklagen
- Die Buchungen im Wertpapierverkehr
- Die Buchungen im Einzelhandelsbetrieb
- Die Buchführung der Industriebetriebe
- Die Kosten- und Leistungsrechnung der Industriebetriebe

Ro 05.05.02

**Horst-Dieter Krawutschke**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,  
Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Do, 20.00-21.30 Uhr, ab 15.02.2007

€ 53,-, 12 x 2 UE.

**Mathematik****Mathematik-Crash-Kurs für Abiturienten**

Lösung von Prüfungsaufgaben fürs Abitur in Analysis (Kurvendiskussion und Integralrechnung), Stochastik und Analytische Geometrie und Lineare Algebra.

Ro 05.05.05

**Dipl.math. Gabriele Breitbach-Hitzel**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

Fr, 18.00-21.00 Uhr, ab 19.01.2007  
€ 53, 8 x 4 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Mathematik-Crash-Kurs für Real-Schüler**

Lösung von Prüfungsaufgaben für den Real-schulabschluss.

Ro 05.05.07

**Dipl.math. Gabriele Breitbach-Hitzel**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,  
Eingang Lange Str. oder Bertold-Brecht-Str.

Do, 17.30-20.00 Uhr, ab 01.02.2006  
€ 50,-, 10 x 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Landeskundliche Dia- und Filmvorträge**

Termin- und Themenänderungen vorbehalten! (Siehe Presseveröffentlichungen)

Die Vorträge können von jedermann besucht werden. Anmeldungen hierzu sind nicht erforderlich. Während der Vorträge soll nicht geraucht werden.

Eintritt: € 3,-, Jugendliche: € 2,-

Vortragsdauer in der Regel (inklusive Aussprache) 1,5 Stunden. Einlass ist eine halbe Stunde vorher! Plätze können nicht freigehalten werden. Wiederholungen sind in der Regel nicht möglich.

Auskünfte unter (0 61 06) 69 312 27

**„An zwei Abenden um die Welt - 2. Teil“**

Teil 2 beginnt mit Musik und Bildern aus Südkina und Vietnam. Über 13 000 Inseln, eine Ausdehnung von über 5000 Kilometer, willkommen in Indonesien. Auf einem kleinen Boot sind wir zwischen den Inseln Bali und Flores unterwegs. Nun ist down unter nicht mehr weit: Australien. Von Norden her drängen wir tief ins Innere vor. Zwei Farben bestimmen die Reise: Rote Felsen und blauer Himmel. Nun aber raus auf den Pazifik: Über Neuseeland auf die Osterinsel und weiter nach Chile/Argentinien. Im Norden die trockenste Wüste der Erde, die Atacama und im Süden: Regen, Sturm und antarktische Landschaften am Lago Argentino. Auf zum großen Finale: Afrika. Beginnen wir in Namibia, dem einstigen Deutsch-Südwest. Traumhafte Wüstenlandschaften, Geisterstädte und und ... nun aber in die Tropen: Von der ehemaligen Sklavenküste und Heimat des Voodoozaubers, Benin, halten wir uns nach Norden, über Burkina Faso treffen wir im Niger auf den Fluss in der Wüste: Den Niger.

Ro 12.01.06

**Regina und Steffen Hoppe**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus  
Nieder-Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13  
Montag, 15. Januar 2007, 19.30 Uhr  
Einlass: 19.00 Uhr  
€ 3,-, Jugendliche € 2,-

**Salt Lake City, Wyoming, Montana und der Yellowstone National Park**

Ausgangspunkt der Reise ist Salt Lake City, die Hauptstadt von Utah. Sie ist das kulturelle, wirtschaftliche und religiöse Zentrum des Mormonenstaates. Von hier aus geht es durch die weite Landschaft Wyoming nach Cheyenne. Vorbei an Fort Laramie führt die Fahrt nach Rapid City. Hier sind die Highlights der Badlands National Park, Mount Rushmore und das Crazy Horse Monument zu besuchen. Der Devils Tower liegt auf dem Weg nach Cody. Durch den östlichen Teil des Yellowstone National Park führt die Reise nach Billings mit dem Little Bighorn Battlefield. Die unendliche Landschaft Montanas begleitet die Reise nach Great Falls, zum Glacier National Park und zum kanadischen Waterton National Park. Über Kalispell, Helena und Butte wird der Höhepunkt der Reise der Yellowstone Nationalpark erreicht.

Ro 12.01.07

**Gerd Roggenhofer**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

Montag, 05. Februar 2007, 19.30 Uhr  
Einlass: 19.00 Uhr  
€ 3,-, Jugendliche € 2,-

**Usbekistan – Unbekanntes Land zwischen Umbruch und 1001 Nacht**

Usbekistan – die Zauberwelt, in der die Märchen von 1001 Nacht ihren Anfang nehmen. Aber auch ein Land, in dem die Menschen seit dem Zusammenbruch der Sowjetunion mit neuen Problemen zu kämpfen haben. Von den märchenhaften Kuppeln in Samarkand bis hin zum austrocknenden Aralsee blickt Christina Böhner hinter die Kulissen und vermittelt einen persönlichen Einblick in das Leben der Menschen.

Ro 12.01.01

**Christina Böhner**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

Montag, 12. März 2007, 19.30 Uhr  
Einlass: 19.00 Uhr  
€ 3,-, Jugendliche € 2,-

**Indochina – Laos, Vietnam und Kambodscha –**

drei Länder, die sich in fast idealer Weise ergänzen: das verschlafene Laos, das quirlige Vietnam und das altherwürdige Kambodscha. Die Länder in dieser Reihenfolge zu besuchen hat den Vorteil, dass man zunächst in Ruhe erste Eindrücke der Region verarbeiten kann, um dann eine der schnellsten wachsenden Volkswirtschaften Asiens hautnah mitzuerleben. Am Schluss noch einmal Kultur pur und Blick in die Vergangenheit eines der faszinierenden Völker Asiens, der Khmer.

Besucht werden in Laos – Vientiane, die Hauptstadt am Mekong-Fluss. Von Vientiane nach Luang Prabang, die Königsstadt. Fahrt zu den heiligen Höhlen von Pak Ou und den romantischen Wasserfällen von Khouang-Sy. Besucht werden in Vietnam – Hanoi. Von Hanoi geht es weiter nach Haiphong, von dort

führt eine Tagesfahrt entlang der Nationalstrasse 1 via Phan Rang und Phan Thiet nach Saigon. Das Mekong-Delta dort, wo es am schönsten ist. Ziel ist My Tho. Einen Einblick in die jüngere Geschichte gewährt das Tunnel-system von Cu Chi. Besucht werden in Kambodscha – die Hauptstadt Phnom Penh, der Ausflugsort Tonle Bati. Flug von Phnom Penh nach Siem Reap. Besichtigung der sagenhaften Königsstadt Angkor Thom mit den eindrucksvollen Gestirbstürmen des Bayon-Tempels, unvergesslich Angkor Wat, das großartigste Bauwerk der Khmer-Klassik.

Ro 12.01.02/03

**Horst W. Günther**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

Teil 1 - Mo, 26. März 2007, 19.30 Uhr  
und

Teil 2 - Mo, 16. April 2007, 19.30 Uhr  
Einlass: 19.00 Uhr  
€ 3,-, Jugendliche € 2,-

**Hawaii**

Hawaii, Südseetraum und Naturparadies mit faszinierender tropischer Pflanzenwelt, Vulkanen, den besten Surfstränden der Welt und idyllischen Badebuchten.

Die Reise führt zu den „glücklichen Inseln“ inmitten des Pazifiks: von der Hauptinsel Oahu mit der Metropole Honolulu und ihrem berühmten Vorort Waikiki zur alten Walfängerstadt Lahaina auf Maui, weiter entlang der üppig grünen Hana-Küste und zum Sonnenaufgang am Haleakala-Krater. Auf Kauai warten der etwa 1000 m tiefe Waimea Canyon, der „Grand Canyon des Pazifiks“ und die dramatischen Klippen der Na-Pali-Küste.

Ro 12.01.04

**Gerd Roggenhofer**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

Montag, 07. Mai 2007, 19.30 Uhr  
Einlass: 19.00 Uhr  
€ 3,-, Jugendliche € 2,-

**Prag – die „Goldene“ Stadt**

Nahzu 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 Kleinstadt, 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.

Ro 12.01.05

**Werner Tauchert**

Rodgau(Nieder-Roden), Bürgerhaus Nieder-Roden, kleiner Saal, Römerstraße 13

Montag, 21. Mai 2007, 19.30 Uhr  
Einlass: 19.00 Uhr  
€ 3,-, Jugendliche € 2,-