



### Auskunft/Anmeldung

Informationen über das Kursangebot und die Anmeldungen erteilen **Silke Ott** und **Nadja Franz** im Anmeldebüro der VHS-Rodgau, Kulturamt (Altes Lehrerhaus), Vordergasse 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 Montag, 03.09.2007

### 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 Einsendung 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 (Heftmitte) an folgende Stelle zu richten:

Anmeldebüro der  
Volkshochschule Rodgau

- Rathaus Jügesheim-

Hintergasse 15

63110 Rodgau

**Vorläufiger Anmeldeschluss: Mi., 29.08.07** (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 Gebühreneinzugsverfahren 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. Gebühreneinzüge können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden.

### Gebührenermäßigung

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

**Gebührenermäßigungen 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.

Gebührenermäßigungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden. **Doppelermäßigungen sind ausgeschlossen.**

### Rücktritt

Abmeldungen sind nur schriftlich oder zur Niederschrift möglich. Für die Berechnung der Frist gilt immer das Datum des Eingangs bei 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 bis **drei Wochen vor dem Veranstaltungstermin eine schriftliche Abmeldung vorliegt**. Erfolgt die schriftliche Abmeldung später, so werden folgende Rücktrittsgebühren fällig, mindestens aber € 5,-:

**20 – 14 Tage** vor Veranstaltungsbeginn:

10 % der 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 Kurssausschreibung 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 zu halten sind.

#### Programminweis:

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.**

## 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: Prüfungsgänge zu überwinden ebenso wie das Rauchen aufzugeben, sich selbst zu motivieren ebenso wie selbstbewusst aufzutreten, abzunehmen ebenso wie die verschiedensten Ängste zu beeinflussen 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 Führungskräfteschulung 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 Zenzel**

Rodgau/Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Paiseauxplatz

**Sa, 17.11.2007** (09.00-17.00 Uhr,

inkl. Mittagspause)

**So, 18.11.2007** (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 Sprachmitteln kennen und anwenden zu lernen.

**Ro 01.07.09**

**Karl-Heinz Wenzel**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puiseauxplatz

**Sa, 19.01.2008** (09.00-17.00 Uhr,  
inkl. Mittagspause)

**So, 20.01.2008** (09.00-16.00 Uhr,  
inkl. Mittagspause)

€ 44,-, 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

## Biologie



### Gartenpflege – Garten-gestaltung

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
- Mulch- u. Strauchschnitt in Theorie u. 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 06.09.2007**

€ 52,-, 10 x 2 UE

## Literatur

### Literaturkurs für Kleinkinder von 3-5 Jahren

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

**Ro 02.01.01**

**Stefanie Engelke**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puiseauxplatz

**Di, 15.00-16.00 Uhr, ab 23.10.2007**

€ 11,-, 5 Tage/ 7 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung –

Hinweis: max. 8 Teilnehmer

## Theater

### Allerlei Shakespeare – Shakespeare Allerlei – Shakespeare, oder was? – Wochenendkurs

An diesem Wochenende wollen wir uns ganz dem großen Meister widmen. Wir erfahren Interessantes über den Schriftsteller und vor allem über sein Werk. Und damit das Ganze nicht zu trocken und langweilig wird, schlüpfen wir selbst in die Rollen und kommen so dem Text noch mal ganz anders näher. Dieses Wochenende ist ein Mix aus Lesen und Sprache auf sich wirken lassen, bzw. selbst ausprobieren. Garniert wird das ganze natürlich wieder mit der Arbeit an Körper, Ausdruck und Stimme.

**Ro 02.02.03**

**Die Leitung hat Tanja Garlt**

(Theaterregisseurin)

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,  
Aula, Eingang Lange Straße

**Fr. 11. Januar 2008, 19.00-21.15 Uhr**

**Sa., 12. Januar 2008, 10.00-16.00 Uhr**

**So., 13. Januar 2008, 10.00-16.00 Uhr**

€ 50,-, 19 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung –

Hinweis: max. 15 Teilnehmer

## Malen und Zeichnen

### Aquarellieren 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 Canon-Papier mind. 200 gr., 12 Aquarellfarben, Schmincke Pinsel – Da Vinci, 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,  
Puiseauxplatz

**Di, 19.00-21.15 Uhr, ab 23.10.2007**

€ 61,-, 7 x 3 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer

## Experimentelle Aquarelle

Eröffnung: 19. Nov. 2007, 19.30 Uhr  
Rathaus Jügesheim



VHS Rodgau

### Aquarellieren - Aufbaukurs

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

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

**Ro 02.05.02**

**Edith Trüschler**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puiseauxplatz

**Mo, 19.00-21.15 Uhr, ab 22.10.2007**

€ 61,-, 7 x 3 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 02.05.03**

**Renate Hauschild**

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

**Mo, 19.00-21.00 Uhr, ab 03.09.2007**

€ 61,-, 8 Tage/21 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

### Malen und Zeichnen mit Kindern und Jugendlichen von 7 bis 13 Jahren

In jeder Stunde wird ein Bild-Thema erklärt und erarbeitet. Ihr könnt zeichnen mit Pastell, Kohle, Rötel, Aquarell, Gouache, 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,  
Puiseauxplatz

**Mo, 17.15-18.45 Uhr, ab 22.10.2007**

€ 22,-, 7 x 2 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung –

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

### Malen und Zeichnen mit Kindern und Jugendlichen von 13 bis 18 Jahren

(Inhalte siehe Ro 02.05.05)

**Ro 02.05.06**

**Edith Trüschler**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puiseauxplatz

**Di, 17.15-18.45 Uhr, ab 23.10.2007**

€ 22,-, 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,  
Puiseauxplatz

**Sa/So, 27./28.10.2007,**

jeweils 11.00-16.15 Uhr

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

2 Tage / 14 UE

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 Acrylmalerie 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,  
Puiseauxplatz

**Sa/So, 24./25.11.2007,**

jeweils 11.00-16.15 Uhr

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

2 Tage / 14 UE

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 06.09.2007**

€ 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 Erinnerungsstücke. Die Kinder können im Kurs verschiedene Techniken erlernen, aber es wird auch frei gearbeitet. 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) Wilh.-Leuschner-Str. 4  
**Do, 15.00-16.30 Uhr, ab 13.09.2007**

€ 24,-, 6 x 2 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

Hinweis: max. 6 Teilnehmer/innen

## Musik/Musizieren

**Hinweis:** Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung liegt für die Gitarrenkurse von Frau Becker der VHS Rodgau vor!



### Gitarre für Anfänger – speziell ausgerichtet für Erzieher und Lehrer/Innen

Erarbeitung einfacher Akkorde anhand von Liedern für die Grundschule und für den Kindergarten. Die Lieder wurden von bekannten Liedermachern geschrieben und können, nach entspr. Übungszeit, im Unterricht gesungen werden. Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.01**

**Elisabeth Becker**

Mühlheim, Goetheschule,  
Offenbacher Str. 13, Musikraum  
Mo., 14.00-15.00 Uhr, **ab 11.09.2007**  
€ 52,-, 15 Nachmittage = 20 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene Fortführung des Anfängerkurses

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

**Ro 02.08.02**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 18.00-19.00 Uhr, **ab 11.09.2007**  
€ 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 02.08.03**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz  
Mi, 18.00-19.00 Uhr, **ab 12.09.2007**  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

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

**Ro 02.08.04**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 20.00-21.00 Uhr, **ab 11.09.2007**  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

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

**Ro 02.08.05**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz  
Mi, 20.00-21.00 Uhr, **ab 12.09.2007**  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarrenkurs für Lehrer und Erzieher

Dieser Gitarrenkurs richtet sich an alle Grundschullehrer/Innen und Erzieher/Innen, die elementare Grundakkorde beherrschen. Wir begleiten verschiedene Lieder mit einfachen Gitarrenbegleitungen. Sofort einsetzbare Arbeitsblätter und eine besungene Kassette stehen jedem Teilnehmer zur Verfügung. Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

**Ro 02.08.06**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz  
Mi, 19.00-20.00 Uhr, **ab 12.09.2007**  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

Notenkennnisse 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, 18.00-19.00 Uhr, **ab 10.09.2007**  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

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

**Ro 02.08.08**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Straße  
Mo, 19.00-20.00 Uhr, **ab 10.09.2007**  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre für Fortgeschrittene

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

**Ro 02.08.09**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 19.00-20.00 Uhr, **ab 11.09.2007**  
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

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

### Gitarre-Workshop

#### „Wenn der Elefant in die Disco geht“

Geschichten – und Märchenlieder zum Singen, Tanzen und Spielen  
Der Workshop richtet sich an Erzieher/innen und Grundschullehrer/innen, die elementare Gitarrengriffe beherrschen.

Sofort einsetzbare Arbeitsblätter und eine besungene Kassette 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, 24. November 2007,**  
9.30-14.30 Uhr  
€ 18,00, 1 x 7 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Blockflötenkurs für Kinder ab der 2. Klasse

Literatur: FlötenTöne

Das Unterrichtsprogramm basiert auf dem Lehrgang FlötenTöne von YAHAMA und berücksichtigt die musikalische und stilistische Vielfalt von der Alten Musik bis zur Pop- und Jazzmusik. Eine CD als Medium zum Üben motiviert die Spieler des einstimmigen Instruments Blockflöte in besonderer Weise.

**Ro 02.08.12**

**Elisabeth Becker**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz  
Di, 16.30-17.30 Uhr, **ab 11.09.2007**  
€ 32,-, 15 Abende = 20 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/Innen

### Gitarre ganz einfach –

#### Schnupperkurs – Erwachsene

Gitarre für den Hausgebrauch oder zum mit-spielen. Ohne Noten und völlig individuell lernen.

**Ro 02.08.15**

**Jürgen Hermann**

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3  
**Samstag, 17. November 2007,**  
11.00-13.00 Uhr  
€ 15,00, 1 x 3 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 4 Teilnehmer/Innen

### Gitarre ganz einfach – Schnupperkurs – Kinder (10 Jahre)

Gitarre für den Hausgebrauch oder zum mit-spielen. Ohne Noten und völlig individuell lernen.

**Ro 02.08.16**

**Jürgen Hermann**

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3  
**Samstag, 17. November 2007,**  
15.00-17.00 Uhr  
€ 10,00, 1 x 3 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 4 Teilnehmer/Innen

### Schlagzeug –

#### Schnupperkurs – Erwachsene

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

**Ro 02.08.17**

**Jürgen Hermann**

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3  
**Samstag, 15.09.2007, 11.00-13.00 Uhr**  
€ 15,00, 1 x 3 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 4 Teilnehmer/Innen

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

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

**Ro 02.08.18**

**Jürgen Hermann**

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3  
**Samstag, 15.09.2007, 15.00-17.00 Uhr**  
€ 10,00, 1 x 3 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 4 Teilnehmer/Innen

### Studio-Recording-Schnupperkurs

Wie kommt ein guter Sound zustande? Vom Mikrofon über Pulte und Sequenzer bis zur CD kann alles erfahren werden.

**Ro 02.08.19**

**Jürgen Hermann (Dipl.-Tontechniker)**

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3  
**Samstag, 27.10.2007, 15.00-17.00 Uhr**  
€ 20,00, 1 x 3 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-  
Hinweis: max. 4 Teilnehmer/Innen

### Blattsingen – Singen nach Noten

Hinter dem Begriff „Blattsingen“ scheint sich ein unergründliches Geheimnis zu verbergen. Nun gelingt es aber das Blattsingen zu vereinfachen und heraus kommt eine verblüffende Technik des Übens, welche man kaum mit dem Blattsingen in Zusammenhang gebracht hätte. Der Schlüssel hierzu ist: Wir müssen uns im Klaren sein, dass wir nur Töne produzieren können, die wir uns vorher vorstellen können.

Wie ein Kind seine 28 Buchstaben lernt, so muss der angehende Blattsänger in die Lage gebracht werden, 8 (!) Töne gehörsmäßig 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. Das ist das musikalische Rüstzeug, welches sie mitbringen müssen. Wenn Sie also das entsprechende Rüstzeug mitbringen, werden Sie sehen, dass wir außer unserem Gehör und unserer Stimme nichts weiter benötigen.

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 Töber**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16  
Mi, 18.00-19.30 Uhr, **ab 05.09.2007**  
€ 156,-, 30 x 2 UE

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

## Tanz

### Workshop „Orientalischer Tanz“

#### Eine Choreografie mit und ohne Schleier

Schleierchoreografie 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(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Sa, 01.09.2007, von 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 weiblichste 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, Puiseauxplatz

Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 06.09.2007

€ 62,-, 12 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, Puiseauxplatz

Do, 19.45-21.15 Uhr, ab 06.09.2007

€ 62,-, 12 x 2 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 10 Teilnehmerinnen

## Fotografieren

### 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 Weihnachtspildern. Bei Bedarf können Kameras zur Verfügung gestellt werden.

**Ro 02.11.04**

#### Heiko Steffen

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Sa, 17.11.2007, 14.00 – 17.30 Uhr

So, 18.11.2007, 11.00 – 15.00 Uhr

€ 29,-, 10 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

#### Blitz und Licht

Was kann ich gegen Rote Augen und Weiße Gesichter tun? In diesem Kurs werden die unterschiedlichen Möglichkeiten des Blitzlichtes angesprochen und ausprobiert: Indirektes Blitzen, Aufhellblitz, Langzeitbelichtung mit Blitzlicht sowie Belichtungskorrekturen beim Blitzen. Bitte eigene Kamera und ein Blitzlicht ggf. eigenen Computer mitbringen.

**Ro 02.11.05**

#### Heiko Steffen

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Sa, 19.01.2008, 14.00 – 17.30 Uhr

So, 20.01.2008, 11.00 – 15.00 Uhr

€ 29,-, 10 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

## Blumenstecken

### Blumenstecken

Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Arbeiten nach Absprache mit der Kursleiterin.

**Ro 02.12.03**

#### Barbara Fehl

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

Mo, 18.00-21.00 Uhr, ab 10.09.2007

€ 52,-, 5 x 4 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

## Ikebana

### Ikebana - Kreativ

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

Bitte Zweige und Blumenmaterial zum 1. Abend mitbringen. Thema Herbstthaiu „Als der Sommer vergessen hatte, glühte voll Farbe der Wald.“

**Ro 02.12.12**

#### Karin Teske

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Do, 20.00-21.30 Uhr, ab 04.10.2007

€ 42,-, 8 x 2 UE

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

## Textiles Gestalten

### Stoffpuppen und Kuschteliere

Die Teilnehmer erlernen die Anfertigung von Puppen bzw. Kuschtelieren ihrer Wahl. Es gibt folgende Angebote:

Schweizer Puppen: Kunststoffmaske, Trikotstoff, Baumwollstoff.

Kuschelpuppe: 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 10.09.2007

€ 52,-, 5 x 4 UE

### Stoffpuppen und Kuschteliere

(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 11.09.2007

€ 52,-, 5 x 4 UE



### Stoffpuppen und Kuschteliere

(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 29.10.2007

€ 52,-, 5 x 4 UE

### Stoffpuppen und Kuschteliere

(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 30.10.2007

€ 52,-, 5 x 4 UE

### Handarbeiten mit Kindern und Jugendlichen

Der Kurs eignet sich für Kinder ab 7 Jahren. Wir fertigen ein Kuschtelier nach Fähigkeit und Wahl des Kindes an. Angeboten werden: Bauchweh-Kissen, Teddys, 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 07.09.2007

€ 30,-, 5 x 4 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

Hinweis: max. 6 Teilnehmer/innen

### Ein langes Patchwork-Quilt-Wochenende auf Schloss Dhaun

Ein langes Wochenende nur zum Patchen, Quilten und Gestalten. Mein Vorschlag ist das Nähen eines Baggeloquilts und/oder das Gestalten von textilen Weihnachtskarten. Natürlich können auch eigene Vorstellungen und Wünsche umgesetzt werden. Wichtig ist der Spaß an der Arbeit.

Schloss Dhaun - in historischem Ambiente quilten. Schloß Dhaun liegt im Naheland, im Kreis Bad Kreuznach. Das Schloß bietet alle

Voraussetzungen für gelungene Seminare und das Flair einer historischen Anlage.

**Ro 02.13.12**

#### Gudrun Flachsland

Schloß Dhaun, 55606 Hochstetten-Dhaun

Do-So, 01.11.-04.11.2007

(Do: Anreise bis 18.00 Uhr, So: Abreise nach dem Mittagessen 14.00 Uhr)

Die Anreise erfolgt privat; evtl. können Fahrgemeinschaften gebildet werden.

**Vorbereitung:** Mi, 26. September,

18.30 Uhr in Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße

70,- Euro (zzgl. 160 Euro für Unterkunft und Verpflegung mit vier Mahlzeiten täglich im Doppelzimmer, Einzelzimmer: 180 Euro)

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 10 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: „Sticken und Gestalten von Oberflächen“

Bitte die notwendigen Utensilien mitbringen. Zur Information: In der Georg-Büchner-Schule stehen keine Nähmaschinen zur Verfügung.

Die Kursleiterin ist bei Fragen unter der Tel. 06106/3458 zu erreichen.

**Ro 02.13.14**

#### Gudrun Flachsland

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

Mi, 19.00-21.15 Uhr, ab 05.09.2007

€ 60,-, 9 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

Dienstag, 30. Oktober 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 Farbpass (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,  
 Pusaueplatz  
**Samstag, 15.09.2007, 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 Schneiderei 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,  
 Pusaueplatz  
**Mo, 19.30-21.45 Uhr, ab 03.09.2007**  
 € 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,  
 Pusaueplatz  
**Di, 19.30-21.45 Uhr, ab 04.09.2007**  
 € 66,-, 10 x 3 UE  
 Hinweis: max. 10 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 02.14.09**  
**Brigitte Kreuzwieser**  
 Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
 Pusaueplatz  
**Di, 9.00-11.30 Uhr, ab 18.09.2007**  
 € 66,-, 9 Tage/ 30 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,  
 Pusaueplatz  
**Fr, 9.00-11.30 Uhr, ab 21.09.2007**  
 € 66,-, 9 Tage/ 30 UE  
 Hinweis: max. 8 Teilnehmer/innen

**Nähen und Zuschneiden für Kinder/Jugendliche (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,  
 Pusaueplatz  
**Mo, 16.00-18.30 Uhr, ab 17.09.2007**  
 € 45,-, 9 Tage / 30 UE  
 - Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
 Hinweis: max. 7 Teilnehmer/innen

**Feriennähkurs für Kinder/Jugendliche (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 02.14.14**  
**Brigitte Kreuzwieser**  
 Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
 Pusaueplatz  
**Mo, 15.10. bis Do, 18.10.2007**  
 von jeweils 9.00-12.00 Uhr  
 € 25,-, 4 Tage / 16 UE  
 - Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
 Hinweis: max. 7 Teilnehmer/innen

**Segeln**

**Theorie des Segelns**  
**Amtl. Sportbooführerschein – Binnen - Segeln / Motor**  
 Die Teilnehmer erhalten eine Einführung in die Theorie des Segelns und werden vorbereitet für die theoretische Prüfung der vorgenannten Führerscheine.  
**Themen:** Bootsbau, Takelage, Seemannschaft, Segeltheorie, Manöver, Gesetzeskunde, Wetter- und Motorenkunde.  
**Vorkenntnisse:** keine  
**Prüfung:** Im Anschluss des Kurses. Anmeldeunterlagen und Anmeldung durch den Kursleiter

**Anschlusskurs:**  
 Amtl. Sportkutscherschein Segel / Motor  
 Amtl. Sportbooführerschein – See ist für das darauf folgende Semester vorgesehen.  
 Zur Kursgebühr kommen noch ca. 30 Euro für Lehrmaterial.

**Ro 03.00.01**  
**Helmut Brandl**  
 Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
**Di, 18.00-21.00 Uhr, ab 11.09.2007**  
 € 96,-, 11 x 3 UE  
 Hinweis: max. 15 Teilnehmer/Innen

**Gesundheit**

**Erste Hilfe Seminar für Haustiere (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,  
 Pusaueplatz  
**Samstag, 29. September 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**

Gerüche beeinflussen unsere Stimmung, stimulieren und erregen, besänftigen und harmonisieren, inspirieren und betören.  
 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 Parfumerstellung.  
 Gegen einen Unkostenbeitrag von 5,- € beim Kursleiter kann jeder Teilnehmer eigene Duftkreationen herstellen, in mitgebrachten Leerkflaschen selbst abfüllen und zur Eigenverwendung mitnehmen. Auch eine „dufte“ Geschenkkidee!  
**Ro 03.00.03**  
**Hans Peter Jörg**  
 Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
 Pusaueplatz  
**Sa/So, 22./23.09.2007**  
 von jeweils 10.00-18.00 Uhr  
 € 55,-, 21 UE  
 - Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
 Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

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

**Fastenwoche in Jügesheim 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 Kräutertee, Säften und Gemüsebrühe. Durch

die Gemeinsamkeit mit anderen Teilnehmenden in der Gruppe wird unter fachkundiger Anleitung das Fasten für den Einzelnen wesentlich erleichtert. Auch die Ernährungsgewohnheiten werden in Gesprächen überdacht und wenn nötig - positiv verändert.

Das erste Treffen findet vor dem Beginn der Fastenwoche statt, um Ihnen die notwendigen Vorabinformationen zu geben. Die vier Abende während der Fastenwoche sind zum gegenseitigen Austausch und zur Vermittlung von Hintergrundinformationen. Sie erhalten Informationen über die Grundlagen rund um das Fasten, die notwendigen Maßnahmen beim Fasten im Detail, Ernährungsinformationen und die Aufbauarbeit nach dem Fasten.

Wer tagsüber Zeit hat, hat die Möglichkeit auch am Morgenprogramm teilzunehmen. Wir treffen uns um 9:30 Uhr und gehen nach einer kurzen Austauschrunde für vier Stunden in die Natur, um unseren Körper mit Wandern bzw. wer will auch mit Nordic Walking in Schwung zu bringen.

Am letzten Morgen (Samstag) werden wir das Fasten gemeinsam brechen und die Woche damit beschließen.  
 Für Brüche an den Theorieabenden, Honig, Tee im Seminarraum und die Vorabunterlagen werden am ersten Abend 28,00 Euro von der Kursleiterin eingesammelt. Dieser Betrag erhöht sich um 10,00 Euro für Teilnehmer, die am Morgenprogramm teilnehmen, da dort die Saftmahlzeiten enthalten sind.  
 Sie fasten auf eigene Verantwortung und sollten gegebenenfalls mit Ihrem Arzt Rücksprache halten.

**Ro 03.00.04**  
**Karin Brügelmann**  
 Rodgau(Jügesheim), Rathenastraße 3  
**Vorbesprechung: Dienstag, 28. August 2007, 18.00-20.00 Uhr**  
**Samstag, 01. September bis Samstag, 08. September 2007**  
**Beginn: Samstag, Sonntag, Dienstag und Freitag 18.00 – 20.00 Uhr, evtl. auch morgens Samstag bis Freitag von 9.30-14.00 Uhr, Letzter Samstag: 09.30-10.30 Uhr**  
 € 100,-, plus Vormittagsprogramm= 150,00 Euro  
 - 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,  
 Pusaueplatz  
**Sa/So, 01./02.12.2007**  
 von jeweils 10.00-18.00 Uhr  
 € 55,-, 21 UE  
 - Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
 Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

### EFT Basis „Klopf dich frei“ und Heile Deine Seele – Klopf-Akupressur

Ein Seminar, das Ihnen Wege in eine ausgeglichene Zukunft weist. Ja, es ist möglich, Ängste, Depressionen, Burn-Out-Syndrom, emotionale Störungen, Schmerzen, Stress und andere körperliche Beschwerden lösen sich wirkungsvoll auf. Ergebnisse spüren Sie sofort. Sie erlernen eine Methode, die Sie in vielen Lebensbereichen und in Ihrer Familie immer wieder einsetzen können. Sie ist ein Schlüssel für ein entspanntes, glückliches Leben.

**Ro 03.00.07**

**Ursula Eiselstein**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**So, 30.09.2007**, von 10.00-17.00 Uhr  
€ 25,-, 9 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung –  
Hinweis: max. 8 Teilnehmer/Innen

### Prüfungsangst Mit Klopf-Akupressur gegen den „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 gerechelt 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

**So, 11.11.2007**, 10.00-17.00 Uhr  
€ 25,-, 9 UE

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung –  
Hinweis: max. 10 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. Edelsteine wurden große Kräfte zugesprochen, sie heilten Kranke, schützten Reisende und wurden als Talismane getragen. Dieser Kurs beschäftigt sich mit dem Wissen der Alten, übertragen 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, 03./04.11.2007**  
von jeweils 10.00-18.00 Uhr

€ 55,-, 21 UE  
- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung –  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

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 Selbstentspannung 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 05.09.2007  
€ 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 05.09.2007  
€ 58,-, 10 x 2 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

### Loslassen – Arznei für die Seele durch Progressive Muskel- relaxation nach Jacobsen

Die Teilnehmer werden in diesem Kurs lernen, einige wesentliche Muskelgruppen in einer bestimmten Reihenfolge zu entspannen – indem sie diese Muskelgruppen erst anspannen und wieder lockern. Mit dieser Technik können die Teilnehmer körperliche und seelische Anspannung und Nervosität verringern und alltägliche Stresssituationen gelassener bewältigen. Die PMR wird heute bei vielen verschiedenen Problemen eingesetzt, z.B. bei: Stress, Angstzuständen, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Magen-Darm-Störungen, Herz-Kreislauf-Störungen

**Ro 03.01.04**

**Renate Winter**

Rodgau(Jügesheim), Krankengymnastik-  
praxis Kroneberg, Vordergasse 24  
Mo, 18.00-19.00 Uhr, ab 03.09.2007  
€ 45,-, 10 Tage/ 14 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

### Stress? Ohne mich! – Zwei Tage für Stressbewälti- gung und Entspannung

In diesem Kurs lernen Sie, Ihren persönlichen Zugang zur Stressbewältigung und Entspannung zu entdecken. Die Kursleiterin begleitet Sie dabei, Stressfaktoren aufzudecken und sich mehr Raum für Entspannung zu schaffen.

Stress macht sich auf verschiedenen Ebenen bemerkbar: in unseren Gedanken, Gefühlen und unserem Körper. Dem Stress kann man auf all diesen Ebenen entgegenwirken. Ich unterstütze Sie dabei, Ihr persönliches Stress-Modell zu entwickeln und für sich die passenden Möglichkeiten zu finden, Stress besser zu bewältigen.

Auch die körperliche Entspannung kommt in diesem Kurs nicht zu kurz: Sie erhalten Einblicke in verschiedene Entspannungstechniken, wie z.B. die Progressive Muskelentspannung und das Autogene Training. Außerdem haben Sie die Möglichkeit, bei Phantasieereignissen einfach mal die Seele baumeln zu lassen.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eine Matte, eine Decke und warme Socken mit.

**Ro 03.01.06**

**Bettina Leuchtenberg**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

**Samstag, 27. Oktober und 10. November 2007**  
von 10.00-17.00 Uhr

€ 46,-, 2 x 8 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 10 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 Kostenbeitrag von 5 Euro für Tee und Gebäck hinzu, dieser wird direkt bei der Kursleiterin bezahlt.

**Ro 03.01.08**

**Gabriela Lang**

Rodgau(Jügesheim), ZENDO, Praxis für asiatische  
Medizin, Heinrich-Böll-Str. 33 Park-  
möglichkeit nur im Alten Weg vorhanden!  
Do, 19.30-21.30 Uhr, ab 06.09.2007

€ 78,-, 27 UE/10 Kurstage  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

### Hatha-Yoga für Anfänger/Innen

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

Richtiges Atmen, die abschließende Tiefenentspannung und Meditation bringen blockierte Energie wieder zum Fließen und führen zu Ausgeglichenheit und innerem Frieden. Bitte eine Übungsmatte und eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung tragen!

**Ro 03.01.10**

**Angelika Jockwer**

Rodgau(Jügesheim), Aikido Dojo, Ludwig-  
straße 13

**Do, 15.30-17.00 Uhr, ab 06.09.2007**  
€ 117,-, 15 x 2 UE

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

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

Variationen der erlernten Asanas und Atemübungen, einfühlsame Korrektur, Tiefenentspannung und Meditation. Bitte eine Übungsmatte und eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung tragen!

**Ro 03.01.11**

**Angelika Jockwer**

Rodgau(Jügesheim), Aikido Dojo, Ludwig-  
straße 13

**Do, 17.30-19.00 Uhr, ab 06.09.2007**  
€ 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 Befindlichkeit 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 Entspannungsübungen ist es möglich, diese energetischen Kräfte auszubalancieren und sich wieder frisch, erholt und innerlich ausgeglichen zu fühlen.

Bitte eine Übungsmatte und eine Decke mitbringen und bequeme Sportkleidung tragen!

**Ro 03.01.12**

**Angelika Jockwer**

Rodgau(Jügesheim), Aikido Dojo, Ludwig-  
straße 13

**Do, 19.05-20.35 Uhr, ab 06.09.2007**  
€ 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

**Samstag, 22. September 2007**  
von 10.00-17.00 Uhr

€ 26,- / 1 Tag/ 9 UE  
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

**Samstag, 08. Dezember 2007**  
von 10.00-17.00 Uhr

€ 26,- / 1 Tag/ 9 UE  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

## Stabiler Rücken – stabile Wirbelsäule

Yogaübungen, die die Rückenmuskulatur kräftigen und entspannen, die Wirbelsäule flexibilisieren und zu einer äußeren und inneren Aufrechterhaltung führen.

Ro 03.01.15

**Claudia Jörg**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

**Samstag, 03. November 2007**

von 10.00-17.00 Uhr

€ 26,- / 1 Tag / 9 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

## Schamanismus

### Zur Quelle der Kraft -

**Erlebnisabend: Schamanische Techniken als praktische Lebenshilfe und spiritueller Weg**

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

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

Ro 03.01.16

**Angelika Jockwer**, Leiterin des MIRANDA-LA-Instituts für schamanisches Heilen Rodgau(Jügesheim), Aikido Dojo, Ludwigstraße 13

**Samstag, 01. Dezember 2007**

von 18.00-21.00 Uhr

€ 20,-, 1 x 4 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

### Reflexzonenmassage 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, Reflexzonenmassage. 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 03.01.17

**Stefan Baic**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

**Sa. + So., 24./25.11.2007**

von jeweils 9.30-13.30 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 Fortgeschrittenenkurs 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 und leichte Turnschuhe, ein festes, kleines Kissen und eine Decke benötigt.

**Josefine Carls** 069/89 71 57  
**Jörg Rüdel** 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 Rüdel**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,

Puisseauxplatz

**Samstag, 22. September 2007**

von 10.00-16.30 Uhr und

**Sonntag, 23. September 2007**

von 10.00-15.00 Uhr

€ 39,-, 2 Tage / 15 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### T'ai Chi Ch'uan Basiskurs

Für Teilnehmer mit Basis-Grundkenntnissen (Bitte Rücksprache mit der Kursleiterin Tel.: 069/89 71 57) Es wird die Kurz-Form der Lee-Familie gelernt.

Ro 03.01.25

**Josefine Carls**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum

Mi, 18.15-19.45 Uhr, ab 12.09.2007

€ 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 10.09.2007

€ 73,-, 14 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 10.09.2007

€ 73,-, 14 x 2 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

### Qi Gong - Die acht Brokate

Die Acht Brokate sind acht einfache Bewegungs- und Atemübungen, die Entspannung, Atemtraining, Meridiandehnungen und leichtes Körpertraining bieten. Sie lernen die Übungen im Kurs langsam, Übung für Übung. An den Kursterminen werden zwischen den Übungen Bewegungsübungen zur Auflockerung, Koordination und allgemeinen Befindlichkeitssteigerung durchgeführt. Nach dem Ende des Kurses nehmen Sie die Übungen mit nach Hause und können diese in Ihr tägliches Leben integrieren. Da die Übungen im Stehen ausgeführt werden, wird wenig Platz benötigt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte in bequemer Kleidung kommen.

Ro 03.01.30

**Karin Brügelmann**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule,

Eingang Lange Straße

Mi, 17.00-18.00 Uhr, ab 12.09.2007

€ 34,-, 10 Tage / 13 UE

Hinweis: max. 8 Teilnehmer/innen

### Leichter Lernen - mit BRAIN

#### GYM (Lerngymnastik)

#### Etern/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

**Samstag, 15.09.2007, 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, 10.11.2007, 14.30-18.00 Uhr**

€ 15,-, 1 x 5 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

## Gymnastik/Bewegung

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

Der Kursus 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 07.09.2007

€ 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 04.09.2007

€ 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 wechselweise 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 04.09.2007

€ 53,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

## Ganzkörpertraining für Frauen - vormittags

Alle Hauptmuskelgruppen wie Rücken - Bauch - Po - Arme - Beine werden wechselweise 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 04.09.2007

€ 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 Stundenausklang.

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 07.09.2007

€ 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 07.09.2007

€ 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 Kniesehnen 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 02.09.2007

€ 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 02.09.2007

€ 55,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

## Fettverbrennung und Krafttraining

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 03.09.2007

€ 62,-, 12 x 2 UE

Hinweis: max. 25 Teilnehmer/innen

## Gymnastik nach der Organuhr

Gymnastik mit leichter Aufwärmphase, danach spezielle Dehn- und Kräftigungsübungen nach den jeweiligen Meridianverläufen, die den bestimmten Organen zugeordnet sind. Sie üben und arbeiten dabei mit sehr viel Körperwahrnehmungen, teilweise auch mit einem Partner zusammen. Sie erfahren, zu welchen Tageszeiten ein bestimmtes Organ seine max. Leistungszeit hat und welche Übungen z.B. der Leber oder den Nieren gut tun und förderlich sind.

\_\_\_ **Ro 03.02.10**

**Gisela Wolski**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 20.30-21.30 Uhr, ab 04.09.2007

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

## Funktionsgymnastik für die Wirbelsäule

Durch Spannungs-, 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 20.08.2007

€ 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 20.08.2007

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

## Gymnastik

Dieser Kursus 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 05.09.2007

€ 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 05.09.2007

€ 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 Aufwärmphase gestalten.

Bitte in bequemer Gymnastikkleidung kommen und vorhandene Jongliergeräte und Einräder mitbringen. Verpflegung ist selbst mitzubringen.

\_\_\_ **Ro 03.02.17**

**Alexander Butte**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

**Sa + So, 15. + 16.09.2007,**

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, 10. + 11.11.2007,**

10.00-16.00 Uhr

€ 25,- (16 UE)

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

## Gutes für den Rücken

Rückenschmerzen entstehen durch Bewegungsmangel, falsches und zu langes Sitzen oder einseitige Belastung. Mit gezielter Schon-gymnastik (Kräftigungs-, Dehn- und Mobilisationsübungen) werden Wirbelsäulenbeschwerden und muskuläre Dysbalancen wirkungsvoll kuriert. Mitzubringen: Gymnastikkleidung und Gymnastikmatte

\_\_\_ **Ro 03.02.19**

**Eva Roth**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Do, 18.00-19.00 Uhr, ab 06.09.2007

€ 52,-, € 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 16 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 06.09.2007

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 16 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 06.09.2007

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 16 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 Rückentraining. Mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Matte, Decke und ein kleines Kissen.

\_\_\_ **Ro 03.02.22**

**Eva Roth**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 15.00-16.00 Uhr, ab 04.09.2007

€ 52,-, 15 Tage = 20 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 04.09.2007

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

## Rückenfitness

Nach einer kurzen Aufwärmphase werden Kräftigungs- und Mobilisationsübungen angeboten. Unter anderem werden Po-, Bauch- und Beinnmuskulatur trainiert, um diese zu kräftigen, so dass unser Rücken entlastet wird. Den Kurs beenden wir mit einem Entspannungsteil. Bitte Matte und ein Handtuch mitbringen.

\_\_\_ **Ro 03.02.24**

**Annette Winter**

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

Di, 20.30-21.30 Uhr, ab 18.09.2007

€ 36,-, 10 Tage = 14 UE

## Cardio - BBP

Nach einer intensiven Aufwärmphase der gesamten Muskulatur werden die sog. Problemzonen 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 03.02.25**

**Annette Winter**

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

Di, 19.30-20.30 Uhr, ab 18.09.2007

€ 36,-, 10 Tage = 14 UE



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

In diesem BBP-Kurs werden wir unsere Problemzonen straffen. Der Kurs beginnt mit einem kurzen Aufwärmen und endet mit einem kurzen Stretching.

Bitte bequeme Gymnastikkleidung, -schuhe und eine Matte mitbringen.

**Ro 03.02.26**

**Kerstin Ertl**  
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz  
Mi, 18.15-19.15 Uhr, **ab 05.09.2007**  
€ 42,-, 12 Tage = 16 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**Step – Einsteigerkurs**

Step ist ein Ausdauertraining und schult die Koordination. In diesem Kurs beginnen wir mit den Grundschritten und steigern uns langsam.

Bitte bequeme Kleidung, festes Schuhwerk, ein Handtuch und ein Getränk mitbringen.

**Ro 03.02.27**

**Kerstin Ertl**  
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz  
Fr, 18.00-18.45 Uhr, **ab 07.09.2007**  
€ 31,-, 12 x 1 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**Step-Mittelstufe**

Dieser Kurs ist für alle Teilnehmer, die schon Step-Erfahrung haben und sich gerne etwas mehr herausfordern möchten. Wir bauen kleine Choreographien auf und kommen dabei hoffentlich gut ins Schwitzen.

Bitte bequeme Kleidung, festes Schuhwerk, ein Handtuch und ein Getränk mitbringen.

**Ro 03.02.28**

**Kerstin Ertl**  
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz  
Fr, 19.00-20.00 Uhr, **ab 07.09.2007**  
€ 42,-, 12 Tage /16 UE

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**PILATES- Einsteigerkurs**

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

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

**Ro 03.02.29**

**Kerstin Ertl**  
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz  
Mi, 16.00-17.00 Uhr, **ab 05.09.2007**  
€ 42,-, 12 Tage = 16 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 05.09.2007**  
€ 42,-, 12 Tage = 16 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, stärken Willen und sehr viel mehr Energie. Das wünscht sich jeder. Hier fangen wir damit an.

Ein kleines Intensivprogramm zum kennen lernen und zum zu Hause machen.

Bitte mitbringen : Großes Handtuch oder warme Decke, Socken, Getränke, Stift und gute Laune.

**Ro 03.02.31**

**Marion Segatz**  
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz  
**Samstag, 01. Dezember 2007**

von 10.00-15.30 Uhr  
€ 26,-, 1 Tag / 6 UE  
Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**Latin Dance & Salsa-Aerobic/Workout**

Latinamerikanische Rhythmen erlernen die Charts. Latin Dance boomt, und Salsa-Aerobic ist der Mega-Fitness-Trend mit Spaßfaktor. Diese Stunde ist eine Mischung aus Samba, Cha-Cha, Mambo und Salsa-Musik, bei der Sie so richtig die Hüften schwingen können und dabei auch noch ordentlich Fett verbrennen.

Eine Salsa-Stunde vermittelt die Grundtechniken und ist ein Herz-Kreislauftraining zu feurigen Latino-Klängen. Alle Bewegungen kommen aus der Körpermitte und gehen in die Finger- und Zehenspitzen. Die Musik dazu macht allein schon beim Zuhören Laune, selbst wenn es mit dem Hüftschwung nicht auf Anhieb klappen sollte. Lust bekommen auf ein schweißtreibendes Workout für mehr Kondition, Lebenslust und gute Laune?

**Ro 03.02.37**

**Britta Ballenberger**  
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz  
Di, 19.00-20.00 Uhr, **ab 04.09.2007**

€ 42,-, 12 Tage / 16 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 führt 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**

**Marion Segatz**  
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz  
**Samstag, 17. November 2007**

von 10.00-15.30 Uhr  
€ 26,-, 1 Tag / 6 UE  
Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**Spinning – Fatburner**

Spinning ist ein sehr effektives Herz-Kreislauf-Training auf speziellen Fahrrädern. Um die Fettverbrennung richtig anzukurbeln, bleibt die Belastung in diesem Kurs im niedrigen bis mittleren Bereich. Dadurch ist dieser Kurs auch für Einsteiger bestens geeignet. Trotzdem kommt der Spaß nicht zu kurz und bei motivierender Musik wird die Stunde im Flug vergehen.

**Ro 03.02.39**

**Daniela Döbert**  
Rodgau(Weiskirchen), Sportstudio Vital,  
Liebigstr. 4

Do, 9.00-10.00 Uhr, **ab 06.09.2007**  
€ 42,-, 12 Tage / 16 UE

Eine einmalige Gebühr von 19 € pro Teilnehmer für Duschen, Gerätenutzung usw. 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 Köthe**  
Rodgau(Weiskirchen), Sportstudio Vital,  
Liebigstr. 4

Fr, 17.30-18.30 Uhr, **ab 07.09.2007**  
€ 42,-, 12 Tage / 16 UE

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

**Pump it up!**

Bei diesem athletischen Training wird ganze Körper zu motivierender Musik effektiv geformt. Wir arbeiten mit einer Langhantelstange, auf der individuell je nach Fitnesslevel Gewichtsscheiben mit unterschiedlichen Gewichten befestigt werden. Dadurch ist dieses Training sowohl für Männer als auch für Frauen, sowohl für Fitnessneinsteiger als auch für Fortgeschrittene gut geeignet. Spüren Sie Ihren Körper wie noch nie!

**Ro 03.02.41**

**Daniela Döbert**  
Rodgau(Weiskirchen), Sportstudio Vital,  
Liebigstr. 4

Di, 17.00-18.00 Uhr, **ab 04.09.2007**  
€ 42,-, 12 Tage / 16 UE

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

**Schlank 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**

**Arek Morys**  
Rodgau(Nieder-Roden), Eicheleck, Reiberkreisel, Nähe Interform-Möbelhaus, Parkplatz der Geflügelzüchter

Mi, 17.30-19.00 Uhr, **ab 05.09.2007**  
€ 32,-, 6 x 2 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung.  
Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

**Nordic-Walking für untrainierte und/oder nicht ganz so schlanke**

Nordic-Walking ist eine der besten Sportarten, um die Fettverbrennung anzukurbeln, den gesamten Körper zu trainieren und die Kondition zu verbessern. Anfangs üben wir die Grundlagen ohne Stöcke um die Basis zu schaffen. Von Woche zu Woche wird die Belastung sanft gesteigert. Es geht um Gesundheit und Spaß und nicht um sportliche Höchstleistungen. Dieser Kurs ist speziell für Menschen, die zur Zeit kaum Sport treiben oder langsamere Bewegungen bevorzugen.

Am Ende der Stunde werden wir meist verschiedene Stretch-Übungen machen, welche die trainierten Muskeln dehnen und den Körper damit auszugleichen.

Auch die Theorie über das Material, Grundlagenwissen und Pulsfrequenzen sind Kursbestandteil.

Zu beachten ist, dass der Kurs im Freien stattfindet und Sie in wettergerechter und bequemer Kleidung kommen sollten. Stöcke können beim Kursleiter gegen 2,00 Euro pro Termin bzw. für 10,00 Euro für den gesamten Kurs ausgeliehen werden.

**Ro 03.02.46**

**Karin Brügelmann**  
Rodgau(Jügesheim), Rathenaustr. 3  
Mo, 16.00-17.30 Uhr, **ab 10.09.2007**  
€ 52,-, 10 x 2 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: Rückenschmerzen & HWS-Syndrom**

Dieser Abend informiert z.B. über folgende Fragen:

1. Wie entsteht ein HWS-Syndrom?
2. Was passiert da genau in meinem Körper?
3. Woher kommt die Ursache: Haltungsschaden oder Anderes?
4. Wie kommt es zu den Nervenreizungen, was wird dadurch ausgelöst?
5. Wie kommt es zu den Schmerzen im Genick und Rückenbereich und was kann man dagegen tun?
6. Gibt es Heilmethoden, die mir helfen können?
7. Welche Möglichkeiten der „Selbsthilfe“ gibt es für mich?
8. Welche Fragen möchten Sie zum Thema stellen?

**Ro 03.04.01**

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

**Donnerstag, 06. September 2007,**  
19.30 Uhr, Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

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

## Vortrag: „Bioenergetische Regenerationstherapie nach Körbler – Neue Homöopathie“

Schon seit es Menschen gibt, haben sie intuitiv gewusst, dass sie durch Übertragung bestimmter Zeichen, Farben und Symbole in der Lage waren, Informationen und Ordnungskriterien aus dem Universum aufzunehmen und damit außergewöhnliche Kräfte und Energien zu aktivieren. Auch wir können diese Urprinzipien der Harmonisierung und Heilung von Störungen anwenden mit dem „Umkehrprinzip der Systeminformation“, wie es der Bioresonanzforscher Erich Körbler nannte.

**Ro 03.04.02**

**Birgit Grebe**

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

**Donnerstag, 20. September 2007,**

19.30 Uhr, Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

## Vortrag: „Was man alles mit zwei Heilpflanzen positiv bewirken kann!“

Die Pflanzen fangen mit A... und Z...

an. Erraten Sie diese? Kommen Sie zu diesem interessanten Vortrag mit neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen.

**Ro 03.04.03**

**Angelika Tank**

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

**Donnerstag, 04. Oktober 2007,**

19.30 Uhr, Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

## Vortrag: „Zeigt her Eure Füße“

Füße spiegeln unseren Körper. Im Vortrag wird gezeigt, wie man mit einfachen Mitteln seine Füße verwöhnen kann oder bei Problemen dies und das Kräuterchen nehmen kann. Lassen Sie sich einfach einmal zeigen, wie Sie zu Hause eine Wohlfühlsohle für Ihre Füße aufbauen können.

**Ro 03.04.04**

**Angelika Tank**

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

**Donnerstag, 18. Oktober 2007,**

19.30 Uhr, Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

## Vortrag: „Arthrose im Hüft- und Schultergelenk“

Dieser Abend informiert z.B. über folgende Fragen:

1. Wie entsteht eine arthrotische Veränderung im Gelenksbereich?
2. Was passiert da genau in meinem Körper?
3. Welche Ursachen gibt es?
4. Gibt es Behandlungsmethoden/Heilmethoden, die mir helfen können?
5. Welche Möglichkeiten der „Selbsthilfe“ gibt es für mich?
6. Welche Fragen möchten Sie zum Thema stellen?

**Ro 03.04.05**

**Michael Prgomet**

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

**Donnerstag, 22. November 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 an den ersten Abenden Grundlagen über den Körper, den Energieverbrauch und die Zusammensetzung der Nahrung. Viele Tipps können Sie direkt umsetzen. Danach vereinbaren wir mit Ihnen einen Termin für eine Einzelberatung in meinem Büro mit einer Dauer von ca. 90 Minuten. Ihr individuelles Essverhalten wird besprochen und per PC analysiert. Für Ausdrücke fallen Kosten in Höhe von 2,00 Euro an. Im weiteren Kursverlauf gehen wir detaillierter auf die verschiedenen Nährstoffe und Nahrungsmittel ein und beschäftigen uns mit sinnvoller Bewegung ohne Stress, positivem Denken, Vor- und Nachteile bekannter Diäten, verschiedenen Ernährungsformen und unserem Säure-/Basenhaushalt. Es werden auch Fragen beim Umsetzen der „neuen“ Ideen besprochen und Sie erhalten die Unterstützung in der Gruppe. An jedem Kursabend haben Sie die Möglichkeit Ihre Gewichts-, Fett-, Muskel-, Wasser- und Stoffwechselformparameter zu kontrollieren.

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

**Ro 03.07.01**

**Karin Brügelmann**

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

Mi, 18.15-19.45 Uhr, ab 12.09.2007

€ 80,-, 18 UE, 6 Tage

- Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 8 Teilnehmer/Innen

## Kochen

### 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 06.09.2007

€ 44,-,(zuzüglich Umlagen) 5 x 4 UE

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Chinesische Küche

#### - raffiniert einfach -

Salz- und fettarm, aber dennoch würzig kochen ist möglich. Die kaloriengebremsten und vitaminreichen Speisen aus dem Fernen Osten werden 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 = 24 Euro 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 05.09.2007

€ 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, 29./30.09.2007,**

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 = 40 Euro 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 14.11.2007

€ 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./25.11.2007,**

jeweils 10.00-17.30 Uhr

€ 48,-(zuzüglich Umlagen), 20 UE

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Südostasiatische

#### „Leckerbissen“: Spezialitäten aus vier Ländern

Blicken Sie mit unserer China-Dozentin über die „große Mauer“ und folgen Sie ihr auf einer Rundreise durch die Geschmacksvielfalt der Küchen Asiens. Die Etappenziele haben verlockende Namen: Feuriges aus Thailand, Exotisches aus Indonesien, Paradiesisches von den Philippinen und Sushi-Varianten aus Japan. Vier abgeschlossene Menüs aus regionalen Spezialitäten garantieren Ihnen ein gaumenfreudiges Wochenende.

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

Bitte Schürze und Geschirrhandschuh mitbringen!

**Ro 03.07.10**

**Renate Büttner**

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

**Samstag + Sonntag, 01./02.12.2007,**

jeweils 10.00-17.30 Uhr

€ 48,-(zuzüglich Umlagen), 20 UE

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Neu – nur für Männer

#### Südostasiatische

#### „Leckerbissen“: Vier-Länder-Küche für Männer

(Inhalte siehe Kurs Ro 03.07.10)

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

Bitte Schürze und Geschirrhandschuh mitbringen!

**Ro 03.07.11**

**Renate Büttner**

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

**Samstag + Sonntag, 19./20.01.2008,**

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 leichte Fortgeschrittene sind willkommen, sowie gute Laune und Spaß am Schlemmen. Termine: 10.09./01.10./05.11./17.12./21.01.2008

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

Bitte Schürze, Geschirrhandschuh u. Behälter für Reste mitbringen

**Ro 03.07.12**

**Harald Dröge**

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

Mo, 18.00-21.30 Uhr, ab 10.09.2007

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

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

### Pasta – Pasta

Sie lernen verschiedene Saucen zuzubereiten, die von den üblichen bekannten Pastasaucen abweichen und leicht zuzubereiten sind, die Palette reicht von einfach bis raffiniert. Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandschuh u. Behälter für Reste mitbringen.

**Ro 03.07.13**

**Harald Dröge**

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

**Montag, 03. September 2007,**  
18.00-21.30 Uhr

€ 21,-(incl. 10 € für Umlagen) 5 UE  
Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

**Sanft garen – mit der 80 Grad Methode**

Zartes Fleisch, auf den Punkt gegart, ohne dass Sie die Minuten mit einem Küchenwecker kontrollieren und einhalten müssen – dies ermöglicht Ihnen das sanfte Garen bei Niedertemperatur, welches auch als 80-Grad-Methode bekannt ist. Neu ist diese Art der Fleischzubereitung jedoch nicht. Bereits unsere Großmütter haben diese Methode, wenn auch unbewusst, angewendet.

Die Zutaten-Kosten sind 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

**Montag, 17. September 2007,**  
18.00-21.30 Uhr

€ 21,-(incl. 10 € für Umlagen) 5 UE  
Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

**Schnitzel-Variationen eines Klassikers**

Bei dem Wort „Schnitzel“ läuft den meisten Menschen das Wasser im Munde zusammen, Sie denken sofort an panierte, lecker gewürzte dünne Fleischscheiben, die warm mit Sauce oder auch kalt gegessen werden. Lassen Sie sich überraschen, wie viele Möglichkeiten es gibt, Schnitzel zu genießen.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandschuh u. Behälter für Reste mitbringen.

**Ro 03.07.15**

**Harald Dröge**

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

**Montag, 22. Oktober 2007,**  
18.00-21.30 Uhr

€ 21,-(incl. 10 € für Umlagen) 5 UE  
Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

**Weil Liebe durch den Magen geht**

...gehören das Kochen und gemeinsame Genießen von verführerischen Speisen genauso zusammen, wie die beiden Menschen, die einander gefunden haben. In diesem Kurs bereiten wir sinnliche Gerichte, die schnell und einfach zubereitet werden und mit denen Sie ihren Partner überraschen können.

Die Zutaten-Kosten sind 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

**Montag, 12. November 2007,**  
18.00-21.30 Uhr

€ 21,-(incl. 10 € für 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 sind 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

**Montag, 19. November 2007,**  
18.00-21.30 Uhr

€ 21,-(incl. 10 € für Umlagen) 5 UE  
Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

**Adventsbäckerei – Leckeres für die Adventszeit**

Wir backen verschiedene Sorten Plätzchen und einen Adventskuchen, z.B. Marzipanstanzen, himmlische Makronen, Sahneplätzchen und Glühweinkuchen. Hier finden Sie neue Anregungen, die Sie bestimmt begeistern werden.

Die Zutaten-Kosten sind 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

**Montag, 03. Dezember 2007,**  
18.00-21.30 Uhr

€ 21,-(incl. 10 € für Umlagen) 5 UE  
Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

**Low Fett – italienische Küche**

Sie wollen abnehmen und dabei auf Genuss nicht verzichten und es fehlt Ihnen noch der letzte Kick?! In diesem Kurs erfahren Sie wie Sie mit Italienischer Küche fettreduziert und schmackhaft kochen können.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandschuh u. Behälter für Reste mitbringen.

**Ro 03.07.19**

**Harald Dröge**

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

**Montag, 14. Januar 2008,**  
18.00-21.30 Uhr

€ 21,-(incl. 10 € für Umlagen) 5 UE  
Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen  
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung-

**Deutsch als Fremdsprache****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  
ISBN 978-3-19-001521-4 ab Lektion 1

**Ro 04.04.01**

**Livia Hergar**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum,  
Puisseauxplatz

Do/Di, 19.00-21.15 Uhr, **ab 13.09.2007**  
€ 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  
ISBN 978-3-19-001521-4 ab Lektion 4

**Ro 04.04.02**

**Livia Hergar**

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

Mi/Mo, 19.00-21.15 Uhr, **ab 12.09.2007**  
€ 108,-, 24 x 3 UE(12 Wochen)

**Deutsch als Fremdsprache für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen (5. Semester) - Niveau A 2**

Lehrbuch: Passwort Deutsch 3, Klett Verlag ab Lektion 15

Im Kurs werden wir Berichte und Briefe schreiben und uns vorwiegend auf die Vergangenheitsformen und die Deklination konzentrieren. Die Kursteilnehmer werden lernen, ihre Wünsche und die höflichen Bitten/Fragen auszudrücken.

**Ro 04.04.04**

**Aleksandra Karczewska**

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

Di/Mi, 18.30-20.00 Uhr, **ab 04.09.2007**  
€ 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 03.09.2007**  
€ 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 19.11.2007**  
€ 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 möglichst 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 ohne Vorkenntnisse**

Lehrbuch: The New Cambridge plus, Klett Verlag, Band 1, Nr. 539015, ab Lektion 1  
Wir machen erste Schritte in der englischen Sprache, ideal für Anfänger und Wieder-Einsteiger. Wir lernen spielerisch Vokabeln und Grammatik und werden sehen, dass Deutsch und Englisch sehr eng verwandte Sprachen sind.

**Ro 04.06.01**

**Nicole Müller**

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

Mo, 20.00-21.30 Uhr, **ab 03.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Englisch-Intensivkurs A 1.2**

Lehrbuch: On the Move I, Klett Verlag, ab Lektion 11

Für Erwachsene, die in kurzer Zeit ihre englischen Sprachkenntnisse verbessern und erneuern wollen. Dieser Kurs ist sowohl für touristische als auch berufliche Zwecke geeignet. Die Englischkenntnisse werden in diversen Alltags- und Berufssituationen erlernt und können schon bald auf einer Auslandsreise nach London ausprobiert werden.

**Ro 04.06.03**

**Ludger Kuon**

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

Mi, 18.15-20.45 Uhr, ab **12.09.2007**

€ 79,-, 12 x 3 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

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

Lehrbuch: The New Cambridge plus, Klett Verlag, Band I, Nr. 539015, ab Lektion 13/14

**Ro 04.06.04**

**Jan-Eric Klauke**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Do, 18.00-19.30 Uhr, ab **06.09.2007**

€ 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 15

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 Straße

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab **03.09.2007**

€ 53,-, 12 x 2 UE

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

Lehrbuch: The New Cambridge plus, Klett Verlag, Band I, Nr. 539015, ab Lektion 9

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 **05.09.2007**

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Englisch A 1.9 für Fortgeschrittene**

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

**Ro 04.06.07**

**Monika Klauke**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Do, 18.00-19.30 Uhr, ab **06.09.2007**

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch A 1.13 für Fortgeschrittene**

Lehrbuch: The New Cambridge plus, Klett Verlag, Band I, Nr. 539015, ab Lektion 19

**Ro 04.06.09**

**Iris Böhnisch**

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

Mo, 19.00-20.30 Uhr, ab **03.09.2007**

€ 53,-, 12 x 2 UE

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

Lehrbuch: Various material

You learnt 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, Puiseauxplatz

Do, 09.30-11.00 Uhr, ab **06.09.2007**

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Englisch A 2.2 für Fortgeschrittene – Intensivkurs (6. Semester)**

On the Move 4, Klett Verlag ab Lektion 6 Dieser Intensivkurs ist für Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen (A 2) 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, Puiseauxplatz

Mo, 10.30-12.45 Uhr, ab **10.09.2007**

€ 99,-, 15 x 3 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

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

„A little bit of this and a little bit of that“ Mixed-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 **03.09.2007**

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch A 2.3****Fortgeschrittene**

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

**Ro 04.06.16**

**Monika Klauke**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Mi, 9.30-11.00 Uhr, ab **05.09.2007**

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch A 2.3****für Fortgeschrittene**

Lehrbuch: New Headway Intermediate, Cornelsen Verlag, ab Lektion 7

**Ro 04.06.17**

**Monika Klauke**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Mo, 10.15-11.45 Uhr, ab **03.09.2007**

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Englisch-Intensivkurs B 1.2 Für Fortgeschrittene**

On the Move plus, Klett Verlag ab Lektion 5 Proficiency and Business (advanced learners) A course designed for students, interested in conversation writing, discussion and improving grammatical skills to brush up your

English. Emphasis is placed on using the English language in every day situation on developing fluency and accuracy. Exam preparation A2/B1 certificate.

**Ro 04.06.18**

**Ludger Kuon**

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

Di, 18.30-20.45 Uhr, ab **11.09.2007**

€ 79,-, 12 x 3 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

**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 Straße

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab **05.09.2007**

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Konversationskurs Englisch**

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben Dieser Kurs ist ausgelegt für Teilnehmer mit bereits guten Englischkenntnissen (z.B. 4-5 Jahre Schullenglisch), die Freude am Sprechen haben und sich zu freien Themen aus Gesellschaft, Politik, Kunst und Kultur unterhalten möchten.

**Ro 04.06.22**

**Monika Lorenz**

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

Mi, 18.00-19.30 Uhr, ab **24.10.2007**

€ 44,-, 10 x 2 UE

**Englisch für Reise & Freizeit (4. Semester)****Ein Auffrischkungskurs**

Lehrbuch: English Elements 2, Hueber Verlag, ab Lektion 10 Sie haben Basiskenntnisse und möchten sie vertiefen. Ihr Ziel ist, leichte Konversation in Englisch führen zu können.

**Ro 04.06.26**

**Monika Lorenz**

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

Do, 16.30-18.00 Uhr, ab **06.09.2007**

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Modern Business English**

Lehrmaterial 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 04.06.27**

**Chris Meyer**

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

Mo, 20.00-21.30 Uhr, ab **03.09.2007**

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Englisch für den Beruf (4. 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 mündlichen Kommunikation im Berufsleben, Telefonge-

sprache, Briefe, Emails und haben Spaß. Zögern Sie nicht und machen Sie mit.

**Ro 04.06.28**

**Monika Lorenz**

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

Do, 18.00-19.30 Uhr, ab **06.09.2007**

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Learn English through Literature**

The course is designed for English learners at an upper-intermediate level whose interests combine language learning with literature. Our main objective is to improve vocabulary and speaking skills while we discuss and comment short stories, poems and essays of the English speaking world.

**Ro 04.06.29**

**Monika Lorenz**

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

Mi, 16.30-18.00 Uhr, ab **24.10.2007**

€ 44,-, 10 x 2 UE

**Englisch für Kinder****Englisch für Kinder mit sehr geringen Vorkenntnissen (7-11 Jahre)**

Material und Buch wird im Kurs besprochen.

**Ro 04.06.32**

**Monika Klauke**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Do, 16.30-18.00 Uhr, ab **06.09.2007**

€ 45,-, 15 x 2 UE

Keine Ermäßigung-

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

**Englisch für Kinder mit geringen Vorkenntnissen (7-11 Jahre)**

Material und Buch wird im Kurs besprochen.

**Ro 04.06.34**

**Jan-Eric Klauke**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Do, 16.30-18.00 Uhr, ab **06.09.2007**

€ 45,-, 15 x 2 UE

Keine Ermäßigung-

Hinweis: max. 10 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, Puiseauxplatz

Di, 10.00-11.30 Uhr, ab **04.09.2007**

€ 53,-, 12 x 2 UE

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

**Französisch A 1.3**

**(3. Semester)**

Lehrbuch: Facette 1, Hueber Verlag ab Lektion 6

Wir machen eine Entdeckungsreise durch die französische Sprache und Kultur. In einer lockeren Atmosphäre erproben wir spielerisch Alltagssituationen und möchten uns auf die nächste Urlaubsreise einstellen! 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 04.09.2007**  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Französisch A 1.8**

**(8. Semester)**

Lehrbuch: A bientôt 1 (Neu), Französisch für Erwachsene, Klett Verlag ab Lektion 9  
In der 9. Lektion dreht sich alles um Essen und Trinken: Bestellungen im Restaurant, Äußerungen zum Geschmack... Dies alles steht auf der Tageskarte (le menu). Ich lade Sie ein! Mit mittleren Vorkenntnissen können Sie gern mitmachen. A bientôt!

**Ro 04.08.04**

**Birgit Ernst**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
Do, 18.30-20.00 Uhr, **ab 06.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Französisch A 1.11**

**(11. Semester)**

Lehrbuch: A bientôt 1 (Neu), Französisch für Erwachsene, Klett Verlag ab Lektion 12  
Nun sind wir schon bei Lektion 12 angekommen. Es geht um das schöne Thema: Urlaub und Reisen. Dabei werden wir la France geographisch besser kennen lernen. Wenn Sie Lust haben in einer sehr netten Gruppe mitzumachen, sind Sie herzlich dazu eingeladen. Ich freue mich! Alors à bientôt!

**Ro 04.08.05**

**Birgit Ernst**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16  
Di, 18.30-20.00 Uhr, **ab 04.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Französisch B 1**

Lehrbuch: Couleurs de France Band 2 (Blanc) ab Lektion 3  
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(Jügesheim), Ev. Gemeindezentrum, Berliner Str. 2  
Mi, 10.30-12.00 Uhr, **ab 05.09.2007**  
€ 66,-, 15 x 2 UE  
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

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

**Italienisch**

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

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 04.09.01**

**Anni Papa**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Mi, 9.30-11.00 Uhr, **ab 12.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Italienisch A 1.1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 1  
Sie möchten Italien und die italienische Kultur kennen lernen? Die italienische Sprache ist einfach zu erlernen – lassen Sie sich überraschen!

**Ro 04.09.02**

**Nicole Müller**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
Mo, 18.30-20.00 Uhr, **ab 03.09.2007**  
€ 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 Papa**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
Do, 18.30-20.00 Uhr, **ab 13.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Italienisch A 1.2 für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen**

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

**Ro 04.09.05**

**Salvatore Di Natale**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
Mo, 20.00-21.30 Uhr, **ab 17.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE

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

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 10  
Neben der Einführung in die italienische Sprache mit den wichtigsten Alltagssituationen stehen Geschichte, Kultur und Musik Italiens im Vordergrund.

**Ro 04.09.07**

**Anni Papa**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
Mi, 18.15-19.45 Uhr, **ab 12.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Italienisch A 1.7**

**Mit Vorkenntnissen**

– MITTELSTUFE I –

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben

**Ro 04.09.09**

**Salvatore Di Natale**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 18.00-19.30 Uhr, **ab 18.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE



**Italienisch A 1.6**

**mit Vorkenntnissen Mittelstufe – am Vormittag**

Lehrbuch: Buonasera a tutti! Klett Verlag, ab Lektion 5

Nicht nur die italienische Sprache soll näher gebracht werden, sondern auch Musik, Geschichte und Kultur. Die nächste Urlaubsreise kommt bestimmt.

**Ro 04.09.10**

**Anni Papa**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Do, 9.30-11.00 Uhr, **ab 13.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Italienisch A 1.8**

**(8. Semester)**

Lehrbuch: Buonasera a tutti, Klett Verlag, ab Lektion 3

**Ro 04.09.11**

**Angela Wallner**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16  
Mi, 20.00-21.30 Uhr, **ab 12.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Italienisch A 2.1**

**für FORTGESCHRITTENE**

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben

**Ro 04.09.14**

**Salvatore Di Natale**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 19.30-21.00 Uhr, **ab 18.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Italienisch A 2.2**

**mit Vorkenntnissen**

– Mittelstufe II –

Lehrbuch: Va Bene 2, Hueber Verlag

**Ro 04.09.15**

**Salvatore Di Natale**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
Mo, 18.30-20.00 Uhr, **ab 17.09.2007**  
€ 53,-, 12 x 2 UE

**Spanisch**

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

Lehrbuch: Caminos (Neu) 1, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ab Lektion 1

**Ro 04.22.01**

**Silvia Bernhard-Sassadeck**

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Do, 10.20-11.35 Uhr, **ab 06.09.2007**  
€ 44,-, 12 Tage/20 UE

**Spanisch A 1.1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

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

**Ro 04.22.02**

**Irma Fröhlich**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
Do, 18.30-20.00 Uhr, **ab 06.09.2007**  
€ 66,-, 15 x 2 UE

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

Lehrbuch: Caminos 1(Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 3

**Ro 04.22.04**

**Maria-Jose Martinez**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16  
Mo, 18.30-20.00 Uhr, **ab 03.09.2007**  
€ 66,-, 15 x 2 UE

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

Lehrbuch: Caminos 1(Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 3 b

**Ro 04.22.05**

**Silvia Bernhard-Sassadeck**

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16  
Di, 18.30-20.00 Uhr, **ab 04.09.2007**  
€ 57,-, 13 x 2 UE

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

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

**Ro 04.22.07**

**Silvia Bernhard-Sassadeck**

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz  
Di, 9.00-10.15 Uhr, **ab 04.09.2007**  
€ 55,-, 15 Tage/25 UE

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

Lehrbuch: Caminos 1(Neu), Lese- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 5

Einsteiger können jederzeit mitmachen!

**Ro 04.22.08**

**Irma Fröhlich**

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße  
Mo, 18.30-20.00 Uhr, **ab 03.09.2007**  
€ 66,-, 15 x 2 UE

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

Lehrbuch: Caminos 1 (NEU), Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 7

**Ro 04.22.09**

**Oiga Josefina Jimenez Guerrero**

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16  
Mo, 18.00-19.30 Uhr, **ab 03.09.2007**  
€ 66,-, 15 x 2 UE

**Spanisch A 1.5 (5. Semester)**

Lehrbuch: Caminos 1 (NEU), Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band I ab Lekt. 10 a Zusteiger sind willkommen!

**Ro 04.22.10**

**Silvia Bernhard-Sassadeck**

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Do, 9.00-10.15 Uhr, **ab 06.09.2007**

€ 48,-, 13 Tage / 22 UE

**Spanisch A 1.5 (5. Semester)**

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

**Ro 04.22.11**

**Maria-Jose Martinez**

Rodgau (Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Mo, 20.00-21.30 Uhr, **ab 03.09.2007**

€ 66,-, 15 x 2 UE

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

Lehrbuch: Caminos 1 (Neu), Lese- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band I ab Lektion 9

**Ro 04.22.12**

**Olga Josefina Jimenez-Guerrero**

Rodgau (Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Mo, 19.30-21.00 Uhr, **ab 03.09.2007**

€ 66,-, 15 x 2 UE

**Spanisch A 1.11 (10. Semester)**

Lehrbuch: Caminos (Neu) 2, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ab Lektion 4  
Wichtiger Aspekt: Konversation, Zusteiger sind herzlich willkommen!

**Ro 04.22.13**

**Silvia Bernhard-Sassadeck**

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 10.20-11.35 Uhr, **ab 04.09.2007**

€ 55,-, 15 Tage/25 UE

**Spanisch A 1.11 (11. Semester)**

Lehrbuch: Caminos (Neu) 2, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ab Lektion 3 b  
Wichtiger Aspekt: Konversation. Zusteiger sind herzlich willkommen!

**Ro 04.22.14**

**Silvia Bernhard-Sassadeck**

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

Mi, 19.30-21.00 Uhr, **ab 05.09.2007**

€ 57,-, 13 x 2 UE

**Literatur - Espanola**

**Ro 04.22.20**

**Wolfgang Schürer**

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

Mo, 18.30-20.00 Uhr, **ab 03.09.2007**

€ 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-Deiternam, 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.

Do, 18.30-20.00 Uhr, **ab 06.09.2007**

€ 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.

Do, 20.00-21.30 Uhr, **ab 06.09.2007**

€ 53,-, 12 x 2 UE

**Mathematik****Mathematik für das 12. und 13. Schuljahr - Analysis -**

Inhalte: Kurvendiskussion gebrochener rationaler Funktionen, Graphische Darstellung von Funktionen, Differenzieren mit Produkt-, Quotienten- und Kettenregel, verschiedene Integrationsverfahren.

**Ro 05.05.05**

**Gabriele Breitbach-Hitzel**

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

Di, 18.00-21.00 Uhr, **ab 04.09.2007**

€ 32,-, 5 x 4 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Mathematik für das 12. und 13. Schuljahr - Stochastik -**

Inhalte: Ereignisräume, Wahrscheinlichkeitsverteilung, Laplace-Experimente, Zufallsgrößen und ihre Verteilungen, Grundbegriff der Statistik, bedingte Wahrscheinlichkeit, Hypothesentest

**Ro 05.05.06**

**Gabriele Breitbach-Hitzel**

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

Di, 18.00-21.00 Uhr, **ab 23.10.2007**

€ 32,-, 5 x 4 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Mathematik für das 12. und 13. Schuljahr - Analytische Geometrie und Lineare Algebra -**

Inhalte: Vektoren, Gerade und Ebene in Parameterform, Skalar- und Vektorprodukt, Gerade und Ebene in Normalenform, Kreis- und Kugelaufgaben, Gauß-Verfahren.

**Ro 05.05.07**

**Gabriele Breitbach-Hitzel**

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

Di, 18.00-21.00 Uhr, **ab 27.11.2007**

€ 32,-, 5 x 4 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

**Mathematik für das 10. Schuljahr - Realschule**

Kurs für SchülerInnen der 10. Klasse Realschule, die grundlegende mathematische Kenntnisse der vorangegangenen Jahrgangsstufen auffrischen wollen und sich intensiv auf die Abschlussprüfung vorbereiten wollen. Bitte karierte Blätter, Stifte, Lineal, Geodreieck und Zirkel mitbringen.

**Ro 05.05.09**

**Gabriele Breitbach-Hitzel**

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

Do., 17.30-20.00 Uhr, **ab 06.09.2007**

€ 62,-, 12 Tage/40 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 wird nicht geraucht.

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

**Die Südstaaten der USA**

Die Südstaaten der USA bieten etwas ganz anderes, als es die vielbereisten Gebiete im Westen, Südwesten oder Nordosten tun. Nicht die landschaftlichen Höhepunkte stehen hier im Vordergrund, sondern die Lebensart der Menschen, die Musikkulturen, der langsame Wandel der weißen Gesellschaft, der wirtschaftliche Aufschwung, die Mischung aus französischer, spanischer und englischer Kolonialgeschichte und der amerikanische Bürgerkrieg. Einen Einblick in diese Entwicklungen bieten die Städte Atlanta, New Orleans, Memphis, Nashville. Die Antebellum-Villen in Natchez und die Plantagenhäuser vermitteln dem Besucher einen Eindruck vom Leben zur Zeit der Romanfigur Scarlett O'Hara.

**Ro 12.01.01**

**Gerd Roggenhofer**

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

Mo, 17. September 2007, 19.30 Uhr

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

**Baltikum**

Eine Reise durch das Baltikum ist eine Entdeckungstour durch drei Länder, die Jahrzehnte lang abgeschottet wurden. Estland ist das nördlichste, kleinste und am dünnsten besiedelte Land des Baltikums. Endlose Wälder, zahlreiche Seen, Moore und Sümpfe sowie weiße Strände prägen die Landschaft. Stattliche Gutshäuser und Bischofsburgen der Ordensritter erinnern an Herrschaftsansprüche und Machtstrukturen längst vergangener Zeiten. Tallinn, das einstige Reval, schmückt sich

noch heute mit Bauten, die zur Zeit der Hanse entstanden, und mit einer fast vollständig erhaltenen mittelalterlichen Stadtmauer. Auch Lettlands Hauptstadt Riga ist stolz auf viele Zeugnisse ihrer Vergangenheit als mächtige Hansestadt, vor allem aber auf die herrlichen Jugendstil-Bauten. Als Kontrast zu diesen Großstädten findet man in der Provinz ländliche Idylle, traumhafte Landschaften und Naturparadiесе, ebenso barocke Schlösser und traditionelle Holzhäuser. In Litauen, dem größten baltischen Land, faszinieren neben vielen anderen Highlights vor allem Europas größte Wanderdünen auf der Kurischen Nehrung und die Hauptstadt Vilnius, das „Rom des Nordens“, mit imposanten gotischen und barocken Bauwerken.

**Ro 12.01.02**

**Werner Taucher**

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

Mo, 22. Oktober 2007, 19.30 Uhr

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

**Am Nil - mit dem Fahrrad und zu Fuß**

Ein Geschenk des Nils - so wurde Ägypten schon vom griechischen Geschichtsschreiber Herodot genannt. Woher die Wassermassen des Bahr an-Nil, so sein arabischer Name, kommen, das blieb lange ein ungelöstes Rätsel. Noch immer ist eine Reise zu den mythischen Quellen des größten afrikanischen Stroms ein unvergleichliches Erlebnis. Kommen Sie mit auf eine packende Reise zu den bekannten, aber noch immer faszinierenden Tempeln des Neuen Reiches in Ägypten, geheimnisvollen Pyramidenfeldern der Schwarzen Pharaonen und tanzenden Derwischen im Sudan. Dringen Sie mit uns ins Herz der Finsternis in Uganda vor, wandern Sie mit uns an den Ufern des heiligen Abay (Blauer Nil) im Hochland von Äthiopien.

Die Dias zur Reportage entstanden während mehreren Reisen mit dem Fahrrad und zu Fuß zwischen September 1997 - Oktober 2005. Reisepartner war auf nahezu allen Niloturen meine Frau Regina und im April 05 begleitete uns erstmals unsere vierjährige Tochter Sandrine nach Afrika. Die Show wurde am 05.11.2006 vom Publikum der Lichtbildarena in Jena zum besten Nachwuchsvortrag gewählt.

**Ro 12.01.03**

**Regina und Steffen Hoppe**

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

Mo, 12. November 2007, 19.30 Uhr

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

**Island - Insel aus Feuer und Eis**

Vulkane, Gletscher, Geysire, Wasserfälle - das sind Naturscheinungen, an die man denkt, wenn man den Namen Island hört. Für die Geografin und Reiseleiterin Christina Böhner wurde Island zur zweiten Heimat. Auf einer Reise durch die Jahreszeiten erfährt der Zuschauer die Vielseitigkeit des Landes. Lassen Sie sich mit diesem live kommentierten Vortrag auf die Insel der faszinierenden Naturgewalten zwischen Mitternachts Sonne und Polarlicht entföhren.

**Ro 12.01.04**

**Christina Böhner**

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

Mo, 03. Dezember 2007, 19.30 Uhr

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-