

Programm vhs Langen (Textformat) I.2005

Geschäftsbedingungen der vhs Langen

Geschäftsstelle, Postadresse

Die Geschäftsstelle der vhs Langen ist im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, Zimmer 1, Tel. 06103 / 910460, Fax 06103 / 910466. Hier können Sie sich über alle Kursangebote der Langener Volkshochschule informieren. **Geschäftszeiten sind montags bis freitags, 8 bis 12 Uhr, und montags bis donnerstags, 13.30 - 15.30 Uhr.**

WICHTIG:

Die Postadresse der vhs lautet:

Magistrat der Stadt Langen
Postfach 1640
63206 Langen

Kurse

Um die Durchführung von Kursen oder Seminaren gewährleisten zu können, ist in der Regel eine Mindestzahl von 10 Personen erforderlich. Eine Beschränkung der Personenzahl im Einzelfall bleibt der vhs Langen vorbehalten. Änderungen des Unterrichtsortes und der -zeit bleiben der vhs Langen in dringenden Fällen vorbehalten.

Zuzahlung

Liegen zu Beginn einer Veranstaltung nicht genügend Anmeldungen vor, kann

- durch Zuzahlung zur Gebühr von **EUR 0,25** pro Person und UE bei **einer** fehlenden Anmeldung,
- durch Zuzahlung zur Gebühr von **EUR 0,50** pro Person und UE bei **zwei** fehlenden Anmeldungen die Veranstaltung

stattfinden, wenn alle angemeldeten Personen bei der Anmeldung der Zuzahlung zugestimmt haben.

Anmeldungen

Anmeldungen zu den Kursen und Seminaren können **nur schriftlich** mit den im Langener Kulturprogramm beigehefteten Anmeldekarten erfolgen. Diese Anmeldung ist verbindlich.

Die Anmeldungen sind an die Postadresse zu senden.

Eine Eingangsbestätigung wird nicht gegeben.

Rechnung

Die Teilnehmerin oder der Teilnehmer erhält vor Kursbeginn eine Rechnung, die zu den Kursen und Seminaren mitzubringen und auf Verlangen vorzuzeigen ist. Diese gilt nur für die vhs-Veranstaltung, die auf der Rechnung vermerkt ist. Sie ist nicht übertragbar.

Ist ein Kurs bereits ausgebucht, bekommen die Interessentinnen und Interessenten unverzüglich eine schriftliche Mitteilung.

Abmeldungen

Abmeldungen sind **nur schriftlich** möglich; die Abmeldungen sind an die Geschäftsstelle der vhs Langen zu senden oder dort abzugeben.

Anmeldungen können durch die Teilnehmerin oder den Teilnehmer nur bis 2 Wochen vor Kursbeginn gekündigt werden. (**Ausnahme bei nachweislicher längerer Krankheit, Wohnortwechsel oder beruflicher Verpflichtung: siehe Abschnitt „Rückzahlung der Teilnahmegebühren“**).

Teilnahmegebühr

Die Teilnahmegebühr, die bei jedem Kurs oder Seminar im Programmheft angegeben ist, ist mit Erhalt der Rechnung fällig. Sie ist auf eines der Konten der Stadtkasse innerhalb von 14 Tagen zu überweisen. Dabei sind der Name der Teilnehmerin oder des Teilnehmers und die Teilnehmernummer anzugeben.

Teilnahmegebühr für Studienfahrten

Die Teilnahmegebühr für Studienfahrten ist zwei Wochen vor Antritt der Reise zu überweisen. Bei einem Rücktritt von der Reise bis zwei Wochen vor Fahrtbeginn wird der volle Teilnahmebetrag erstattet. Bei einer Abmeldung bis drei Tage vor Reisebeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von einem Drittel der Teilnahmegebühr einbehalten.

Bei einer späteren Abmeldung wird die Teilnahmegebühr nicht zurückerstattet.

Ermäßigung der Teilnahmegebühren

SchülerInnen, Studierende, Au-pairs, Auszubildende, RentnerInnen, Pensionäre, Kriegsbeschädigte und Wehr- und Zivildienstleistende entrichten die ermäßigte Teilnahmegebühr für sprach- und berufsbildende Kurse, die bei dem jeweiligen Kurs angegeben ist.

Der Kreis Offenbach übernimmt die Teilnahmegebühren für Volkshochskulkurse von Personen mit Hauptwohnsitz im Kreis Offenbach, die arbeitssuchend gemeldet sind oder Leistungen nach dem SGB II bzw. SGB XII beziehen. Diese Übernahme ist auf eine Veranstaltung je Semester begrenzt.

Sonderveranstaltungen, Studienreisen und -fahrten sind grundsätzlich ausgeschlossen. Nicht übernommen werden außerdem Zusatzkosten für Materialien, Gerätenutzung oder ähnliches. Die Übernahme erfolgt maximal bis zum jeweiligen Gebührensatz der entsprechend gültigen Gebührenordnung der Kreisvolkshochschule. Es ist jedoch in jedem Falle eine schriftliche Anmeldung notwendig. Der entsprechende Nachweis ist der Anmeldung beizufügen.

Rückzahlung der Teilnahmegebühren

Teilnahmegebühren werden zurückgezahlt
in voller Höhe, wenn eine angekündigte
Veranstaltung abgesagt werden muss,
anteilig, wenn mindestens ein Fünftel der
vorgesehenen Unterrichtseinheiten ausfällt,
anteilig, wenn die weitere Teilnahme an einer
Veranstaltung aus einem nicht zu vertretenden Grund

(längere Krankheit, Wohnortwechsel, berufliche Verpflichtung) nachweislich nicht möglich ist. Weitergehende Ansprüche werden nicht anerkannt.

Konten der Stadtkasse Langen

Sparkasse Langen-Seligenstadt, Kto.Nr. 026000463 (BLZ: 506 521 24)
Volksbank Dreieich, Kto.Nr. 54 402 (BLZ: 505 922 00)
Postbank Frankfurt am Main, Kto.Nr. 6264-604 (BLZ: 500 100 60)

Arbeitsförderungsgesetz

Auskünfte über die eventuelle Gewährung von Beihilfen nach dem Arbeitsförderungsgesetz erteilt die Bundesagentur für Arbeit, Agentur für Arbeit, Langen, Südliche Ringstraße 80, Rathaus, 4. Stock.

Unterrichtszeit

Die Kurszeiten werden nach Unterrichtseinheiten gerechnet. Eine Unterrichtseinheit dauert in der Regel 45 Minuten.

Lehrbücher

Die bei den einzelnen Kursen angegebenen Lehrbücher sind, soweit nicht ausdrücklich anders vermerkt, von den TeilnehmerInnen vor Beginn des Kurses selbst zu besorgen. **Bitte kaufen Sie die Lehrbücher erst nach Erhalt unserer Rechnung.**

Teilnahmebescheinigungen

Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch am Ende des Kurses bzw. des Seminars ausgestellt, wenn die TeilnehmerInnen regelmäßig anwesend waren.

Ferien und Feiertage

Sofern nichts anderes vereinbart wird, finden keine Veranstaltungen in den Ferien, an beweglichen Ferientagen bzw. an Feiertagen sowie an Rosenmontag, Fastnachtdienstag und Ebbelwoifestmontag statt.

Schulferien in Hessen im Schuljahr 2005

Osterferien vom 29.3.2005 - 9.4.2005
Sommerferien vom 25.7.2005 - 3.9.2005

Wichtig!

Die vhs Langen ist bei ihren Veranstaltungen Gast in den Vortrags- und Unterrichtsräumen. Wir bitten deshalb die TeilnehmerInnen, in den Räumen nicht zu rauchen und die Einrichtung schonend zu behandeln. Die Räume sind nach dem Unterricht sauber und aufgeräumt zu verlassen. Die Satzungen und Hausordnungen der Einrichtungen, in denen Veranstaltungen der vhs Langen stattfinden, sind für alle TeilnehmerInnen verbindlich. **Für Garderobe und andere mitgebrachte Gegenstände wird keine Haftung übernommen!**

Erziehung, Psychologie, Philosophie

Mehr erreichen durch sicheres Auftreten

Kurs-Nr. 1

Unsere Mitmenschen behandeln uns so, wie wir auf sie wirken: Treten wir selbstbewusst auf, dann genießen wir ihre Achtung, unsere Meinung wird respektiert, und letztlich erreichen wir unsere Ziele. Wirken wir hingegen unsicher, lassen keinen festen Standpunkt erkennen, dann werden wir übervorteilt, ausgenutzt und manipuliert. Denn Unsicherheit gilt als Schwäche. - In diesem Kurs erhalten Sie eine Vielzahl von Tipps und Anregungen, wie Sie erfolgreich Gespräche führen - sich sprachlich gewandt ausdrücken - den eigenen Standpunkt behaupten - durch Körpersprache einen souveränen Eindruck erwecken - sich taktisch klug verhalten - kritische Situationen meistern.

Ergänzende bzw. weiterführende Fachliteratur kann im Kurs erworben werden.

Dieter Felbinger

Mittwoch, 16. Februar 2005,
18.30 - 21.30 Uhr
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Pavillon, 2. Eingang, Tür links
8,80 EUR
max. 16 Personen

Verbale Angriffe abwehren

Kurs-Nr. 2

Ob im Beruf, ob im Privatleben - immer wieder können Sie in Situationen geraten, in denen Sie sich veranlasst sehen, sich gegen Angriffe, Vorwürfe, Kritik zu wehren. Normalerweise können Sie davon ausgehen, dass sie es mit einem einigermaßen fairen Gegner zu tun haben, so dass die Auseinandersetzung bei aller Härte in einer sachlichen Atmosphäre abläuft. Zuweilen werden Sie allerdings Situationen erleben, in denen Ihr Gegenüber zu unfairen Praktiken greift. Doch auch gegen diese „ist ein Kraut gewachsen“. Dieser Spezialkurs vermittelt ein breites Spektrum von rhetorischen Möglichkeiten, mit denen Sie sich gegen verbale Angriffe gleich welcher Art zur Wehr setzen können, seine Inhalte sind: - Die klassischen Kontermethoden - Der Umgang mit unfairen Menschen - Verhalten bei Beleidigungen - Die Taktik der Verunsicherung - Dem Gegner den Wind aus den Segeln nehmen - Die Kunst, dem Gegner eine Brücke zu bauen.

Ergänzende bzw. weiterführende Fachliteratur kann im Kurs erworben werden.

Dieter Felbinger

Freitag, 22. April 2005,
18.30 - 21.30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
8,80 EUR
max. 16 Personen

Gute Menschenkenntnis: Der Schlüssel zum Erfolg

Kurs-Nr. 3

Die Fähigkeit, Menschen richtig einzuschätzen, kommt Ihnen in den unterschiedlichsten Bereichen des Lebens zugute: Sie können sich besser auf Ihr Gegenüber einstellen, können schneller und gezielter reagieren. Sie vermeiden Fehlentscheidungen und lange Umwege. Sie sind in der Lage, Konflikten vorzubeugen bzw. Konflikte leichter zu lösen. Ihnen bleiben Missverständnisse, Enttäuschungen und unangenehme Überraschungen erspart. Dieser Kurs hat drei Schwerpunkte:

1. **Allgemeine Grundlagen:** Gutes Wahrnehmungsvermögen - Der erste Eindruck - Sympathie und Antipathie - Das Unterbewusstsein - Statussymbole
2. **Körpersprache:** Die Körperhaltung: Spiegelbild der inneren Haltung - Die Augen: Fenster zur Seele - Die Sprache der Hände - Der Händedruck - Stress und Körpersprache - Abwehrsignale und Drohgebärden - Die Distanzzonen
3. **Charakterkunde:** Charakter und Persönlichkeit - Die verschiedenen Menschentypen - Die Bedeutung und Wirkung der Farben.

Der Stoff wird anhand von praktischen Übungen (z. T. mit Video) vermittelt.

Dieter Felbinger

Freitag, 20. Mai 2005,
18.30 - 21.30 Uhr, und
Samstag, 21. Mai 2005,
9 - 17.30 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
30,80 EUR

max. 16 Personen

Lassen Sie sich nichts mehr gefallen!

Kurs-Nr. 4

Nur allzu oft versuchen andere Menschen und alle möglichen Institutionen, uns auszunutzen, zu täuschen, einzuschüchtern oder gar zu erpressen, unsere Rechte zu beschneiden: Wir sind die Dummen. - Wie Sie sich gegen Manipulationen jeglicher Art wehren, sich vor „faulen Tricks“ schützen, Ihre Rechte wahren und sich letztlich in einer immer härter werdenden Welt behaupten, zeigt dieser Kurs. Seine Inhalte: Lassen Sie sich nicht manipulieren! - Lernen Sie „nein“ zu sagen! - Mut zur Kritik - Lügen durchschauen und richtig reagieren - Einschüchterungs- und Erpressungsversuche abwehren.

Ergänzende bzw. weiterführende Fachliteratur kann im Kurs erworben werden.

Dieter Felbinger

Montag, 23. Mai 2005,
18.15 - 22 Uhr
Wallschule, Wallstr. 25,
Neubau, EG re.
11 EUR

max. 16 Personen

Wirtschaft

Unternehmensgründung

Kurs-Nr. 5

Eingegangen wird insbesondere auf die Unternehmensgründung sowie auf die Vorteile und Nachteile der einzelnen Rechtsformen. Einzelunternehmen, BGB-Gesellschaft - GdBR, OHG, GmbH, KG, GmbH & Co. KG, „Ich-AG“. Was muss beachtet werden - zivilrechtlich, handelsrechtlich, steuerrechtlich und sozialversicherungstechnisch? Die Vertragsgestaltung: dadurch entstehende Pflichten und Rechte. Schwerpunkt: steuerliche Aspekte vor und nach der Unternehmensgründung - Wunschthemen

André Stroscherer

Freitag, 25. Februar 2005, 18 - 21 Uhr,
Samstag, 26. Februar 2005, und
Sonntag, 27. Februar 2005,
jeweils 9 - 16 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 29
44 EUR

max. 12 Personen

Länder- und Heimatkunde

Vom Hohenastheimer zum Apfelwalzer
- Eine genüssliche Apfelweinprobe -

Kurs-Nr. 6

Langen spielt mit seinem Ebbelwoifest keine geringe Rolle in der Apfelweinkultur des Rhein-Main-Gebietes. Über die Geschichte des Apfelweines, gewürzt mit zahlreichen Geschichten und Anekdoten, bringt der Referent sechs verschiedene Proben zum Verkosten mit. Angefangen vom Apfelschaumwein über den echten Speierling zum sortenreinen Apfelwein und französischen Cidre. Ein Apfeldessertwein und ein Apfelbrand runden die Verkostung ab.

Gerd J. Grein

Donnerstag, 17. März 2005,
20 - 21.30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27, Raum 14
13 EUR inklusive Verkostung
max. 25 Personen

Nachwächterführung durch die Langener Altstadt

Kurs-Nr. 7

Gewöhnlich finden Altstadtführungen bei Tage statt. Die Reize der Altstadt bei Dunkelheit zu erspüren, dürfte für die meisten Interessenten neu sein. Gerd J. Grein wird in der Uniform eines Nachwächters beim Schein der Laterne diese Aufgabe wahrnehmen!

Gerd J. Grein

Mittwoch, 2. März 2005,
20 - 21.30 Uhr
Altes Rathaus, Wilhelm-
Leuschner-Platz 3
5 EUR
max. 20 Personen

Die Koberstadt bei Langen

- Von der versunkenen Stadt und fürstlicher Jagd -

Kurs-Nr. 8

Der südöstlich von Langen gelegene Wald gehört seit eh und je zu den beliebtesten Spazierwegen der Einheimischen. Gerd J. Grein zeigt im Laufe seines Rundganges die wichtigsten Sehenswürdigkeiten: den schönsten Blickpunkt auf Langen, den geplanten isenburgischen Schlossbau, das „Weiße Tempelchen“, die Erinnerungen an die fürstliche Jagd und den Wildbann Dreieich.

Gerd J. Grein

Samstag, 16. April 2005,

14 - 17 Uhr

Parkplatz Naturfreundehaus,

Oberer Steinberg 94

10 EUR

max. 20 Personen

Mathematik, Naturwissenschaften, Technik

Heimwerken für Frauen

- Fliesen legen -

(In Zusammenarbeit mit dem Frauenbüro der Stadt Langen)

Kurs-Nr. 9

Der Kurs bietet einen Kurzeinstieg ins Fliesenlegen, vom ersten Fliesenschneiden und -legen bis hin zum Verfugen sowie zur praktischen Verarbeitung mit verschiedenen Geräten. Unter fachlicher Beratung und Anleitung wird vermittelt, worauf frau bei Material, Einkauf und Verarbeitung achten sollte.

Der Kurs findet statt in Kooperation mit dem OBI - Bau- und Heimwerkermarkt in Dreieich (Spr.) innerhalb der Verkaufsräume/Lagerräume. Der Baumarkt stellt die Materialien zur Verfügung!

Genauere Veranstaltungsangaben bekommen die Teilnehmerinnen kurz vor Veranstaltungsbeginn.

Annegret Biermann

Samstag, 16. April 2005,

9.30 - ca. 13.30 Uhr

OBI Heimwerkermarkt, Robert-

Bosch-Str. 2-8, Dreieich (Spr.)

17,60 EUR

max. 10 Personen

Selbst ist die Frau

Einführung ins Heimwerken für Frauen

(In Zusammenarbeit mit dem Frauenbüro der Stadt Langen)

Kurs-Nr. 10

Wir lernen zu messen, zu konstruieren, die Bohrmaschine zu handhaben, zu dübeln und zu schrauben, eine Wand auszubessern, die Säge zu nutzen und ein Regal anzubringen. Zu Beginn beschäftigen wir uns auch mit kleinen Elektroarbeiten, wie z. B. Stecker anbringen, Lampenschalter auswechseln und Lampen anschließen.

Annegret Biermann

Freitag, 4. März 2005,

18.30 - 21.30 Uhr, und

Samstag, 5. März 2005,

13 - 17.30 Uhr

Büro der AWO, Wilhelm-

Leuschner-Platz 5

22 EUR

max. 10 Personen

Im Kurs werden Kosten für

Kopien und Materialver-

schleiß von ca. 5 EUR abgerechnet.

Kräuterwanderung

Kurs-Nr. 11

Bei einer Wanderung durch die hiesige Gemarkung wollen wir auf Wild- und Heilkräuter aufmerksam machen, sie bestimmen und über ihre Verwendungsmöglichkeiten sprechen.

Astrid Steckhan und

Michaela Kramkowski

Samstag, 18. Juni 2005,

11 - 14 Uhr

Treffpunkt wird bekannt

gegeben.

8,80 EUR

15 Personen

Tagesfahrt nach Luxemburg

- Empfang im historischen Plenarsaal des Schumanngebäudes mit Vortrag und Film
- Mittagessen im Schumanngebäude
- Stadtführung mit Bus und Rundgang
- Zeit zur freien Verfügung

Termin: 8. April 2005

Preis: 37 EUR (incl. Stadtführung, Mittagessen und Kaffee)

Information und Anmeldung: Tel. 49733

Reisebegleitung durch die **Europa-Union**

Deutschland, Kreisverband Offenbach - Stadt und Kreis e. V.

Kultur - Gestalten

Verdichtung und Erzähltext

Kurs-Nr. 12

Holpernde Gedichte kennt jeder. Wussten Sie schon, dass auch Prosa holpern kann? Haben Sie auch schon verärgert ein Buch zugeklappt, weil die Handlung zu unübersichtlich wurde oder sich der Text in abschweifenden Erklärungen verlor? Haben Sie einmal Ihr eigenes Erwartungsverhalten beobachtet, wenn es im Buch immer spannender wurde? Bewundern Sie auch die Autoren der Weltliteratur, die mit wenigen Wörtern viel ausdrücken können, wenn es drauf ankommt?

Auch dieses Seminarwochenende ist ein Aufbaukurs zur Lektorenschulung für Laien. Wieder geht es knallhart um Urteil und Begründung, um die Suche nach dem Bruch mit dem eigenen Stil, nach dem guten Beispiel für den fortgeschrittenen Schreibenden. Die fachliche Leitung liegt in den bewährten Händen von Dr. Jörg Sader (Frankfurt).

Detailliertes Statement und Einzelheiten:

www.Lektorenwerkstatt.de

Dr. Jörg Sader

(Literaturwissenschaftler, Ffm.)

4. - 6. März 2005

Beginn: Freitag, 4. März 2005,
16 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 14

64 EUR (incl. Frühstück und

alkoholfreie Getränke)

max. 30 Personen

Einsendeschluss für Textproben:

13. Februar 2005 (Längenbegrenzung)

Theaterwerkstatt für Jugendliche und Erwachsene

Kurs-Nr. 13

In der im September 1997 gegründeten Theaterwerkstatt werden zunächst Grundlagen der Schauspielkunst gelernt und vertieft. Ein wesentlicher Bestandteil des Kurses ist die Kreativität, die Fähigkeit, eigene Texte zu schreiben bzw. fremde Texte zu ändern und sie sich somit zu eigen zu machen. Die bis Ende 2004 vorgestellten kleinen Stücke werden dann überarbeitet und thematisch zusammengefügt. Geprobt wird nun bis zu den Aufführungen im Herbst 2005 in Groß- und Kleingruppen.

Dr. Manfred Neusel

montags, 19.30 Uhr (15 x 2 UE)

Montag, 14. Februar 2005

Dreieich-Gymnasium,

Goethestr. 6, Raum 40

66 EUR

max. 15 Personen

Radierung und ihre Techniken

AnfängerInnen (Teil 2)

Kurs-Nr. 14

Günter Desch

dienstags, 19 Uhr (10 x 4 UE)

Dienstag, 15. Februar 2005

Keim Klischees, Eingang

Wassergasse

88 EUR

max. 10 Personen

Zusätzliche Materialkosten

(ca. 16 EUR) werden im Kurs

abgerechnet.

Radierung und ihre Techniken

Fortgeschrittene (Teil 2)

Kurs-Nr. 15

Günter Desch

mittwochs, 19 Uhr (10 x 4 UE)

Mittwoch, 16. Februar 2005

Keim Klischees, Eingang Wassergasse

88 EUR

max. 10 Personen

Zusätzliche Materialkosten

(ca. 16 EUR) werden im Kurs

abgerechnet.

Freies Gestalten in Zeichnen und Malen

AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 16

Durch Zeichnen nach Motiven werden das Sehen und die Wiedergabe der eigenen Wahrnehmung geschult.

Im Vordergrund steht die Motivierung der

TeilnehmerInnen zur freien Gestaltung der eigenen

Werke in verschiedenen Techniken.

Anne Koch-Saremba

dienstags, 19 Uhr (8 x 3 UE)

Dienstag, 22. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule,

Zimmerstr. 60, Werkraum

52,80 EUR

max. 10 Personen

Material und -kosten werden

am ersten Abend besprochen.

Kalligraphie - Italic-Schrift

(Anfänger)

Kurs-Nr. 17

Kalligraphie ist das griechische Wort für Schönschrift bzw. Schönschreiben. Jeder, der schreiben kann, kann auch schön schreiben. Mit schönen Buchstaben zaubert man nicht nur Anmut aufs Papier, sondern erlangt auch eine entspannte innere Ruhe. Zwei wunderbare Gründe, das Schönschreiben einmal näher zu betrachten.

Interesse und Geduld vorausgesetzt, ist sie leicht zu

erlernen. Sie hat ein harmonisches und fließendes

Schriftbild und ist vielseitig anwendbar. Außer dem

Erlernen der einzelnen Klein- und Großbuchstaben

nebst Ziffern wird auf die Wort- und Textgestaltung

eingegangen. Das Ziel dieses Kurses ist eine schön

geschriebene und gestaltete Grußkarte.

Elisabeth Allerheiligen

mittwochs, 19.15 Uhr (6 x 3 UE)

Mittwoch, 16. Februar 2005

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 3

39,60 EUR

max. 10 Personen

Unterrichtsmaterial (ca. 22 EUR)

wird gestellt und im Kurs abgerechnet.

Kalligraphie - Italic-Schrift

(Fortgeschrittene)

Kurs-Nr. 18

Dieser Kurs baut auf den Anfängerkurs der Italic-

Schrift auf. Die Grundkenntnisse werden hier durch

einige praktische Übungen erweitert, z. B. das persönlich gestaltete Monogramm, Briefkopf, Aufbau von Versalien, Bordüren usw. Das Schreiben mit der Feder im Federhalter wie auch das Anrühren von Reibetinte in einem Reibestein werden außerdem vorgestellt und eingeübt.

Elisabeth Allerheiligen

mittwochs, 19.15 Uhr (4 x 3 UE)

Mittwoch, 13. April 2005

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 3

26,40 EUR

max. 10 Personen

Unterrichtsmaterial (ca. 16 EUR)

wird gestellt und im Kurs abgerechnet.

Frühlingsbasteln mit Naturmaterialien

Kurs-Nr. 19

Tisch und Fensterdeko basteln wir aus allem, was man beim Spaziergang durch Wald und Feld findet, kombiniert mit Materialien wie Tontöpfen, Holz, handgeschöpftem Papier usw.

Gaby Heller

Dienstag, 1. März 2005,

18 - 22 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 3

14,65 EUR

max. 10 Personen

Materialkosten werden im Kurs abgerechnet.

Infoabend zur Auswahl der

Bastelarbeit und des Materials:

Dienstag, 15. Februar 2005,

18 Uhr

Nähen

Nähen für AnfängerInnen

Kurs-Nr. 20

Für Jugendliche ab 15 Jahren und Erwachsene Nähanleitungen, Tipps und Anregungen für Damen-, Jugend- und Kindermodelle oder Änderungen nach Wahl. Das Unterrichtsmaterial wird rechtzeitig bekannt gegeben. Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs ist der Besitz einer Nähmaschine.

Elfriede Sommer

donnerstags, 18.30 Uhr (10 x 3 UE)

Donnerstag, 24. Februar 2005

Altes Rathaus, Wilhelm-

Leuschner-Platz 3, Haus A

66 EUR

max. 9 Personen

Nähen für Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 21

Kursbeschreibung siehe Kurs 20

Elfriede Sommer

dienstags, 18.30 Uhr (10 x 3 UE)

Dienstag, 22. Februar 2005

Altes Rathaus, Wilhelm-

Leuschner-Platz 3, Haus A

66 EUR

max. 9 Personen

Nähen für Fortgeschrittene - intensiv -

Kurs-Nr. 22

„Jacke wie Hose“ - was Sie auch nähen wollen, hier können Sie nicht nur damit anfangen, sondern auch dran bleiben, bis es fertig ist.

Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs ist der Besitz einer Nähmaschine. Das Unterrichtsmaterial wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Esther Schaum-Distelmann

Samstag, 16. April 2005,

und Sonntag, 17. April 2005,

jeweils 10 - 19 Uhr

Altes Rathaus, Wilhelm-

Leuschner-Platz 3, Haus A

44 EUR

max. 9 Personen

Schminkkurs für Ungeübte

Kurs-Nr. 24

Gutes Aussehen macht Spaß, ein schönes Make-up gehört dazu. Doch was tun, wenn einem der Umgang mit Wimpernbürste, Kajal und Co. nicht gerade leicht fällt und man sowieso unsicher ist, welche Farben zu einem passen? Bei diesem Schminkkurs können Anfängerinnen und Ungeübte den Umgang mit Make-up, Lidschatten und Lippenstift Schritt für Schritt lernen. Die Visagistin zeigt, dass perfektes Schminken nicht kompliziert sein muss.

Gaby Heller

Mittwoch, 23. Februar 2005,

19 - 22 Uhr

Makeup-Studio, Hegweg 6

20,40 EUR

max. 4 Personen

Materialkosten (3 EUR) werden

im Kurs abgerechnet.

Schminkkurs für Ungeübte

Kurs-Nr. 25

Kursbeschreibung siehe Kurs 24

Gaby Heller

Mittwoch, 23. März 2005,

19 - 22 Uhr

Makeup-Studio, Hegweg 6

20,40 EUR

max. 4 Personen

Materialkosten (3 EUR) werden

im Kurs abgerechnet.

Kosmetikkurs 50 plus

Kurs-Nr. 26

Gutes und gepflegtes Aussehen ist keine Frage des Alters. Grundlagen hierfür sind eine auf den Hauttyp abgestimmte Hautpflege und ein Make-up, das zur Persönlichkeit passt. In diesem Seminar beschäftigen sich die Teilnehmerinnen mit der Pflege und Kosmetik für die reifere und anspruchsvolle Haut. Der individuellen Hautanalyse und Farbauswahl folgt der praktische Teil, bei dem die Teilnehmerinnen ihr persönliches Wunsch-Make-up auftragen lernen.

Gaby Heller

Donnerstag, 24. Februar 2005,
9 - 12 Uhr

Makeup-Studio, Hegweg 6
20,40 EUR

max. 4 Personen

Materialkosten (3 EUR) werden
im Kurs abgerechnet.

Beauty-Kurs für Kosmetikfans

Kurs-Nr. 27

Professionell schminken lernen - ein Kursangebot speziell für Frauen, denen der Umgang mit Make-up leicht fällt, die aber auch einmal etwas Neues ausprobieren wollen. Die Teilnehmerinnen lernen spezielle Schminktechniken kennen, z. B. Camouflage-Technik, Wimpern kleben und den perfekten Lidstrich.

Gaby Heller

Mittwoch, 16. März 2005,
19 - 22 Uhr

Makeup-Studio, Hegweg 6
20,40 EUR

max. 4 Personen

Materialkosten (3 EUR) werden
im Kurs abgerechnet.

Gesundheitsbildung

Rücken- und Genickschmerzen

- Vortrag -

Inhalt:

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

Michael Prgomet

Dienstag, 19. April 2005, 19.30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
2 EUR Eintritt

Reflexzonenmassage am Fuß

- Vortrag -

Hier geht es um die Anwendungsmöglichkeiten der Reflexzonenmassage und wie über den Fuß Organe, Drüsen und Gewebe erreicht werden können. Außerdem erhalten Sie Tipps zur Selbsthilfe. Lassen Sie sich informieren über und entführen in eine Behandlungsweise, die den Menschen als ganzes und einzigartiges Individuum anspricht.

Astrid Steckhan

Dienstag, 17. Mai 2005, 20.00 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
2 EUR Eintritt

Fingerfood

Kurs-Nr. 28

Kleine Köstlichkeiten kalt oder heiß, gut vorzubereiten, damit Sie es sich bequem machen können, wenn Ihre Gäste kommen.

Heike Dannefelser-Schuchmann

Mittwoch, 2. März 2005,
18.30 - 21.30 Uhr

Albert-Einstein-Schule, Berliner
Allee 90, Eingang Händelstraße,
Lehrküche

8,80 EUR

max. 12 Personen

Materialkosten (ca. 10 EUR)
werden im Kurs abgerechnet.

Osterbrunch

Kurs-Nr. 29

Der Frühling steht vor der Tür. Wie wäre es, wenn Sie im Anschluss an das fröhliche Eiersuchen Ihre Familie zu einem schmackhaften Brunch einladen würden? Dies ist ganz sicher eine gute, willkommene Idee und Abwechslung. Alles ist leicht vorzubereiten, und Sie können den Tag ebenfalls ruhig genießen.

Heike Dannefelser-Schuchmann

mittwochs, 18.30 Uhr (2 x 4 UE)

Mittwoch, 9. März 2005

Albert-Einstein-Schule, Berliner
Allee 90, Eingang Händelstraße,
Lehrküche

17,60 EUR

max. 12 Personen

Materialkosten (ca. 10 EUR pro Abend)
werden im Kurs abgerechnet.

Gesund und schlank mit Trennkost

Kurs-Nr. 30

In wenigen Wochen ein neuer Mensch - nur dadurch, dass die Nahrung anders miteinander kombiniert wird. Wie funktioniert die Trennkost, welche Wirkungen hat sie, bei welchen Nahrungsmitteln muss ich aufpassen, wie kann ich meine Fettverbrennung ankurbeln, sind nur einige Themen, die besprochen werden. Aber auch die Praxis kommt nicht zu kurz, denn wir werden regelmäßig unser Abendessen mit vielen neuen Ideen zubereiten und gemeinsam tafeln.

Heike Dannefeller-Schuchmann

dienstags, 18.30 Uhr (3 x 4 UE)
Dienstag, 12. April 2005,
Albert-Einstein-Schule, Berliner
Allee 90, Eingang Händelstraße,
Lehrküche
26, 40 EUR
max. 12 Personen
Die Teilnehmer bringen je eine
Zutat zum Rezept mit. Fleisch-
kosten werden anteilig gezahlt.

Alarmstufe rot - Teenies am Herd!

Kurs-Nr. 31

Fast Food war gestern - selber machen ist heute!
Schnell und einfach, so ist Kochen und Backen heute.
Ihr könnt hier schnelle Gerichte kennen lernen und
probieren, außerdem Ideen zu verschiedenen
alkoholfreien Cocktails testen. Mal schnell was zaubern,
wenn Freunde kommen. Trau dich, es einmal selbst zu
probieren. Bei Risiken und Nebenwirkungen essen wir
einfach die Zutaten so.

Heike Dannefeller-Schuchmann

montags, 17 Uhr (2 x 4 UE)
Montag, 23. Mai 2005,
Albert-Einstein-Schule, Berliner
Allee 90, Eingang Händelstraße,
Lehrküche
17,60 EUR
max. 12 Personen
Materialkosten (ca. 8 EUR) werden
im Kurs abgerechnet.

Gezieltes Abnehmen

Kurs-Nr. 32

Wir bieten ein individuelles Trainingsprogramm zur
Ernährungsumstellung und Gewichtsreduktion mit
Bewegungs- und Entspannungsübungen an. Sie können
beschwingt mit Ihrer ersten Gewichtsabnahme starten,
denn Sie lernen, ohne Hunger und ohne Kalorien zu
zählen abzunehmen. Durch Basiswissen, individuellen
Ernährungsplan und aktive Mitarbeit wird es für jeden
möglich, sein Gewicht dauerhaft und sinnvoll zu
reduzieren.

Astrid Steckhan und Ingrid Wenz

montags, 20.10 Uhr, (10 x 2 UE)
Montag, 14. Februar 2005
Sportzentrum „Nord“,
Hans-Kreiling-Allee 15,
EG, Konditionsraum
70 EUR
max. 15 Personen

Freizeitsport im Freien
(Für Personen jeden Alters)

Kurs-Nr. 33

Spielerischer Sport durch Gemeinschaft soll das Motto
des Kurses sein.

Die Zielsetzung besteht darin, den Freizeitsport als
Erlebnisraum in der Natur zu erfahren. Es soll
körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden im
Vordergrund der sportlichen Aktivitäten stehen; die
Bewegungsregulation und die Wahrnehmungsfähigkeit
sollen durch unterschiedliche gemeinsame
Bewegungsformen – im Bereich Ausdauersport,
Fitnesssport und spielerischer Sport – erfahren und
entwickelt werden. Alle sportlichen Aktivitäten werden
im FREIEN durchgeführt. Wetterfeste Kleidung und
Isomatten sind von den Teilnehmern mitzubringen.
Der Kurs hat keine wettkampfspezifische
(Sportabzeichen usw.) Ausrichtung.

Eduard Hubl

montags, 18 Uhr (12 x 2 UE)
Montag, 7. März 2005
Georg-Sehring-Halle, Berliner
Allee, Parkplatz
52,80 EUR
max. 15 Personen

Freizeitsport am Wochenende

Kurs-Nr. 34

Kursbeschreibung siehe Kurs 33

Eduard Hubl

Samstag, 12. März 2005,
14 - 18 Uhr, und
Sonntag, 13. März 2005,
10 - 14 Uhr
SSG-Center, An der Rechten
Wiese, Parkplatz
23,44 EUR
max. 18 Personen

Freizeitsport am Wochenende

Kurs-Nr. 35

Kursbeschreibung siehe Kurs 33

Eduard Hubl

Samstag, 11. Juni 2005,
14 - 18 Uhr, und
Sonntag, 12. Juni 2005,
10 - 14 Uhr
Koberstadt (Vereinshaus Hunde-
verein), Parkplatz
23,44 EUR
max. 18 Personen

Nordic-Walking

Kurs-Nr. 36

Geprägt von einer ganzheitlichen Belastung des
Bewegungsapparates. Walken mit speziellen Stöcken
richtet sich an Einsteiger und Wiedereinsteiger aller
Altersklassen, die eine Sportart suchen, die sowohl
effektiv als auch ohne großen Aufwand zu betreiben ist.

Elvira Knatz

dienstags, 18 Uhr (25 x 60 Min.)
Dienstag 22. Februar 2005
Wallschule, Wallstr. 25,
Neubau, EG re.

14,65 EUR
max. 15 Personen
Mitzubringen sind: Walkingstöcke und gute Sportschuhe

Nordic-Walking

Kurs-Nr. 37

Kursbeschreibung siehe Kurs 36
Im Anschluß Stretching und Kräftigung unterschiedlicher Muskelgruppen wie Bauch- und Rückenmuskulatur.

Elvira Knatz

samstags, 10 Uhr (2 x 2 UE)
Samstag, 16. April 2005
Siedlerheim, J.-v.-Eichendorff-Str. 1
8,80 EUR
max. 15 Personen
Mitzubringen sind: Walkingstöcke und gute Sportschuhe

Autogenes Training

Kurs-Nr. 38

Autogenes Training ist eine anerkannte Methode, sich selbst ruhig zu stellen, sich zu entspannen und zu erholen. Ziel des Kurses ist, dass jeder Teilnehmer lernt, diese Entspannung in sein alltägliches Leben einzubauen, und dadurch selbständig eine Gesundheitsvorsorge und Gesunderhaltung erreichen kann.

Brita Fellner

donnerstags, 20 Uhr (8 x 2 UE)
Donnerstag, 3. März 2005
Sportzentrum „Nord“,
Hans-Kreiling-Allee 15,
EG, Konditionsraum
56 EUR
max. 16 Personen

Progressive Muskelentspannung nach Jakobsen

Kurs-Nr. 39

Progressive Muskelentspannung (PM) ist sowohl für Gesunde in der Gesundheitsprophylaxe als auch für chronisch Kranke geeignet. Sie lernen in kurzer Zeit tiefe und wohltuende Entspannung kennen. Bewusstes Anspannen und Loslassen von 17 Muskelgruppen vermitteln Ihnen ein neues Körpergefühl und ein Wahrnehmen innerer Verspannungen. PM ist gut geeignet bei Muskelverspannungen -ergänzend zur Rückenschule-, Schlafstörungen, Migräne, Angst, allgemeiner Nervosität.

Brita Fellner

montags, 19 Uhr (4 x 60 Min.)
Montag, 11. April 2005
Sportzentrum „Nord“,
Hans-Kreiling-Allee 15,
EG, Konditionsraum
18,65 EUR
max. 12 Personen

Entspannen und Relaxen

Kurs-Nr. 40

Für Teilnehmer, die bereits Erfahrung mit Autogenem Training, Progressiver Muskelentspannung oder Meditation haben. Anteile dieser Entspannungsverfahren werden verknüpft und wiederholt und vermitteln dadurch eine Auffrischung des bereits Erlernten. Sie unterstützen Ihre körperliche und psychische Gesundheit durch Entspannung und Stressabbau in dieser Stunde.

Brita Fellner

montags, 18 Uhr (4 x 60 Min.)
Montag, 11. April 2005
Sportzentrum „Nord“,
Hans-Kreiling-Allee 15,
EG, Konditionsraum
18,65 EUR
max. 12 Personen

Entspannungsmethoden

Kurs-Nr. 41

Ein Tag für Menschen, die wirkungsvolle Entspannungsmethoden kennen lernen wollen, um im Alltag besser mit Stress oder psychosomatischen Beschwerden wie Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Magenbeschwerden, Ängsten usw. umzugehen. Es werden die Grundtechniken des Autogenen Trainings sowie die progressive Muskelentspannung nach Jacobsen vermittelt. Leichte Yoga-Übungen helfen Verspannungen im Körper zu lösen. Auch die Atemtechniken und Visualisierungsübungen fördern positives Denken und die Kraft, gelassener mit dem Alltag umzugehen.

Sabine Heilmann

Samstag, 16. April 2005,
10 - 18 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
35 EUR
max. 14 Personen

Yoga zum Kennenlernen

-Ein Angebot für jede Altersgruppe-

Kurs-Nr. 42

Ingrid Klötzer

Samstag, 26. Februar 2005,
9.30 - 11.30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
9,40 EUR
max. 12 Personen

Yoga - Anfänger

Kurs-Nr. 43

Mahindra Grundkurs

Yoga ist ein Jahrtausende alter Lebensweg aus Indien. Wir können auch heute noch mit Yoga großen Nutzen für unsere Gesundheit erfahren. Durch die Stellungen des Hatha-Yoga werden wir bewusster im Umgang mit unserem Körper. Wir flexibilisieren Sinne, Sehnen,

Gelenke, Wirbelsäule und harmonisieren alle Körperfunktionen. Gleichzeitig kräftigen wir unsere Muskulatur. Entspannung für Körper, Geist und Seele ist in allen Übungen erfahrbar, und jede Stunde wird mit einer zusätzlichen Tiefenentspannung beendet. Die Übungen sind auf unsere westlichen Bedürfnisse und Fähigkeiten abgestimmt.

Margaretha Möllmann

mittwochs, 18 Uhr (11 x 2 UE)

Mittwoch, 9. März 2005

Janusz-Korczak-Schule, Zimmerstr. 66, Gymnastikraum

77 EUR

max. 18 Personen

Sanftes Yoga in Schritten

Kurs-Nr. 44

Die klassischen Yoga-Haltungen werden Schritt für Schritt erklärt und geübt. Neben der gezielten Vorbereitung auf die Asanas werden auch die Alternativhaltungen und Wirkungen erläutert. Daher eignet sich dieses Programm für Anfänger oder Wiedereinsteiger jeden Alters.

Silke Mckinnon

donnerstags, 15.30 Uhr (12 x 75 Minuten)

Donnerstag, 24. Februar 2005

Sportzentrum „Nord“,

Hans-Kreiling-Allee 15,

EG, Konditionsraum

69,96 EUR

max. 16 Personen

Klassisches Yoga für Anfänger

Kurs-Nr. 45

Die klassischen Yoga-Haltungen, Atemübungen und die abschließende Tiefenentspannung führen zu mehr Körperbewusstsein und haben das Ziel, ein Gleichgewicht zwischen Aktivität und Ruhe zu erreichen. Dadurch soll das Wohlbefinden gesteigert werden.

Silke Mckinnon

donnerstags, 17 Uhr (12 x 75 Minuten)

Donnerstag, 24. Februar 2005

Sportzentrum „Nord“,

Hans-Kreiling-Allee 15,

EG, Konditionsraum

69,96 EUR

max. 16 Personen

Yoga - Anfänger

Kurs-Nr. 46

Kursbeschreibung siehe Kurs 43

Margaretha Möllmann

donnerstags, 19.30 Uhr (11 x 2 UE)

Donnerstag, 10. März 2005

Janusz-Korczak-Schule, Zimmerstr. 66, Gymnastikraum

77 EUR

max. 18 Personen

Yoga - Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 46 a

Yoga ist ein sehr altes Übungssystem aus Indien und hat sich im Westen seit Jahrzehnten bewährt. Yoga führt zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden. Durch Körperübungen werden Muskulatur und Sehnen gekräftigt und gedehnt. Durch Atemübungen werden die Vitalität und die geistige Klarheit gesteigert. Durch Entspannung wird innere Ruhe und Kraft erreicht. Um diese Wirkungen zu erfahren, kann es ausreichen, zu einer Yogastunde pro Woche zu kommen und vielleicht ein paar einfache Atem-, Dehn- und Entspannungsübungen im Alltag zu praktizieren. Im Kurs werden Körperübungen (Asanas), Atem- und Meditationsübungen sowie Tiefenentspannung angeboten

Lothar Brill

dienstags, 20 Uhr (12 x 2 UE)

Dienstag, 15. Februar 2005

Janusz-Korczak-Schule,

Zimmerstr. 66

84 EUR

max. 14 Personen

Yoga - Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 47

Margaretha Möllmann

mittwochs, 19.30 Uhr (11 x 2 UE)

Mittwoch, 9. März 2005

Janusz-Korczak-Schule, Zimmerstr. 66, Gymnastikraum

77 EUR

max. 18 Personen

Klassisches Yoga - Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 48

Kursbeschreibung siehe Kurs 45

Silke Mckinnon

donnerstags, 18.30 Uhr (12 x 75 Minuten)

Donnerstag, 24. Februar 2005

Sportzentrum „Nord“,

Hans-Kreiling-Allee 15,

EG, Konditionsraum

69,96 EUR

max. 16 Personen

Yoga - Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 49

Margaretha Möllmann

donnerstags, 18 Uhr (11 x 2 UE)

Donnerstag, 10. März 2005

Janusz-Korczak-Schule, Zimmerstr. 66, Gymnastikraum

77 EUR

max. 18 Personen

Qi gong am Wochenende

Kurs-Nr. 50

Ein Wochenende zum Entspannen und Kraft tanken!
Ausgewählte Meditationsübungen aus den Bereichen 8
Brokate und 15 Ausdrucksformen des Tai-Chi-Qi-gong.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Jürgen Schaum

Samstag, 5. März 2005, und
Sonntag, 6. März 2005,
jeweils 9 - 12 Uhr und
14 - 17 Uhr
Wallschule, Wallstr. 25,
Neubau EG rechts.
33 EUR
max. 12 Personen

Qi gong

(Anfänger und Fortgeschrittene)

Kurs-Nr. 51

Stehen wie ein Bambus. Steh- und Sitzübungen mit
leichten und ruhigen Bewegungen, damit wir uns auf
unser „Inneres“ konzentrieren können. Außen Ruhe -
innen Bewegung - nach diesem chinesischen Prinzip
wollen wir uns harmonisieren.

Iris Hofmann

mittwochs, 18.30 Uhr (15 x 2 UE)
Mittwoch, 16. Februar 2005
Ludwig-Erk-Schule,
Bahnstr. 40, Gebäude B
66 EUR
max. 13 Personen

Tai-Chi-Chuan (Lee-Stil)

(Anfänger)

Kurs-Nr. 52

Die chinesische Bewegungskunst Tai-Chi-Chuan
besteht aus einer Abfolge von langsamen und weich
fließenden Bewegungen, die durch Atemübungen,
Partnerübungen, einfache Meditation und taoistische
Yogaelemente ergänzt werden. Die Erfahrung der
entspannten Bewegung aus der Körpermitte heraus hat
auch einen entspannenden und beruhigenden Einfluss
auf die Psyche. Der Kurs ist für Neueinsteiger gedacht.
Er ist in sich abgeschlossen, wird aber in weiteren
Kursen fortgeführt.

Thomas Schnabel

mittwochs, 18.30 Uhr, (15 x 2 UE)
Mittwoch, 16. Februar 2005
Wallschule, Wallstr. 25,
Neubau, EG rechts
66 EUR
max.15 Personen

Tai-Chi-Chuan (Lee-Stil)

(Fortgeschrittene)

Kurs-Nr. 53

Fortsetzung Kurs 53 v. Semester 2004/II
Kursbeschreibung siehe Kurs 52

Seiteneinstieg nach Absprache mit dem Kursleiter
möglich!

Thomas Schnabel

mittwochs, 20 Uhr, (15 x 2 UE)
Mittwoch, 16. Februar 2005
Wallschule, Wallstr. 25,
Neubau, EG rechts
66 EUR
max.15 Personen

Tai-Chi-Chuan (Peking-Form)

Kurs-Nr. 54

Thai Chi Chuan ist eine millionenfach für die
Gesundheit bewährte heilgymnastische Meditation in
Bewegung und ist taoistischen Ursprungs. Sie bewirkt
eine Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Die
entspannungsfördernden Bewegungsabläufe, kombiniert
mit intensiver Atmungskontrolle, steigern das
Wohlbefinden und helfen Krankheiten zu vermeiden.

Wahjudin Wangsadinata

Sonntag, 13. März 2005,
9 - 15 Uhr
Sportzentrum „Nord“,
Hans-Kreiling-Allee 15,
EG, Konditionsraum
15,40 EUR
max.12 Personen

Tai-Chi-Chuan (Peking-Form)

Kurs-Nr. 55

Kursbeschreibung siehe Kurs 54
Wahjudin Wangsadinata
dienstags, 19 Uhr (9 x 60 Min.)
Dienstag, 1. März 2005
Janusz-Korczak-Schule, Zimmer-
str. 66, Gymnastikraum
26,37 EUR
max. 24 Personen

**Bei allen Schwimmkursen ist der Eintritt an der
Kasse selbst zu entrichten!**

Aquarobic

Kurs-Nr. 56

Nach einem Warm-Up auf dem Trockenen schließt sich
ein Gymnastikteil im Wasser an. Dieser dient zur
Kräftigung der Muskulatur bei gleichzeitiger Schonung
der Knochen und Gelenke.

Birgit Krahn

montags, 20 Uhr (4 x 60 Min.)
Montag, 14. Februar 2005
Hallenbad, Südliche Ringstr. 77
Lehrschwimmbecken
11,72 EUR
max. 15 Personen
Bitte mitbringen: Schwimmbzw. Aquanudel

Aqua-Jogging

Kurs-Nr. 57

Ulrike Schmidt

freitags und mittwochs,

jeweils 18 - 18.45 Uhr

Freitag, 21. Januar 2005

Hallenbad, Südliche Ringstr. 77,

Sprungbecken

58 EUR

max. 10 Personen

Aqua-Jogging

Kurs-Nr. 58

Ulrike Schmidt

freitags und mittwochs,

jeweils 18 - 18.45 Uhr

Freitag, 4. März 2005

Hallenbad, Südliche Ringstr. 77,

Sprungbecken

58 EUR

max. 10 Personen

Power-Kraulen

Kurs-Nr. 59

Robert Schäfer

montags, 20 - 20.45 Uhr, und

sonntags, 13.30 - 14.15 Uhr

Montag, 14. Februar 2005

Hallenbad, Südliche Ringstr. 77,

Schwimmerbecken

58 EUR

max. 10 Personen

Rückenschwimmkurs

Kurs-Nr. 60

Ulrike Schmidt

montags, mittwochs und

freitags, jeweils 18.15 - 19 Uhr

Montag, 11. April 2005

Hallenbad, Südliche Ringstr. 77,

Lehr- oder Schwimmerbecken

58 EUR

max. 10 Personen

Schwimmen für Erwachsene

Kurs-Nr. 61

Boris Och/Stefan Becker

montags, mittwochs und

freitags, 18.15 - 19 Uhr

Montag, 7. Februar 2005 (Rosen-
montag)

Hallenbad, Südliche Ringstr. 77,

Schwimmerbecken

58 EUR

max. 10 Personen

(Unterricht auch am Ascher-
mittwoch)

Schwimmen für Kinder

(ab 5 Jahre)

Kurs-Nr. 62

Cornelia Bückner

mittwochs, freitags und

montags, 14 - 14.45 Uhr

Mittwoch, 2. März 2005

Hallenbad, Südliche Ringstr. 77,

Lehrschwimmbecken

36 EUR

max. 10 Kinder

Schwimmen für Kinder

(ab 5 Jahre)

Kurs-Nr. 63

Cornelia Bückner

mittwochs, freitags und

montags, 15 - 15.45 Uhr

Mittwoch, 2. März 2005

Hallenbad, Südliche Ringstr. 77,

Lehrschwimmbecken

36 EUR

max. 10 Kinder

Schwimmen für Kinder

(ab 5 Jahre)

Kurs-Nr. 64

Cornelia Bückner

mittwochs, freitags und

montags, 16 - 16.45 Uhr

Mittwoch, 2. März 2005

Hallenbad, Südliche Ringstr. 77,

Lehrschwimmbecken

36 EUR

max. 10 Kinder

Schwimmen für Kinder

(ab 5 Jahre)

Kurs-Nr. 65

Ulrike Schmidt

montags, mittwochs und

freitags, 14 - 14.45 Uhr

Montag, 11. April 2005

Hallenbad, Südliche Ringstr. 77,

Lehrschwimmbecken

36 EUR

max. 10 Kinder

Schwimmen für Kinder

(ab 5 Jahre)

Kurs-Nr. 66

Ulrike Schmidt

montags, mittwochs und

freitags, 15 - 15.45 Uhr

Montag, 11. April 2005

Hallenbad, Südliche Ringstr. 77,

Lehrschwimmbecken

36 EUR

max. 10 Kinder

Schwimmen für Kinder
(ab 5 Jahre)

Kurs-Nr. 67

Ulrike Schmidt

montags, mittwochs und

freitags, 16 - 16.45 Uhr

Montag, 11. April 2005

Hallenbad, Südliche Ringstr. 77,

Lehrschwimmbecken

36 EUR

max. 10 Kinder

TBF - Total Body Fitness

Kurs-Nr. 68

Es handelt sich hierbei um ein intensives Ganzkörpertraining zur Kräftigung von Oberkörper, Rücken, Bauch, Beinen und Po, in Kombination mit einem leichten Konditionstraining. Bei den Kräftigungs- und Muskelaufbauübungen wollen wir diverse Geräte als Hilfsmittel nutzen. **Hierzu sind Ihrerseits die nachfolgenden Investitionen vor Beginn des Kurses notwendig: 2 Hanteln (max. 1 kg), 1 Thera-Band (ca. 2,5 m Länge).** Sie erhalten diese Geräte in größeren Kaufhäusern.

Birgit Krahn

dienstags, 20 Uhr (10 x 60 Min.)

Dienstag, 15. Februar 2005

Ludwig-Erk-Schule,

Bahnstraße 40, Turnhalle

29,30 EUR

max. 20 Personen

TBF - Total Body Fitness

Kurs-Nr. 69

Kursbeschreibung siehe Kurs 68

Birgit Krahn

dienstags, 21 Uhr (10 x 60 Min.)

Dienstag, 15. Februar 2005

Ludwig-Erk-Schule,

Bahnstraße 40, Turnhalle

29,30 EUR

max. 20 Personen

Modernes Aerobic

(Anfänger)

Kurs-Nr. 70

Modernes Aerobic wird aus Platzgründen heute nur noch wenig angeboten. Deshalb bieten wir an „Aerobic pur“ in moderner Form zu erleben. Im Mittelpunkt stehen Spaß, Freude und natürlich körperliches Wohlbefinden.

Franziska Piel

dienstags, 18 Uhr (10 x 60 Min.)

Dienstag, 15. Februar 2005

Janusz-Korczak-Schule,

Zimmerstr. 66

29,30 EUR

max. 20 Personen

AERO-BBP

Kurs-Nr. 71

Die Stunde stellt eine Kombination aus Aerobic und Bauch-Beine-Po-Training dar. Nach einem intensiven Warm-up schließen sich ein Konditionsteil und ein Gymnastikteil mit Schwerpunkt Bauch-Beine-Po an. Dieser dient vor allem zur Straffung des Gewebes und zum Aufbau der Problemzonenmuskulatur.

Regine Betz

montags, 19 Uhr (12 x 60 Min.)

Montag, 7. März 2005

Janusz-Korczak-Schule, Zimmer-

str. 66, Gymnastikraum

35,16 EUR

max. 15 Personen

AERO-BBP

Kurs-Nr. 72

Kursbeschreibung siehe Kurs 71

Regine Betz

dienstags, 17 Uhr (12 x 60 Min.)

Dienstag, 8. März 2005

Sportzentrum „Nord“,

Hans-Kreiling-Allee 15,

EG, Konditionsraum

35,16 EUR

max. 12 Personen

AERO-BBP

Kurs-Nr. 73

Kursbeschreibung siehe Kurs 71

Regine Betz

dienstags, 18 Uhr (12 x 60 Min.)

Dienstag, 8. März 2005

Sportzentrum „Nord“,

Hans-Kreiling-Allee 15,

EG, Konditionsraum

35,16 EUR

max. 12 Personen

Early-Morning-Power

Kurs-Nr. 74

Übungen für Bauch, Beine und Po zum „Wachwerden“. Starten Sie mit einem tollen Körpergefühl in den Tag.

Anke Herth

freitags, 8 Uhr (10 x 60 Min.)

Freitag, 18. Februar 2005

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 14

29,30 EUR

max. 12 Personen

Intensiv-Training am Samstag

Kurs-Nr. 75

Wer Lust hat, sich mal richtig zu verausgaben, der ist hier im Kurs herzlich willkommen. Mit viel Spaß und flotter Musik wird in insgesamt 3 Stunden Ihr ganzer Körper von oben bis unten fit gemacht. Dehnungs- und

Entspannungsübungen sorgen am Ende für ein tolles Körpergefühl.

Anke Herth

Samstag, 23. April 2005,

9 - 12 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14

8,79 EUR

max. 12 Personen

Intensiv-Training am Samstag

Kurs-Nr. 76

Kursbeschreibung siehe Kurs 75

Anke Herth

Samstag, 30. April 2005,

9 - 12 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14

8,79 EUR

max. 12 Personen

Intensiv-Training am Samstag

Kurs-Nr. 77

Kursbeschreibung siehe Kurs 75

Anke Herth

Samstag, 14. Mai 2005,

9 - 12 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14

8,79 EUR

max. 12 Personen

BBP-Workout

Kurs-Nr. 78

Gezielte Gymnastik für eine gute Figur.

Kräftigungsübungen für die Problemzonen Bauch,
Beine, Po in Verbindung mit einem Konditionsteil.

Elvira Knatz

mittwochs, 17.45 Uhr (15 x 60 Min.)

Mittwoch, 16. Februar 2005

Sportzentrum „Nord“,
Hans-Kreiling-Allee 15,

OG, Gymnastikraum

43,95 EUR

max. 20 Personen

Mitzubringen sind: Isomatte,

Hanteln (1 kg) u. Thera-Band

(bei Kursleitung oder in größeren

Kaufhäusern erhältlich)

BBP-Workout

Kurs-Nr. 79

Kursbeschreibung siehe Kurs 78

Elvira Knatz

mittwochs, 18.45 Uhr (15 x 60 Min.)

Mittwoch, 16. Februar 2005

Sportzentrum „Nord“,

Hans-Kreiling-Allee 15,

OG, Gymnastikraum

43,95 EUR

max. 20 Personen

Mitzubringen sind: Isomatte,

Hanteln (1 kg) u. Thera-Band

(bei Kursleitung oder in größeren

Kaufhäusern erhältlich)

Pflegerische Gymnastik für den Rücken -

Wirbelsäulengymnastik

Kurs-Nr. 80 - Vormittags -

Fortsetzung Kurs 66 v. Semester 2004/II

Diese Gymnastik soll jenen helfen, die Probleme mit
dem Schultergürtel, dem Rücken und der Wirbelsäule

haben. Eine falsche Haltung kann zu

Haltungsschwächen, langfristig zu schmerzhaften

Haltungsschäden bis hin zur starken Minderung der

Beweglichkeit führen.

Zur Vorbeugung und Vermeidung fortgeschrittener

Schäden werden speziell auf den Rücken abgestimmte

Übungen durchgeführt wie die Kräftigung der Rücken-

und Bauchmuskulatur. Darüber hinaus erfolgt eine

Mobilisierung der gesamten Wirbelsäule.

Die pflegerische Gymnastik ist ebenfalls nach einer

krankengymnastischen Behandlung empfehlenswert.

Sarah Weigl

montags, 10 Uhr (15 x 2 UE)

Montag, 14. Februar 2005

Sportzentrum „Nord“,

Hans-Kreiling-Allee 15,

OG, Gymnastikraum

66 EUR

max. 20 Personen

Wirbelsäulengymnastik - Rücken-fit

Kurs-Nr. 81 - Vormittags -

Kräftigungs- und Dehnungsübungen sowie

Mobilisierung der gesamten Wirbelsäule.

Gleichgewichtsschulung, Stabilisierung der aufrechten

Haltung, erweiternd rückengerechtes Alltagsverhalten.

Elvira Knatz

dienstags, 9.45 Uhr (15 x 75 Min.)

Dienstag, 15. Februar 2005

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 14

54,90 EUR

max. 12 Personen

Mitzubringen sind: Isomatte,

Hanteln (1 kg) u. Thera-Band

(bei Kursleitung oder in größeren

Kaufhäusern erhältlich)

Wirbelsäulengymnastik - Rücken-fit

Kurs-Nr. 82 - Vormittags -

Kursbeschreibung siehe Kurs 81

Elvira Knatz

freitags, 9.30 Uhr (15 x 75 Min.)

Freitag, 18. Februar 2005
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
54,90 EUR
max. 12 Personen
Mitzubringen sind: Isomatte,
Hanteln (1 kg) u. Thera-Band
(bei Kursleitung oder in größeren
Kaufhäusern erhältlich)

Funktionsgymnastik - Bewegung - Stretching -
Entspannen

Kurs-Nr. 83

Fortsetzung Kurs 70 v. Semester 2004/II
Angeboten wird eine Ganzkörperkräftigung und -
dehnung mit anschließender Bauchmuskel- und
Wirbelsäulengymnastik. Natürlich alles mit Musik (kein
Aerobic).

Sarah Weigl

montags, 19.35 Uhr (15 x 60 Min.)
Montag, 14. Februar 2005
Siedlerheim, J.-v.-Eichendorff-Str. 1
43,95 EUR
max. 18 Personen

Funktionsgymnastik - Bewegung - Stretching -
Entspannen

Kurs-Nr. 84

Nach dem Aufwärmprogramm folgen funktionsgerechte
Übungen für Wirbelsäule und Gelenke sowie
unterschiedliche Methoden zur Kräftigung und
Dehnung verschiedener Muskelgruppen. Ein
Entspannungsteil rundet die Übungsstunde ab.

Sylvia Liersch

dienstags, 18.30 Uhr (10 x 60 Min.)
Dienstag, 15. Februar 2005
Ludwig-Erk-Schule,
Bahnstr. 40, Gymnastikhalle
29,30 EUR
max. 15 Personen

Wirbelsäulengymnastik / Dem Rücken etwas Gutes tun

Kurs-Nr. 85

Spannungsübungen mit geringer
Wirbelsäulenbelastung, leichte dynamische Übungen,
Körperwahrnehmung, Atemregulation und Entspannung
werden harmonisch verbunden.

Brigitte Bläser

montags, 18 Uhr (12 x 2 UE)
Montag, 14. Februar 2005
Siedlerheim, J.-v.-Eichendorff-Str. 1
52,80 EUR
max. 16 Personen

Gelenkschonende Gymnastik mit asiatischen Elementen

Kurs-Nr. 86

Gelenk- und rüchenschonende Gymnastik mit Asiamix
(Elementen aus Qi gong, Yoga, Karate u.a.). Stretching
und Entspannung als Abschluss.

Brigitte Bläser

montags, 20.05 Uhr (12 x 60 Min.)
Montag, 14. Februar 2005
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstr. 66, Gymnastikraum
35,16 EUR
max. 16 Personen

Rumba-Gymnastik - Fortgeschrittene
- Tänzerische Bewegungstherapie -

Kurs-Nr. 88

Tanz als Bewegungstherapie fördert ein Gefühl des
Wohlbefindens, das für mehrere Stunden anhalten kann.
Spannungen, Sorgen und Ängste werden abgebaut, eine
Neigung zu Depressionen weicht gesteigertem
Selbstbewusstsein und einer positiven
Lebenseinstellung. In der Form der Rumba-Gymnastik
können Sie Kondition (Aerobe Kapazität),
Koordination, Rhythmus,
Körperspannung/Entspannung und
Kommunikationskompetenzen mit Spaß üben und
verbessern sowie auch gleichzeitig den
lateinamerikanischen Rhythmus, z. B. Merengue, Salsa,
Vallenato, Lambada, Cumbia usw., kennen und
umsetzen lernen. Hier verwenden wir die Methode und
Sprache der Gesundheitspädagogik, Schwerpunkt
Bewegung, sowie auch neue Bewegungsmöglichkeiten,
die Zufriedenheit, Gesundheit und Entspannung
hervorrufen.

Marco Camacho Lopez

mittwochs, 19.15 Uhr (13 x 75 Min.)
Mittwoch, 16. Februar 2005
Wallschule, Wallstr. 25,
Turnhalle
47,58 EUR
max. 20 Personen

Orientalischer Tanz und Körperbewusstsein
(Anfängerinnen)

Kurs-Nr. 89

Dieser Kurs ist für Frauen jeden Alters gedacht, die den
Orientalischen Tanz kennen lernen wollen. Es werden
die faszinierenden fließenden Becken- und
Armbewegungen einerseits und die kraftvollen
Shimmies und schnelleren Bewegungen andererseits
erlernt. Diese Grundbewegungen werden am Ende zu
einer kleinen Choreografie zusammengestellt. Um
beweglicher zu werden und mehr Gefühl für den
eigenen Körper zu entwickeln, werden Körper- und
Entspannungsübungen mit einfließen.

Renate Powilleit

mittwochs, 19.15 Uhr (15 x 2 UE)
Mittwoch, 16. Februar 2005
Sportzentrum „Nord“,
Hans-Kreiling-Allee 15,
EG, Konditionsraum
66 EUR

max. 15 Personen
Orientalischer Tanz
(Fortgeschrittene)
Kurs-Nr. 90
Carina Kruip
dienstags, 19.15 Uhr (15 x 2 UE)
Dienstag, 15. Februar 2005
Sportzentrum „Nord“,
Hans-Kreiling-Allee 15,
EG, Konditionsraum
66 EUR
max. 15 Personen
Kursfortsetzung nach den
Osterferien: 19. April 2005

Sprachen

Voraussetzung für den Besuch der Kurse „Deutsch als Fremdsprache“ ist die Kenntnis des lateinischen Alphabets in Wort und Schrift!
--

Deutsch-Kurse

Beratung und Anmeldung:

Wenn Sie sich zum ersten Mal für einen Deutsch-Kurs bei der Volkshochschule Langen anmelden, dann sollten Sie unbedingt an einem **Beratungsgespräch** teilnehmen, damit Sie sich für den richtigen Kurs entscheiden!

Montag, 24. Januar 2005, und
Montag, 31. Januar 2005, jeweils
zwischen 19 und 21 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 13

Deutsch als Fremdsprache ohne Vorkenntnisse (Teil 1)

Kurs-Nr. 91

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die über keine oder sehr geringe Vorkenntnisse verfügen.
Anmeldung und Einzelheiten zum
Kurs erfolgen beim **Beratungsgespräch** (siehe oben) !

Deutsch als Fremdsprache ohne Vorkenntnisse (Teil 2)

Kurs-Nr. 92

Fortsetzung Kurs 79 und 79 a
v. Semester 2004/II

Gerhard Hill

montags und mittwochs,
18 Uhr (30 x 2 UE)
Montag, 14. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 38
95 EUR (ermäßigt: 71,25 EUR)
max. 16 Personen

Deutsch als Fremdsprache mit Vorkenntnissen (Teil 1)

Kurs-Nr. 93

Fortsetzung Kurs 80 v. Semester 2004/II
Sie wollten schon immer Ihre Grundkenntnisse der deutschen Sprache von Grund auf „auf Vordermann“ bringen?! Dann haben sie jetzt hierzu die Gelegenheit. Machen Sie mit in unserer netten gewinnenden Gruppe. Der Einstieg geht ganz leicht.

Berthold Schulze-Ising

montags und donnerstags,
19.30 Uhr (26 x 2 UE)
Montag, 14. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 28
82,35 EUR (ermäßigt: 61,75 EUR)
max. 16 Personen

Deutsch als Fremdsprache mit Vorkenntnissen (Teil 2)

Kurs-Nr. 94

Fortsetzung Kurs 81 v. Semester 2004/II

Dieser Kurs ist nur für Personen geeignet, die schon über Vorkenntnisse der deutschen Sprache verfügen und die Grundgrammatik beherrschen.

Berthold Schulze-Ising

montags und donnerstags,
18 Uhr (26 x 2 UE)
Montag, 14. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 28
82,35 EUR (ermäßigt: 61,75 EUR)
max. 16 Personen

Deutsch als Fremdsprache mit guten Vorkenntnissen (Teil 1)

Kurs-Nr. 95

Fortsetzung Kurs 82 v. Semester 2004/II
Interaktiver Unterricht mit Konversation, Grammatik, Training von Hör- und Leseverstehen und Schreiben kleiner Texte.
Seiteneinsteiger sollten die Grundgrammatik beherrschen.

Angelika Radloff

montags und donnerstags,
20 Uhr (30 x 2 UE)
Montag, 14. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Pavillon, 2. Eingang, Tür links
95 EUR (ermäßigt: 76,25 EUR)
max. 18 Personen

Deutsch als Fremdsprache mit guten Vorkenntnissen

Kurs-Nr. 96

Fortsetzung Kurs 83 v. Semester 2004/II
Dieser Kurs bereitet auf die Zertifikatsprüfung vor.

Ulrike Ziehl

dienstags und donnerstags,
19 Uhr (30 x 2 UE)
Dienstag, 15. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule, Zimmerstr. 60, Eingang 5,
Raum 38
95 EUR (ermäßigt: 71,25 EUR)
max. 18 Personen

Deutsch als Fremdsprache
- Mittelstufe -

Kurs-Nr. 97

Fortsetzung Kurs 84 v. Semester 2004/II
Vorbereitung auf die Zentrale
Mittelstufenprüfung (Juni 2005)

Karl-Heinz Mager

dienstags und donnerstags,
19.30 Uhr (30 x 2 UE)

Dienstag, 15. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Pavillon, 2. Eingang, Tür rechts
95 EUR (ermäßigt: 71,25 EUR)
max. 18 Personen

Englisch ohne Vorkenntnisse (Teil 1)

Kurs-Nr. 98

Wollen Sie Englisch lernen oder alte Sprachkenntnisse
aktivieren, so bietet Ihnen dieser Kurs die Möglichkeit
dazu. Mit Sprachübungen aus dem Alltagsbereich
werden Sie schnell Zugang zur englischen Sprache
finden.

The New Cambridge English
Course, Bd. 1, und Arbeitsbuch,
Ernst-Klett-Verlag (3-12-539015-x
und 3-12-539016-8), ab Lektion 1

Birgit Mandel

mittwochs, 20 Uhr (12 x 2 UE)

Mittwoch, 16. Februar 2005

Dreieich-Gymnasium,
Goethestr. 6, Raum 40

52,80 EUR (ermäßigt: 39,60 EUR)

max. 20 Personen

Englisch ohne Vorkenntnisse (Teil 2)

Kurs-Nr. 99

Fortsetzung Kurs 85 v. Semester 2004/II

Kursbeschreibung siehe Kurs 98

Lehrbuch siehe Kurs 98

Birgit Mandel

mittwochs, 18.30 Uhr (12 x 2 UE)

Mittwoch, 16. Februar 2005

Dreieich-Gymnasium,
Goethestr. 6, Raum 40

52,80 EUR (ermäßigt: 39,60 EUR)

max. 20 Personen

Englisch mit Vorkenntnissen (Teil 1)

Kurs-Nr. 100

Fortsetzung Kurs 86 v. Semester 2004/II

Reisen Sie gerne oder werden von Ihnen im Beruf
Englischkenntnisse erwartet, dann kommen Sie zu uns.

Dieser Kurs will Sie befähigen, sich in
Alltagssituationen auf Englisch zu verständigen.

Lehrbuch siehe Kurs 98, ab Lekt. 9

Heidmarie Westermeier

donnerstags, 18.30 Uhr (15 x 2 UE)

Donnerstag, 17. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 29

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 20 Personen,

Englisch - Fortgeschrittene I (Teil 2)

Kurs-Nr. 101

Fortsetzung Kurs 87 v. Semester 2004/II

Englisch erlangt heute eine immer größere Bedeutung.
Auf dem Bahnhof, in den Geschäften, in der Werbung,
überall begegnen uns englische Wörter. Dieser Kurs
will Ihnen soviel Kenntnisse vermitteln, dass Ihnen
diese Wörter nicht mehr fremd sind, sondern sie
vertraut werden und es Ihnen Spaß macht, sich auf
Englisch zu verständigen. Wir üben Alltagssituationen
anhand des Buches und lesen auch kleine einfache
Kurzgeschichten. Seiteneinsteiger, deren Erwerb der
Englischkenntnisse schon länger zurückliegt, sind
herzlich willkommen.

Lehrbuch siehe Kurs 98, ab Lekt. 24

Heidmarie Westermeier

donnerstags, 20 Uhr (15 x 2 UE)

Donnerstag, 17. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 29

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 20 Personen

Englisch - Fortgeschrittene I (Teil 2)

Kurs-Nr. 102

Fortsetzung Kurs 88 v. Semester 2004/II

Welcome to refreshing your English by reading, talking
and some grammar.

Zusätzliches Unterrichtsmaterial wird gestellt.

The New Cambridge English
Course, Bd. 2, und Arbeitsbuch,
Ernst-Klett-Verlag (3-12-539115-6
und 3-12-539116-4)

Liselotte Eil

montags, 18 Uhr (15 x 2 UE)

Montag, 14. Februar 2005

Dreieich-Gymnasium,
Goethestr. 6, Raum 45

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 20 Personen

Englisch - Fortgeschrittene II (Teil 2)

Kurs-Nr. 103

Fortsetzung Kurs 90 v. Semester 2004/II

Heutzutage sind gute Englischkenntnisse in vielen
Bereichen einfach eine Voraussetzung. Möchten Sie
Ihre Englischkenntnisse auffrischen oder erweitern,
dann kommen Sie zu uns. Wir versuchen anhand von

Übungen und Rollenspielen Ihre Sprachkompetenz zu steigern und etwaige Hemmungen, sich in einer fremden Sprache auszudrücken, abzubauen.

Lehrbuch siehe Kurs 102, ab Lekt. 30

Heidemarie Westermeier

mittwochs, 20 Uhr (15 x 2 UE)

Mittwoch, 16. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule, Zimmerstr. 60, Eingang 5, Raum 29

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 20 Personen

Englisch - Fortgeschrittene V

Kurs-Nr. 104 - Vormittags -

Fortsetzung Kurs 91 v. Semester 2004/II

Erweitern Sie Ihre Englischkenntnisse und üben Sie in entspannter Atmosphäre das freie Sprechen im Alltag, verbunden mit der nötigen Grammatik, und lesen Sie mit uns leichte Texte. Seiteneinsteiger sind herzlich willkommen.

The New Cambridge English Course, Bd. 3, und Arbeitsbuch,

Ernst-Klett-Verlag

Sieglinde Japp

donnerstags, 9 Uhr (15 x 2 UE)

Donnerstag, 17. Februar 2005

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 16

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 14 Personen

Der Unterricht findet auch in den Osterferien statt.

Englisch - Auffrischkurs

(Fortgeschrittene)

Kurs-Nr. 105 - Vormittags -

Fortsetzung Kurs 92 v. Semester 2004/II

Für Teilnehmer, die in entspannter Atmosphäre ihre Englischkenntnisse (Grundkenntnisse) auffrischen und vertiefen wollen.

English Network Refresher Plus;

Langenscheidt-Longman

(3-526-50408-3), ab Lekt. 10

Gisela Bender

dienstags, 9 Uhr (15 x 2 UE)

Dienstag, 15. Februar 2005

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 16

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 12 Personen

English - for every day; literature and grammar

Kurs-Nr. 106

Fortsetzung Kurs 93 v. Semester 2004/II

Let us talk about everyday events, read some interesting literature and brush up some grammar.

Unterrichtsmaterial wird am ersten Tag besprochen und teilweise gestellt.

Liselotte Eil

dienstags, 18.30 Uhr (15 x 2 UE)

Dienstag, 15. Februar 2005

Dreieich-Gymnasium,

Goethestr. 6, Raum 45

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 20 Personen

Englisch - Fortgeschrittene

(Mit Konversation)

Kurs-Nr. 107 - Vormittags -

Fortsetzung Kurs 94 v. Semester 2004/II

Put your English into action, focus on reading, communication and fluency.

New participants are always welcome.

Das Kursmaterial wird im Kurs abgesprochen.

Gisela Bender

montags, 9 Uhr (15 x 2 UE)

Montag, 14. Februar 2005

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 16

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 12 Personen

English - Conversation and Reading

Kurs-Nr. 108 - Vormittags -

Sie möchten in netter Atmosphäre regelmäßig Englisch sprechen, aktuelle Themen behandeln, Grammatik

wiederholen und einfache, aber interessante

Kurzgeschichten lesen? Welcome!

Sieglinde Japp

donnerstags, 10.30 Uhr (15 x 2 UE)

Donnerstag, 17. Februar 2005

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 16

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 14 Personen

Der Unterricht findet auch in

den Osterferien statt.

Englisch - Konversation

Kurs-Nr. 109

Möchten Sie sich gern auf Englisch unterhalten und fehlen Ihnen dazu die Gesprächspartner, dann kommen

Sie zu uns. Wir besprechen Themen aus Sport,

Wirtschaft und Politik, außerdem lesen wir interessante

Kurzgeschichten. Die ersten 20 Minuten jedes

Kursabends widmen wir der Wiederholung eines

Gebietes aus der Grammatik.

Kein Lehrbuch erforderlich

Heidemarie Westermeier

mittwochs, 18.30 Uhr (15 x 2 UE)

Mittwoch, 16. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-

str. 60, Eingang 5, Raum 29

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 20 Personen

Business English - in and around the office

Kurs-Nr. 110

Im Mittelpunkt stehen Wortschatz- und Kommunikationsübungen in beruflichen Standardsituationen, insbesondere auch am Telefon. Grundkenntnisse in Englisch werden vorausgesetzt. „Getting Ahead“, Ernst Klett-Verlag (3-12-502761-6), ab Lekt. 1

Gisela Bender

dienstags, 18 Uhr (15 x 2 UE)
Dienstag, 15. Februar 2005
Dreieich-Gymnasium,
Goethestr. 6, Raum 40
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 18 Personen

„Tagesausflug“ nach Frankreich (mit den Füßen in Langen)

Kurs-Nr. 110 a

Anlässlich des Jahrestags der Unterzeichnung des Elysée-Vertrags zur Deutsch-Französischen Freundschaft am 22. Januar 1963 soll die Beziehung zu unserem französischen Nachbarland erneuert und vertieft werden.

Gönnen Sie sich eine sprachliche „Kurzreise“ in unser Nachbarland und lernen Sie Frankreich kennen und schätzen! Eine amüsante französische Lehrstunde über die Sprache, Land und Leute, Trinken und „naturellement“ das Essen.

Mit Alltagssituationen in Rollenspielen, Lesetexten und ein wenig Konversation werden Ihre schon vorhandenen Kenntnisse in Französisch aufgefrischt.

Françoise Siegel

Samstag, 22. Januar 2005
9.30 - 16.30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27, Raum 16
19,80 EUR (inklusive Frühstück und Mittagessen à la Française)
max. 12 Personen

Französisch mit Vorkenntnissen (Teil 2)

Kurs-Nr. 111 - Vormittags -

Fortsetzung Kurs 98 v. Semester 2004/II
Bonjour, wollen Sie Französisch in einer netten Gruppe lernen? Dann sind Sie herzlich willkommen.
Eurolingua Français 1 B,
Cornelsen Verlag (210359)
ab Lekt. 1

Françoise Siegel

donnerstags, 9 Uhr (13 x 2 UE)
Donnerstag, 17. Februar 2005
Altes Rathaus, Wilhelm-
Leuschner-Platz 3, Haus A
57,20 EUR (ermäßigt: 42,90 EUR)
max. 14 Personen

Französisch mit Vorkenntnissen (Teil 2)

Kurs-Nr. 112

Fortsetzung Kurs 99 v. Semester 2004/II
Französisch ist viel leichter, als Sie denken! Lernen Sie in einer netten Gruppe die Sprache und Lebensart unseres Nachbarn kennen. Seiteneinsteiger, deren Schulfranzösisch schon länger zurückliegt, sind herzlich willkommen.

Lehrbuch siehe Kurs 111, ab Lekt. 9

Heidmarie Westermeier

dienstags, 18.30 Uhr (15 x 2 UE)
Dienstag, 15. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 29
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 20 Personen

Französisch mit Vorkenntnissen (Teil 2)

Kurs-Nr. 113

Fortsetzung Kurs 100 v. Semester 2004/II

Französisch ist eine sehr schöne Sprache und nicht so schwierig, wie landläufig angenommen. In einer netten Gruppe spielen wir Alltagssituationen durch, üben die Grammatik anhand des Buches und lesen zur Erweiterung des Wortschatzes spannende Kurzgeschichten. Seiteneinsteiger sind herzlich willkommen.

A bientôt 2 (neu) und
Arbeitsbuch, Ernst-Klett-Verlag
(-12-52-529310-3 und
3-12-529350-2), ab Lekt. 7

Heidmarie Westermeier

dienstags, 20 Uhr (15 x 2 UE)
Dienstag, 15. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 29
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 20 Personen

Französisch - Fortgeschrittene III

Kurs-Nr. 114 - Vormittags -

Fortsetzung Kurs 101 v. Semester 2004/II
Haben Sie Schulkenntnisse, Kenntnisse aus mehreren vhs-Kursen? Möchten Sie Ihre Französischkenntnisse auffrischen? Dann kommen sie zu uns!
Preferences, Ernst-Klett-Verlag
(529191)

Françoise Siegel

montags, 10.30 Uhr (14 x 2 UE)
Montag, 14. Februar 2005
Altes Rathaus, Wilhelm-
Leuschner-Platz 3, Haus A
61,60 EUR (ermäßigt: 46,20 EUR)
max. 14 Personen

Französisch - Fortgeschrittene IV

Kurs-Nr. 115 - Vormittags -

Fortsetzung Kurs 102 v. Semester 2004/II

In netter Atmosphäre Französisch lernen und mit leichter Konversation und Diskussion über aktuelle Themen „à jour“ bleiben.

Eurolingua Français 3,
Cornelsen-Verlag (210375), ab Lekt. 10

Françoise Siegel

mittwochs, 10.30 Uhr (14 x 2 UE)

Mittwoch, 16. Februar 2005

Altes Rathaus, Wilhelm-

Leuschner-Platz 3, Haus A

61,60 EUR (ermäßigt: 46,20 EUR)

max. 14 Personen

Französisch - Fortgeschrittene IV
(leichte Konversation)

Kurs-Nr. 116 - Vormittags -

Fortsetzung Kurs 103 v. Semester 2004/II

Durch leichte Konversation und ein wenig Grammatik werden Sie mit viel Spaß und in einer netten Atmosphäre Ihr Französisch pflegen und erweitern. Das Lehrbuch dient als Richtschnur für den Unterricht.

Lehrbuch siehe Kurs 115, ab Lekt. 10

Françoise Siegel

donnerstags, 10.30 Uhr (13 x 2 UE)

Donnerstag, 17. Februar 2005

Altes Rathaus, Wilhelm-

Leuschner-Platz 3, Haus A

57,20 EUR (ermäßigt: 42,90 EUR)

max. 14 Personen

Französisch - Konversation und Grammatik

Kurs-Nr. 117 - Vormittags -

Sie möchten Ihre Kenntnisse in Französisch vertiefen?

Dann kommen Sie zu uns! Durch Alltagssituationen, Alltagsthemen und grammatische Übungen werden Sie mit viel Spaß Französisch lernen.

Das Unterrichtsmaterial wird am ersten Tag besprochen.

Françoise Siegel

montags, 9 Uhr (14 x 2 UE)

Montag, 14. Februar 2005

Altes Rathaus, Wilhelm-

Leuschner-Platz 3, Haus A

61,60 EUR (ermäßigt: 46,20 EUR)

max. 14 Personen

Französisch - Konversation

Kurs-Nr. 118 - Vormittags -

Wollen Sie Ihre Französischkenntnisse in netter Atmosphäre pflegen und erweitern? Mit aktuellen Themen und Texten, Rollenspielen und grammatischen Übungen? Soyez les bienvenus.

Das Unterrichtsmaterial wird am ersten Tag besprochen.

Françoise Siegel

mittwochs, 9 Uhr (14 x 2 UE)

Mittwoch, 16. Februar 2005

Altes Rathaus, Wilhelm-

Leuschner-Platz 3, Haus A

61,60 EUR (ermäßigt: 46,20 EUR)

max. 14 Personen

Cari amici della lingua italiana,

Sie finden wieder eine große Auswahl an Italienischkursen im Frühjahrsprogramm, die Ihnen die italienische Sprache und Kultur nach Deutschland bringen. In aufgeschlossener Atmosphäre erwartet Sie ein kreativer Unterricht, das „Handwerkszeug“ dafür sind Lehrbücher, Lernspiele, Lieder, Texte zu aktuellen Themen, Videos etc. Ein Theater-, Kino- oder Museumsbesuch rundet das Programm ab. Auf neue Teilnehmer freuen wir uns. Für eine telefonische Beratung stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.
Benvenuti al Vostro corso d'italiano.

Bärbel Martini

Italienisch ohne Vorkenntnisse (Teil 2)

Andiamo a prendere un espresso?

Kurs-Nr. 119

Fortsetzung Kurs 106 v. Semester 2004/II

Espresso 1, Lehr- und Arbeitsbuch mit CD, Max Hueber-Verlag, (3-19-005325-1), ab Lekt. 4

Zusatzübungen (3-19-125325-4)

Bärbel Martini

mittwochs, 20 Uhr (15 x 2 UE)

Mittwoch, 16. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-

str. 60, Pavillon, 2. Eingang, Tür rechts

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 20 Personen

Italienisch Fortgeschrittene I (Teil 2)

Andiamo a prendere un altro espresso?

Kurs-Nr. 120

Fortsetzung Kurs 108 v. Semester 2004/II

Espresso 2, Lehr- und Arbeitsbuch mit CD, Max Hueber-Verlag (3-19-005342-1), ab Lekt. 3

Zusatzübungen (3-19-065342-9)

Bärbel Martini

montags, 19 Uhr (15 x 2 UE)

Montag, 14. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-

str. 60, Pavillon, 2. Eingang, Tür rechts

66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)

max. 20 Personen

Italienisch - Fortgeschrittene II (Teil 2)

Buonasera a tutti!

Kurs-Nr. 121

Fortsetzung Kurs 109 v. Semester 2004/II

Buonasera a tutti, Lehr- und Arbeitsbuch, Ernst-Klett-Verlag (3-12-525510-4 und 3-12-525515-5), ab Lekt. 7

In Italia, Cornelsen-Verlag (3-464-12524-6)

Bärbel Martini

mittwochs, 17 Uhr (15 x 2 UE)
Mittwoch, 16. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Pavillon, 2. Eingang, Tür rechts
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 20 Personen

Italienisch - Fortgeschrittene IV (Teil 1)

Kurs-Nr. 122 - Vormittags -

Fortsetzung Kurs 110 v. Semester 2004/II
In diesem Kurs stehen Wiederholungen und Vertiefung
des Gelernten im Vordergrund.
Das Unterrichtsmaterial wird am ersten Tag
besprochen.

Arnhold Pitzler

dienstags, 9 Uhr (15 x 2 UE)
Dienstag, 15. Februar 2005
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 3
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 12 Personen

Italienisch - Fortgeschrittene IV (Teil 2)

Andiamo in Italia?

Kurs-Nr. 123

Fortsetzung Kurs 111 v. Semester 2004/II
Linea diretta 2 nur Arbeitsbuch, Max
Hueber-Verlag (3-19-015175-x), ab Lekt. 7
In Italia, Cornelsen-Verlag (3-464-12524-6)

Bärbel Martini

mittwochs, 18.30 Uhr (15 x 2 UE)
Mittwoch, 16. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Pavillon, 2. Eingang, Tür rechts
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 20 Personen

Italienisch - Konversation und Grammatik
Incontriamoci in Corso Italia?

Kurs-Nr. 124

Fortsetzung Kurs 112 v. Semester 2004/II
Corso Italia, Bd. 2, Lehr- und Arbeitsbuch,
Ernst-Klett-Verlag (3-12-525210-5 und
3-12-525250-4), ab Lekt. 9
Weitere Lektüre wird im Kurs besprochen.

Bärbel Martini

montags, 17.30 Uhr (15 x 2 UE)
Montag, 14. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Pavillon, 2. Eingang, Tür rechts
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 20 Personen

Spanisch - ohne Vorkenntnisse (Teil 1)

- intensiv -

Kurs-Nr. 125

Für Anfänger, die keine Spanischkenntnisse haben, aber
im Unterricht zügig vorankommen wollen.

Caminos 1 (neu),
Ernst-Klett-Verlag (3-12-514906-1),
ab Lekt. 1

Amelia Sanchez de Mertz

mittwochs, 18 Uhr (15 x 3 UE)
Mittwoch, 16. Februar 2005
Dreieich-Gymnasium,
Goethestr. 6, Raum 41
99 EUR (ermäßigt: 74,25 EUR)
max. 15 Personen
Materialkosten (ca. 2 EUR) werden
im Kurs abgerechnet.

Spanisch ohne Vorkenntnisse (Teil 2)

Kurs-Nr. 126

Fortsetzung Kurs 114 v. Semester 2004/II
Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die die
spanische Sprache mit Spaß und Vergnügen unter
Anleitung eines muttersprachlichen Kursleiters erlernen
möchten.

Caminos 1 und Arbeitsbuch,
Ernst-Klett-Verlag, (514880-4
und 514885) ab Lekt. 4

Rolando Weber

mittwochs, 19.30 Uhr (15 x 2 UE)
Mittwoch, 16. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 28
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 18 Personen

Spanisch ohne Vorkenntnisse (Teil 2)

Kurs-Nr. 127

Fortsetzung Kurs 114 a v. Semester 2004/II
Kursbeschreibung und Lehrbuch siehe Kurs 126

Rolando Weber

donnerstags, 19.30 Uhr (15 x 2 UE)
Donnerstag, 17. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 39
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 18 Personen

Spanisch mit Vorkenntnissen (Teil 1)

Kurs-Nr. 128

Fortsetzung Kurs 115 v. Semester 2004/II
Lehrbuch siehe Kurs 126, ab Lekt. 6

Rolando Weber

mittwochs, 18 Uhr (15 x 2 UE)
Mittwoch, 16. Februar 2005
Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 28
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 18 Personen

Spanisch - Fortgeschrittene II (Teil 1)

Kurs-Nr. 129

Fortsetzung Kurs 116 v. Semester 2004/II

Hola bienvenidos!

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die die spanische Sprache mit Spaß und Vergnügen unter Anleitung eines muttersprachlichen Kursleiters erlernen möchten. Im Vordergrund stehen pädagogische Methoden der Erwachsenenbildung und soziales Lernen, welches kommunikative Elemente der Sprache wie Hören, Verstehen, Sprechen und Schreiben beinhaltet.

Lehrbuch siehe Kurs 126, ab Lekt. 12

Marco Camacho Lopez

montags, 19.30 Uhr (12 x 2 UE)

Montag, 21. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 39

52,80 EUR (ermäßig: 39,60 EUR)

max. 16 Personen

Spanisch - Fortgeschrittene IV (Teil 2)

Kurs-Nr. 130

Fortsetzung Kurs 117 v. Semester 2004/II

Hola que tal! Entonces...hablamos castellano

Hier können Fortgeschrittene das bisher Gelernte anwenden und festigen und ihre Sprachflüssigkeit verbessern. In einer lockeren Atmosphäre kann z. B. über verschiedene Themen der Geographie, Literatur, Kultur, Politik, Sport usw. diskutiert werden. In diesem Kurs steht die Sprachpraxis im Vordergrund.

Caminos 2, Ernst-Klett-Verlag

(3-12514890-1), ab Lekt. 8

Marco Camacho Lopez

montags, 18 Uhr (12 x 2 UE)

Montag, 21. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 39

52,80 EUR (ermäßig: 39,60 EUR)

max. 16 Personen

Spanisch - Leichte Konversation

Kurs-Nr. 131

Ein neuer Kurs für Interessierte mit Grundkenntnissen, die sich aber noch unsicher im freien Sprechen fühlen. Anhand von Alltagssituationen und einfachen Texten wollen wir vor allem das Sprechen unter Anleitung eines muttersprachlichen Kursleiters üben und die Sprache und das Land vertrauter machen. Willkommen sind auch diejenigen, die ihre „verstaubten“ Spanischkenntnisse auffrischen möchten.

Spanischkenntnisse auffrischen möchten.

Unterrichtsmaterial wird gestellt.

Rolando Weber

donnerstags, 18 Uhr (15 x 2 UE)

Donnerstag, 17. Februar 2005

Adolf-Reichwein-Schule, Zimmer-
str. 60, Eingang 5, Raum 39

66 EUR (ermäßig: 49,50 EUR)

max. 18 Personen

EDV

Einführung in das Betriebssystem XP -
Wochenendseminar

Kurs-Nr. 132

Das Betriebssystem ist die Grundlage aller Anwendungen wie " Word für Windows ", " Excel ", " Access ", "PowerPoint " u.v.a.m. Um effektiv mit diesen Anwendungen arbeiten zu können, sind Kenntnisse über das Betriebssystem sehr nützlich. Kursinhalt: Allgemeine Informationen über die Komponenten eines PC's, wie Datenspeicher (Festplatte, Diskette, CD, DVD usw.), Drucker, Scanner, Internetzugang; die Grundeinstellungen des PC's, die Elemente auf dem Bildschirm, das Arbeiten mit der Maus, die Systemsteuerung, die Fenstertechnik, der Explorer und Windows-Zubehör (Taschenrechner, WordPad, Paint, Adressbuch); das Verwalten von Ordnern, Dateien und Programmen (Erstellen, Löschen, Verschieben, Verknüpfen und Kopieren). Ein umfangreiches Manuskript mit über 90 Übungsbeispielen wird gestellt. Mit den dazugehörigen Übungs-Dateien und -Programmen auf einer Diskette können Sie den Kurs jederzeit auf Ihrem PC nachvollziehen.

Manfred Kürsch

Freitag, 21. Januar 2005, 18 - 21 Uhr,

Samstag, 22. Januar 2005, und

Sonntag, 23. Januar 2005,

jeweils 9 - 16 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 20/21

70 EUR

max. 7 Personen

Disketten werden zum Selbstkostenpreis gestellt.

Einführung in das Betriebssystem XP -
Wochenendseminar

Kurs-Nr. 133

Kursbeschreibung siehe Kurs 132

Manfred Kürsch

Freitag, 18. März 2005, 18 - 21 Uhr,

Samstag, 19. März 2005, und

Sonntag, 20. März 2005,

jeweils 9 - 16 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 20/21

70 EUR

max. 7 Personen

Disketten werden zum Selbstkostenpreis gestellt.

Einführung in das Betriebssystem XP -
Wochenendseminar

Kurs-Nr. 134

Kursbeschreibung siehe Kurs 132

Manfred Kürsch

Freitag, 20. Mai 2005, 18 - 21 Uhr,

Samstag, 21. Mai 2005, und

Sonntag, 22. Mai 2005,

jeweils 9 - 16 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 20/21
70 EUR
max. 7 Personen
Disketten werden zum Selbstkostenpreis gestellt.

Einführung in das Betriebssystem XP -
Wochenendseminar

Kurs-Nr. 135

Kursbeschreibung siehe Kurs 132

Manfred Kürsch

Freitag, 17. Juni 2005, 18 - 21 Uhr,
Samstag, 18. Juni 2005, und
Sonntag, 19. Juni 2005,
jeweils 9 - 16 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 20/21
70 EUR

max. 7 Personen

Disketten werden zum Selbstkostenpreis gestellt.

Verwaltung und kaufmännische Praxis

Xpert Business

Finanzbuchhaltung I - Zertifikatskurs

Kurs-Nr. 136

Das neue Kurs – und Zertifikatssystem Xpert Business
ist praxisnah und erlaubt den Einstieg ohne
Vorkenntnisse.

Intensivkurs-Themen:

Inventur, Bilanz, Gewinn- und Verlustrechnung,
Einnahmen-Überschussrechnung (neu 2004), Bestands-,
Erfolgs-, und Privatkonten, Kontenrahmen und
Kontenplan, Umsatzsteuer, Belegbuchung und
Belegorganisation, steuerliche Besonderheiten,
Informationen zum Prüfungssystem,
Prüfungsvorbereitungen für das Zertifikat.

In Handel, Handwerk, Industrie und Verwaltung
können Sie nach Kursende fachgerecht laufende
Buchungsfälle, einfache Abschlussarbeiten,
Einnahmen-Überschuss-Rechnung ab 2004, Bilanz und
G+V-Rechnung etc. bearbeiten.

Das Lehrbuch wird am ersten Abend vorgestellt.

Dr. Wolfgang Witzl

donnerstags, 18.30 Uhr (15 x 4 UE)

Donnerstag, 17. Februar 2005

Dreieich-Gymnasium,

Goethestr. 6, Raum 41

150 EUR (ermäßigt: 112,50 EUR)

max. 18 Personen

erfolgreiche landeseinheitliche vhs-Zertifikatsprüfung.
Kursthemen: Abschreibung, Rückstellungen,
Abgrenzungen, Umsatzsteuer, Rechnungslegungs-
Vorschriften, Bilanzierung, Lohn- und
Anlagenbuchhaltung, Informationen zum
Prüfungssystem, Prüfungsvorbereitungen für das
Zertifikat.

Das Lehrbuch wird am ersten Abend vorgestellt.

Dr. Wolfgang Witzl

dienstags, 18.30 Uhr (15 x 4 UE)

Dienstag, 15. Februar 2005

Dreieich-Gymnasium,

Goethestr. 6, Raum 41

150 EUR (ermäßigt: 112,50 EUR)

max. 18 Personen

Wie erstelle ich eine/meine Steuererklärung ?

Kurs-Nr. 138

Eingegangen wird im Einkommensteuerbereich
insbesondere auf Veranlagungsform, Sonderausgaben,
Einkünfte aus nichtselbständiger Arbeit, gewerblicher
und freiberuflicher Tätigkeit, Kapitaleinkünfte,
Einkünfte aus Vermietung und Verpachtung, sonstige
Einkünfte. Weitere Themen: Gewerbesteuer,
Umsatzsteuer, gesonderte und einheitliche Feststellung,
Eigenheimzulage (bei Interesse), Wunschthemen.

André Stroscherer

Freitag, 18. Februar 2005, 18 - 21 Uhr,

Samstag, 19. Februar 2005, und

Sonntag, 20. Februar 2005,

jeweils 9 - 16 Uhr

Kulturhaus Altes Amtsgericht,

Darmstädter Str. 27, Raum 29

44 EUR

max. 12 Personen

Xpert Business

Finanzbuchhaltung II - Zertifikatskurs

Kurs-Nr. 137

Das neue Kurs – und Zertifikatssystem Xpert Business
ist innovativ und praxisnah und dient der Vertiefung der
Kenntnisse aus Finanzbuchhaltung I und wird um den
Bereich der Jahresabschlussarbeiten und
Abschlussbuchungen erweitert. Kursziel ist die