## Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

die Volkshochschule Langen ist eine wichtige Kultur- und Bildungseinrichtung. Etwa 1500 Teilnehmer pro Semester nutzen die Chance, sich parallel zur beruflichen oder schulischen Laufbahn weiterzubilden. Dieses Engagement trägt zur sozialen, geistigen und kulturellen Entfaltung eines Menschen bei und prägt damit nicht nur die Bürger, sondern auch das Gesicht unserer Stadt.
Das Programm zum ersten Semester 2010 enthält wieder eine gelungene Mischung aus bewährten Kursen und neuen Ideen. Ob im Bereich Rhetorik, Kreativität, Gesundheit, Sport, Musik oder Sprachen - unsere VHS bietet für jeden etwas.
Ich lade Sie herzlich ein, dieses vielfältige Angebot wahr zu nehmen und wünsche allen Dozenten, Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmern einen guten Start in das neue Semester.

Frieder Gebhardt
Bürgermeister

# Langener Kulturprogramm

Das Programm wird gestaltet von
dem Fachdienst Kultur und Sport
der Volkshochschule
der Musikschule
dem Stenografenverein
dem Werkhof
der Garagendruckerei
der Glasgestaltung
der Stadtbücherei
dem Stadtarchiv
der Jazz-Initiative
der Kunst- und Kulturgemeinde
der Kreativen Schreibwerkstatt
der Koordinationsstelle für
Jugendarbeit

*Impressum*

| | |
|---|---|
| Herausgeber: | Der Magistrat der Stadt Langen |
| Anzeigenleitung: | Helmut Moser |
| Anzeigenverkauf: | Bernd Koch |
| E-Mail: | anz.langen@op-online.de |
| Herstellung und Druck: | Langener Zeitung Pressehaus Bintz-Verlag GmbH & Co. KG |

# Geschäfts-bedingungen der vhs Langen

vhs

## Geschäftsstelle, Postadresse

Die Geschäftsstelle der vhs Langen ist im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, Zimmer 1, Tel. 06103 / 910460, Fax 06103 / 910466, E-Mail: vhs@langen.de. 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 schriftlich mit den im Langener Kulturprogramm beigehefteten Anmeldekarten oder im Internet unter www.vhs-langen.de erfolgen. Diese Anmeldung ist verbindlich.
Die Anmeldekarten 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, Aupairs, 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 Volkshochschulkurse 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, 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 am Rosenmontag, Fastnachtsdienstag und Ebbelwoifestmontag statt.

## 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!**
**Keine Haftung für Druckfehler!**

## In eigener Sache:

Die Volkshochschule sucht freie MitarbeiterInnen als KursleiterInnen. Wenn Ihnen in diesem Programm eine Lücke auffällt, die Sie füllen können, und wenn Sie Erfahrung und Begabung in der Vermittlung Ihres Stoffes besitzen, wenden Sie sich bitte an uns.

**Geschäftsstelle der vhs Langen**
Kulturhaus Altes Amtsgericht
Darmstädter Straße 27, 63225 Langen
Telefon 06103 / 91 04 60, Telefax 06103 / 91 04 66
E-Mail: vhs@langen.de
**Postadresse:**
Magistrat der Stadt Langen
Volkshochschule
Postfach 16 40, 63206 Langen

## Feiertage und Schulferien in Hessen im Schuljahr 2010

| | |
|---|---|
| Rosenmontag | 15. Februar 2010 |
| Osterferien | 29. März - 10. April 2010 |
| Feiertag: | 1. Mai 2010 |
| Christi Himmelfahrt | 13. Mai 2010 |
| Pfingsten | 23. Mai - 24. Mai 2010 |
| Fronleichnam | 3. Juni 2010 |
| Ebbelwoifest | 25. Juni - 28. Juni 2010 |
| Sommerferien: | 5. Juli - 14. August 2010 |

*Während der Ferien findet an der vhs und der Musikschule kein Unterricht statt.*

## Die nächste Ausgabe

**Das nächste Langener Kulturprogramm erscheint am Wochenende 25. Juni 2010**
**Semesterbeginn: 30. August 2010**

# Arbeitsplan der vhs Langen vom 8. Februar 2010 - 29. August 2010

Geschäftsbedingungen der vhs Langen ..... 4
Veranstaltungen und Ausstellungen im Kulturhaus Altes Amtsgericht ..... 6
Jazz-Initiative ..... 6
Kunst- und Kulturgemeinde ..... 7
podium Kammermusik Langen e. V. ..... 7
Musikschule ..... 7
Mandolinenorchester, ..... 8
Harmonikaspielring ..... 9
Erziehung, Psychologie, Philosophie ..... 9
Länder- und Heimatkunde ..... 10
Veranstaltungen des Umweltreferates ..... 10
Stadtarchiv ..... 11
Fahrradtechnik ..... 11
Kursangebot für Frauen ..... 11
Nähkurse ..... 12
Kosmetikkurse ..... 12
Kultur und Gestalten ..... 13
Kreative Schreibwerkstatt ..... 14
Garagendruckerei ..... 14
Werkhof im Torbogen ..... 14
Glasgestaltung ..... 14
Kunstwerkstatt am Wald ..... 15
Büchereien ..... 15
Essen und Trinken ..... 16
Gesundheitsbildung ..... 16
Schwimmkurse ..... 19
Fitness & Gymnastik ..... 21
Kinderkurse ..... 23
Langener Mütterzentrum ..... 24
Sprachkurse ..... 24
EDV ..... 28
Stenografenverein Langen ..... 29
Hinweise der Kreisvolkshochschule Offenbach ..... 31
Hinweise der vhs Egelsbach ..... 32
Informations- und Beratungszentrum ,,Haltestelle" ..... 32
Angebote der Evangelischen Dezentralen Familienbildung im Kreis Offenbach ..... 32
Dozentinnen und Dozenten der vhs ..... 34

## Veranstaltungskalender

### Kulturhaus Altes Amtsgericht

Januar – Februar 2010
**Bunte Vielfalt**
Ausstellung mit Werken von Renate Keller
Volkshochschule Langen

Dienstag, 19. Januar 2010, 20 Uhr
**Wohin mit meiner WUT?** - Gesunde anstelle unterdrückter Aggression
Vortrag: Martina Tiedt-Schütte
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „Kursangebote für Frauen“.
Eintritt: 3 EUR
Frauenbüro Langen

Samstag, 30. Januar 2010, und Sonntag, 31. Januar 2010, ganztägig
**Regionalwettbewerb Jugend Musiziert**
Musikschule Langen

Dienstag, 2. Februar 2010, 20 Uhr
**„Frau mit blauem Kopftuch“**
Erzählung von Hertha Georg
Freundeskreis Literatur

Dienstag, 23. Februar 2010, 20 Uhr
Erzählabend mit
**Margarete Rhades – Eine Zick-Zack-Flucht und wie die Scherenschnitte zu mir fanden**
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „Kursangebote für Frauen“.
Frauenbüro Langen

Samstag, 27. Februar 2010,16 Uhr
**Schülerkonzert**
SchülerInnen musizieren solistisch und in kleinen Ensembles.
Musikschule Langen

März – April 2010
**„Stationen“**
**Aquarell- und Mischtechnik und Acryl auf Leinwand**
Werke von Regina Moritzen
Eröffnung am Freitag, 12. März 2010, 19 Uhr
Volkshochschule Langen

Dienstag, 2. März 2010, 20 Uhr
**„Ich bemerke, dass Erinnerung eine Form von Vergessen ist“**
Ein Abend dem Lyriker und Hörspielautor Günter Eich (1907-1979) gewidmet, gestaltet von Heinz Bernhard Beckmann und Hertha Georg
Freundeskreis Literatur

Dienstag, 9. März 2010, 19 Uhr
**Die Judengemeinde Langens im Großherzogtum Hessen-Darmstadt (1806-1918)**
Vortrag: Dr. Manfred Neusel (Langen)
Eintritt: 2 EUR
Stadtarchiv Langen

Samstag, 13. März 2010, 16 Uhr
**Eine keltische und musikalische Reise**
Von Irland und den britischen Inseln über die Bretagne nach Galizien und Katalonien.
Hörbar durch Schülerinnen und Schülern der Blockflötenklassen der Musikschule.
Leitung: Laura Williams
Musikschule Langen

Freitag, 19. März 2010, 19:30 Uhr
**Schottland – eine Tour durch Low- und Highlands**
Multimediavortrag: Michael Schmidt
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „Länder- und Heimatkunde“.
Eintritt: 2 EUR
Volkshochschule Langen

Samstag, 20. März 2010, 16 Uhr
**Tastenspiele**
Beim diesjährigen Konzert des Fachbereichs Tasteninstrumente präsentieren Schülerinnen und Schüler ihr Können auf der Orgel, auf dem Keyboard und dem Flügel.
Musikschule Langen

6. April – 10. April 2010, ganztägig
**TUT-KLONG-LA**
3. Jugendmusik-Camp in den Osterferien
Musikschule Langen und Jugendzentrum

Dienstag, 13. April 2010, 20 Uhr
**Über die Lüge**
Die Lüge im Werk Dostojewskis und anderer Dichter
Mit Prof. Jeannette Schmid und Hertha Georg
Freundeskreis Literatur

Samstag, 17. April 2010, 16 Uhr
**Frühling in der Musikschule**
Kinder und Lehrkräfte des Fachbereichs Elementare Musikerziehung singen, tanzen und musizieren den langersehnten Frühling herbei.
Leitung: Irmgard Gerlach
Musikschule Langen

Sonntag, 18. April 2010, ganztägig
**Lions Junior Contest**
Bereits zum 13. Mal findet der große Motivationswettbewerb vom Lions Club und der Musikschule Langen statt.
Musikschule Langen

Mai – Juni 2010
**Ausstellung mit Werken von Petra Seibert**
Volkshochschule Langen

Dienstag, 4. Mai 2010, 20 Uhr
**„Geschwister“**
Ausstellung von Fotografien von Salar Baygan im Saal des Kulturhauses Altes Amtsgericht Einführung und Lesung:
Hertha Georg
Freundeskreis Literatur

Samstag, 19. Juni 2010, 16 Uhr
**Schülerkonzert**
… zum bundesweiten „Tag der Musik 2010“
Musikschule Langen

Dienstag, 29. Juni 2010, 20 Uhr
**„GESCHWISTER“**
Finissage der Ausstellung von Fotografien von Salar Baygan, eingerahmt mit Musik und Literatur.
Freundeskreis Literatur

### Jazz-Initiative Langen e.V.

Sonntag, 24. Januar 2010, 11 Uhr
**Barrelhouse Jazzband**
Jazzfrühschoppen mit den deutschen Meistern des klassischen Jazz und Swing
Foyer der Neuen Stadthalle Langen

Samstag, 13. Februar 2010, 20:30 Uhr
**Bayou Alligators**
Cajun und Zydeco zum Fasching
Alte Ölmühle, Fahrgasse 5

Samstag, 13. März 2010, 20:30 Uhr
**Troja**
Ein aufstrebendes Klaviertrio aus der Schweiz
Alte Ölmühle, Fahrgasse 5

Samstag, 10. April 2010, 20:30 Uhr
**Joscho Stephan Trio**
Der neue Shootingstar des Sinti-Swing
Alte Ölmühle, Fahrgasse 5

Samstag, 15. Mai 2010, 20:30 Uhr
**Albie Donnelly’s „Supercharge“**
Europas Powerband des Rhythm & Blues
Alte Ölmühle, Fahrgasse 5

Samstag, 19. Juni 2010, 20:30 Uhr
**Só Sucesso**
Unser Sommerfest mit Musik aus Brasilien
Alte Ölmühle, Fahrgasse 5

**Weitere Informationen und Termine**
gibt's bei der Jazz-Initiative Langen E.V.; Kontakt über Wolf Knipfer, Marderweg 9, 55442 Stromberg, Telefon: 0172 / 6502803, E-Mail: info@jazz-langen.de, www.jazz-langen.de
Kartenvorverkauf:
Musikhaus Luley, Lutherplatz 5 - 7

HÖRGERÄTESTUDIO
Herth und Schneider GmbH
Wallstraße 41 • Lutherplatz • 63225 Langen
Telefon (0 61 03) 5 44 16
Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 8.30-12.30 Uhr • 14.30-18.30 Uhr
Mittwoch 8.30-12.30 Uhr
und nach Vereinbarung

## Kunst-und Kulturgemeinde Langen e. V.

**Programm 1. Halbjahr 2010**

Sonntag, 17. Januar 2010,
19:30 Uhr, Neue Stadthalle Langen
**Neujahrskonzert**
Hier liegt Musik in der Luft.
Das Musiktheater Lodz
mit großem Orchester, Ballett, Solisten und Chor
unter der Leitung von L. Salacki und T. Koslowski
präsentiert
die schönsten Melodien
aus Oper, Operette und Musical.

Sonntag, 28. Februar 2010,
19:30 Uhr, Neue Stadthalle Langen
**Großes Sinfoniekonzert**
Die Vogtland Philharmonie
und die Solisten Friedemann Eichhorn, Violine
Alexander Hülshoff, Cello
Andreas Fröhlich, Klavier
unter der Leitung von GMD Stefan Fraas
mit folgenden Werken:
**Meistersinger-Vorspiel von Richard Wagner**
**Tripelkonzert von Ludwig van Beethoven**
**Sinfonie „Pathetique“ von Peter Iljitsch Tschaikowsky**

Sonntag, 21. März 2010,
19:30 Uhr, Neue Stadthalle Langen
**Opern-Gala**
**mit Juwelen aus der Opernwelt**
Ausführende:
Tschechische Symphoniker, Prag,
mit großem Chor und Vokalsolisten
unter der Leitung von Petr Chromczak

Sonntag, 18. April 2010, 19:30 Uhr,
Neue Stadthalle Langen
**Aus der Neuen Welt**
**Sinfonisches Konzert**
Die Thüringen-Philharmonie Gotha
präsentiert
**Medley aus „West Side Story“ von Leonard Bernstein**
**Klavierkonzert von George Gershwin**
**Sinfonie „Aus der Neuen Welt“ von Antonín Dvorák**
Solistin: Ulrike Payer, Klavier
Leitung: Hermann Breuer

Mittwoch, 5. Mai 2010,
19:30 Uhr, Neue Stadthalle Langen
**Streicher-Serenaden**
Kurpfälzisches Kammerorchester
unter der Leitung von GMD Stefan Fraas
mit Werken von
**Mozart, Dvorák und Tschaikowsky**

An diesem Abend wird auch die Mitglieder-Jahreshauptversammlung durchgeführt.
Das musikalische Programm bietet dazu den Rahmen.
Der Eintritt zu dieser Veranstaltung ist frei.
(Änderungen vorbehalten)
Informationen, Kartenvorbestellungen und Abos bei:
Ernst Kixmüller, Feldbergstr. 27,
63225 Langen,
Telefon: 06103 / 25381,
Fax: 032223 / 72 25 59

Kartenvorverkauf: Langener Zeitung, Lutherplatz in Langen, sowie im Reisebüro „Mister Travel" am Bahnhof in Langen und in Egelsbach, Ernst-Ludwig-Str. 55,
sowie in den Buchhandlungen „litera“, Stresemannring 5 und Bahnstr. 32.
Informationen auch im Internet unter: www.kuk-langen.de

Die Konzerte werden gefördert durch die Stadt Langen, die Sparkasse Langen-Seligenstadt und die Stadtwerke Langen.

## podium kammermusik langen e. v.

Konzerte in der Ev. Petrusgemeinde
Bahnstraße 46, 63225 Langen

Sonntag, 7. Februar 2010,
17 Uhr
Überraschungskonzert
**Texte und Töne von und über Frédéric Chopin**
- nicht nur für Kinder
Eine Kooperation mit der Stadtbücherei Langen
Jan Polivka, Klavier
Michael Neuner, Rezitation

Sonntag, 18. April 2010,
17 Uhr
**Spätwerke – ganz klassisch**
**Asaeda-Quartett**
Streichquartett-Kompositionen von Mozart und Beethoven
Der Einführungsvortrag beginnt um 16:30 Uhr.

Sonntag, 20. Juni 2010,
17 Uhr
**O, wie ich will triumphieren…**
**Wolfgang A. Mozarts „Entführung aus dem Serail“ in der Harmoniemusik-Fassung**
Ensemble Rhein-Main (hr-Sinfonieorchester)
Der Einführungsvortrag beginnt um 16:30 Uhr.

## Musikschule Langen

### Musizieren macht Spaß!

Die Musikschule Langen ist die öffentliche Einrichtung für musikalische Bildung in der Stadt Langen und erfüllt wesentliche kultur- und bildungspolitische Aufgaben in unserer Stadt. Über die Sensibilisierung für das Musizieren, die Auseinandersetzung mit Musik und das Erlernen musikalischer Fertigkeit hinaus erfüllt sie einen gesellschaftlichen Auftrag. Sie fördert die Persönlichkeitsentwicklung, Kreativität, Leistungsbereitschaft, Ausdauer und Konzentration. Sie macht auf breiter Basis Kinder, Jugendliche und interessierte Erwachsene mit Musik vertraut und bildet den Nachwuchs für das Laien- und Liebhabermusizieren heran, fördert musikalische Begabung und bereitet auf eine eventuelle musikalische Berufsausbildung vor.

Der Unterricht findet in der Regel in den Musikschulräumen im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, statt. Daneben gibt es Musikschulangebote in der Albert-Schweitzer-Schule und der Albert-Einstein-Schule in Oberlinden sowie in der Sonnenblumenschule.

Weitere **Kooperationen** bestehen mit der Wallschule, der Geschwister-Scholl-Schule sowie allen Langener Kindergärten und Kindertagesstätten. Mit dem Dreieich-Gymnasium sowie mit der Adolf-Reichwein-Schule besteht eine enge Zusammenarbeit im Rahmen der Bläserklassen für Kinder der 5. und 6. Schulklassen. Mit der Sonnenblumenschule läuft im zweiten Jahr die „JeKi“-Kooperation („Jedem Kind ein Instrument“).

Unsere Musikschule bietet ein vielseitiges Programm, bei dem jede/r unserer rund 1.600 Schüler/innen die Möglichkeit hat, sich seinen/ihren Interessen entsprechend aktiv zu betätigen. Impressionen aus dem Unterrichtsgeschehen sowie aktuelle Informationen erhalten Sie unter www.musikschule-langen.de.

Die musikalische Betätigung macht Spaß, weil man
* sich musikalisch auszudrücken lernt,
* mit anderen gemeinsam eine Aufgabe bewältigen kann,
* beim Musizieren Kontakte zu anderen Menschen knüpfen kann und
* anderen mit dem musikalischen Ergebnis eine Freude machen kann.

Bereits mit 1½ Jahren können Kinder in Begleitung eines Elternteils die Musikschule besuchen. In der **„Musik für Mäuse“** (ab 1 ½ Jahren) und der **„MiniMusik”** (ab drei Jahren) wird getanzt, gesungen und gespielt und so den Kindern eine musikalische Frühförderung vermittelt. Die Gruppen treffen sich in der Musikschule, in den KiTas „Nordlicht“, Zimmerstraße, St. Albertus Magnus, „Unterm Regenbogen“, „Im Grünen“ (Oberlinden), „Sonnenschein“, Hegweg sowie „Schatzkiste” (Neurott).

In der **Musikalischen Früherziehung,** die Kinder im Alter von etwa vier bis sieben Jahren besuchen können, werden die musikalischen Grundlagen gelegt, die für einen späteren Instrumentalunterricht Voraussetzung sind. Entsprechend der Erkenntnis, dass ein frühzeitiger Beginn für den musikalischen Werdegang von großer Bedeutung ist, wird hier in Gruppen gesungen, getanzt und musiziert und werden im spielerischen Umgang mit Musik erste musikalische Fähigkeiten und Fertigkeiten geweckt. In allen Langener

*Fortsetzung auf Seite 8 >>>*

DER BUCHLADEN
Lutherplatz 2 63225 Langen
Mo-Fr 9.00 - 18.30 Uhr
Sa 9.00 - 14.00 Uhr
Fon 06103-28717
Fax 06103-51428
info@buchladen-langen.de
www.buchladen-langen.de
Bei uns finden Sie alle Lehr- und Arbeitsbücher zu den VHS-Kursen

Kindertagesstätten bietet die Musikschule vor- oder nachmittags Musikalische Früherziehung an. Weitere Gruppen finden im Saal der Musikschule statt.

Bereits seit zwölf Jahren dreht sich an der Musikschule mit großem Erfolg das **Instrumentenkarussell.** 60 Kinder, die sich nach der Musikalischen Früherziehung noch nicht für ein bestimmtes Instrument entscheiden möchten, können im Laufe eines Jahres für jeweils zwei Monate in kleinen Gruppen verschiedene Instrumente kennen lernen und ausprobieren. Wir beraten Kinder und Eltern bei einer späteren Instrumentenwahl. Die Musikschule stellt kostenlose Leihinstrumente zur Verfügung.

Der daran anschließende **Instrumental- und Vokalunterricht** ist an der Musikschule als Einzel- oder Gruppenunterricht möglich. Unterricht wird auf nahezu allen Instrumenten erteilt:
Violine, Viola, Cello, Kontrabass, Blockflöte, Querflöte, Klarinette, Saxophon, Fagott, Trompete, Posaune, Horn, Tenorhorn, Tuba, Klavier, Orgel, Keyboard, Gitarre, E-Gitarre, E-Bass, Schlagzeug, Trommel, Harfe und Gesang.
Leihinstrumente stehen in begrenzter Zahl unentgeltlich zur Verfügung.

***Neu seit September im Angebot der Musikschule: Harfenunterricht***

Über das günstigste **Einstiegsalter,** was man bei der Instrumentenanschaffung beachten muss und welche Fachlehrer/innen für weitere Fragen ansprechbar sind, informieren unsere Instrumentenfaltblätter, die Sie in der Geschäftsstelle erhalten.

Außerdem bestehen an der Musikschule zahlreiche **Instrumental-Ensembles,** an denen Schülerinnen und Schüler der Musikschule kostenlos teilnehmen können: Big Band, verschiedene Streicherensembles, Blockflöten- und Gitarrenensembles, Klarinetten- und Saxophonensemble, Schlagzeug- sowie E-Gitarrenensembles, Folklorespielkreis, Musikschulorchester, Nachwuchsorchester und Bands. Seit zwei Jahren musizieren jeden Dienstag die beiden **„Fujitsu-Orchester",** unsere beiden Streichorchester für Kinder und Jugendliche, die wir dank der großzügigen Unterstützung des Halbleiterunternehmens „Fujitsu Microelectronics" ins Leben rufen konnten.
Wir empfehlen die Teilnahme an unseren Ensembles, da gemeinsames Musizieren wichtiges Ziel der musikalischen Ausbildung an unserer Musikschule ist. Hier können die jungen MusikerInnen ihre Fertigkeiten erproben, mit anderen Spaß am gemeinsamen Musizieren haben und in regelmäßigen Auftritten sich und die Früchte des Probens und Übens darstellen.

Das **Vocalensemble Langen,** der Chor der Musikschule, feierte unter Leitung von Christine Bechtel 2008 seinen zehnten Geburtstag. 35 aktive Sängerinnen und Sänger treffen sich dienstags abends im Saal der Petrusgemeinde und studieren ein gemischtes Repertoire von der Bach-Motette bis zum Beatles-Song ein. Zuletzt standen Rossinis „Petite messe solennelle", Haydns „Paukenmesse", Mendelssohns 42. Psalm sowie weltliche Chorwerke der Jubilare des Jahres 2009, Felix Mendelssohn Bartholdy und Joseph Haydn, auf dem Notenpult.

Unser **Kinderchor** für Kinder zwischen sieben und zehn Jahren probt mit Eva-Maria Kalisch-Wolf jeden Donnerstag in der Musikschule. In Kooperation mit der Geschwister-Scholl-Schule probt mittwochs unser **zweiter Kinderchor** mit Katharina Boller-Ott.

In Zusammenarbeit mit dem Lions Club Langen findet in diesem Jahr bereits zum dreizehnten Mal unser Musikförderwettbewerb **„Lions Junior Contest"** statt, bei dem kostenloser Musikunterricht gewonnen werden kann.

Außerdem gibt es an der Musikschule Langen ein großes Angebot an **Konzerten, Workshops, Freizeiten, Kammermusikwochen, Projekten** und vielem mehr.

**Unterrichtsentgelte**

Die monatlichen Entgelte für den Unterricht der Musikschule:

| | |
|---|---|
| * Einzel-Unterricht (45 Min.) | 72,00 € |
| * Einzel-Unterricht (30 Min.) | 55,00 € |
| * Zweier-Unterricht (45 Min.) | 42,00 € |
| * Zweier-Unterricht (30 Min.) | 28,00 € |
| * Dreier-Unterricht (45 Min.) | 28,00 € |
| * Vierer-Unterricht (45 Min.) | 21,00 € |
| * „Musik für Mäuse", „Mini-Musik" und Musikalische Früherziehung | 19,00 € |
| * Instrumentales Orientierungsjahr „Karussell" | 42,00 € |
| * Vocalensemble der Musikschule | 8,50 € |
| * Ensembles | 9,50 € |
| * Die Teilnahme an Chor, Orchester Big Band, Band sowie Ensembles für Schüler der Musikschule kostenlos | |

Wir bieten **Familien- und Sozialermäßigung sowie Begabtenstipendien im Rahmen unseres Musikschulwettbewerbs.** Informationen hierzu sowie zu den Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Musikschule erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle.

**Informationen und Beratung durch unsere Geschäftsstelle:**
Die Geschäftsstelle finden Sie im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Zimmer 7. Für organisatorische Fragen stehen Ihnen Frau Eichler und Frau Gotta zur Verfügung (Telefon: 06103 / 910470 und 910476, E-Mail: musikschule@langen.de). In unserer Geschäftsstelle, an der Infowand im Eingangsbereich der Musikschule sowie unter www.musikschule-langen.de erhalten Sie weitere Informationen, aktuelle Angebote, Instrumenteninfos sowie Unterrichtszeiten, Unterrichtsorte, Anmeldeunterlagen usw.
Für musikpädagogische Beratung wenden Sie sich bitte an den Leiter der Musikschule, Herrn Uwe Sandvoß (Telefon: 910471), an Herrn Sallwey (Telefon: 910474) oder an unsere Fachbereichsleiterinnen und Fachbereichsleiter.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Geschäftsstelle stehen Ihnen von Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr und montags bis donnerstags von 13:30 bis 15:30 Uhr sowie nach Vereinbarung zur Verfügung. Das Gebäude ist in der Regel von morgens 8 Uhr bis abends 22 Uhr geöffnet.

## *Weitere Konzerttermine 2010/1*

Sonntag, 25. April 2010, 11 Uhr
**Jazz-Frühschoppen mit „No Noise"**
Die Big Band der Musikschule Langen, Leitung Bernd Sallwey, präsentiert ihr aktuelles Programm. Mit dabei sind die Bläserklassen der Adolf-Reichwein-Schule.
Ort: Aula der Adolf-Reichwein-Schule

Sonntag, 9. Mai 2010, 17 Uhr
**„La vie en rose"**
Unter dem Motto „Frankreich trifft Langen" musiziert das Vocalensemble Langen zum Muttertag gemeinsam mit dem Harmonika-Spielring.
Ort: Petrusgemeinde

Samstag, 22. Mai 2010
Dreistädtetreffen in Langen mit MS-Orchester

Sonntag, 23. Mai 2010
Dreistädtetreffen in Langen
Gottesdienst mit dem Vocalensemble Langen

Sonntag, 29. Mai 2010, 17 Uhr
**„Fluch der Karibik"…**
… und andere Filmmusik-Titel stehen auf dem Programm des Konzerts der beiden Blasorchester der Musikschule.
Ort: Ev. Martin-Luther-Gemeinde

## 1. Mandolinen-Orchester 1934 Langen e.V.

Mitglied im Bund Deutscher Zupfmusiker (BDZ) Landesverband Hessen e.V. Nr. 5023
Der Verein zählt derzeit 18 aktive Zupferinnen und Zupfer (Mandoline, Mandola, Gitarre, Kontrabass) sowie zwölf Fördermitglieder im Alter von 13 bis 89 Jahren. Zu den Aufgaben des Mandolinenvereins zählen Förderung, Pflege und Erhalt der Zupfmusik im Mandolinenspiel und artverwandter Zupfinstrumente. Das Mandolinen-Orchester bekam im Jahr 2005 den Kulturpreis der Stadt Langen verliehen.

Vereinsaktivitäten und Angebote für Mitglieder
• Orchesterprobe wöchentlich mittwochs 20-22 Uhr im Kulturhaus „Altes Amtsgericht" Darmstädter Straße 27, großer Saal (Raum 14)
• Mandolinenunterricht für Kinder, Jugendliche und Erwachsene nach Absprache
• 1-2 Konzerte im Jahr, Mitwirkung bei Konzerten und Veranstaltungen anderer Vereine
• Teilnahme am Landesmusikfest „Tage der Zupfmusik" des BDZ Landesverband Hessen (2000 in Darmstadt, 2004 in Wetzlar, 2009 Landesmusikakademie Schlitz)
• Konzertreisen (1971 und 1972 nach Frankreich (Romorantin, Villesavin, Valençay), 1973 nach England (Long Eaton, Chesterfield, Ilkeston), 1994 nach Belgien (Brüssel und Brügge); 2001 in die Türkei, Langener Partnerstadt Tarsus. 2010 geplant: Konzertreise nach Spanien, Langener Partnerstadt Aranda de Duero)
• Wochenendproben in Jugendgästehäusern - mit Rahmenprogramm (Stadtbesichtigung) auch für Fördermitglieder und Gäste - (Manderscheid 2000, Weikersheim 2002, Oberwesel 2003, Homburg/Saar 2005, Thallichtenberg 2006, Bingen 2007)
• Grillfest im Sommer sowie eine Jahresabschlussfeier im Dezember
• Zuschüsse für Weiterbildungsangebote und Lehrgänge des BDZ (www.bdz-hessen.de)

Nähere Informationen zum Verein sind beim 1. Vorsitzenden erhältlich.
Kontakt:
1. Mandolinen-Orchester 1934 Langen e.V.
Martin Trognitz, 1. Vorsitzender
Im Wiesengrund 13, 63225 Langen
Telefon: 06103 / 923735
E-Mail: mo-langen@gmx.de
Das Mandolinen-Orchester wird gefördert vom Magistrat der Stadt Langen, Fachamt für Kultur und Sport.

## Harmonika Spielring Langen 1937 e.V.

1. Vorsitzende Beate Rettig-Horch
63225 Langen, Berliner Allee 63
Telefon: 06103 / 977968
Kontakt:
Homepage: www.hsl-langen.de
E-Mail: vorstand@hsl-langen.de
1. Orchester
freitags 20-22 Uhr im Vereinshaus „Linde“, Dietzenbach
2. Orchester
montags 18-19:30 Uhr
Jugendensemble
montags 20-21 Uhr
jeweils im Kulturhaus Altes Amtsgericht
Diatonische Gruppe
mittwochs, 20:00 bis 21:30 Uhr, 14-tägig im Alten Rathaus Haus A
Steirische Gruppe
mittwochs 18-20 Uhr
im Alten Rathaus Haus A
Wir unterrichten:
Akkordeon für Anfänger und Fortgeschrittene aller Altersstufen
Melodica für Vorschulkinder und Schulanfänger
Steirische Harmonika für Freunde der Volksmusik

Einzel- und Gruppenunterricht nach Vereinbarung
Probeunterricht jederzeit möglich
Schauen auch Sie einmal bei uns vorbei -
Sie sind herzlich willkommen!

## Erziehung, Psychologie, Philosophie

vhs

### Mit allen Sinnen singen - Funktionales Stimmtraining (Lichtenberger Modell)

**K 02.08.02 WE**

Oft wird das Singenlernen auf den Erwerb von motorischen Fähigkeiten reduziert. Doch es ist viel mehr! Es ist die Synthese von feinster Motorik und Sensorik. Dabei spielen unsere Sinne eine bedeutende Rolle. Sie ermöglichen uns Wahrnehmung, Empfindung und Kommunikation mit uns selbst, dem Außen und dem Klang.
Dieser praxisbezogene Workshop richtet sich an alle, die schon immer gerne singen wollten, bereits in einem Chor singen oder beruflich viel sprechen bzw. singen, Gesangsunterricht nehmen, einen Chor leiten etc.
Die Kursleiterin ist ausgebildete Stimmpädagogin nach dem Lichtenberger Modell, Dipl.-Pädagogin und Konzertsängerin.
Bitte bringen Sie eine Isomatte, eine Decke, ein kleines Kissen, warme bequeme Kleidung und dicke Socken mit.

**Cornelia Dönhöfer**
Freitag/Samstag, 23./24. April 2010
(Freitag 18-21 Uhr, Samstag 9:30-17 Uhr, 14 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Raum 14 (Saal 1. OG)
72 EUR
(Keine Gebührenermäßigung /-befreiung)
max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer
In Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Langen
Anmeldungen bitte bei der Kreisvolkshochschule einreichen.

### Rhetorik

**Wirkungsvoll reden und vortragen**

**Kurs-Nr. 1**

Stellen Sie sich vor, Sie haben die Gelegenheit, Ihr Thema von Angesicht zu Angesicht vorzutragen. Wäre es vielleicht so, dass Sie die wesentlichen Stellen Ihrer Rede frei vortragen? Sie brauchen als „Hilfsmittel" einfach nur Ihre Hände? Sie überzeugen mit Ihrer Persönlichkeit? Rhetorik wird bezeichnet als die Kunst der Rede, nicht als die Kunst des Ablesens, nicht als die Kunst des Bedienens eines Präsentationshilfsmittels wie z. B. Powerpoint, nicht als die Kunst der Optimierung der Rede hinsichtlich nüchterner Sachlichkeit. In diesem Kurs erhalten Sie Hinweise auf Techniken und die Möglichkeit, Ihr Können zu trainieren, vor anderen Menschen zu sprechen.

Sie lernen durch Übungen und Vorträge...
... wie Sie sicherer wirken und sich auch sicherer fühlen;
... wie Sie Ihre Rede aufbauen können und einen „Aufhänger“ finden;
... wie Sie sich bei der Vorbereitung auf das Wesentliche konzentrieren;
... wie Sie Interesse beim Zuhörer wecken;
... wie Sie durch Gestik und Mimik entscheidende Inhalte unterstützen.
Seminarunterlagen können im Kurs erworben werden.

**Jürgen Felger**
Samstag, 8. Mai 2010, 10-18 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Raum 14
22,95 EUR, max. 12 Personen

### Hilfe - mein Telefon hat Dornen!

**Kurs-Nr. 2**

Ein praktischer und lebendiger Kurs für alle, die ungern telefonieren, aber verstanden haben, wie wichtig es ist, eine angenehme Stimme zu haben und mit dem Anrufbeantworter richtig umzugehen. Auch ein Muss für alle, die „sich", ein Produkt oder einen Service verkaufen müssen. Ob im Privat- oder im Geschäftsleben, wir sollten in der Lage sein, gut zu- und hinzuhören und uns diplomatisch durchzusetzen. Theorie, Spaß und viel Praxistraining werden auch Ihr Selbstbewusstsein steigern, und mit der richtigen Einstellung und Vorbereitung werden wir das Telefon zum besten Freund machen!

**Elaine Hawbaker**
Samstag, 12. Juni 2010, 9:30-17 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Raum 3
19,07 EUR
max. 10 Personen
Zusätzliche Materialkosten (ca. 5 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

Abendgymnasium Offenbach
AGO
Chancen · Bildung · Perspektiven

Für alle, die noch mehr erreichen wollen.

**www.abendgymnasium-offenbach.de**

Abendgymnasium für Berufstätige
Staatlich anerkannte Schule in freier Trägerschaft
Brandsbornstraße 11 63069 Offenbach
info@abendgymnasium-offenbach.de
Bürozeiten: Mo - Fr 17:00 - 20:00 Uhr
**Info-Telefon 069 837061**

## Erfolgreich durch gute Umgangsformen

**Kurs-Nr. 3**

Umgangsformen verändern sich ständig und unterliegen heutzutage keinem strengen Regelwerk mehr. Eine höfliche Begrüßung, die richtige Anrede und Vorstellung, wer bietet wem das „Du" an, gepflegter Small Talk, verbindliches Unterhalten am Telefon, souveränes Auftreten im Restaurant und natürlich der richtige Dresscode sind heutzutage unerlässlich für einen stilsicheren Auftritt. Denn der berühmte erste Eindruck wirkt und gibt Ihnen Selbstsicherheit beim Vorstellungsgespräch, im Umgang mit Vorgesetzten, Kollegen und Geschäftspartnern, bei Arbeitsessen und in vielen anderen Situationen.

**Doris Schmidt-Groeneveld**
Samstag, 29. Mai 2010, 10-16:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
20,40 EUR
max. 10 Personen

# Länder- und Heimatkunde

vhs

## Fahrt nach Brüssel, Antwerpen und Leuven

mit Besuch des Europäischen Parlaments und der Hessischen Landesvertretung

**Termin: 29. April bis 2. Mai 2010**
Preis: 340 EUR im Doppelzimmer pro Person
Einzelzimmerzuschlag: 120 EUR
(inkl. drei Übernachtungen mit Frühstück, Stadtführungen)
max: 34 Teilnehmer

Information und Anmeldung:
Telefon: 06103 / 49733
E-Mail: feigenbutz-egelsbach@t-online.de und info@europa-web.de

## Tagesfahrt nach Luxemburg

zum Europäischen Parlament

**Termin: 6. Mai 2010**
Preis: 42 EUR (inkl. Mittagessen und Stadtführung)

Information und Anmeldung:
Telefon: 06103 / 49733
E-Mail: feigenbutz-egelsbach@t-online.de und info@europa-web.de

Freitag, 19. März 2010, 19:30 Uhr

## Schottland – eine Tour durch Low- und Highlands

Multimediavortrag: Michael Schmidt

Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27
Eintritt: 2 EUR

Düstere Burgen, wilde Schluchten und schroffe Berge – Schottland ist die perfekte Kulisse für wildromantische Träume. Hier streiften einst William Wallace und Rob Roy durch das Land. Auf den Inseln tummeln sich Robben, Papageientaucher und abertausende von Schafen. Doch Schottland ist auch Glasgow und Edinburgh: moderne Metropolen, die ganz eigene Geschichten schreiben. Eine Tour durch das Schottland von heute und damals.

## Nachtwächterführung durch die Langener Altstadt

**Kurs-Nr. 4**

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 Nachtwächters beim Schein der Laterne diese Aufgabe wahrnehmen!

**Gerd J. Grein**
Mittwoch, 3. Februar 2010,
20-21:30 Uhr
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3,
Außenbereich
7 EUR
max. 20 Personen

## Historischer Stadtrundgang - alte Gasthäuser

**Kurs-Nr. 5**

Gerd J. Grein führt durch die Altstadt zu noch existierenden und historischen Gaststätten. Anekdoten, Geschichten und Schmonzetten runden den vergnüglichen Rundgang ab.

**Gerd J. Grein**
Samstag, 24. April 2010,
14:30-16 Uhr
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3,
Außenbereich
7 EUR
max. 20 Personen

## Alternativer Stadtrundgang

„Langen in der Nazizeit" ist das Thema des alternativen Stadtrundganges zu Häusern und Plätzen, an denen NS-Täter, NS-Gegner und NS-Opfer Geschichte machten. Dabei werden auch die Stellen, an denen bisher Stolpersteine verlegt wurden, besucht.

Die etwa zweistündige **kostenlose** Führung beschränkt sich auf den Altstadtbereich.

**Rosi Steffens/Rainer Elsinger/ Herbert Walter**

Samstag, 17. April 2010,
14-16 Uhr

Treffpunkt: Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz 3

**Bitte anmelden bei:**
**H. Walter, Telefon: 06103 / 51873**

# Veranstaltungen des Umweltreferates

Das Umweltreferat der Stadt Langen präsentiert 2010 gemeinsam mit der Stadtbücherei wieder verschiedene Ausstellungen rund um die Themen Umwelt- und Naturschutz.
Weitere Informationen können der aktuellen Tagespresse oder der Internetseite des Umweltreferates unter www.umwelt-langen.de entnommen werden. Der Besuch aller Veranstaltungen ist kostenfrei. Bei Fragen und für weitere Informationen ist das Umweltreferat gerne behilflich (Telefon: 203 391).

## Ausstellungen

**Mehr Schmetterlinge im Garten - Garten als Falterparadiese**
Vom 13. bis 30. April in der Stadtbücherei

Von Kindern gemalte Sommerbilder zeigen oft die buntesten Schmetterlinge.

In unseren Wiesen, Wäldern und Gärten werden sie allerdings immer seltener. Etwa ein Drittel aller europäischen Falter ist vom Aussterben bedroht. Durch Insektengifte und die Zerstörung ihrer Lebensräume sind Schmetterlinge gefährdet. Überdüngte und daher blütenarme Wiesen bieten wenig Nektar, und auch übertrieben gepflegte Gärten mit den sattgrünen Rasenflächen sind keine Nahrungsgrundlage für Falter.

Jeder Gärtner hat aber die Möglichkeit, unsere Schmetterlinge zu schützen und gezielt anzusiedeln. Die Anpflanzung von ausgewählten Nahrungspflanzen kann Raupen und Falter vor dem Verhungern bewahren. Zur Auswahl stehen viele Wildkräuter, Sommerblumen und Stauden, die sogar in einen Balkonkasten passen.

Die Ausstellung informiert über die Biologie und die interessante Metamorphose der Schmetterlinge und gibt Tipps für einen falterfreundlichen Garten mit Pflanzlisten.
Darüber hinaus stellt die Stadtbücherei, Sach- und Kinderbücher zum Thema „Schmetterlinge und Garten" zur Ausleihe bereit.

**Unterwegs mit dem Rad im Rhein-Main-Gebiet**
Vom 3. bis 24. Mai in der Stadtbücherei

Bei schönem Frühlingswetter und an den kommenden Feiertagen sollte man sich einfach mal wieder auf das Fahrrad setzen und die nähere und fernere Umgebung erkundigen.
Ein derartiger Ausflug tut nicht nur der Umwelt, sondern auch der eigenen Gesundheit gut.

In einer kleinen Ausstellung werden verschiedene regionale Fahrradwege im Rhein-Main-Gebiet sowie überregionale Radwege in Hessen vorgestellt.
Außerdem gibt es Tipps zum Radfahren, beispielsweise welche technischen Bedingungen ein Fahrrad für einen stressfreien Ausflug erfüllen muss und was unbedingt zur richtigen Ausrüstung gehört.

Verschiedene Radfahrkarten liegen zur kostenlosen Mitnahme bereit, außerdem gibt es Links zu Radrouten, die man selbst im Internet planen kann, sowie Tipps zu interessanten Radführern, die im Buchhandel bezogen werden können.
Von der Bücherei können ergänzend dazu Reiseführer mit regionalen und überregionalen Ausflugtipps ausgeliehen werden.

**Langener Energierunde**

Rund um die Themen Energiesparen und Klimaschutz dreht sich alles bei der Langener Energierunde. Die Akteure, z.B. Energieberater, kommen aus Umwelt- und Naturschutzvereinen, der Stadtwerke Langen GmbH und dem städtischen Umweltreferat. Ziel der Runde ist es, auf kommunaler Ebene einen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten. Durch vielfältige

Aktionen und Projekte, wie beispielsweise Vorträge, Ausstellungen, dem Vorstellen von guten Beispielen aus der Praxis sowie Umwelterziehung in Schul- und Kindergärten, sollen die Langener Bürger informiert und zum Mitmachen angeregt werden.
Die Energierunde würde sich über personelle Verstärkung freuen. Wenn Sie sich für die Arbeit der Gruppe interessieren, gute Ideen haben oder einfach mitmachen wollen, sind Sie herzlich eingeladen. Kommen Sie doch zu einem unserer Treffen vorbei!
Weitere Informationen unter 203 391 oder strinkaus@langen.de

**Streuobstwiesenerhalt in Langen**
Der Name „Siebenschläfer" steht stellvertretend für einen typischen Bewohner der Obstwiese.
Mit dem Kauf eines der Siebenschläferprodukte wie Apfelwein, Cidre, Apfelmost, Apfelbrand, Ebbelwoipralinen oder Blütenhonig tun Sie nicht nur Ihrem Gaumen etwas Gutes. Sie leisten auch einen aktiven Beitrag zum Naturschutz in Langen.
Die Einnahmen fließen direkt dem Erhalt der lokalen Streuobstwiesen zu. Denn nur durch eine regelmäßige Pflege kann dieser wertvolle Lebensraum erhalten werden.
Alle Produkte sind im Rathaus der Stadt Langen erhältlich.
Zum Wohl Ihnen und unserer Natur!

## Stadtarchiv Langen

mehr als ein Ort
der Aufbewahrung

Haben Sie Fragen zur Lokalgeschichte, oder wünschen Sie Auskünfte in familiengeschichtlichen Angelegenheiten? Das Stadtarchiv hilft Ihnen weiter. Es befindet sich im

Kulturhaus Altes Amtsgericht
Darmstädter Str. 27, Zimmer 4
Telefon 0 61 03 / 91 04 75
Fax 0 61 03 / 91 04 66
E-Mail: stadtarchiv@langen.de

Das Stadtarchiv verfügt über eine umfangreiche **Sammlung heimatkundlicher und regionalgeschichtlicher Literatur,** die allen Interessierten zur Verfügung steht. Weiterhin bietet es **Ausstellungen, Schulprojekte, Stadtführungen** und **Vorträge** an. Geöffnet ist das Stadtarchiv montags bis freitags von 9.00 - 12 Uhr und von 13.30 - 15.30 Uhr (außer freitags) oder nach Vereinbarung. Bitte kündigen Sie Ihren Besuch im Archiv telefonisch unter der Rufnummer 91 04 75 an. Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Auch im 1. Halbjahr 2010 lädt das Stadtarchiv wieder zu **Vorträgen und Führungen** ein. Die Termine entnehmen Sie bitte dem Veranstaltungskalender und der Tagespresse.

Im „Kulturhaus" trifft sich auch der **Familiengeschichtliche Arbeitskreis.** Die Zusammenkünfte können unter der o. g. Rufnummer erfragt werden.

Gruppenführungen zum Besuch der **Mahn- und Gedenkstätte** für die jüdischen Opfer des Nationalsozialismus, der **Mikwe** und **des jüdischen Friedhofs** können unter der o. g. Rufnummer vereinbart werden.

### Vorträge und Führungen im 1. Halbjahr 2010

**Dienstag, 9. März 2010, 19 Uhr**
Die Judengemeinde Langens im Großherzogtum Hessen-Darmstadt (1806-1918)
Vortrag: Dr. Manfred Neusel (Langen)
Ort: Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27
Eintritt: 2 EUR
Stadtarchiv Langen

**Samstag, 24. April 2010**

**Tagesfahrt nach Trier**

**Kurs-Nr. 6**
Anmeldung bei der vhs Langen

Voraussichtliche Abfahrt: 8 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Langen
Die Gebühr erfragen Sie bitte bei der vhs oder beim Stadtarchiv

Die Exkursion gliedert sich in zwei Teile.
Vormittags besuchen wir die Ausstellung: **„Der Maler Max Lazarus. Trier - St. Louis - Denver. Stationen eines jüdischen Schicksals."**

Max Leon Lazarus wurde am 12. Juli 1892 in Trier als Sohn einer jüdischen Familie geboren. Sein Vater, der eine Kohlenhandlung betrieb, gab seinen Sohn zunächst bei einem Anstreicher in die Lehre. Nach dieser Lehre besuchte Max Lazarus die Malklasse von Prof. August Trümper an der Handwerker- und Kunstgewerbeschule Trier. Seine weitere Ausbildung führte ihn u.a. an die renommierte Reimann-Schule in Berlin. Dort war er Schüler von Georg Tappert, einem der wichtigsten Maler des deutschen Expressionismus. Eine sehr erfolgreiche Einzelausstellung machte ihn 1930 über Trier hinaus auch in Luxemburg bekannt. In dieser Zeit schuf er beeindruckende expressiv-realistische Gemälde und Lithographien.
Zusätzlich war Lazarus auch überregional als Synagogenmaler tätig. Nach der erfolgreichen Ausmalung der Trierer Synagoge folgten Aufträge u.a. in Langen/Hessen, Herford und Wuppertal-Elberfeld. All diese Gebäude wurden während des November-Pogroms 1938 zerstört oder geschändet.

Max Lazarus floh mit seiner Familie in die USA. Dort arbeitete er u.a. als Kunstlehrer. Er trat mit Einzelausstellungen und bei Gruppenausstellungen hervor. Mit seinem expressiv-realistischen Malstil zählt er heute zur „Verschollenen Generation".

Nachmittags werden wir mit **„2000 Schritten - 2000 Jahre"** Geschichte nachvollziehen. Der Rundgang führt zu den wichtigsten Sehenswürdigkeiten der ältesten Stadt Deutschlands: Porta Nigra, größtes Stadttor der antiken Welt, spätromanisches Dreikönigshaus aus dem 13. Jahrhundert, mittelalterlich geprägter Hauptmarkt mit dem imposanten Turm der St.-Gangolf-Kirche, Dom St. Peter und Liebfrauenkirche, Innenbesichtigung der Römischen Palastaula, dem Thronsaal u.a. Kaiser Konstantins des Großen, beschwingtes Rokoko des Kurfürstlichen Palais aus dem 18. Jahrhundert und die Besichtigung der spätantiken Kaiserthermen.

Voraussichtliche Ankunft in Langen: gegen 19:30 Uhr

**Kooperation Stadtarchiv Langen und vhs Langen**

## Fahrradtechnik

### Pannenkurs

**Kurs-Nr. 7**

1. Tag: Informationen über die historische Entwicklung, physikalische Grundbegriffe Fahrrad, medizinische Aspekte, rechtliche Fragen rund ums Fahrrad, Fahrradtechnik (Einzelteile, Gruppen), welches Fahrrad ist das richtige für mich (Entscheidungshilfe für den Kauf), Wartung und Instandsetzung.
2. Tag: Pannenkurs - Wie kann ich mir unterwegs helfen?

**Ulrich Klingler**
Freitag, 5. März 2010, 19:30-21 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Raum 3
Samstag, 6. März 2010,
14:30-16 Uhr (2 x 2 UE)
Am Samstag findet der Kurs in der Dorotheenstr. 8-10 statt.
8,80 EUR, max. 10 Personen

Zum Pannenkurs bitte das eigene Fahrrad mitbringen!

## Kursangebote für Frauen

vhs

### Veranstaltungen des Frauenbüros

Dienstag, 19. Januar 2010, 20 Uhr
Vortrag und Diskussion

**„Wohin mit meiner WUT"** - Gesunde anstelle unterdrückter Aggression

Referentin: Martina Tiedt-Schütte, Dipl. Psychologin, Langen
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27
Eintritt: 3 EUR

Als Trauma-Expertin und örtlich praktizierende Psychotherapeutin kennt Martina Tiedt-Schütte gut die krank machenden und destruktiven Seiten unterdrückter weiblicher Aggression. Dabei zielt weibliche Erziehung völlig darauf ab, dass Aggression nicht gelebt werden darf. Die Referentin wird sich in ihrem Vortrag mit den Gefahren nicht gelebter Aggression und den Chancen – nämlich langfristig psychisch und physisch gesund zu bleiben - auseinander setzen.

*Fortsetzung auf Seite 12 >>>*

**Fahrräder und Ersatzteile**
**sowie Zubehör**
**Fahrrad-Reparaturservice**
**Teile für Mofa, Moped, Roller, Motorrad**
**Spezialität: Teile für Zweirad-Oldtimer**

**Zweirad Schneider**
**Inh. Ing. Ulrich Klingler**
**Dorotheenstraße 8-10 • 63225 Langen**
**Telefon und Fax 06103 / 27 01 59**

Dienstag,
23. Februar 2010,
20 Uhr
Frauen und ihre Biografien, Erzählabend

**„Margarete Rhades –
Eine Zick-Zack-Flucht und wie die Scherenschnitte zu mir fanden“**

Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27

Als Älteste von neun Geschwistern macht Margarete Rhades 1944 im tiefen Mecklenburg Vorpommern ihr Abitur, kommt zum Arbeitsdienst und Kriegseinsatz am Scheinwerfer. Die Geschichte der verwirrenden Vor- und Rückwärtsflucht ihrer Familie wie auch ihre Leidenschaft für Herbar-Arbeiten zur Bewerbung für ein Pharmaziestudium wird die betagte Künstlerin mit Beispielen ihrer Arbeiten vortragen.

Montag, 8. März 2010, 20 Uhr
**Internationaler Frauentag**

**ANA & ANDA – Revolution der Barbiepuppen**

Bürgerhaus Dreieich,
Fichtestr. 50
Gesamtkosten: 20 EUR

„Singen, was gesagt werden muss“ mit Ana und Anda, einem Duo für Musik und Bühnenkunst aus Karlsruhe
Kooperation: Frauenbüros Langen, Egelsbach und Dreieich

Donnerstag, 15. April 2010,
15-18:30 Uhr
Besuch des neuen Hessischen Landtages

**Der Hessische Landtag:
Zentrum der Landespolitik –
Politik aus erster Hand**

Leitung: Susanne Baier, Kanzlei des Hessischen Landtags

Neben einer kundigen Führung durch das seit April 2008 neu eingeweihte Plenargebäude und Besichtigung der historischen Räume des Stadtschlosses wird die Möglichkeit zu einem Gespräch mit den frauen- und sozialpolitischen Sprecherinnen und Sprechern der einzelnen Landtagsfraktionen zu frauenpolitischen Themen und Schwerpunkten geboten.

Teilnahmebeitrag 6 EUR, zusätzliche Gruppenfahrt mit dem RMV

Anmeldungen im Frauenbüro Langen, Kooperation mit dem Büro F, Wiesbaden

## Selbst ist die Frau

Einführung ins Heimwerken
(In Zusammenarbeit mit dem Frauenbüro der Stadt Langen)

**Kurs-Nr. 8**

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, 12. Februar 2010,
18:30-21:30 Uhr, und
Samstag, 13. Februar 2010,
12-18 Uhr, AWO-Büro,
Wilhelm-Leuschner-Platz 5; EG
26,40 EUR
max. 10 Personen

Im Kurs werden Kosten für Kopien und Materialverschleiß von ca. 3 EUR abgerechnet.

# Näh- und Strickkurse

vhs

## Nähen für AnfängerInnen

**Kurs-Nr. 9**

Nähanleitungen, Tipps und Anregungen für Damen-, Jugend- und Kindermodelle oder Änderungen nach Wahl. Das Unterrichtsmaterial wird rechtzeitig bekanntgegeben.
Der Besitz einer Nähmaschine ist von Vorteil.

**Elfriede Sommer**
donnerstags, 18:30-20:45 Uhr
(8 x 3 UE)
Donnerstag, 18. Februar 2010
Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG
72 EUR
max. 8 Personen

## Nähen für Fortgeschrittene

**Kurs-Nr. 10**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 9

**Elfriede Sommer**
dienstags, 18:30-20:45 Uhr
(8 x 3 UE)
Dienstag, 16. Februar 2010
Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG
72 EUR
max. 8 Personen

## Nähen für Fortgeschrittene - intensiv -

**Kurs-Nr. 11**

„Jacke wie Hose" - was Sie auch nähen wollen, hier können Sie nicht nur damit anfangen, sondern auch dranbleiben, bis es fertig ist.
Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs ist der Besitz einer Nähmaschine. Das Unterrichtsmaterial wird rechtzeitig bekanntgegeben.

**Esther Schaum-Distelmann**
Samstag, 12. Juni 2010,
10-19 Uhr, und
Sonntag, 13. Juni 2010,
10-19 Uhr (2 x 10 UE)
Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG
44 EUR
max. 9 Personen

## Taschen-Nähkurs

**Kurs-Nr. 12**

Nähen Sie sich Ihre eigene Hand- oder Umhängetasche. Hier können Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Verschiedene Formen und Materialien bringen oft erstaunliche Ergebnisse.

**Esther Schaum-Distelmann**
Samstag, 13. Februar 2010,
10-19 Uhr, und
Sonntag, 14. Februar 2010,
10-19 Uhr (2 x 10 UE)
Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG
44 EUR
max. 9 Personen

## Coole Maschen! Stricken ist das neue Yoga...

**Kurs-Nr. 13**

Frischen Sie Ihre Strickkenntnisse wieder auf oder lernen Sie es neu. Ob nun Sommerpulli, Kinderstrampler, Socken oder Accessoires, für jeden ist was dabei. Hilfestellung ist gewährleistet.

In der ersten Stunde werden Bücher, Zeitschriften und Beispiele gezeigt, welche Ihnen dabei helfen, sich Anregungen zu holen. Zusätzlich werden Muster erklärt, nützliches Strickzubehör gezeigt, und es gibt allerlei Tipps und Tricks rund ums Stricken. Grundkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht zwingend notwendig. Häkelgrundkenntnisse können ebenfalls vermittelt werden.
Bitte Wolle und Stricknadeln mitbringen.

**Sabine Hochberger**
montags, 19:30-21 Uhr (6 x 2 UE)
Montag, 8. Februar 2010
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 16
26,40 EUR
max. 12 Personen

# Kosmetikkurse

vhs

## Schminkkurs für Ungeübte

**Kurs-Nr. 14**

Gutes Aussehen macht Spaß, ein schönes Make-up gehört dazu. Doch was tun, wenn einem der Umgang mit Wimperntusche, Kajal und Co. nicht gerade leicht fällt und man sowieso unsicher ist, welche Farben zu einem passen? In 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**
Samstag, 6. März 2010,
9:30-13:15 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 29
27,50 EUR, max. 4 Personen
Materialkosten (3 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

## Schminkkurs für Ungeübte

**Kurs-Nr. 15**

Kursbeschreibung siehe Kurs 14

Gaby Heller
Samstag, 6. März 2010,
14-17:45 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 29
27,50 EUR, max. 4 Personen
Materialkosten (3 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

## Typgerechtes Make-up

**Kurs-Nr. 16**

Was für Mode gilt, hat für das Make-up gleich die doppelte Bedeutung: Typgerechte Farbe auf Lippen und

Lidern lassen Sie einfach besser aussehen. Haben Sie Lust, Ihr Make-up ein wenig aufzumischen? Wenn Sie schminktechnisch eher im Dunkeln tappen und nicht wissen, welche Farben Ihnen persönlich am besten stehen, erfahren Sie in diesem Kurs, worauf es bei einem perfekten Make-up ankommt - von der Grundierung bis zum Lippenstift. So ist Schminken ein Kinderspiel! Auch für Ungeübte und Anfänger geeignet.

**Gaby Heller**
Samstag, 8. Mai 2010,
9:30-13:15 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 29
27,50 EUR
max. 4 Personen
Materialkosten (3 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

## Typgerechtes Make-up

**Kurs-Nr. 17**

Kursbeschreibung siehe Kurs 16

**Gaby Heller**
Samstag, 8. Mai 2010, 14-17:45 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 29
27,50 EUR
max. 4 Personen
Materialkosten (3 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

**Kultur - Gestalten**
vhs

## Druckwerkstatt

**im Haus Keim Klischees**
**Buchdruck, Radierung, Lithografie**

Im Seitengebäude der Firma Keim Klischees, Eingang Wassergasse, ist ein lebendiges Museum entstanden, das interessierten Freunden der Druckkunst die Möglichkeiten gibt, sich in die alten Techniken des Buchdrucks, der Radierung und der Lithographie einzuarbeiten, mit ihnen künstlerisch zu spielen und zu gestalten.
Wichtig ist vor allem, die alte Tradition des künstlerischen Handwerks, das 500 Jahre nach Gutenbergs Erfindung zu verschwinden droht, zu erhalten. Im Rahmen dieser Aufgaben stehen der Historischen Druckwerkstatt Mitarbeiter mit entsprechender Berufserfahrung stundenweise zur Verfügung, die ihr umfangreiches Fachwissen an interessierte Besucher und Schulgruppen vermitteln.

**Veranstaltungspakete**
Individuell - je nach Vorkenntnissen der Teilnehmer - können Kurse zusammengestellt werden. Alle Leistungen werden in Stundensätzen (einer Werkstattgebühr) berechnet. Diese Beträge (25 EUR für Typografie bzw. Satz, 25 EUR für Buchdruck und 30 EUR für Radierung) werden an die Fachleute weitergegeben.

Kinder und Jugendliche drucken live
Hier besteht die Möglichkeit, in Wort und Bild Schrift und Druckvorlage in einer Montage unter Anleitung zu erstellen. Das Angebot richtet sich an Lerngruppen, die für eine praktische Gemeinschaftsarbeit über einen längeren Zeitraum die Werkstatt nutzen wollen.

**Kindergeburtstage**
Kinder ab dem siebten Lebensjahr können ihre Gäste in die Historische Druckwerkstatt einladen. Unter sachkundiger Anleitung wird mit Bleilettern gesetzt und auf alten Handpressen gedruckt.
Ansprechpartner ist Herr Sehring.

**Museumsführung**
Generell werden vor dem Besuch in der Historischen Druckwerkstatt die alten Druckverfahren erläutert. Dabei werden speziell gewünschte Themen berücksichtigt. Zum Abschluss erfolgt ein Andruck auf teilweise über 100 Jahre alten Druckpressen.

**Jeden ersten Freitag im Monat ist die Historische Druckwerkstatt von 18 bis 22 Uhr geöffnet.**
**Tagesgebühr: 12 EUR**
**Materialkosten: 2 EUR**
**max. 10 Teilnehmer**

**Anmeldung & Informationen:**
Historische Druckwerkstatt
Fahrgasse, Ecke Wassergasse
63225 Langen
Telefon: 06103 / 71118
Günter Desch 71616
Hans Sehring 23967

## Radierung und ihre Techniken

**Anfänger und Fortgeschrittene**

**Kurs-Nr. 18**

**Günter Desch**
dienstags, 19-22 Uhr (10 x 4 UE)
Dienstag, 23. Februar 2010
Keim Klischees,
Druckwerkstatt, Wassergasse
88 EUR
max. 10 Personen
Zusätzliche Materialkosten (ca. 16 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

## Radierung und ihre Techniken

**Anfänger und Fortgeschrittene**

**Kurs-Nr. 19**

**Günter Desch**
mittwochs, 19-22 Uhr (10 x 4 UE)
Mittwoch, 24. Februar 2010
Keim Klischees,
Druckwerkstatt, Wassergasse
88 EUR
max. 10 Personen

Zusätzliche Materialkosten (ca. 16 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

## Kalligraphie - Vom Eindruck zum Ausdruck

**(Fortgeschrittene)**

**Kurs-Nr. 20**

Dieser Kurs befasst sich mit den verschiedenen Ausdrucksmöglichkeiten unserer Buchstaben. Grundkenntnisse in der Unzialschrift sind hierfür erforderlich.
Es kommen Flachpinsel, Spitzfeder, Balserholz, Muscheln usw. als Schreibwerkzeuge auf großformatigem Papier zum Einsatz.

Ziel ist es, aus den experimentellen Entwürfen ein Künstlerbuch zu gestalten, um so dem Eindruck Ausdruck zu verleihen.

**Elisabeth Allerheiligen**
Samstag, 27. Februar 2010, und
Samstag, 06. März 2010,
jeweils 10-17 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 16
38,10 EUR
max. 10 Personen

Materialkosten (ca. 20 EUR) werden im Kurs abgerechnet

## Freies Gestalten in Zeichnen und Malen

**AnfängerInnen und Fortgeschrittene**

**Kurs-Nr. 21**

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, 19-21:15 Uhr (6 x 3 UE)
Dienstag, 9. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Raum 0.01
39,60 EUR
max. 10 Personen

## Origami: Vom Kranich zur Schachtel

**Kurs-Nr. 22**

Origami ist die Jahrhunderte alte Faltkunst aus Japan. Die Faltkunst ist auch in anderen Kulturkreisen bekannt: Faltungen von Textilien für Hauben, Gewänder und Trachten sind oft sehr kunstvoll. Faszinierend ist es zu erfahren, wie durch Faltungen Dreiecke, Sterne, Rhomben und auch räumliche Formen aus Papier entstehen.
Dieser Kurs richtet sich an Neugierige und Interessierte, die Lust haben, mit professioneller Hilfe Objekte aus Papier entstehen zu lassen.
Geplante Objekte: Kraniche, Mandalas, Vögel, Katzen, aufblasbare Fische für ein Mobile, Faltkarte mit Blume, Briefumschlag, Schachtel und verschiedene Blattformen.

**Laura Williams**
Samstag, 20. März 2010,
11-17:45 Uhr, und
Sonntag, 21. März 2010,
14-17:45 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 16
42 EUR, max. 8 Personen

*Fortsetzung auf Seite 14 >>>*

Ihr zuverlässiger Partner in allen Campingfragen
Wohnwagen Lohmann
Ihr zuverlässiger Partner in allen Campingfragen
• Service
• Campingartikel
• Gas-Station
• Zelte
• Vorzelte
Außerhalb 16 · 63225 Langen-Süd
Tel. 06103 / 2 32 49
Fax 06103 / 5 30 20
http://www.wohnwagen-lohmann.com
E-Mail: verkauf@wohnwagen-lohmann.com
FENDT CARAVANS und Reisemobile

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

## Gehäkelte Schmuckstücke

**Kurs-Nr. 23**

Zauberhafte Schmuckstücke aus Garn und Perlen sind eine glänzende Möglichkeit, die eigene Persönlichkeit zu unterstreichen. Auch zum Verschenken eignen sich diese Perlenketten hervorragend, z.B. eine Kette in den Lieblingsfarben der Freundin. In diesem Kurs erlernen Sie Grundtechniken wie Schlaufen-, Schlauch- und Türkische Variante.

Materialkosten fallen nur an, wenn Perlen über die Kursleiterin besorgt werden.

**Gaby Wolter-Neff**
Samstag, 20. Februar 2010,
14-17 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 3
8,81 EUR
max. 10 Personen

Materialkosten (ca. 8 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

## Gehäkelte Schmuckstücke

**Kurs-Nr. 24**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 23

**Gaby Wolter-Neff**
Samstag, 6. März 2010, 14-17 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 3
8,81 EUR
max. 10 Personen

Materialkosten (ca. 8 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

## Filzen von Osterschmuck

**Kurs-Nr. 25**

(auch Kinder - ab 8 Jahre - sind herzlich willkommen)
Ostereier verfilzen - bunte, farbenfrohe Osterdekorationen aus Wolle, Seife und Wasser schmücken den Osterbaum. Auch Anfänger schaffen es, diesen schönen Filzschmuck selbst herzustellen.

**Karin Deisel**
Samstag, 6. März 2010, 14-17 Uhr
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
8,80 EUR
max. 10 Personen

Material und -kosten (ca. 10 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

## Filzen von Blumendekoration

**Kurs-Nr. 26**

(auch Kinder - ab 8 Jahre - sind herzlich willkommen)
Wir holen uns den Frühling ins Haus! Aus Wolle, Seife und Wasser zaubern wir bunten Blumenschmuck gegen den trüben Himmel. Als erste Frühlingsboten gibt es in diesem Jahr fantasievolle Blüten als Dekoration für Tisch und Fenster. Oder als Schmuck für Sie selbst!

**Karin Deisel**
Samstag, 8. Mai 2010, 14-17 Uhr
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
8,80 EUR
max. 10 Personen

Material und -kosten (ca. 10 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

SEHRING AG

**SEHRING SAND & KIES GMBH & CO KG**
**SEHRING BETON GMBH & CO KG**

Langen ❑ Frankfurt am Main ❑ Mainz ❑ Egelsbach ❑ Offenbach
Lichtenau/Oberrhein ❑ Kehl/Auenheim ❑ Bratislava

**Hauptverwaltung:**

Postfach 1627
63206 Langen
Telefon (0 69) 6 97 01-0

Sehringstraße 1
63225 Langen
Telefax (0 69) 69 34 50

## Kreative Schreibwerkstatt

Lorscher Straße 4
63225 Langen
Telefon: 06103 / 23361
Ansprechpartnerin: Ingelore Böneke

**Lokale Arbeitsgemeinschaft unter dem Dach der Volkshochschule Langen**

Schreiben, mehr als Tagebuch und Briefe, ist Hobby und Bedürfnis der Teilnehmer/innen, die sich jeden **zweiten** und **vierten Mittwoch** im Monat (20 Uhr, außer in den Sommerferien) im Raum 16 des Kulturhauses treffen und dort ihre Entwürfe vorlesen und besprechen. Dabei bilden sich Urteilsvermögen und die Fähigkeit zu taktvoller
Kritik. In jedem Jahr wird ein Arbeitsmotto zu thematischem Schreiben aufgestellt. Die besten Ergebnisse werden für öffentliche Lesungen einstudiert, die jährlich in der Stadtbücherei und manchmal im Kulturhaus stattfinden, zum Teil auch mit Gastautoren.
Die Teilnahme ist **nicht** an eine Mindestanzahl oder Kursgebühr gebunden.

Kursleiter (ehrenamtlich): Jörg Jahn, Weserstr. 11, Telefon: 06103 / 26740

Weitere Infos:
Archiv der Seminare für Fortgeschrittene 1997-2007; Bilder von Lesungen der Kreativen Schreibwerkstatt; Jahres-Themen und Textproben: www.Lektorenwerkstatt.de

## Garagendruckerei

bei Gerhard Rühmkorff, Robert-Koch-Str. 14, Telefon/Fax: 06103 / 74106
Informationen und Anmeldungen direkt bei Gerhard Rühmkorff, der die Kurse und Workshops selbst leitet.

Auf Anfrage sind Kurse und Workshops für Kinder und Erwachsene in folgenden Techniken möglich:
Malerei: Aquarell, Acryl, Öl, Ölpastell und Collage
Grafik: Monotypie, Radierung, Holz- und Linolschnitte

## Werkhof im Torbogen

Fahrgasse 3, Telefon: 06103 / 28253
Wichtige Information:
Die Veranstaltungen und Kurse des „Werkhofes im Torbogen“, die er in Zusammenarbeit mit der Langener vhs anbietet, werden jeweils in der örtlichen Presse angekündigt und vorgestellt. Anmeldungen zu diesen Kursen nimmt nur der „Werkhof im Torbogen", Fahrgasse 3, entgegen.

## Glasgestaltung

**Audrey Otterbein,** Voltastr. 2,
Telefon: 06103 / 79993, Fax: 201973, www.otterbein-glas.de
Informationen und Anmeldungen auch per E-Mail: info@otterbein-glas.de und
direkt bei Audrey Otterbein, die die Kurse auch selbst leitet.

Werkstatt geöffnet zur Kursbesprechung und Anmeldung:
montags 15-18:30 Uhr
mittwochs, donnerstags, freitags 9:30-12:30 Uhr
donnerstags 18–20 Uhr

## Tiffany-Glaskurse

Diese Kurse vermitteln die Grundfertigkeiten der Tiffany-Glasbildtechnik: Glas schneiden, Schleifen und Löten.
Es können Bildobjekte für das Fenster, Spiegel, Uhren, Kerzenhalter oder
Lampen hergestellt werden.
Die Kurse richten sich an Anfänger und Fortgeschrittene.

1. Abendkurs
Donnerstag, 15. April 2010, und
Donnerstag, 22. April 2010,
jeweils 9-12:30 Uhr, und
Donnerstag, 29. April 2010,
9-12 Uhr

2. Wochenendkurs
Samstag, 13. März 2010,
9-12 Uhr und 13:30-18 Uhr, und
Sonntag, 14. März 2010,
9:30-12 Uhr

3. Vormittagskurs
Donnerstag, 10. Juni 2010, und
Donnerstag, 17. Juni 2010,
jeweils 19-22:30 Uhr, und

Donnerstag, 24. Juni 2010,
19-22 Uhr

10 Stunden
69 EUR + Materialkosten
6 Personen

Bitte beachten: Eine Kursbesprechung 3 Wochen vor Kursbeginn ist unbedingt
erforderlich!

### Mosaik

Die Mosaik-Glasgestaltung ermöglicht Ihnen die Fertigung von Spiegeln, Schalen und Tischen.

Donnerstag, 20. Mai 2010,
18-22 Uhr, und Donnerstag, 27. Mai 2010, 18-19 Uhr

5 Stunden
39 EUR + Materialkosten
6 Personen

### Fusing

Durch Glasverschmelzungen entstehen Ihre kreativen Objekte. Im Kurs lernen Sie Schneiden, Zusammensetzen und Gestalten von Glas. Es entstehen Glasschalen, Teller, Deko für den Tisch und für das Fenster je nach Jahreszeit. Die fertigen Arbeiten werden im Ofen verschmolzen, deshalb können Sie Ihre Arbeiten erst eine Woche später abholen.
Zum Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Samstag, 24. April 2010, 14-18 Uhr
Kursgebühr: 49,00 € zuzüglich Material- und Brennkosten (richten sich nach den Objekten)
5 Teilnehmer

### Glasperlen

Die Faszination von heißem flüssigen Glas und sein Farbenspiel erleben Sie im Kurs.
Nach einer Einführung in das Material lernen Sie, bei der praktischen Arbeit Ihre eigenen Glasperlen zu drehen, reizvoll ist dabei das Zusammenspiel verschiedener Farben.
Zum Schluss können die angefertigten Glasperlen zu individuellen Schmuckstücken arrangiert werden.

Bitte bringen Sie für Ihre fertigen Perlen ein Kästchen mit!

1. Kurs
Samstag, 6. Februar 2010, 9-13 Uhr

2. Tages-Kurs
Samstag, 27. Februar 2010,
9:30-18 Uhr

3. Kurs
Samstag, 17. April 2010,
14-18 Uhr

4. Tages-Kurs
Samstag, 15. Mai 2010,
9:30-18 Uhr

5. Kurs
Samstag, 29. Mai 2010,
9-13 Uhr

6. Kurs
Samstag, 12. Juni 2009,
9-13 Uhr
Weitere Kurse auf Anfrage

4 Stunden
65 EUR inkl. Materialkosten (Gas- und Glasverbrauch), Schmuckzubehör wird
extra berechnet.

8 Stunden
130 EUR inkl. Materialkosten (Gas- und Glasverbrauch), Schmuckzubehör wird
extra berechnet.
6 Personen

### Glaskunst für Kinder ab 8 Jahren

**Mosaik-Arbeiten**
Glasbilder gestalten mit der Zag-Zag-Zange
(in den Osterferien)

Mittwoch, 31. März 2010,
9:30-12 Uhr, und
Donnerstag, 01. April 2010,
9:30-10:30 Uhr

3½ Stunden
15 EUR + Materialkosten (ca. 10 - 30 EUR), 8 Personen

### Glasperlenschmuck

für Mädchen ab 13 Jahren
(in den Osterferien)

Montag, 29. März 2010,
9:30-12:30 Uhr

3 Stunden
39 EUR inkl. Materialkosten (Gas- und Glasverbrauch, Schmuckzubehör für eine
Kette) weiteres Schmuckzubehör wird extra berechnet.
4 Personen

### Kindergeburtstagsfeier

**Mosaik, Glasperlen oder Fusing**

Sie bringen Kuchen und Getränke mit, wir haben gute Laune und Spaß und sind kreativ!

Kursdauer: 3 Stunden
Kursgebühr : 60 EUR zuzüglich Materialkosten
Termin/Uhrzeit: nach Absprache

## Kunstwerkstatt am Wald

**Brigitta Gerke-Jork**
Diplom-Kunsttherapeutin (FH)
Heilpraktikerin für Psychotherapie
**Wilhelmstr. 34**
**63225 Langen**
Telefon: 06103 / 3720607
Mobil: 0174 / 7662720
E-Mail:
info@kunstwerkstatt-am-wald.de
www.kunstwerkstatt–am-wald.de

**Kinder-Kunstwerkstatt**
Regelmäßige Kurse in den Schulzeiten:

dienstags, 14:45–16 Uhr (6-9 Jahre)
mittwochs, 15:30–16:30 Uhr (4-6 Jahre, in der „Lokomotive“ in Dreieichenhain),
mittwochs, 17:15- 18.30

12 EUR pro Nachmittag incl. Material.
Gebucht wird ein Block zu ca. 9-12 Nachmittagen (je nach Ferienterminen). Jeweils zu den Ferien können Teilnehmer die Gruppe verlassen bzw. neu hinzukommen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich, sofern Plätze frei sind. Für den Kurs in der Lokomotive gelten andere Sätze.

**Extern für Kinder**
Kinder-Filz-Atelier für Kinder von 6-10 Jahren am 6.3. 2010 in der ev. Familienbildung Frankfurt. Infos und Anmeldung unter Tel: 069-605004-22

**Offenes Atelier für Frauen**
donnerstags, 20-22 Uhr, aktuelle Termine bitte telefonisch erfragen
25 EUR pro Abend (incl. Material im normalen Umfang)

**Kindergeburtstage**
maßgeschneidert

**Ferien-Werkstatt-Kurse**
Aktuelle Angebote unter www.kunstwerkstatt-am-wald.de

**Kunsttherapie**
Entdecken Sie die Möglichkeiten des anschaulichen Denkens. Machen Sie sich Ihre inneren Schätze bewusst und entdecken Sie die Kraft Ihrer Ressourcen. Profitieren Sie von dem Glück, selber spielerisch kreativ gestalten zu können.
Besonders geeignet bei Burnout, Kommunikationsproblemen, Spannungskopfschmerzen, Krankheitsbewältigung (auch im familiären Umfeld), Trauerbewältigung, posttraumatischen Belastungsstörungen oder wenn Sie bei einem Thema mit Reden nicht mehr weiterkommen.
Keine künstlerischen Vorkenntnisse erforderlich.
**Termine nach Vereinbarung**

**Stressbewältigung ist (k)eine Kunst**
**Eine Mitarbeiterfortbildung für Ihre Firma**
**In Zusammenarbeit mit der Dipl. Psychologin Marion Schummer**
Eine Fortbildung nach dem zertifizierten Stressbewältigungsprogramm (nach Prof. Kaluza), ergänzt durch verschiedene Entspannungsmodule und ressourcenorientierte kreative Einheiten, für die keine künstlerischen Vorkenntnisse erforderlich sind.

**Die meisten Krankenkassen beteiligen sich nach § 20 SGB V an den Kursgebühren. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.**
Infos auch bei Marion Schummer MDSchummer@t-online.de, Telefon: 06103 / 922975.

## Büchereien in Langen

### Stadtbücherei Langen

Südliche Ringstr. 77
in der Neuen Stadthalle Langen

Die Stadtbücherei Langen bietet Ihnen ca. 45.000 Medien.

Kinder, Jugendliche und Erwachsene können bei uns

- Romane
- Kinder- und Jugendbücher
- fremdsprachige Literatur
- Sachbücher
- Zeitschriften
- Hörbücher auf CDs und MP3-CDs
- DVDs
- Blu-ray-DVDs
- CD-ROMs
- Musik-CDs
- Gesellschaftsspiele

für Schule und Beruf, Aus- und Weiterbildung oder für Freizeit und Unterhaltung ausleihen.

*Fortsetzung auf Seite 16 >>>*

Bücher, die wir nicht in unserem Bestand haben, besorgen wir Ihnen gerne über die Fernleihe aus einer anderen Bücherei.

Zum Ausleihen der Medien braucht man einen Büchereiausweis, den man ab dem Alter von drei Jahren erhält. Dazu ist die Unterschrift eines Erziehungsberechtigten erforderlich. Bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres ist die Ausleihe kostenlos.
Ab dem 18. Geburtstag erheben wir ein Jahresausleihentgelt von 10 Euro.
Für einen Familienausweis beträgt das Jahresausleihentgelt 15 Euro.
Für die Anmeldung benötigen wir Ihren Personalausweis oder den Reisepass zusammen mit der Meldebescheinigung.

In der Stadtbücherei stehen Ihnen zwei Internetzugänge zur Verfügung. Gegen Vorlage des Büchereiausweises können Sie eine halbe Stunde lang kostenlos surfen.
Für Kinder und Erwachsene finden regelmäßig Veranstaltungen statt. Die aktuellen Termine finden Sie auf der Internetseite oder im Programmheft, das in der Stadtbücherei ausliegt.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Öffnungszeiten:
Di.: 13-19 Uhr
Mi.: 13-18 Uhr
Do.: 10-18 Uhr
Fr.: 10-18 Uhr
Sa.: 14-17 Uhr

Telefon: 06103/203-420
Fax: 06103/203-742
E-Mail: buecherei@langen.de
Internet: www.stadtbuecherei-langen.de

## „St. Albertus Magnus“

Albertus-Magnus-Platz 4

Öffnungszeiten:
sonntags, 10-11:45 Uhr, und mittwochs, 16-18 Uhr

## Bücherei der evangelischen Kirche

Bücherei Martin-Luther-Gemeinde
Berliner Allee 31
Öffnungszeiten:
donnerstags, 16-19 Uhr, und sonntags nach Vereinbarung

# Essen und Trinken

vhs

## Geheimtipp: Kulinarischer Kochtreff

**- Dienstagsgruppe**

**(Buchbar nur im Block)**

**Kurs-Nr. 27**

Lassen Sie sich auf ein Abenteuer ein und entdecken Sie kulinarisch ausgefallene Ideen im Bereich Kochen und Backen mit vielen Informationen rund um die Ernährung sowie Tipps und Tricks.
Jedes Treffen wird unter einem anderen Motto stehen. Lassen Sie sich einfach überraschen. Wie gewohnt sind interessante Geschmacksvariationen dabei; alles ist gut vorzubereiten, einfach und schnell nachzukochen. Es werden immer Fisch, Fleisch und Vegetarisches berücksichtigt, aber auch das Süße wird nicht vernachlässigt. Freuen Sie sich schon jetzt auf interessante Abende!

**Heike Dannefelser-Schuchmann**
Dienstag, 2. März 2010,
Dienstag, 4. Mai 2010, und
Dienstag, 1. Juni 2010,
jeweils 18-21:45 Uhr (3 x 5 UE)
Albert-Einstein-Schule, Berliner Allee 90, Eingang Händelstr., Lehrküche
33 EUR
max. 12 Personen

Ca. 15 EUR pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

## Geheimtipp: Kulinarischer Kochtreff

**- Mittwochsgruppe**

**(Buchbar nur im Block)**

**Kurs-Nr. 28**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 27

**Heike Dannefelser-Schuchmann**
Mittwoch, 24. Februar 2010,
Mittwoch, 28. April 2010, und
Mittwoch, 26. Mai 2010, jeweils 18-21:45 Uhr (3 x 5 UE)
Albert-Einstein-Schule, Berliner Allee 90, Eingang Händelstr., Lehrküche
33 EUR
max. 12 Personen

Ca. 15 EUR pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

## Geheimtipp: Kulinarischer Kochtreff

**- nur für Männer**

**(Buchbar nur im Block)**

**Kurs-Nr. 29**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 27

**Heike Dannefelser-Schuchmann**
Dienstag, 9. Februar 2010,
Dienstag, 13. April 2010,
Dienstag, 11. Mai 2010, und
Dienstag, 8. Juni 2010,
jeweils 18-21:45 Uhr (4 x 5 UE)
Albert-Einstein-Schule, Berliner Allee 90, Eingang Händelstr., Lehrküche
44 EUR
max. 12 Personen

Ca. 15 EUR pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

## Basis des Kochens (Teil 1) -

**für alle, die endlich selbst kochen möchten**

**Kurs-Nr. 30**

Durch das große Angebot von Fertiggerichten geht das Grundwissen für bewährte Rezepte oft verloren - dabei sind diese doch so leicht zuzubereiten und mit kleinen Tipps schnell abzuwandeln.
Gibt es etwas Besseres als eine heiße Brühe, eine leckere Suppe oder einen Eintopf - und das hausgemacht? Soßen benötigt man fast zu jedem Essen - neben den klassischen Soßen lernen Sie auch, wie man Salatsoßen und Dips zubereitet. Fisch ist eine gesunde Alternative zu Fleisch und Geflügel, doch wie kann man ihn auf vielfältige und geschmackvolle Weise zubereiten?
Jedes Gericht ist eine gelungene Komposition aus mehreren Zutaten, und da darf auch die vielfältige Zubereitung von Kartoffeln, Reis und Nudeln nicht fehlen. Zum krönenden Abschluss einer gelungenen Mahlzeit gehört etwas Süßes - und auch das fehlt bei uns nicht.

**Heike Dannefelser-Schuchmann**
Dienstag, 9. März 2010,
Dienstag, 16. März 2010, und
Dienstag, 23. März 2010,
jeweils 18-21:45 Uhr (3 x 5 UE)
Albert-Einstein-Schule, Berliner Allee 90, Eingang Händelstr., Lehrküche
33 EUR
max. 12 Personen

Ca. 15 EUR pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

## Basis des Kochens

**(Teil 2, Fortsetzungskurs) -**

**für alle, die endlich selbst kochen möchten**

**Kurs-Nr. 31**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 30

**Heike Dannefelser-Schuchmann**
Dienstag, 15. Juni 2010, und
Dienstag, 22. Juni 2010,
jeweils 18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule, Berliner Allee 90, Eingang Händelstr., Lehrküche
22 EUR
max. 12 Personen

Ca. 15 EUR pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

**Kursreihe:**

## Das Genießer-Büffet für jeden Anlass

**Ein Feuerwerk neuer Gaumenfreuden**

Egal ob wir Gäste erwarten oder die Familie einmal verwöhnen möchten, wir wählen ein Thema, beachten die saisonalen Angebote und können so spielend von der Auswahl der Speisen bis hin zur Dekoration alles aufeinander abstimmen, damit es zu einem vollkommenen Geschmackserlebnis für alle Sinne wird. Sie können alle Gerichte - seien es Suppen, Salate, kalte und warme Köstlichkeiten bis hin zum süßen Abschluss - gut vor- und leicht zubereiten. Freuen Sie sich schon jetzt auf interessante Geschmackskompositionen, die Ihnen und Ihren Lieben neue Gaumen-

NATURKOSMETIKSTUDIO
SUSANN DANZ

**Kosmetik- und Problembehandlung**
**Anti-Aging- und Faltenbehandlung**
**Micro Dermabrasion · Schälkuren · Enthaarungen**
**Körper-, Figur- und Cellulitebehandlung**
**Fuß- und Handpflege · Wellnessbehandlungen**
PESTALOZZISTRASSE 22 · 63225 LANGEN
TELEFON (0 6103) 2 37 12
www.kosmetik-danz.de

freuden bieten. Zudem haben Sie durch die abwechslungsreichen, lekkeren Rezepte viele kreative Kombinationsmöglichkeiten oder köstliche Alternativen zum alltäglichen Mittags- und Abendtisch.

## Thema: „Nudel-Büffet"

**Kurs-Nr. 32**

**Heike Dannefelser-Schuchmann**
Donnerstag, 11. Februar 2010,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule, Berliner Allee 90, Eingang Händelstr., Lehrküche
11 EUR
max. 12 Personen
Ca. 15 EUR für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

## Marmeladen, Konfitüren - hausgemacht und kreativ

**Kurs-Nr. 33**

Die Vielfalt der Sommerfrüchte bietet uns viele Möglichkeiten daraus hausgemachte und kreative Köstlichkeiten zu zaubern. Wir werden Gourmet-Marmeladen und Konfitüren herstellen, wagen uns an selbstgemachte Liköre und auch einmal daran, einen eigenen Essig anzusetzen.

**Heike Dannefelser-Schuchmann**
Dienstag, 18. Mai 2010,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule, Berliner Allee 90, Eingang Händelstr., Lehrküche
11 EUR
max. 12 Personen
Ca. 20 EUR für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

## Reise zu den Whiskyinseln

**Kurs-Nr. 34**

Vor Schottlands Küsten liegen tausende Inseln, die sich nicht nur durch die Landschaft, sondern auch kulturell stark unterscheiden. Dort, von Wind und Wogen umbraust, entstehen und reifen ganz einzigartige Whiskysorten. Ob Orkney-Inseln im Hohen Norden oder Skye, Islay, Jura, Mull und Arran im Westen - Whiskykenner kommen bei diesen Namen ins Schwärmen.
Sechs Single Malts und sechs Inselgeschichten gibt es in diesem Kurs zu entdecken.

**Michael Schmidt**
Freitag, 26. Februar 2010, 19-22 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14,
39 EUR
max. 14 Personen

## Gesundheitsbildung

vhs

## Walken am Morgen

**Kurs-Nr. 35**

Nach dem Frühstück gemeinsam eine Runde durch den Wald laufen, das macht wach und gewährleistet einen guten Start in den Tag mit guter Laune. In zahlreichen Untersuchungen wurde festgestellt, dass die erhöhte Sauerstoffversorgung des Gehirns die Tagesleistung steigert und dafür sorgt, dass körpereigene Glückshormone produziert werden. Gleichzeitig trainieren Sie Ihre Kondition und Beweglichkeit. Der beste Start in den Tag: aufwärmen - walken - dehnen.

**Marianne Schäfer**
donnerstags, 8:15-9 Uhr (10 x 1 UE)
Donnerstag, 15. April 2010
Naturfreundehaus, Parkplatz,
Oberer Steinberg 94
15,40 EUR,
max. 12 Personen

## Walken für Einsteiger

**Kurs-Nr. 36**

Sanfter Einstieg zu mehr Fitness für jedes Alter und zugleich natürliche Frischzellenkur. Durch Bewegung an der frischen Luft jung und gesund bleiben, Müdigkeit und Trägheit vertreiben, das Immunsystem stärken. Aufwärmen - Walken - Dehnen.

**Marianne Schäfer**
dienstags, 17:15-18 Uhr (7 x 1 UE)
Dienstag, 2. März 2010
Naturfreundehaus, Parkplatz,
Oberer Steinberg 94
15,40 EUR,
max. 12 Personen

## Walken für Einsteiger

**Kurs-Nr. 37**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 36

**Marianne Schäfer**
dienstags, 17:15-18 Uhr (8 x 1 UE)
Dienstag, 4. Mai 2010
Naturfreundehaus, Parkplatz,
Oberer Steinberg 94
17,60 EUR
max. 12 Personen

## „Zeit für mich" Stressbewältigungstag und Entspannung

**Kurs-Nr. 38**

Jeder von uns kennt Stressbelastungen in Beruf, Familie und Freizeit. Sind diese Belastungen zu häufig und zu intensiv, gefährden sie unsere seelische und körperliche Gesundheit.
Dieser Tag soll Ihnen weiterhelfen, mit Ihrem persönlichen Thema Stress besser umgehen zu können und für sich alltagstaugliche Lösungsansätze zu finden.
Begleitet wird der Tag mit entspannenden Phantasiereisen und Übungen der Progressiven Muskelentspannung und der Muskulären Tiefenentspannung.
Vorkenntnisse sind nicht nötig.

**Brita Fellner-Näser**
Samstag, 24. April 2010, 10-17 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Atelier
32,66 EUR
max. 15 Personen

## Autogenes Training - Grundkurs

**(nach Prof. Schultz)**

**Kurs-Nr. 39**

Autogenes Training ist ein wissenschaftlich anerkanntes Entspannungsverfahren. Es ist eine Methode zur konzentrativen Selbstentspannung. Sechs Formeln, die von Prof. Schultz entwickelt wurden, werden unter Anleitung erlernt und geübt. Die damit einhergehende Harmonisierung des vegetativen Nervensystems bewirkt eine Vielzahl von positiven Veränderungen, innere Ruhe und rasche Erholung. Die Konzentration wird verbessert, es hilft bei der Regulierung des gestörten Schlafes, bei der Behebung von funktionellen Störungen sowie bei der Vorbeugung von stressbedingten Erkrankungen.

**Brita Fellner-Näser**
montags, 19:30-21 Uhr (7 x 2 UE)
Montag, 8. Februar 2010
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstr. 66, Gymnastikraum
49 EUR
max. 15 Personen

## Entspannungskurs bei Schmerzen

**Kurs-Nr. 40**

In Ruhe und Entspannung Schmerzen auflösen oder lindern: Das ist das Ziel dieses Entspannungskurses. Gezielte mentale Übungen und Fantasiereisen helfen dabei, besser mit Kopf-, Rücken- oder Muskelschmerzen umzugehen. Lernen Sie Ihre Schmerzen anzunehmen und loszulassen. So wie das Nervensystem Schmerz „erlernt" hat (und ihn dadurch chronisch werden lässt), kann es auch wieder lernen, ihn zu kontrollieren und zu vergessen.
Die Übungen ersetzen natürlich keine Medikamente.

**Brita Fellner-Näser**
montags, 20:30-21:30 Uhr
(6 x 60 Min.)
Montag, 12. April 2010
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstr. 66, Gymnastikraum
28 EUR
max. 15 Personen

zertifiziert ISO 9001 for you Cert
BRAUN'SCHE APOTHEKE
- Diabetes-Beratung mit Diabetes-Seminaren
- Internationale Arzneimittel
- Reise-Impfberatung
- Blutanalyse
- Homöopathie/ Naturheilkunde

Wir haben für Sie Zeit!
Wir sprechen Ihre Sprache
Español, Català,
Italiano, Français,
Jugoslovenski, Portugès

BRAUN'SCHE APOTHEKE
Markus Mehner e.K. Fachapotheker für Offizinpharmazie (D)
Lutherplatz 2 • 63225 Langen
Tel. 0 61 03 / 2 37 71 • Fax-Bestellung unter 0 61 03 / 5 37 00
E-Mail: braunsche.apotheke@web.de

## Progressive Muskelentspannung nach Jakobsen

**Kurs-Nr. 41**

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-Näser**
montags, 19:15-20:15 Uhr
(6 x 60 Min.)
Montag, 12. April 2010
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstr. 66, Gymnastikraum
28 EUR
max. 15 Personen

Brita Fellner-Näser
Heilpraktikerin
**Praxis für Naturheilkunde und Gesundheitsprävention**
Rheinstraße 23
63225 Langen
Tel. 06103-488030, Fax 06103-488031
www.naturheilpraxis-fellner.de
naturheilpraxis-fellner@t-online.de

## Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

**- vormittags**

**Kurs-Nr. 42**

Mit Energie und innerer Ruhe den Tag beginnen. Die Körperübungen (Asanas), Atemführung und Entspannung helfen uns, Verspannungen zu lösen, den Körper zu kräftigen und „in unserer Mitte anzukommen".

**Ulrike Ziehl**
mittwochs, 9:15-10:45 Uhr
(12 x 2 UE)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
84 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.

**Ulrike Ziehl**
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(12 x 2 UE)
Donnerstag, 18. Februar 2010
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstr. 66,
Gymnastikraum,
84 EUR
max. 20 Personen

Naturheil-praxis
***Hertha Berz***
Bahnstr. 10, 63225 Langen
Telefon 06103 / 8 31 64 03
www.naturheilpraxis-berz.de
Termine nach Vereinbarung
- **PROGNOS Meridian Analyse**
- **MORA Bioresonanz-Therapie (Allergie Behandlung)**
- **Pneumatische Pulsationsmassage (PPT) nach Deny**
- **Laser- und Farbakupunktur/Farbtherapie**

## Yoga - Anfänger und Fortgeschrittene

**Kurs-Nr. 44**

Yoga ist eine bewährte Methode, um ruhig, ausgeglichen, entspannt und kraftvoll zu werden. Wir kommen zu uns selbst. Ohne Leistungsdruck machen wir Körper- und Atemübungen. Das Wohltuende des Yoga wird im „Tun" erlebbar. Wir laden Sie zum Üben und Erleben ein.

**Lothar Brill**
dienstags, 20-21:30 Uhr (18 x 2 UE)
Dienstag, 9. Februar 2010
Geschwister-Scholl-Schule,
Gymnastikraum, Vor der Höhe 14
126 EUR, max. 20 Personen

## Yoga - Anfänger und Fortgeschrittene

**Kurs-Nr. 45**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 44

**Lothar Brill**
donnerstags, 15:30-17 Uhr ,
(14 x 2 UE)
Donnerstag, 11. Februar 2010
Siedlerheim,
Joseph-v.-Eichendorff-Str.1, Saal
98 EUR,
max. 18 Personen
Bitte beachten: Kein Unterricht am 11. März, 25. März und 22. April 2101

## Yoga - Fortgeschrittene

**Kurs-Nr. 46**

**Ulrike Ziehl**
mittwochs, 19:30-21 Uhr (12 x 2 UE)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstr. 66, Gymnastikraum
84 EUR, max. 18 Personen

## Yoga - Fortgeschrittene

**Kurs-Nr. 47**

**Ulrike Ziehl**
donnerstags, 18-19:30 Uhr
(12 x 2 UE)
Donnerstag, 18. Februar 2010
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstr. 66, Gymnastikraum
84 EUR, max. 18 Personen

## Yoga für Geübte

**Kurs-Nr. 48**

Ein idealer Kurs für alle, die nach dem Anfängerkurs weitermachen oder nach einer Pause wieder einsteigen wollen. Die erlernten Yogastellungen werden vertieft und erweitert.

**Ulrike Ziehl**
mittwochs, 18-19:30 Uhr (12 x 2 UE)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstr. 66, Gymnastikraum
84 EUR
max. 18 Personen

## Qi gong - Schnupperkurs am Wochenende

**Kurs-Nr. 49**

Ein Kurs zum Kennenlernen verschiedener Übungsformen des Qi gong.
Qi gong ist "Arbeit mit der Lebensenergie". Im Rahmen der traditionellen chinesischen Heilkunde stellt Qi gong den Weg des Übens, des eigenen Bemühens um Gesunderhaltung und der Heilung dar.
Das Praktizieren von Qi gong kann zu Entspannung, Ruhe, Energie, Gesundheit führen.
Ob Qi gong das Richtige für Sie ist, können Sie hier ausprobieren.
Die Inhalte des Kurses werden in dem Wochenkurs ausführlicher behandelt.

**Jürgen Schaum**
Samstag, 20. Februar 2010,
10-16 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Atelier
14,67 EUR
max. 12 Personen

## Qi gong - Anfänger und Fortgeschrittene

**Kurs-Nr. 50**

Qi gong-Übungen sind langsame Bewegungsübungen zur Gesunderhaltung von Körper und Geist. In ihnen verbinden sich innere Konzentration und äußere Bewegung. Die Sehnen und Muskeln des Körpers werden gezielt gestärkt, während der Geist Ruhe und Ausgeglichenheit finden soll.
Neben Übungen zur Aktivierung der Meridiane sollen Elemente des stillen Qi gong ebenso angesprochen werden wie bewegte Formen. Es sollen kleine Übungseinheiten zusammengestellt werden, so dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre Übungen rasch selbstständig praktizieren können. Denn nur bei regelmäßigem Üben wird sich der gewünschte Erfolg einstellen.
Die Übungen stellen keine besonderen Anforderungen. Ihre Ausführung kann den jeweiligen körperlichen Befindlichkeiten angepasst werden.

**Jürgen Schaum**
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(12 x 2 UE)
Donnerstag, 4. März 2010
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Atelier
52,80 EUR
max. 12 Personen

## Tai-Chi-Chuan (Lee-Stil) für Anfänger

**Kurs-Nr. 51**

Fortsetzung Kurs-Nr. 53 v. Semester 2009/2

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 greift auf Themen des vergangenen Semesters zurück, ist aber auch sehr gut für Neueinsteiger geeignet.

**Thomas Schnabel**
mittwochs, 10:15-11:45 Uhr
(13 x 2 UE)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Siedlerheim,
Joseph-v.-Eichendorff-Str.1, Saal
70,20 EUR, max. 15 Personen

## Tai-Chi-Chuan (Lee-Stil) für Anfänger

**Kurs-Nr. 52**

Fortsetzung Kurs-Nr. 58 v. Semester 2009/2

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 51

**Thomas Schnabel**
mittwochs, 18:30-20 Uhr (13 x 2 UE)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Gymnastikhalle
57,20 EUR, max. 15 Personen

## Tai-Chi-Chuan (Lee-Stil) für Fortgeschrittene

**Kurs-Nr. 53**

Der Kurs setzt den Fortgeschrittenenkurs des vergangenen Semesters fort. Hier steht das Erlernen der „kleinen Form" auf der Grundlage der Übungen des vergangenen Semesters im Vordergrund. Später wird aus der entspannten und wachen Haltung der Form, der freien Bewegungen und der Partnerübungen ein Gespür für den Fluss der feinstofflichen Chi-Energie entwickelt, die die Bewegungen immer mehr trägt. Dieses Gespür für die Einheit von Ruhe (Yin) und Bewegung (Yang) - Meditation in Bewegung - führt zu größerer Gelassenheit im Alltag. Für den Kurs ist ein selbstständiges Üben über die Kurstermine hinaus nötig!

**Thomas Schnabel**
mittwochs, 20:15-21:45 Uhr
(13 x 2 UE)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Albert-Einstein-Schule, Berliner Allee 90, Gymnastikhalle
57,20 EUR, max. 15 Personen

## Tai-Chi-Chuan (Peking-Form)

Zum Kennenlernen

**Kurs-Nr. 54**

Tai 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, 28. März 2010, 9-15 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
15,40 EUR, max. 12 Personen

## Tai-Chi-Chuan (Peking-Form)

**Kurs-Nr. 55**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 54

**Wahjudin Wangsadinata**
dienstags, 19-20 Uhr (9 x 60 Min.)
Dienstag, 2. März 2010
Geschwister-Scholl-Schule,
Gymnastikraum, Vor der Höhe 14
26,40 EUR
max. 24 Personen

## Mittelalterlicher Schwertschaukampf

**Kurs-Nr. 56**

**(ab 14 Jahren)**

Das Mittelalter fasziniert. Mittelalterliche Märkte und Ritterspiele können in vielen Regionen des Landes besucht werden. Gern dabei gezeigt: mittelalterlicher Schwertschaukampf. Dieser Kurs will einen ersten Einblick in die Kunst des Schaukampfes geben, der sowohl die Kämpfer wie auch die Zuschauer fesselt. Es wird die Fähigkeit vermittelt, mit einem 1,5-Händer zu kämpfen. Die Sicherheit der Kursteilnehmer steht neben dem Spaß im Vordergrund. Es werden keine Fecht-Choreographien einstudiert, sondern der freie Kampf mit Schwertern unterrichtet in unterschiedlichen Schrittfolgen, Attacken und Paraden. Kraft, Geschicklichkeit, Konzentrationsfähigkeit und Reaktionsgeschwindigkeit werden besonders trainiert.

**Ingo Brindöpke**
Samstag, 8. Mai 2010,
10-16:15 Uhr, und
Sonntag, 9. Mai 2010,
10-16:15 Uhr (2 x 8,5 UE)
Siedlerheim,
Joseph-v.-Eichendorff-Str.1, Saal
42,51 EUR
max. 8 Personen

Materialkosten (ca. 7,50 EUR) werden im Kurs abgerechnet.

**Schwimmkurse**
vhs

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

## Wassergewöhnung

**(ab 3 Jahre)**

**Kurs-Nr. 57**

Spielerisches Erlernen von Bewegung im Wasser.
Für Kinder ab 3 Jahre, mit Begleitperson.

**Nicole Eggestein**
samstags, 9-9:30 Uhr (5 x 0,6 UE)
Samstag, 16. Januar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75,
Lehrschwimmbecken
19,31 EUR
max. 5 Kinder

## Wassergewöhnung

**(ab 3 Jahre)**

**Kurs-Nr. 58**

Spielerisches Erlernen von Bewegung im Wasser.
Für Kinder ab 3 Jahre, mit Begleitperson.

**Nicole Eggestein**
samstags, 10-10:30 Uhr (5 x 0,6 UE)
Samstag, 16. Januar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75,
Lehrschwimmbecken
19,31 EUR
max. 5 Kinder

Schatztruhe

Kinder + Baby
Second-Hand-Shop

Supergünstige Preise,
modische Sachen, sortiert!
Neues Holzspielzeug

Mo., Mi., Do., Sa. 9.00 bis 12.00 Uhr
Di. und Fr. 9.00 bis 13.00 Uhr

Einkaufszentrum
Oberlinden
Anemonenweg 113
63225 Langen
**Telefon 06103 / 57 38 38**

Praxis für
traditionelle chinesische Medizin
und Naturheilkunde

Gudrun Kieselbach
Heilpraktikerin

*Gesund und ausgeglichen durch Qi Gong:*
*Kurse Montag, Mittwoch, Donnerstag*
*Information und Anmeldung unter:*

Friedrichstraße 24, 63225 Langen
Telefon: 06103 2021284
www.praxis-kieselbach.de (ab Febr. 2010)

## Wasser-gewöhnung

**(ab 3 Jahre)**

**Kurs-Nr. 59**

Spielerisches Erlernen von Bewegung im Wasser.
Für Kinder ab 3 Jahre, mit Begleitperson.

**Nicole Eggestein**
samstags, 9-9:30 Uhr (5 x 0,6 UE)
Samstag, 20. Februar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Lehrschwimmbecken
19,31 EUR, max. 5 Kinder

## Wassergewöhnung

**(ab 3 Jahre)**

**Kurs-Nr. 60**

Spielerisches Erlernen von Bewegung im Wasser.
Für Kinder ab 3 Jahre, mit Begleitperson.

**Nicole Eggestein**
samstags, 10-10:30 Uhr (5 x 0,6 UE)
Samstag, 20. Februar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Lehrschwimmbecken
19,31 EUR, max. 5 Kinder

## Schwimmen für Kinder

**(ab 5 Jahre)**

**Kurs-Nr. 61**

Kinder ab dem 5. Lebensjahr können in den Schwimmkursen die Grundlagen des Brustschwimmens erlernen; die Kinder sollten bereits mit dem Element Wasser vertraut sein.

Die Lehrmethodik baut sich wie folgt auf: Spielerisches Erlernen des Tauchens - Erlernen der Arm- und Beinbewegung - Koordination der Arme und Beine (mit Schwimmhilfen).
Anschließend geht es vom Lehrbekken in das Sportbecken, die nächste Hürde steht an: tiefes Wasser! Hier lernen die Kinder das Vertrauen zum Wasser - weitere Koordinationsmethoden folgen, bis die Kinder stufenweise auf die Schwimmhilfen verzichten können.
Ziel des Kurses ist es, sich sicher im Wasser fortzubewegen.

**Nicole Eggestein**
mittwochs, freitags und montags,
15 Uhr (10 x 1 UE)
Mittwoch, 3. Februar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Lehrschwimmbecken
36 EUR, max. 10 Kinder

**Schwimmen für Kinder**
(ab 5 Jahre)

**Kurs-Nr. 62**
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 61

**Nicole Eggestein**
mittwochs, freitags und montags,
16 Uhr (10 x 1 UE)
Mittwoch, 3. Februar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Lehrschwimmbecken
36 EUR, max. 10 Kinder

**Schwimmen für Kinder**
(ab 5 Jahre)

**Kurs-Nr. 63**
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 61

**Nicole Eggestein**
montags, mittwochs und freitags,
15 Uhr (10 x 1 UE)
Montag, 1. März 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Lehrschwimmbecken
36 EUR, max. 10 Kinder

**Schwimmen für Kinder**
(ab 5 Jahre)

**Kurs-Nr. 64**
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 61

**Nicole Eggestein**
montags, mittwochs und freitags,
16 Uhr (10 x 1 UE)
Montag, 1. März 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Lehrschwimmbecken
36 EUR
max. 10 Kinder

**Schwimmern für Erwachsene siehe www.vhs-langen.de**

OK OPTIK·KEIM·UHREN
switch it
Wechseln Sie jetzt die Farbe Ihrer Brillenfassung selbst! Ein paar Klicks und Sie tragen die passende Brille zu Ihrem Outfit!
**Das Langener Fachgeschäft für**
Augenoptik
*www.keim-optik.de*
Wassergasse 6 • 63225 Langen • Telefon: 06103 27529

## Aqua-Jogging

**(für Schwimmer jeder Altersgruppe)**

**Kurs-Nr. 65**

Es wird mit geringem Aufwand der gesamte Körper trainiert. Die Bänder und Gelenke werden geschont, die Wirbelsäule entlastet und die Muskulatur trainiert. Aqua-Jogging verbessert die Ausdauer und Atmung, schult Gleichgewichtssinn und Konzentration, regt die Durchblutung von Haut und Bindegewebe an und reduziert außerdem das Körperfett.
Die Übungen werden teilweise mit Geräten durchgeführt.

**Nicole Eggestein, Svenja Detlefsen**
mittwochs und sonntags,
10-10:45 Uhr (10 x 1 UE)
Mittwoch, 10. Februar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Sprungbecken
58 EUR, max. 12 Personen

## Aqua-Jogging

**(für Schwimmer jeder Altersgruppe)**

**Kurs-Nr. 66**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 65

**Nicole Eggestein, Svenja Detlefsen**
mittwochs, 19:30 Uhr, und sonntags,
15 Uhr (10 x 1 UE)
Mittwoch, 10. Februar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Sprungbecken
58 EUR, max. 12 Personen

## Aqua-Jogging

**(für Schwimmer jeder Altersgruppe)**

**Kurs-Nr. 67**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 65

**Ulrike Schmidt**
donnerstags und montags,
18-18:45 Uhr (10 x 1 UE)
Donnerstag, 11. Februar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Sprungbecken
58 EUR,max. 12 Personen

## Aqua-Jogging

**(für Schwimmer jeder Altersgruppe)**

**Kurs-Nr. 68**
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 65

**Cornelia Bücker**
donnerstags und montags,
19-19:45 Uhr (10 x 1 UE)
Donnerstag, 11. Februar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Sprungbecken
58 EUR, max. 12 Personen

## Aqua-Jogging

**(für Schwimmer jeder Altersgruppe)**

**Kurs-Nr. 69**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 65

**Nicole Eggestein, Svenja Detlefsen**
mittwochs und sonntags,
10-10:45 Uhr (10 x 1 UE)
Mittwoch, 17. März 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Sprungbecken
58 EUR, max. 12 Personen

## Aqua-Jogging

**(für Schwimmer jeder Altersgruppe)**

**Kurs-Nr. 70**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 65

**Nicole Eggestein, Svenja Detlefsen**
mittwochs und sonntags,
19:30-20:15 Uhr (10 x 1 UE)
Mittwoch, 17. März 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Sprungbecken
58 EUR, max. 12 Personen

## Aqua-Jogging

**(für Schwimmer jeder Altersgruppe)**

**Kurs-Nr. 71**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 65

**Ulrike Schmidt**
donnerstags und montags,
18-18:45 Uhr (10 x 1 UE)
Donnerstag, 18. März 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75, Sprungbecken
58 EUR, max. 12 Personen

## Aqua-Jogging

**(für Schwimmer jeder Altersgruppe)**

**Kurs-Nr. 72**
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 65

**Cornelia Bücker**
donnerstags und montags,
19-19:45 Uhr (10 x 1 UE)
Donnerstag, 18. März 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75,
Sprungbecken
58 EUR, max. 12 Personen

## Aqua-Wirbelsäulengymnastik

**Kurs-Nr. 73**

**Mario Bautsch**
mittwochs, 10:45 Uhr, und
donnerstags, 12:45 Uhr (10 x 1 UE)
Mittwoch, 13. Januar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75,
Lehrschwimmbecken
58 EUR, max. 10 Personen

## Aqua-Wirbelsäulengymnastik

**Kurs-Nr. 74**

**Mario Bautsch**
mittwochs, 10:45 Uhr, und
donnerstags, 12:45 Uhr (10 x 1 UE)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75,
Lehrschwimmbecken
58 EUR, max. 10 Personen

## Kraulkurs Basis I

**Kurs-Nr. 75**

Der zehnstündige Kraulkurs umfasst die Atemtechnik, die Grundlagen der Arm- und Beinarbeit sowie Koordination und Kondition.

**Simon Schappert**
montags 20 Uhr, mittwochs und
freitags, 19 Uhr (10 x 1 UE)
Montag, 18. Januar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75,
Schwimmerbecken
58 EUR, max. 10 Personen

## Kraulkurs Basis I

**Kurs-Nr. 76**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 75

**Simon Schappert**
mittwochs und freitags, 19 Uhr,
und montags, 20 Uhr (10 x 1 UE)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75,
Schwimmerbecken
58 EUR, max. 10 Personen

## Kraulkurs Basis II - Aufbaukurs

**Kurs-Nr. 77**
Für Teilnehmende, die bereits den Kraulkurs Basis I besucht haben

**Simon Schappert**
montags, 20 Uhr, mittwochs, 19 Uhr,
und sonntags, 15 Uhr (10 x 1 UE)
Montag, 22. März 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75,
Schwimmerbecken
58 EUR, max. 10 Personen

## Triathlon-Schwimm-Training

**Kurs-Nr. 78**

Schwimmtraining - persönliche Betreuung - für Einsteiger und alte Hasen - präzise Erläuterung von Techniken - außerhalb des Badebetriebs - Intervalle und Kraftausdauer

**Michael Becker,**
**Christine Becker**
sonntags, 15-17:15 Uhr (10 x 3 UE)
Sonntag, 17. Januar 2010
Hallenbad; Südl. Ringstr. 75,
Schwimmerbecken
90 EUR (ermäßigt: 64,80 EUR)
max. 30 Personen

Ermäßigung für Dauer-/Jahreskarteninhaber gegen Nachweis

**Fitness & Gymnastik**
vhs

## TBF-Total Body Fitness

**Kurs-Nr. 79**

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 folgenden 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.

**Marianne Schäfer**
dienstags, 20-21 Uhr (9 x 60 Min.)
Dienstag, 9. Februar 2010
Ludwig-Erk-Schule,
Turnhalle, Bahnstr. 40
26,38 EUR, max. 20 Personen

## TBF-Total Body Fitness

**Kurs-Nr. 80**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 79

**Marianne Schäfer**
dienstags, 20-21 Uhr (9 x 60 Min.)
Dienstag, 4. Mai 2010
Ludwig-Erk-Schule,
Turnhalle, Bahnstr. 40
26,38 EUR, max. 20 Personen

## Body-Fit

**Kurs-Nr. 81**

Nach einem den Kreislauf anregenden Aerobic-Warm-Up wird nur mit Einsatz des eigenen Körpers ein effektives Kräftigungsprogramm durchgeführt. Der Schwerpunkt der Übungen liegt auf dem Bereich Bauch-Beine-Po (BBP). Koordinationsübungen lassen jedoch den ganzen Körper von Kopf bis Fuß arbeiten und verbessern somit die Körperhaltung. Anschließende Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab und geben uns ein besseres Körpergefühl.
Bei schönem Wetter gehen wir raus!

**Irina Kitzmann**
montags, 19-20 Uhr (16 x 60 Min.)
Montag, 8. Februar 2010
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, EG
46,93 EUR, max. 15 Personen

## AERO-BBP

**Kurs-Nr. 82**

Kräftigung der gesamten Körpermuskulatur, Aufwärmung durch kontrolliertes Herzkreislauftraining mit gleichbleibender Intensität. Optimal zur Anregung des Fettstoffwechsels. Verbesserung der Körperhaltung durch gezielte Ganzkörpergymnastik. Straffung der Problemzonen und Ausgleich von Muskeldysbalancen. Das Training kennt keine Altersgrenze, und der Spaßfaktor wird sehr hoch angesetzt.

**Gabriele Olivetti**
montags, 18-19 Uhr (13 x 60 Min.)
Montag, 22. Februar 2010
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, EG
38,13 EUR, max. 15 Personen

## AERO/BBP

**Kurs-Nr. 83**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 82

**Gabriele Olivetti**
dienstags, 17-18 Uhr (14 x 60 Min.)
Dienstag, 23. Februar 2010
Siedlerheim,
Joseph-v.-Eichendorff-Str.1, Saal
41,07 EUR, max. 15 Personen

## AERO-BBP

**Kurs-Nr. 84**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 82

**Gabriele Olivetti**
dienstags, 18-19 Uhr (14 x 60 Min.)
Dienstag, 23. Februar 2010
Siedlerheim,
Joseph-v.-Eichendorff-Str.1, Saal
41,07 EUR, max. 15 Personen

## BBP-Workout

**Kurs-Nr. 85**
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 86

**Elvira Knatz**
montags, 18-19 Uhr (12 x 60 Min.)
Montag, 8. Februar 2010
Geschwister-Scholl-Schule,
Gymnastikraum,
Vor der Höhe 14
35,20 EUR, max. 15 Personen

## BBP-Workout

**Kurs-Nr. 86**

Gezielte Gymnastik für eine gute Figur. Kräftigungsübungen für die Problemzonen Bauch, Beine, Po in Verbindung mit einem Konditionsteil.

Mitzubringen sind: Isomatte, Handtuch, Hanteln (1 kg) u. ca. 2 m Thera-Band (bei der Kursleitung oder in größeren Kaufhäusern erhältlich)

Bitte beachten: Der Kurs findet auch in den Osterferien statt!

**Elvira Knatz**
mittwochs, 17:45-18:45 Uhr
(14 x 60 Min.)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, OG
41,05 EUR, max. 20 Personen

## BBP-Workout

**Kurs-Nr. 87**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 86

Mitzubringen sind: Isomatte, Handtuch, Hanteln (1 kg) u. ca. 2 m Thera-Band (bei der Kursleitung oder in größeren Kaufhäusern erhältlich)

Bitte beachten: Der Kurs findet auch in den Osterferien statt!

**Elvira Knatz**
mittwochs, 18:45-19:45 Uhr
(14 x 60 Min.)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, OG
41,05 EUR,
max. 20 Personen

## Pflegerische Gymnastik für den Rücken - Wirbelsäulengymnastik

**- vormittags**

**Kurs-Nr. 88**

Fortsetzung Kurs-Nr. 67 v. Semester 2009/2

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 für 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, 10-11:30 Uhr (15 x 2 UE)
Montag, 8. Februar 2010
Sportzentrum Nord, Hans-Kreiling-Allee 15, OG
66 EUR
max. 25 Personen

## Wirbelsäulengymnastik - Rücken-fit

**- vormittags**

**Kurs-Nr. 89**

Kräftigungs- und Dehnungsübungen sowie Mobilisierung der gesamten Wirbelsäule. Gleichgewichtsschulung, Stabilisierung der aufrechten Haltung, erweiternd rückengerechtes Alltagsverhalten.

**Elvira Knatz**
dienstags, 9:30-10:45 Uhr
(14 x 75 Min.)
Dienstag, 16. Februar 2010
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
51,36 EUR
max. 12 Personen

## Wirbelsäulengymnastik - Rücken-fit

**- vormittags**

**Kurs-Nr. 90**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 89

**Elvira Knatz**
freitags, 9:30-10:45 Uhr
(14 x 75 Min.)
Freitag, 19. Februar 2010
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 14
51,36 EUR
max. 12 Personen

## Wirbelsäulengymnastik - dem Rücken etwas Gutes tun

**Kurs-Nr. 91**

Der Kurs besteht aus leichten isometrischen und dynamischen Übungen, insbesondere für Wirbelsäule und Körperhaltung. Außerdem werden die Körperwahrnehmung, das Entspannen (nach Jakobsen) und das Vorstellungsvermögen (Fantasiereise) zur Gesunderhaltung trainiert.

**Brigitte Bläser**
montags, 18-19:30 Uhr (12 x 2 UE)
Montag, 22. Februar 2010
Siedlerheim,
Joseph-v.-Eichendorff-Str.1, Saal
52,80 EUR
max. 18 Personen

## Funktionsgymnastik - Bewegung - Stretching - Entspannen

**Kurs-Nr. 92**

Fortsetzung Kurs-Nr. 71 v. Semester 2009/2

Angeboten wird eine Ganzkörperkräftigung und -dehnung mit anschließender Bauchmuskel- und Wirbelsäulengymnastik. Natürlich alles mit Musik (kein Aerobic).

**Sarah Weigl**
montags, 19:35-20:35 Uhr
(15 x 60 Min.)
Montag, 8. Februar 2010
Siedlerheim,
Joseph-v.-Eichendorff-Str.1, Saal
44 EUR
max. 18 Personen

## Funktionsgymnastik - Bewegung - Stretching - Entspannen

**Kurs-Nr. 93**

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, 18:30-19:30 Uhr
(10 x 60 Min.)
Dienstag, 23. Februar 2010
Ludwig-Erk-Schule,
Gymnastikhalle, Bahnstr. 40
29,30 EUR
max. 15 Personen

## Rumba-Gymnastik - Tänzerische Bewegungstherapie

**Für Anfänger und Wiedereinsteiger**

**Kurs-Nr. 94**

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.

**Kelly Parra Camacho**
mittwochs, 19-20 Uhr (12 x 60 Min.)
Mittwoch, 10. Februar 2010
Wall-Schule, Wallstr. 25, Turnhalle
35,20 EUR
max. 16 Personen

## Rumba-Gymnastik - Tänzerische Bewegungstherapie - Fortgeschrittene

**Kurs-Nr. 95**

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 94

**Marco Camacho-Lopez**
mittwochs, 20-21 Uhr (10 x 60 Min.)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Wall-Schule, Wallstr. 25, Turnhalle
29,33 EUR
max. 20 Personen

## Orientalischer Tanz - aufbauende Mittelstufe

**Kurs-Nr. 96**

Hier werden wir die bereits erlernten Kenntnisse vertiefen und neue Choreographien und Stilrichtungen hinzulernen. Frauen, die an diesem Kurs teilnehmen möchten, sollten

URLAUBSREISEN
GRUPPENREISEN
FLUGTICKETS WELTWEIT
MIETWAGEN
Neckermann Reisen
TUI
DERTOUR
Thomas Cook
BECKER REISEN
Reisebüro K. Becker & Co.
63225 Langen • Bahnstraße 48
Telefon 06103 / 2 40 51-52 • Fax 06103 / 5 27 44
Öffnungszeiten: Mo-Fr. 9.00-12.30 Uhr und 14.30-18.30 Uhr
SA 10.00-12.30 Uhr und nach Vereinbarung

mindestens einen Anfängerkurs besucht haben. Quereinsteigerinnen sind uns aber willkommen.

**Carina Kruip**
dienstags, 19:15-20:45 Uhr
(13 x 2 UE)
Dienstag, 2. März 2010
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, EG
57,20 EUR
max. 15 Personen

## Kurse für Kinder und Jugendliche

vhs

### Nähen

**(8-14 Jahre)**

**Kurs-Nr. 97**

Einfache Näharbeiten - Handarbeit - Umgang mit der Nähmaschine (Nähmaschinen sind vorhanden)

**Elfriede Sommer**
mittwochs, 15:30-17:30 Uhr
(8 x 2,63 UE)
Mittwoch, 17. Februar 2010
Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG
63,99 EUR
max. 7 Teilnehmer

### DJ-Workshop für Jugendliche mit WE LOVE YOU

**(12-16 Jahre)**

**Kurs-Nr. 98**

Für alle, die Spaß an elektronischer Musik aus den Musikrichtungen House und Charts haben und die Grundlagen des Disk Jocking lernen möchten. Im Kurs lernt ihr am Mischpult die Beats ineinanderfließen zu lassen. Ihr lernt euer Gehör zu schulen, wie ihr eure Platten zusammenstellt (welche passen zusammen, wie werden sie richtig eingespielt, wie findet man die Übergänge etc.) und vieles mehr. Für die Teilnahme am Kurs sind Englischgrundkenntnisse von Vorteil.

**Tariq Khan,**
**Stefano Joseph**
Freitag, 26. Februar 2010,
15-18:30 Uhr
JUZ Komma,
Nördliche Ringstr. 96-98
10,28 EUR
max. 8 Teilnehmer

### Schach für Anfänger

**(8-12 Jahre)**

**Kurs-Nr. 99**

Schach, das alte Spiel der Könige, macht auch heute noch Spaß. Es fördert nachweislich Konzentration, Entscheidungsfähigkeit und soziale Kompetenzen. Ein Spiel für schlaue Leute und solche, die es werden wollen. Der Kurs ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse geeignet. Bei erfolgreichem Abschluss des Kurses erhalten die Teilnehmenden ein Schach-Diplom.

**Leander Lehnert**
Samstag, 20. Februar 2010, und
Samstag, 27. Februar 2010,
jeweils 9:30-13 Uhr
Schüler- und Familienzentrum,
Hans-Kreiling-Allee 15a
20,53 EUR
max. 12 Teilnehmer

### Inliner-Kurs - Anfänger

**(für Kinder von 6-10 Jahren)**

**Kurs-Nr. 100**

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger im Inline-Skating. In 2 Stunden werden die Grundlagen zum sicheren Fahren und Bremsen vermittelt. Das Thema Sicherheit steht dabei im Vordergrund.

**Birgit Krahn**
Sonntag, 18. April 2010, 10-12 Uhr
REWE, Parkplatz,
An der Winkelwiese
5,90 EUR
max. 10 Teilnehmer

Komplette Inliner-Ausrüstung erforderlich!

### Inliner-Kurs - Anfänger

**(für Kinder von 6-10 Jahren)**

**Kurs-Nr. 101**

Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 100

**Birgit Krahn**
Sonntag, 25. April 2010, 10-12 Uhr
REWE, Parkplatz,
An der Winkelwiese
5,90 EUR
max. 10 Teilnehmer

Komplette Inliner-Ausrüstung erforderlich!

### Inliner-Kurs - Anfänger Aufbaukurs

**(für Kinder von 6-10 Jahren)**

**Kurs-Nr. 102**

Dieser Kurs vertieft die Kenntnisse und Fertigkeiten des Kurses Inliner-Kurs - Anfänger bzw. baut auf diesen auf. Das Thema Sicherheit steht dabei wieder im Vordergrund.

**Birgit Krahn**
Sonntag, 20. Juni 2010, 10-12 Uhr
REWE, Parkplatz,
An der Winkelwiese
5,90 EUR
max. 10 Teilnehmer

Komplette Inliner-Ausrüstung erforderlich!

### Inliner-Kurs für die Familie - Anfänger

**Kurs-Nr. 103**

Eltern haben in diesem Kurs die Möglichkeit, gemeinsam mit ihren Kindern
(Alter 6-10 Jahre) das Fahren mit Inlinern zu erlernen. Die Inhalte sind mit denen des Inliner-Kurses für Kinder gleichzusetzen.

**Birgit Krahn**
Sonntag, 2. Mai 2010, 10-12 Uhr
REWE, Parkplatz,
An der Winkelwiese
5,90 EUR
max. 15 Teilnehmer

Komplette Inliner-Ausrüstung erforderlich!

### Klettern für Einsteiger

**Kurs-Nr. 104**

Ein Kletterschnupperkurs für junge Menschen zwischen 10 und 14 Jahren.
An der Kletterwand im Jugendzentrum werden die Grundkenntnisse des Kletterns gelernt. Zum Abschluss findet eine Fahrt in den Odenwald statt. Dort wird an einem Felsen geklettert.

**Uwe Herbst,**
**Sebastian Sauerborn**
Freitag, 7. Mai 2010, 15-18 Uhr, und
Samstag, 8. Mai 2010, 10-18 Uhr
JUZ Komma,
Nördliche Ringstr. 96-98
50,40 EUR
max. 12 Teilnehmer

Die Ausrüstung wird gestellt.
Ausweichtermin bei schlechtem Wetter:
Freitag, 21. Mai 2010, 15-18 Uhr
Samstag, 22. Mai 2010, 10-18 Uhr

### Computerkurs für Kinder - Einstiegskurs

**Kurs-Nr. 105**

In diesem Kurs wird für Schulkinder von 7-12 Jahren grundlegendes Computerwissen vermittelt. Voraussetzung ist es, lesen und schreiben zu können. Die Kinder werden mit Übungen zur Mausbedienung an das Betriebssystem Windows herangeführt und arbeiten dann mit Programmen wie Paint und Word. Auch erhalten sie eine Einführung in das Internet. Höhepunkte des Kurses sind das Erstellen einer Postkarte mit Paint und Drucker, eine "Suchmaschinen-Schnitzeljagd" und das Versenden von E-Mails.

**Naomi Strathus**
freitags, 15:30-17 Uhr (7 x 2 UE)
Freitag, 12. Februar 2010
Altstadtstübbche, Fahrgasse 13,
Computerraum
61,60 EUR
max. 6 Teilnehmer

### Computerkurs für Kinder - Fortgeschrittene

**Kurs-Nr. 106**

Kurs richtet sich an Schulkinder zwischen 7 und 12 Jahren, die über

*Fortsetzung auf Seite 24 >>>*

Atelier de la danse
Ballettstudio Irene und Sarah Rodin
Wilhelm-Leuschner-Platz 4 · 63225 Langen · Telefon 06103 / 5 27 66
www.atelier-de-la-danse.de
**Neue Kurse!**

**Für Erwachsene:**
Bauchtanz
Rückenschule (mit Krankenkassenbezuschussung)
Placement
Klassisches Ballett (ab Anfängerniveau)

**Für Kinder:**
Tänzerische Früherziehung ab 4. J.
Jazz Dance ab 8 J.
Klassisches Ballett
Kindertanz ab 3 J.

Grundkenntnisse verfügen. Im Kurs werden das Grundwissen ausgeweitet, das Innenleben des Computers erforscht und eine eigene Website erstellt.

**Naomi Strathus**
freitags, 15:30-17 Uhr (8 x 2 UE)
Freitag, 16. April 2010
Altstadtstübbche, Fahrgasse 13, Computerraum
70,40 EUR
max. 6 Teilnehmer

## Brandschutzerziehung

**für Kinder im Vorschulalter**

**Kurs-Nr. 107**

Mit den Kindern soll die richtige und ungefährliche Handhabung der Zündmittel erprobt und das entsprechende Verhalten bei Gefahren geübt werden.
Inhalt: Umgang mit Feuer, Kerzen usw. - Verhalten im Notfall - Absetzen eines Notrufs - Ausrüstung der Feuerwehr.
Bitte beachten: Es müssen mindestens acht Kinder angemeldet sein, damit der Kurs stattfindet.

Samstag, 13. März 2010, 9-13 Uhr
Feuerwehr, Darmstädter Str. 66, Unterrichtsraum
Gebührenfrei

Bitte Getränke mitbringen!
Anmeldung bei der vhs erforderlich!

## Langener Mütterzentrum

Anmeldung bitte direkt an das Mütterzentrum Langen e. V., Zimmerstr. 3, 63225 Langen

Telefon: 06103 / 53344 (Mo.-Fr., 10-12 Uhr), Fax: 3 12 65 66
E-Mail: muetterzentrum@zenja-langen.de

**Kursort: Zentrum für Jung und Alt, ZenJA, Zimmerstraße 3, 63225 Langen**

## Selbstverteidigungskurs für Jungen

Nicht nur Mädchen, auch Jungen können Opfer von Misshandlungen oder verbalen und sexuellen Übergriffen werden. Sich wehren können gegen Übergriffe oder auch die alltägliche Gewalt ist Inhalt dieser Kurse. Es geht um körperliches Training, Konfrontationstraining, geistige Übungen und Diskussionen zur Auseinandersetzung mit rassistischer und sexistischer Gewalt.
Beim körperlichen Training werden Techniken erlernt, die die Möglichkeit bieten, sich bei direkten körperlichen Angriffen sofort und effektiv zu verteidigen. Daneben sind die psychischen Voraussetzungen für die Selbstverteidigung und Selbstbehauptung Schwerpunkte des Kurses. Die Teilnehmer lernen entwürdigende und bedrohliche Situationen ernst zu nehmen, öffentlich zu machen und auf Anmache und Bedrohung sofort und wirksam zu reagieren.

Samstag, 13. März, und
Sonntag, 14. März 2010
Jeweils 10-13 Uhr
Kursgebühr: 34,50 EUR

Die Trainerinnen für die Selbstverteidigungskurse kommen von der Frauenselbstverteidigungs- und Kampfkunstschule Sunny Graff, Frankfurt.

**Wenn Sie sich für weitere Kinderkurse interessieren, dann wenden Sie sich an den Förderverein der Grundschule, die Ihr Kind besucht:**

Förderverein der Albert-Schweitzer-Schule e.V.
Angelika Gottschling, Berliner Allee 35, 63225 Langen, Telefon: 06103 / 924003

Förderer-Verein der Geschwister-Scholl-Schule
Karin Köllges, Vor der Höhe 14, 63225 Langen, Telefon: 06103 / 22952

Förderverein der Ludwig-Erk-Schule e.V.
Monika Damm, Bahnstraße 40-42, 63225 Langen, Telefon: 06103 / 22369

Förderverein der Sonnenblumenschule e.V.
Christine Klich, Zinkeysenstraße 2, 63225 Langen, Telefon: 06103 / 23398

Förderverein der Wallschule e. V.
Sylvia Venghaus, Wallstraße 25, 63225 Langen, Telefon: 06103 / 8074707

## Sprachen

vhs

**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!

Sprachen lernen in EUROPA

**vhs-Lernstufen** nach dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“
(von unten nach oben zu lesen)

| Lernstufe | Am Ende dieser Stufe können Sie | Mögliche Prüfungen |
|---|---|---|
| C2 | gesprochene und schriftliche Sprache problemlos verstehen. Sie können sich an allen Gesprächen und Diskussionen mühelos beteiligen und sind auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Ausdrucksweisen sehr vertraut. Sie können die Sprache in allen privaten und beruflichen Situationen in anspruchsvollen Zusammenhängen schriftlich wie mündlich angemessen und präzise anwenden. | Deutsch – Englisch Französisch Italienisch - Spanisch |
| C1 | längeren Reden und Gesprächen mit komplizierten Zusammenhängen folgen, lange und komplexe Sach- und literarische Texte, Fachartikel und lange technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in Beziehung zu ihrem Spezialgebiet stehen. Sie können sich fast mühelos spontan und fließend ausdrücken, die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben und in der Ausbildung angemessen und präzise anwenden. Sie können sich schriftlich klar und präzise ausdrücken, Texte über komplexe Sachverhalte verfassen und den für den Leser angemessenen Stil wählen. | Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Spanisch |
| B 2 | längeren Redebeiträgen und komplexer Argumentation in der Standardsprache sowie den meisten Nachrichtensendungen folgen. Sie können sich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern möglich ist, und können sich an Diskussionen beteiligen. Darüber hinaus können Sie klare detaillierte Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, Aufsätze verfassen, persönliche und formelle Briefe schreiben und deutlich machen, was wichtig ist. | Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Spanisch |
| B 1 | 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. | Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Niederländisch Portugiesisch Russisch – Schwedisch Spanisch |
| A 2 | 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. | Deutsch – Englisch Französisch Griechisch – Italienisch Niederländisch Portugiesisch Russisch – Schwedisch Spanisch - Tschechisch |
| A 1 | 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. | Deutsch – Englisch Französisch Italienisch – Spanisch Türkisch |

Montag, 25. Januar 2010, und
Montag, 1. Februar 2010,
jeweils zwischen 19 und 21 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Raum 13

## Deutsch als Fremdsprache ohne Vorkenntnisse

**(Teil 1) A 1**

**Kurs-Nr. 108**

Dieser Kurs ist für Anfänger ohne oder mit geringen Sprachkenntnissen geeignet.
Sie lernen alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze. Sie können sich vorstellen und sich im alltäglichen Gespräch verständigen.

Anmeldung und Einzelheiten zum Kurs beim Beratungsgespräch (siehe oben)!

## Deutsch als Fremdsprache ohne Vorkenntnisse

**(Teil 2) A 1**

**Kurs-Nr. 109**

Fortsetzung Kurs-Nr. 86 v. Semester 2009/2

Beratungsgespräch beachten!
Dieser Kurs wendet sich an Personen, die über sehr geringe Vorkenntnisse verfügen.
Neu- und Wiedereinsteiger sind willkommen.

**Gerhard Hill**
dienstags und donnerstags,
19:30-21 Uhr (30 x 2 UE)
Dienstag, 9. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Raum 2.05
95 EUR (ermäßigt: 71,25 EUR)
max. 20 Personen

## Deutsch als Fremdsprache mit Vorkenntnissen

**(Teil 2) A 2**

**Kurs-Nr. 110**

Fortsetzung Kurs 87 v. Semester 2009/2

Beratungsgespräch beachten!
Dieser Kurs richtet sich an Deutsch-Lernende, die bereits über Kenntnisse in der Deutschen Sprache verfügen. Durch Übungen und Aufgaben, die aus dem täglichen Leben kommen, wird die Grammatik leicht gemacht. Die Teilnehmer machen schnell Fortschritte in der Deutschen Sprache und kommen leichter durch den Alltag.
Neu- und Wiedereinsteiger sind willkommen.
Lehrbuch: Schritte 4, Kurs- und Arbeitsbuch, (ISBN 978-3-19-001807-9), Max-Hueber-Verlag

**Gerhard Hill**
dienstags und donnerstags,
18-19:30 Uhr (30 x 2 UE)
Dienstag, 9. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Raum 2.05
95 EUR (ermäßigt: 71,25 EUR)
max. 20 Personen

## Deutsch als Fremdsprache mit Vorkenntnissen

**(Teil 2) A 2**

**Kurs-Nr. 111**

Fortsetzung Kurs-Nr. 88 v. Semester 2009/2

Beratungsgespräch beachten!
Dieser Kurs ist besonders geeignet für Lernende, die in Deutschland leben und beabsichtigen, die Zertifikatprüfung „Deutschtest für Zuwanderer" abzulegen.

Lehrbuch: voraussichtl. Schritte 4, Kurs- und Arbeitsbuch mit CD (ISBN 978-3-19-001807-9), Max-Hueber-Verlag, ab Lekt. 1

**Johana Dudichum**
montags und mittwochs,
18-19:30 Uhr (30 x 2 UE)
Montag, 8. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Pavillon P 4
95 EUR (ermäßigt: 71,25 EUR)
max. 20 Personen

## Englisch - Anfängerkurs

**Kurs-Nr. 112**

Englischkenntnisse sind heutzutage in vielen Lebensbereichen nützlich und werden auch im Berufsleben mehr und mehr vorausgesetzt. Dieser Kurs richtet sich an AnfängerInnen, die noch kein Englisch hatten, bzw. deren Englischunterricht schon sehr lange zurückliegt. Hier wird Ihnen eine gesunde Basis für Ihre Englischkenntnisse vermittelt.

Lehrbuch: face2face Elementary Student's Book (3-12-539-731-6) und Workbook (3-12-539-732-4), Ernst-Klett-Verlag, ab Lekt. 1

**Janine Wendland**
mittwochs, 9:15-10:45 Uhr
(15 x 2 UE)
Mittwoch, 10. Februar 2010
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 3
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 12 Personen

Ob der Unterricht auch in den Osterferien stattfinden soll, wird am ersten Kurstag besprochen.

## Englisch mit geringen Vorkenntnissen

**Kurs-Nr. 113**

Fortsetzung Kurs-Nr. 92 v. Semester 2009/2

Ob im Alltag, auf Reisen oder im Beruf: Englisch gewinnt mehr und mehr an Bedeutung, viele Arbeitgeber setzen es sogar voraus. Falls Sie nur über geringe Englischkenntnisse verfügen und diese gerne erweitern möchten, dann kommen Sie in unseren Kurs. In einer netten Gruppe macht der Spracherwerb viel Freude.
Lehrbuch: The New Cambridge English Course, Band 1, und Arbeitsbuch (3-12-539015-x und 3-12-539016-8), Ernst-Klett-Verlag, ab Lekt. 7

**Heidemarie Westermeier**
donnerstags, 18:30-20 Uhr
(15 x 2 UE)
Donnerstag, 25. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule/Zimmerstr. 60, Pavillon P 1
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 20 Personen

## Englisch mit Vorkenntnissen

**Kurs-Nr. 114**

Fortsetzung Kurs-Nr. 93 v. Semester 2009/2

Englisch gewinnt in unserem Alltag immer mehr an Bedeutung. Auf Reisen ist es sehr nützlich, ebenso im Internet und für einen guten Beruf meist unerlässlich. Wenn Sie bis jetzt nur über geringe Kenntnisse verfügen oder Ihr Englischunterricht schon lange zurückliegt, dann kommen Sie zu uns. Hier können Sie in einer netten Gruppe Ihre Kenntnisse erweitern und zu vertiefen.
Seiteneinsteiger sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: The New Cambridge English Course, Band 1, und Arbeitsbuch (3-12-539015-x und 3-12-539016-8), Ernst-Klett-Verlag, ab Lekt. 12

**Heidemarie Westermeier**
mittwochs, 20-21:30 Uhr (15 x 2 UE)
Mittwoch, 24. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule/
Zimmerstr. 60, Pavillon P 1
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 20 Personen

## Englisch mit Vorkenntnissen

**(Teil 1) A 2- vormittags**

**Kurs-Nr. 115**

Fortsetzung Kurs-Nr. 94 v. Semester 2009/2

Hemmungen im Umgang mit der englischen Sprache abbauen mit einer Muttersprachlerin!
Wir arbeiten mit dem Buch aber lassen unsere Konversation auch wandern. Wir sprechen ganz locker aus dem Leben und tauschen viel aus. Wenn wir ein Wort oder eine Phrase nicht wissen, lernen wir es eben anders auszudrücken, damit unsere Klasse lebendig und locker ist und als Anfänger auch viel Spaß macht.
Sie können ruhig Ihre Hemmungen zu Hause lassen!

*Fortsetzung auf Seite 26 >>>*

**Buchhandlung**
litera
Langens Haus der Bücher

**63225 Langen**
**Stresemannring 7**
**Tel. (0 61 03) 2 57 00**

**Bahnstraße 32**
**Tel. (0 61 03) 87 01 14**
http://www.litera-langen.de

Bei uns finden Sie alle
**Lehr- und Arbeitsbücher**
für diese Kurse, dazu auch
Sprachkassetten und Lernmittel.

Lehrbuch: face2face Elementary, Students Book (3-12-539731-6), Workbook (3-12-539732-4), Ernst Klett-Verlag, ab Lekt. 10

**Elaine Hawbaker**
dienstags, 9:30-11 Uhr (15 x 2 UE)
Dienstag, 9. Februar 2010
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 3
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 12 Personen

## Englisch mit Vorkenntnissen

**(Teil 1) A 2**

**Kurs-Nr. 116**

Fortsetzung Kurs-Nr. 95 v. Sem. 2009/2

Lehrbuch: face2face Elementary, Students Book (3-12-539731-6), Workbook (3-12-539732-4), Ernst Klett-Verlag, ab Lekt. 11A

**Sabrina Mirza**
donnerstags, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
Donnerstag, 11. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Pavillon P 4
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 18 Personen

Bitte beachten: Kein Unterricht am 15. + 22. April 2010!
Ein Termin findet in den Osterferien am 1. April 2010 statt.
Ort: Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG

## Englisch Fortgeschrittene III

**Kurs-Nr. 117**

Fortsetzung Kurs-Nr. 96 v. Semester 2009/2

Englisch ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Ob beim Einkauf, auf dem Bahnhof, am Flughafen oder im Internet, überall begegnen uns englische Ausdrücke. Möchten Sie sich in dieser Sprache weiterbilden, oder benötigen Sie Englisch für Ihr berufliches Fortkommen, dann kommen Sie zu uns. In einer netten Gruppe lernen Sie, Englisch zu verstehen und sich darin flüssig auszudrücken.
Seiteneinsteiger sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: The New Cambridge English Course, Band 2, und Arbeitsbuch (3-12-539115-4 und 3-12-539116-1), Ernst Klett-Verlag, ab Lekt. 18

**Heidemarie Westermeier**
donnerstags, 20-21:30 Uhr
(15 x 2 UE)
Donnerstag, 25. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule/
Zimmerstr. 60, Pavillon P 1
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 20 Personen

## Englisch - Auffrischungskurs (Fortgeschrittene)

**A 2 - vormittags**

**Kurs-Nr. 118**

Fortsetzung Kurs-Nr. 97 v. Semester 2009/2

Brush up your English in a nice group. Focus on communication. Newcomers welcome.

Lehrbuch: Fairway Refresher A2, (978-3-12-501470-1), Ernst Klett-Verlag, ab Lekt. 1

**Gisela Bender**
dienstags, 9:30-11 Uhr (15 x 2 UE)
Dienstag, 9. Februar 2010
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 16
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 13 Personen

## English - Refresher course and conversation

**Kurs-Nr. 119**

Come and join the group. You don't need to be perfect. Just join and exerience.

Lehrbuch: English grammar in use (ISBN 978-3-12-534084-8), Ernst Klett-Verlag

**Sabrina Mirza**
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(15 x 1,07 UE)
Donnerstag, 11. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Pavillon P 4
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 18 Personen

Bitte beachten: Kein Unterricht am 15. + 22. April 2010!
Ein Termin findet in den Osterferien am 1. April 2010 statt.
Ort: Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG

## Englisch - Fortgeschrittene (mit Konversation)

**- vormittags B 1**

**Kurs-Nr. 120**

Fortsetzung Kurs-Nr. 98 v. Semester 2009/2

Put your English into action, focus on reading, communication and fluency. New participants are always welcome.

Das Unterrichtsmaterial wird in der ersten Stunde besprochen und teilweise gestellt.

**Gisela Bender**
montags, 9-10:30 Uhr (15 x 2 UE)
Montag, 8. Februar 2010
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 16
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 12 Personen

## English for every day in conversation, literature and grammar

**Kurs-Nr. 121**

Fortsetzung Kurs-Nr. 99 v. Semester 2009/2

If you have the intention to improve your English knowledge in reading and communicating then join the friendly people in this course.

Das Unterrichtsmaterial wird in der ersten Stunde besprochen.

**Liselotte Eil**
dienstags, 18:30-20 Uhr (15 x 2 UE)
Dienstag, 9. Februar 2010
Dreieichschule, Goethestr. 6,
Pavillon P 2
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 20 Personen

## Englisch - Konversation

**Kurs-Nr. 122**

Möchten Sie gerne Ihre Kompetenz der englischen Sprache erweitern und vertiefen und fehlen Ihnen dazu die Gesprächspartner, dann kommen Sie zu uns! Wir erörtern aktuelle Themen und gehen dabei auch gerne auf Wünsche der Teilnehmer ein. An jedem Kursabend wiederholen wir für 20 bis 30 Minuten ein Thema aus der Grammatik.

Kein Lehrbuch erforderlich!

**Heidemarie Westermeier**
mittwochs, 18:30-20 Uhr (15 x 2 UE)
Mittwoch, 24. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule/
Zimmerstr. 60, Pavillon P 1
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 20 Personen

## Französisch - Fortgeschrittene III

**A 1 - A2- vormittags**

**Kurs-Nr. 123**

Fortsetzung Kurs-Nr. 101 v. Semester 2009/2

Bonjour, wollen Sie Französisch in einer netten Gruppe lernen? Dann

sind Sie herzlich willkommen. Auch für Seiteneinsteiger!

Lehrbuch: Eurolingua Français 2 (210367) und Arbeitsheft (21173-8), Cornelsen-Verlag
(Bitte nicht vor Kursbeginn kaufen.)

**Françoise Siegel**
donnerstags, 9-10:30 Uhr
(13 x 2 UE)
Donnerstag, 11. Februar 2010
Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG
57,20 EUR (ermäßigt: 42,90 EUR)
max. 14 Personen

## Französisch - Fortgeschrittene IV

**A 2 - vormittags**

**Kurs-Nr. 124**

Möchten Sie Ihre Französischkenntnisse reaktivieren? Dann kommen Sie zu uns!
Wir wiederholen Grammatik und Grundelemente (Alltagssituationen, Umgangssprache, Vokabeln).
Durch aktuelle Themen aus der „Revue de la Presse" und „Ecoute" machen wir die ersten Schritte in die französische Konversation.

**Françoise Siegel**
montags, 10:30-12 Uhr (14 x 2 UE)
Montag, 8. Februar 2010
Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG
61,60 EUR (ermäßigt: 46,20 EUR)
max. 14 Personen

## Französisch - Fortgeschrittene V

**(Teil1) B 1**

**Kurs-Nr. 125**

Fortsetzung Kurs-Nr. 103 v. Semester 2009/2

Bonjour! Wollen Sie Französisch in einer netten Gruppe lernen? Dann kommen Sie zu uns. Wir lesen spannende Kurzgeschichten, reden über Aktuelles aus Frankreich und Deutschland und wiederholen dabei die Grammatik.
Seiteneinsteiger sind herzlich willkommen!

Kein Lehrbuch erforderlich!

**Heidemarie Westermeier**
dienstags, 20-21:30 Uhr (15 x 2 UE)
Dienstag, 23. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule/
Zimmerstr. 60, Pavillon P 1
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 20 Personen

## Französisch - Gehversuche in die Konversation

**A 2 - B 1**

**Kurs-Nr. 126**

Wir unterhalten uns über aktuelle Themen, lesen Artikel aus den Zeitungen „Revue de la Presse" und „Ecoute" und wiederholen die französische Grammatik mit leichten Übungen. Das alles mit viel Spaß und in einer netten Atomsphäre.

**Françoise Siegel**
donnerstags, 10:30-12 Uhr
(13 x 2 UE)
Donnerstag, 11. Februar 2010
Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG
57,20 EUR (ermäßigt: 42,90 EUR)
max. 14 Personen

## Französisch - Konversation und Grammatik

**B 1 - B 2 - vormittags**

**Kurs-Nr. 127**

Sie möchten Ihre Kenntnisse in Französisch vertiefen? Dann kommen Sie zu uns! Durch Alltagssituationen, Diskussionen über aktuelle Themen und grammatische Übungen werden Sie mit viel Spaß Französisch lernen.

**Françoise Siegel**
montags, 9-10:30 Uhr (14 x 2 UE)
Montag, 8. Februar 2010
Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG
61,60 EUR (ermäßigt: 46,20 EUR)
max. 14 Personen

## Französisch - Konversation

**B 2 - vormittags**

**Kurs-Nr. 128**

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

**Françoise Siegel**
mittwochs, 9:30-11 Uhr (14 x 2 UE)
Mittwoch, 10. Februar 2010
Altes Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Platz, Haus A, EG
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“ hierfür sind Lehrbücher, Lernspiele, Lieder, Texte zu aktuellen Themen, Filme 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) A 1**

**Kurs-Nr. 129**

Andiamo a prendere un espresso?

Fortsetzung Kurs-Nr. 107 v. Semester 2009/2

Lehrbuch: Espresso 1, Lehr- und Arbeitsbuch mit CD (978-3-19-005438-1), Zusatzübungen (978-3-19-125325-7), Max Hueber-Verlag, ab Lekt. 4

**Bärbel Martini**
mittwochs, 20-21:30 Uhr (15 x 2 UE)
Mittwoch, 10. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Pavillon P 3
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 15 Personen

## Italienisch - Anfänger mit guten Vorkenntnissen

**(Teil 2) A 1**

**Kurs-Nr. 130**

Andiamo a prendere un altro espresso?

Fortsetzung Kurs-Nr. 108 v. Semester 2009/2

Lehrbuch: Espresso 1, Lehr- und Arbeitsbuch mit CD (978-3-19-005438-1), Zusatzübungen (978-3-19-125325-7), Max Hueber-Verlag, ab Lekt. 10
Zusätzliche Anfängerlektüre wird im Kurs besprochen.

**Bärbel Martini**
montags, 19-20:30 Uhr
(15 x 2 UE)
Montag, 8. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Pavillon P 3
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 15 Personen

## Italienisch - Fortgeschrittene I

**(Teil 1) A 2**

**Kurs-Nr. 131**

Fortsetzung Kurs-Nr. 109 v. Semester 2009/2

Lehrbuch: Espresso 2 (978-3-19-005439-8) und Grammatische Zusatzübungen (978-3-19-065342-3), Max Hueber-Verlag, ab Lekt. 5
Zusätzliche Lektüre wird im Kurs besprochen.

**Bärbel Martini**
mittwochs, 17-18:30 Uhr (15 x 2 UE)
Mittwoch, 10. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Pavillon P 3
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 12 Personen

## Italienisch - Fortgeschrittene II

**(Teil 1) B 1**

**Kurs-Nr. 132**

Vogliamo leggere un giallo?

Fortsetzung Kurs-Nr. 110 v. Semester 2009/2

Unterrichtsmaterial:
Aperitivo mortale
Lernkrimi mit Übungen (978-3-8174-7841-5), Compact-Verlag

**Bärbel Martini**
mittwochs, 18:30-20 Uhr (15 x 2 UE)
Mittwoch, 10. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Pavillon P 3
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 12 Personen

## Italienisch - Konversation und Grammatik

**B 2**

**Kurs-Nr. 133**

Avreste voglia di discutere, parlare, chiacchierare e anche di ripetere la grammatica?

Fortsetzung auf Seite *28* >>>

Fortsetzung
Kurs-Nr. 111 v.
Semester 2009/2

Unterrichtsmaterial: L'assassino del caffé espresso - Der Espressomörder vom Gardasee
Lernkrimi mit Übungen (978-3-8174-7816-3), Compact-Verlag

**Bärbel Martini**
montags, 17:30-19 Uhr (15 x 2 UE)
Montag, 8. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Pavillon P 3
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 12 Personen

## Spanisch ohne Vorkenntnisse

**(Teil 1) A 1**

**Kurs-Nr. 134**

Sie sind von der spanischen Sprache begeistert? Sie wollen Ihren Urlaub in Spanien verbringen und möchten nun wissen, wie Sie auf Spanisch in einem Café oder im Restaurant bestellen können? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Ich freue mich auf Sie.

Lehrbuch: Perspectivas (ISBN 3-464-20054-4), Cornelsen, Lekt. 1

**Marco Acosta**
dienstags, 18-19:30 Uhr (15 x 2 UE)
Dienstag, 23. Februar 2010
Dreieichschule, Goethestr. 6,
Pavillon P 1
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 16 Personen

## Spanisch mit geringen Vorkenntnissen

**(Teil 1) A 1**

**Kurs-Nr. 135**

Fortsetzung Kurs-Nr. 112 v. Sem. 2009/2

Hola! Que tal! Sie haben schon geringe Vorkenntnisse und wollen diese vertiefen und verbessern. Dann sind Sie herzlich willkommen!

Lehrbuch: Caminos 1 (neu) (3-12-514906-1), Ernst-Klett-Verlag, ab Lekt. 6

**Marco Acosta**
donnerstags, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
Donnerstag, 25. Februar 2010
Dreieichschule, Goethestr. 6,
Pavillon P 1
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 16 Personen

## Spanisch mit geringen Vorkenntnissen

**(Teil1) A 1**

**Kurs-Nr. 136**

Fortsetzung Kurs-Nr. 113 v. Sem. 2009/2

Hola, Bienvenidos! Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die die spanische Sprache mit Spaß und Vergnügen erlernen möchten.

Lehrbuch: Caminos 1 (neu) (3-12-514906-1), Ernst-Klett-Verlag, ca. ab Lekt. 6

**Ivan Ramirez**
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(14 x 2 UE)
Donnerstag, 11. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Pavillon P 3
61,60 EUR (ermäßigt: 46,20 EUR)
max. 16 Personen

## Spanisch mit Vorkenntnissen

**A 1**

**Kurs-Nr. 137**

Fortsetzung Kurs-Nr. 114 v. Semester 2009/2

Hola amigos! Vostros ya entendéis el español pero tenéis problemas para comunicaros?
Wenn Sie das schon verstanden haben, dann sind Sie richtig in diesem Kurs.

Lehrbuch: Caminos 1 (neu) (3-12-514906-1), Ernst-Klett-Verlag, ab Lekt. 10

**Marco Acosta**
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
Donnerstag, 25. Februar 2010
Dreieichschule, Goethestr. 6,
Pavillon P 1
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 16 Personen

## Spanisch mit Vorkenntnissen

**(Teil 2) A 2**

**Kurs-Nr. 138**

Fortsetzung Kurs-Nr. 116 v. Semester 2009/2

Hola! Ud ya puede hablar español con un conocimiente básico estructurado del nivel A1, de MCER, y desea profundizar sus conocimientos. Bienvenido Lo espero.

Lehrbuch: Caminos 2 (neu) (3-12-514913-7), Ernst-Klett-Verlag, ab Lekt. 6

**Marco Acosta**
dienstags, 19:30-21 Uhr (15 x 2 UE)
Dienstag, 23. Februar 2010
Dreieichschule, Goethestr. 6,
Pavillon P 1
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 16 Personen

## Spanisch - Fortgeschrittene

**IV (Teil 1)**

**Kurs-Nr. 139**

Fortsetzung Kurs 117 v. Sem. 2009/2

Hola, Bienvenidos! Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die die spanische Sprache mit Spaß und Vergnügen erlernen möchten.

Lehrbuch: Caminos 2 (neu), Lehr- und Arbeitsbuch mit CD (3-12-514913-7), Ernst-Klett-Verlag, ca. ab Lekt. 10
Caminos 2 (neu), Lern- und Übungsbuch (978-3-12-514917-5), Ernst-Klett-Verlag

**Ivan Ramirez**
mittwochs, 19:30-21 Uhr (14 x 2 UE)
Mittwoch, 10. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule
Zimmerstr. 60, Raum 1.05
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 18 Personen

## Spanisch - Fortgeschrittene - mit Konversation -

**B 1**

**Kurs-Nr. 140**

Español nivel B1

Fortsetzung Kurs-Nr. 119 v. Semester 2009/2

Hola, bienvenido a un curso donde podras profundizar tus ya bien formados conocimientos de español sino también ampliarlos y lo más importante a aplicarlos ven con nostros a divertirte y a aprender español.

Lehrbuch: Caminos 3 (neu) (3-12-514921-2), Ernst-Klett-Verlag

**Marco Acosta**
montags, 18-19:30 Uhr (15 x 2 UE)
Montag, 22. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Raum 2.06
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 16 Personen

## Spanisch - Fortgeschrittene -

**B1**

**Kurs-Nr. 141**

Español para avanzados

Fortsetzung Kurs-Nr. 118 v. Sem. 2009/2

Hola, deseas profundizar tus conocimientos de español así, cómo mejorar tu conversación y apreder nuevas palabras que necesitas pero que no los conoces. Pues bienvenido, este curso es especialmente hecho para tí. Comentaremos de diferentes cosas y sobre todo nos divertiremos mucho! Te esperamos.

En el curso se decidirá con que libro trabajaremos además de trabajar con fotocopias que el maestro traerá a la clase!

Lehrbuch: Caminos 3 (neu) (3-12-514921-2), Ernst-Klett-Verlag
La novela policiaca a leer se decidirá en clase.

**Marco Acosta**
montags, 19:30-21 Uhr (15 x 2 UE)
Montag, 22. Februar 2010
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstr. 60, Raum 2.06
66 EUR (ermäßigt: 49,50 EUR)
max. 16 Personen

# EDV

vhs

**PC-Kurse werden in Zusammenarbeit mit dem Stenografenverein Langen durchgeführt**

## Einführung in das Betriebssystem WINDOWS XP

**- Wochenendseminar**

**Kurs-Nr. 142**

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 dazugehörenden Übungs-Dateien und -Programmen auf einer CD können Sie den Kurs jederzeit auf Ihrem PC nachvollziehen.

**Manfred Kürsch**
Freitag, 5. März 2010, 18-21 Uhr,
Samstag, 6. März 2010, 9-16 Uhr, und
Sonntag, 7. März 2010, 9-16 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 20/21
70 EUR
max. 8 Personen

CDs werden zum Selbstkostenpreis gestellt.

## Textverarbeitung Word 2002 - Grundlagen

**- Wochenendseminar**

**Kurs-Nr. 143**

Kursinhalt: Einführung in die Arbeitsoberfläche, Eingabe und Bearbeitung von Texten, Hilfefunktion nutzen, Grundlagen der Textgestaltung, Grafiken verwenden, Tabellen erstellen

**Ingo Thomas**
Freitag, 19. März 2010, 18-21 Uhr,
Samstag, 20. März 2010, 9-16 Uhr, und
Sonntag, 21. März 2010, 9-16 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 20/21
85,95 EUR
max. 8 Personen
Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

## Textverarbeitung Word 2002 - Fortgeschrittene

**- Wochenendseminar**

**Kurs-Nr. 144**

Kursinhalt: Dokumentvorlagen, Formatvorlagen, Suchen und Ersetzen, Verzeichnisse erstellen, Überarbeitungsmodus, Kommentare, Rechnen mit Word, Organigramme, Formulare verwenden, Serienbriefe

**Ingo Thomas**
Freitag, 23. April 2010, 18-21 Uhr,
Samstag, 24. April 2010, 9-16 Uhr, und
Sonntag, 25. April 2010, 9-16 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27,
Raum 20/21
85,95 EUR
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

## Tabellenkalkulation mit Excel 2002 - Grundlagen

**Kurs-Nr. 145**

Kursinhalt: Einführung in die Benutzeroberfläche Excel, Arbeit mit Tabellen und Arbeitsmappen, einfache Formeln und Funktionen, einfache Diagramme, Druckaufbereitung

**Uwe Daneke**
mittwochs, 18:15-21:30 Uhr
(5 x 4 UE)
Mittwoch, 24. Februar 2010
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27,
Raum 20/21
85,95 EUR
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

## Tabellenkalkulation mit Excel 2002 - Aufbaukurs

**Kurs-Nr. 146**

Kursinhalt: Formeln und Funktionen, Sortieren und Filtern, Bezüge über mehrere Arbeitsmappen, Schutz von Tabellen, Arbeit mit Pivot-Tabellen, Einführung in Makros

**Uwe Daneke**
mittwochs, 18:15-21:30 Uhr
(5 x 4 UE)
Mittwoch, 19. Mai 2010
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 20/21
85,95 EUR
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

## Access 2002 - Grundlagen

**Kurs-Nr. 147**

Grundlagen relationaler Datenbanken:
Starten von MS-Access, Anlegen einer neuen Datenbank, Datenbankfenster, Erstellen und Bearbeiten der Datenbankobjekte, Tabellenentwurf, Beziehungen zwischen Tabellen, referentielle Integrität, Erstellen von einfachen Auswahlabfragen, Formularen und Berichten, Einrichten der Arbeitsumgebung, Startoptionen der Datenbank

**Uwe Daneke**
Freitag, 12. März 2010,
18:15-21:30 Uhr,
Samstag, 13. März 2010,
9-16 Uhr, und
Sonntag, 14. März 2010, 9-16 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Str. 27, Raum 20/21
85,95 EUR
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

## Präsentation mit PowerPoint

**Kurs-Nr. 148**

Kursinhalt: Erstellen einer Präsentation, Textgliederung, Erstellen und Bearbeiten der Folienobjekte (Texte, Zeichnungsobjekte, Diagramme usw.) und deren Animation, Erzeugung von Hand-outs, Erstellen einer Entwurfsvorlage

**Uwe Daneke**
Freitag, 16. April 2010,
18:15-21:30 Uhr,
Samstag, 17. April 2010,
9-16 Uhr, und
Sonntag, 18. April 2010, 9-16 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Raum 20/21
85,95 EUR
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

**Bitte beachten: Diese Kurse werden in diesem Semester voraussichtlich zum letzten Mal angeboten, da eine Umstellung auf das Betriebssystem Windows 7 geplant ist.**

## Stenografenverein 1897 Langen E. V.

**Kursprogramm 1/2010**
**Zusätzliche Informationen unter Telefon: 06103 / 42620 und www.stenografenverein.de**

**Wichtiger Hinweis:**

Die Kurse in Kurzschrift, Tastaturschreiben am PC und Bürokommunikation werden vom **Stenografenverein 1897 Langen E. V., Postfach 16 62, 63206 Langen,** durchgeführt. Bitte melden Sie sich direkt bei der **Geschäftsstelle** an: **Telefon 06103 / 42620, Fax 06103 / 3720692** bzw. E-Mail **Info@Stenografenverein-Langen.de.** Unsere Geschäftsstelle ist in der Regel von **Montag bis Freitag von 14-18 Uhr** über einen Anrufbeantworter erreichbar. Wir rufen Sie schnellstmöglich zurück.

**Für PC-Kurse kontaktieren Sie bitte die Geschäftsstelle der VHS Langen im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, 63225 Langen, Tel.: 06103 / 910460.**

Die Kurse bzw. das Training in Stenografie und im Tastaturschreiben am PC, die EDV-Lehrgänge und die Seminare finden im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, 63225 Langen, statt (Steno, Tastaturschreiben und EDV in Raum 21, Seminare in Raum 3, 16 oder 29).

Gern führen wir auch tagsüber oder abends Schulungen in Ihrem Unternehmen durch – in allen Fächern und nach Ihren Terminvorstellungen!

## Kurzschrift/ Stenografie

Seit 2000 Jahren ist die Kurzschrift die schnellste (Hand-)Schrift, die es gibt. Überzeugen Sie sich von ihrem großen Nutzen. Steno ist nach wie vor unschätzbar wertvoll beim Notieren und Konzipieren sowie beflügelnd in Ausbildung und Beruf oder als Hobby. Überzeugen Sie sich davon in einer unserer Schnupperstunden!

**Kostenlose Schnupperstunde Kurzschrift/Stenografie**
Mittwoch, 20. April 2010, 19:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 21
Weitere Schnupperstunden-Termine auf Anfrage möglich.

## Kurzschrift/Stenografie (Verkehrsschrift)

In diesem Kurs steht zunächst das Erlernen der Verkehrsschrift der Deutschen Einheitskurzschrift im Mittelpunkt. Es schließt sich die praxisgerechte Anwendung der Kurzschrift als Diktat-, Konzept- und Notizschrift (Protokolle, Mitschriften...) an. Ferner bietet er Schnellschreibübungen bis zu 100 Silben/Minute.

Dauer: 7 Monate
Termine: montags, 18-19:30 Uhr
Beginn: 18. Januar 2010
Gebühr: 155 EUR
inkl. Lehrmaterial (bei mindestens 8 Teilnehmern)

## Kurzschrift (Eilschrift)

auf Anfrage/nach Absprache mit den Teilnehmern

## Kurzschrift für Wiedereinsteiger

mit Wiederholung von Regeln der Verkehrs- und Eilschrift sowie Geschwindigkeitstraining: auf Anfrage

## Kurzschrift-Training

Jeden 1. und 3. Montag im Monat von 19:30-21 Uhr (Fortgeschrittene). Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen, schnuppern Sie doch mal rein! Wir bitten um vorherige telefonische Anmeldung.

Dauer: ohne zeitliche Begrenzung
Beginn: Teilnahme und „Hineinschnuppern“ jederzeit möglich.
Gebühr: Voraussetzung für die dauerhafte Teilnahme ist die Mitgliedschaft im Stenografenverein 1897 Langen E. V. (zurzeit 30 EUR/Jahr).

## Workshop Kurzschrift/ Stenografie

zur Auffrischung von Kurzschriftkenntnissen

Für Teilnehmer, die bereits die Kurzschrift erlernt und vielleicht einige Regeln und Kürzel verlernt haben, besteht in diesem Arbeitskreis die Möglichkeit, ihre Kenntnisse aufzufrischen und auch ihre Schreibgeschwindigkeit zu steigern. Die bisherige Schreibgeschwindigkeit sollte zwischen 40 und 120 Silben pro Minute liegen. Je nach Zusammensetzung des Teilnehmerkreises werden auch Kürzel und Regeln der Eilschrift behandelt.

Samstag, 24. April 2010, 10-13 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 16
Gebühr: 15 EUR (für Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 10 EUR)

## Tastaturschreiben am PC für Erwachsene

Dieser Lehrgang vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten im Tastaturschreiben. Es werden die Griffwege für die Buchstaben und Ziffern sowie alle Zeichen erarbeitet. Zusätzliche Übungen am heimischen PC sind bei diesem **Crash-Kurs** unbedingt erforderlich. Ziel ist das Erreichen einer Schreibgeschwindigkeit von ca. 100 Anschlägen pro Minute.

Dauer: 10 Wochen
Termine: montags und donnerstags, 18-19:30 Uhr
Beginn: Montag, 18. Januar 2010, bis Donnerstag, 25. März 2010
Montag, 12. April 2010, bis Montag, 28. Juni 2010
Gebühr: 115 EUR inkl. Lehrmaterial bei mindestens 8 Teilnehmern

Anja's Nagelstudio
Fußpflege & Kosmetik
Lutherstr. 14, Langen, Tel.: 06103 / 92 44 92
Behandlungen nach Vereinbarung

## Tastaturschreiben am PC für Kinder

Ziel dieses Lehrgangs ist es, den **11- bis 14-jährigen** Teilnehmern das Tastaturschreiben näher zu bringen. Es werden alle Griffwege erarbeitet und einfache, kindgerechte Schriftstücke gestaltet.

Dauer: 12 Wochen
Termin: freitags, 16-17:30 Uhr
Beginn: Freitag, 15. Januar 2010
(Beginn des nächsten Kurses: donnerstags nach den Sommerferien)
Gebühr: 130 EUR inkl. Lehrmaterial bei mindestens 8 Teilnehmern

## Training Tastaturschreiben und Briefgestaltung

Das Training dient der Verbesserung der Schreibfertigkeiten, insbesondere des Schnellschreibens bei geringer Fehlerzahl, der Vorbereitung auf Prüfungen wie z. B. bei der IHK oder Wettkämpfe der Stenografenorganisation. Geübt werden besonders die normgerechte Briefgestaltung nach DIN 5008 und der schnellstmögliche Umgang mit der Tastatur, z. B. bei Korrekturen.

Dauer: ohne zeitliche Begrenzung
Termine: jeden 1. Dienstag im Monat, 18-19:30 Uhr (außer Ferien), sowie am 12.01., 20.04. und 17.08. 2010
Beginn: Teilnahme und „Hineinschnuppern“ jederzeit möglich.
Gebühr: Voraussetzung für die dauerhafte Teilnahme ist die Mitgliedschaft im Stenografenverein 1897 Langen E. V. (zurzeit 30 EUR/Jahr).

## Seminar „Geschäftsbriefe schreiben – modern, stilvoll, kundenorientiert“

Briefe sind Visitenkarten – ob herkömmliche Post oder E-Mail. Doch den Absender empfehlen und die Sympathie des Empfängers gewinnen, das kann nur ein guter Brief. Gut ist ein Brief, bei dem alles stimmt – Stil und nicht zuletzt die Orthographie. Darum müssen Sachbearbeiter, Korrespondenten und vor allem die Schreibkräfte wissen: Wie schreibt man heute korrekt?
**Lerninhalte u. a.:** Grundregeln für alle Briefeschreiber, allgemeine Stilgebote, Wahl und Gebrauch der Wörter, richtiger Satzbau, Textgestaltung, Schlussfloskeln, typische Fehler.
Referent ist der aus den Medien bekannte Lektor, Schulbuchautor und Deutsch-Experte Klaus Wilfried Schwichtenberg.

Samstag, 27. Februar 2010,
10-17 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 21
65 EUR (Vereinsmitglieder und Arbeitsuchende: 50 EUR)

## Seminar „Einführung in die neue deutsche Rechtschreibung“

Seit 1. August 2005 ist die neue Rechtschreibung verbindlich! Der Stenografenverein Langen bietet zusätzlich zu dem genannten Termin weitere Einführungsseminare an. Fragen Sie unsere Geschäftsstelle nach den aktuellen Terminen, gern auch nach Vereinbarung als Inhouseschulung.

Machen Sie sich sachkundig und entdecken Sie, dass die neue Rechtschreibung viel logischer ist als die alte! Wir helfen Ihnen dabei. Wir behaupten: **1. Auch Sie können sich mit der Rechtschreibreform schon bald anfreunden! 2. Sie hat jede Menge Positives zu bieten!** Sie glauben beides nicht? Lassen Sie sich überraschen – in unserem Seminar, das von einem führenden Rechtschreibreform-Experten Deutschlands geleitet wird. Er erklärt Ihnen auch leicht verständlich, warum die Änderungen erfolgt sind. Natürlich wird auch auf die neuesten Änderungen von 2006 eingegangen.

Lerninhalte u. a.: Die wichtigsten Regeln für Wortarten, Getrennt- und Zusammenschreibung, Groß- und Kleinschreibung, Zeichensetzung, Herkunft der Wörter (Etymologie), die aktuellsten Änderungen.

Referent ist der aus den Medien bekannte Lektor, Schulbuchautor und Deutsch-Experte Klaus-Wilfried Schwichtenberg.

Samstag, 24. April 2010, 10–17 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 29
65 EUR (Vereinsmitglieder und Arbeitsuchende: 50 EUR)

## Seminar „Neue deutsche Rechtschreibung für Fortgeschrittene“

Lerninhalte u. a.: Getrennt- und Zusammenschreibung, Groß- und Kleinschreibung, Zeichensetzung. Der vorherige Besuch des Einführungsseminars ist nicht zwingend erforderlich.

Referent ist der aus den Medien bekannte Lektor, Schulbuchautor und Deutsch-Experte Klaus-Wilfried Schwichtenberg.

Samstag, 30. Januar 2010,
10–17 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 21
65 EUR (Vereinsmitglieder und Arbeitsuchende: 50 EUR)

## Kommas setzen – aber richtig!

Haben Sie Probleme mit dem Komma? Setzen Sie die Kommas schon immer „nach Gefühl"? Dagegen haben wir etwas. Alle, die Verantwortung für ihre Korrespondenz tragen, brauchen gründliche Kenntnisse, wie sie unser Komma-Seminar vermittelt. Der Referent Klaus-Wilfried Schwichtenberg, Lektor eines Schulbuchverlages und Deutsch-Experte, versteht es, den Seminarteilnehmern die scheinbar trockenen Lerninhalte anschaulich zu erläutern und einzuprägen. Lerninhalte: Die wichtigsten unveränderten Kommaregeln und die neuen Kommaregeln

Samstag, 6. Februar 2010,
14-18 Uhr
Samstag, 12. Juni 2010, 14-18 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 21
38 EUR

## Wochenendseminar „Besser besseres Deutsch"

Das Wochenendseminar wendet sich an alle, die sich in Beruf und Freizeit häufig schriftlich äußern müssen oder wollen. In aufgelockerter Form werden verschüttete Kenntnisse aufgefrischt und die Anwendung der geänderten Rechtschreibregeln wird geübt. Die Referentin, Frau Soz. päd. grad. Petra Görg, war jahrelang freiberuflich als Korrektorin tätig und kennt die Tükken der deutschen Rechtschreibung aus der täglichen Praxis.

**Samstag**
Vorstellung der Teilnehmer, Selbsteinschätzung, Probleme, Vorstellung des Unterrichtsablaufs, Diktat mit typischen „Klippen": Groß- und Kleinschreibung, Zusammen- und Getrenntschreibung, schwierige Wörter, Fremdwörter, Interpunktion, direkte Rede usw.
Dauer: 2 Std. mit Pause.

Besprechung des Diktats, Quiz zur Interpunktion, Silbentrennung, Groß- und Kleinschreibung, Zusammen- und Getrenntschreibung, Dreifachkonsonanz, Schreibung mit Bindestrich, s, ss, ß.
Dauer: 2 Std. mit Pause

**Sonntag**
Die wichtigsten grammatischen Formen: Konjugation, Deklination, Adjektive, Pronomen, Artikel, Adverbien, Partikeln, Präpositionen, Numeralia, Satzbau.
Dauer: 1 Std., anschließend Pause

Brainstorming: Welche Textformen gibt es? Formen, die im Alltags- und Berufsleben häufig vorkommen: Bericht, Protokoll, Notiz, Zeitungsanzeigen, Speisekarte o. Ä. als Gebrauchstexte, häufige Abkürzungen. Erarbeitung eines Bewerbungsschreibens und/oder Zusammenfassung eines längeren Textes (z. B. Zeitungsartikel) in Gruppenarbeit.
Dauer: 2 Std. mit Pause

Vorstellung wichtiger Nachschlagewerke und Informationsmöglichkeiten (Duden, Wörterbücher, Software, Internet usw.), Tipps zur Selbstkontrolle. Eine Kurzfassung der geänderten Rechtschreibregeln wird als Informationsblatt verteilt. Abschlussbesprechung.
Dauer: 1 Std.

Tag 1: Samstag, 8. Mai 2010,
14-18:30 Uhr
Tag 2: Sonntag, 9. Mai 2010,
14-18:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21
65 EUR (Vereinsmitglieder und Arbeitsuchende: 50 EUR)

## Themenabend „Das Allerwichtigste rund ums Schreiben im Schnelldurchgang"

1 x kreuz und quer durch den „Normengarten": Basiswissen zu den allerwichtigsten Schreibregeln für Briefe, E-Mails und alle sonstigen Schriftstücke, z. B. für das Schreiben von Adressen, Zahlen, Daten, Abkürzungen und Straßennamen, Verwendung von (Sonder-) Zeichen, kurzer Streifzug durch die neue Rechtschreibung, Tipps zur Dudenbenutzung, Besprechung von typischen Fehlern und der Frage „Braucht man heute noch Steno?"

Referentin: Regine Hoppe, 1. Vorsitzende des Stenografenvereins Langen

Dienstag, 27. April 2010,
19–20:45 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 21
15 EUR (Vereinsmitglieder und Arbeitsuchende: 10 EUR)

## Kreisvolkshochschule Offenbach

vhs

In Ergänzung und Erweiterung der Programme der örtlichen Volkshochschulen bietet die Kreis-vhs Offenbach im 1. Halbjahr 2010 Kurse (Abend-, Vormittags-, Intensiv-, Tages- und Wochenendkurse), Bildungsurlaube, Exkursionen, Studienreisen/-fahrten und Vorträge zu folgenden Themen an:

- Geschichte – Politik – Recht – „Das Forum am Montag": Vortragsreihe zu gesellschaftlichen Fragen – Betriebsbesichtigung/ Werksführungen
- Pädagogik – Lern– und Arbeits techniken, auch für Schüler/innen – Eltern- und Familienbildung
- Psychologie – Therapiemethoden – Selbsterfahrung – Reiki - Persönlichkeitsbildung
- Philosophie – Religionsgeschichte – Judaistik – Funkkolleg „Religion"
- Länderkunde – Biologie – Ökologie – Natur und Umwelt
- Literatur – Kunst- und Kulturgeschichte
- Zeichnen – Malen – Radieren – Bildhauerei - Plastisches Gestalten – Keramik – kunsthandwerkliches und textiles Gestalten – Fotografie und Bildbearbeitung – Tanz – Musik
- Gesundheit – Bewegung – Entspannung – Massage - Feldenkrais - spezielle Seminare für Kinder mit Eltern – Wellness – Raucherentwöhnung - Chinesische Medizin – Kinesiologie – Sportstacking – Stressbewältigung – Schüßlersalze – Stimmtraining – Ernährung – Essen und Trinken
- 22 Sprachen – von Arabisch bis Vietnamesisch, Vorbereitung auf Sprachprüfungen, Sprachreisen
- Integrationskurse - Einbürgerungskurse
- Gebärdensprache
- Alphabetisierung
- Mathematik – Naturwissenschaften – Technik
- Computergrundkurse – EDV im Büro – Internet – Webseitengestaltung – Multimedia – Foto- und Bildbearbeitung - spezielle Kurse für Senioren/Kinder – EDV-Prüfungen – IT-Security-Management
- Arbeit und Beruf – Lehrgang: Xpert Business (Finanzbuch führung, Finanzwirtschaft) – kaufmännische Kurse – Projekt management – 10-Finger-Blind schreiben in 4 Terminen – SAP/R3 – ProfilPass - Umgangsformen
- Frauenbildung: Lesungen – Gesundheit – Selbstverteidigung - Selbsterfahrung
- Fortbildung für Lehrer/innen
- Fortbildungsreihe Ehrenamt
- außerdem: Sprachprüfungen - Einbürgerungstests

**Die Kreis-vhs Offenbach berät Sie gerne kostenlos in allen Bildungsfragen.**
Das Programm mit den ausführlichen Kursangeboten erscheint am **8. Januar 2010** als Beilage der Offenbach-Post und liegt zur Mitnahme in den Geschäftsstellen der Offenbach-Post, in allen Rathäusern und Büchereien im Kreisgebiet sowie im Kreishaus in Dietzenbach aus. Semesterbeginn ist am 01.02.2010. Schriftliche Anmeldungen zu allen Veranstaltungen werden ab 8. Januar 2010 entgegengenommen. Für weitere Fragen steht Ihnen das Team der Kreis-vhs gerne zur Verfügung. Das Programm und aktuelle Informationen finden Sie auch im Internet.
Kreis Offenbach, Kreisvolkshochschule
Frankfurter Str. 160-166, 63303 Dreieich
Tel.: 0 61 03 / 31 31 – 13 13
Fax: 0 61 03 / 31 31 – 13 99
E–Mail: vhs@kreis-offenbach.de
Internet:
www.kreis-vhs-offenbach.de

**Bitte melden Sie sich frühzeitig an**

**vhs Langen**

## VHS-Egelsbach 1/10

vhs

**Das Programmheft liegt nach Erscheinen wieder in Banken, Arztpraxen und Geschäften aus.**
Infos über neue Kurse im VHS – Büro in der Alten Schule,
Rheinstraße 72,
Telefon 06103 / 2027636, Fax:06103 / 2027692
www.vhs-egelsbach.de
E-Mail: anfrage@vhs-egelsbach.de

## Angebote der VHS-Musikschule-Egelsbach

**Instrumentalunterricht: Alt-, Bass-, Tenor-, und Sopranflöte - auf Nachfrage auch gern ein besonderes Gruppenangebot für die „reifere“ Jugend ab 50**
Posaune, Klarinette, Gitarre, Violine, Keyboard, Klavier, Cello, Querflöte, Schlagzeug und Ensemble
„Klavier und Malblock“ für Kinder ab 4 Jahren
Gesangsunterricht
Babymusikgarten für Babys bis 18 Monate
Musikgarten Teil 1 für Kinder von 1 ½ bis 3 Jahren und Elternteil
Musikgarten Teil 2 für Kinder von 3 bis 4 Jahren mit Elternteil
Musikalische Früherziehung für Kinder ab 4 Jahren (ohne Eltern)
Solfeggio – musikalischer Grundkurs für Kinder ab 6 Jahren
Musiktheorie und Gehörbildung für Schüler und Erwachsene als Einzel – und Gruppenunterricht

## Angebote der VHS

**Seminare:**
Entspannungstraining
Reiki 1. und 2. Grad
Meditationsabende
Farb- und Stilberatung

**Kreativkurse:**
Kindertanz für Kinder ab 4 Jahren, Ballett
Ballett für Erwachsene
Bauchtanz für Fortgeschrittene
Neu: Zumba – Schnuppertermin und Kursangebot
Die Dienstagsmaler – Zeichnen, Aquarell- und Acrylmalerei
Portrait-Malerei an 4 Samstagen
Schmuckgestalten mit Edelmetallen
Kalligrafie am Wochenende
Filzwerkstatt
Comic-Zeichen-Kurs für Schülerinnen und Schüler
Photoshop-Intensivkurs

**Gesundheitskurse:**
Yoga
AERO-BBP am Donnerstagabend
**NEU: Tai Chi Chuan – Schnuppernachmittage am Samstag**
Kung Fu – am Donnerstagabend
Rückenschule am Dienstagabend
Fit bis ins hohe Alter am Donnerstagvormittag
Joyrobic am Montagabend
Pilates am Mittwochvormittag
Pilates am Montagabend

**Sprachkurse:**
Englisch: Anfänger/Innen – Aufbau am Dienstag- und Mittwochabend und Mittwochvormittag
Französisch: Konversation am Donnerstagabend
Italienisch: Fortgeschrittene am Dienstagvormittag und Mittwochabend
Italienisch: Anfänger am Mittwochnachmittag
Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

## Senioren-Computerkurse der „Haltestelle“

Die „Haltestelle“, eine Einrichtung der Stadt Langen, ist die Anlaufstelle für alle älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger in Langen.

Das Angebot nicht nur für Seniorinnen und Senioren reicht über Information, Beratung und Pflege bis hin zu Ausstellungen, Fahrten, Tanztees, Studienreisen, Veranstaltungen und Kursen.

Im Computerzentrum der „Haltestelle“ im Altstadtstübbche finden seit 1996 mit großem Erfolg Schulungen am Computer statt. Durch das breite Kursangebot haben bereits viele ihr Interesse an der Welt der Computer entdeckt und konnten von der langjährigen Schulungserfahrung profitieren.

**Sechs Fragen:**

Wollen Sie verständliche Erklärungen?
Wollen Sie nicht schon wieder hören: „Das ist doch ganz einfach!“
Sind Sie neugierig und möchten Sie mitreden können?
Wollen Sie keine Angst mehr vor dem Computer haben?
Suchen Sie ein neues Hobby?
Kommen Sie mit Ihrem Computer zu Hause nicht zurecht?

**Eine Antwort:**
**Dann ran an die Maus!**

In gemütlicher Atmosphäre schult die Haltestelle mit maximal sechs Kursteilnehmern. Jeder kommt hier zu Wort, und auf jeden kann angemessen eingegangen werden. In den Kursen für Computereinsteiger werden keinerlei Computerkenntnisse vorausgesetzt. Ein eigener Computer ist nicht notwendig. Beratungen für den Computerkauf gehören mit dazu. Bei allen Schulungen wird großer Wert auf eine verständliche und beispielhafte Vermittlung gelegt.

**Kursangebot**

Für absolute Anfänger sind die **Einsteigerkurse** geeignet. Sie benötigen außer Ihrer Neugier keinerlei Vorkenntnisse. Ihre Enkel werden staunen, wenn Sie plötzlich mit Begriffen wie „Festplatte“, „Windows“ oder „CD-ROM“ um sich werfen.

Diejenigen, die mit „Windows“ und der Maus schon Erfahrung haben, sind in den Aufbaukursen gut aufgehoben:
Briefe schreiben mit Microsoft Word; das Internet entdecken im Internetkurs; Software installieren und Systempflege; Tabellen und Briefköpfe erstellen mit Word; Einladungen mit Fotos und Grafiken in Word erstellen; Fotos einscannen und bearbeiten mit Photo Paint; Einladungen mit Fotos und Grafiken mit Corel Draw erstellen; Homepage-Programmierung für das Internet; Rechnungen bezahlen von zu Hause aus - Homebanking; kaufen und verkaufen mit Ebay; Visitenkarten selbst gemacht. Das Angebot wird ständig erweitert und aktualisiert.

Das aktuelle Kursangebot mit Terminen und den Kursbeiträgen erhalten Sie unter Telefon 06103 / 91190 umgehend zugeschickt. Oder Sie schauen in die aktuelle ZEITLOS, das kostenlose Magazin für Ältere in Langen. ZEITLOS ist in den Apotheken, im Rathaus und natürlich in der „Haltestelle“ im Stresemannring 3 in Langen erhältlich.

## Veranstaltungen der Evangelischen Familienbildung im Kreis Offenbach im 2. Halbjahr 2009

### Kurse in der Ev. Johannesgemeinde:

Langen
Ev. Johannesgemeinde, Uhlandstr. 24 a

**Spielen und Lernen für Eltern und Kinder**
für Mütter und/oder Väter mit Kindern im Alter von ca. neun bis 36 Monaten

Dauer: 10 x 1,5 Std.
36 EUR
Anmeldung und Information: Tel.: 06103/71215

Kurs-Nr.: L352
mittwochs, 9:30-11 Uhr
Erster Termin: Mittwoch, 13. Januar 2010
Kursleitung: Eva Gibbels

Kurs-Nr.: L353
donnerstags, 9:30-11 Uhr
Erster Termin: Donnerstag, 14. Januar 2010
Kursleitung: Eva Gibbels

**Feste im Jahreskreis bewusst erleben**
Eine Themenreihe für Eltern, auch für Konfirmandeneltern

Dauer: 3 x 2 Std.
gebührenfrei
Anmeldung und Information: Tel.: 06103/28972

Kurs-Nr.: L381
Kurstermine:
Dienstag, 16. Februar 2010: 7-Wochen-ohne. Was wollen wir (ver)ändern?
Dienstag, 9. März 2010: Befreit von?
Dienstag, 30. März 2010: Ostern - Durchbruch zum Leben
Kursleitung: Martina Hofmann-Bekker (Dipl. Religionspädagogin)

**Bitte melden Sie sich frühzeitig an.**
**vhs**

**Mit Kräutern durch das Jahr**
Kräuter-Nachmittag mit Kochen und Anrühren für Heilzwecke

Dauer: 1 x 4 Std.
gebührenfrei
Anmeldung und Information: Tel.: 06103/71215

Kurs-Nr.: L510
Samstag, 20. März 2010, 14-18 Uhr
Kursleitung: Eva Gibbels
1,50 EUR pro Teilnehmer für Lebensmittel und Zutaten für Heilzwekke, Rezepte und Infomaterial zu den Kräutern

Kurs-Nr.: L511
Samstag, 19. Juni 2010, 14-18 Uhr
Kursleitung: Eva Gibbels
2 EUR pro Teilnehmer für Lebensmittel und Zutaten für Heilzwecke, Rezepte und Infomaterial zu den Kräutern

**Nähen - alles was Spaß macht**
Anfänger und Fortgeschrittene, jung und alt, Mann und Frau

Dauer: 9 x 2,5 Std.
56 EUR
Anmeldung und Information: Tel.: 06103/42601

Kurs-Nr.: L828
mittwochs, 20-22:30 Uhr
Erster Termin: Mittwoch, 13. Januar 2010
Kursleitung: Marta Rosenberger

## Kurse in der Ev. Martin-Luther-Gemeinde:

Langen
Ev. Martin-Luther-Gemeinde,
Berliner Allee 31

**Rund um den Rücken**
Fit mit Wirbelsäulen- und Ausgleichsgymnastik

Dauer: 10 x 1 Std.
33 EUR
Anmeldung und Information:
Tel.: 06103/74563

Kurs-Nr.: L580
mittwochs, 10-11 Uhr
Erster Termin: Mittwoch,
13. Januar 2010
Kursleitung: Beate Bohn
(Übungsleiterin)

Kurs-Nr.: L580/1
mittwochs, 10-11 Uhr
Erster Termin: Mittwoch,
23. Juni 2010
Kursleitung: Beate Bohn
(Übungsleiterin)

Kurs-Nr.: L581
mittwochs, 18:30-19:30 Uhr
Erster Termin: Mittwoch,
13. Januar 2010
Kursleitung: Beate Bohn
(Übungsleiterin)

Kurs-Nr.: L581/1
mittwochs, 18:30-19:30 Uhr
Erster Termin: Mittwoch,
23. Juni 2010
Kursleitung: Beate Bohn
(Übungsleiterin)

Kurs-Nr.: L582
mittwochs, 19:45-20:45 Uhr
Erster Termin: Mittwoch,
13. Januar 2010
Kursleitung: Beate Bohn
(Übungsleiterin)

Kurs-Nr.: L582/1
mittwochs, 19:45-20:45 Uhr
Erster Termin: Mittwoch,
23. Juni 2010
Kursleitung: Beate Bohn
(Übungsleiterin)

**Osteoporose - Gymnastik**
Stärkung der Knochen, Gleichgewichtstraining, Unfallprophylaxe

Dauer: 10 x 1 Std.
33 EUR
Anmeldung und Information:
Tel.: 06103/74563

Kurs-Nr.: L597
mittwochs, 10-11 Uhr
Erster Termin: Mittwoch,
14. April 2010
Kursleitung: Beate Bohn
(Übungsleiterin)

Kurs-Nr.: L598
mittwochs, 18:30-19:30 Uhr
Erster Termin: Mittwoch,
14. April 2010
Kursleitung: Beate Bohn
(Übungsleiterin)

Kurs-Nr.: L599
mittwochs, 19:45-20:45 Uhr
Erster Termin: Mittwoch,
14. April 2010
Kursleitung: Beate Bohn
(Übungsleiterin)

## Kurse in der Ev. Petrusgemeinde:

Langen
Ev. Petrusgemeinde, Gemeindehaus,
Westendstr. 70

**Spielen und Lernen für Eltern und Kinder**
für Mütter und/oder Väter mit Kindern im Alter von ca. neun bis 36 Monaten
Dauer: 10 x 1,5 Std.
36 EUR
Anmeldung und Information: Tel.: 06103/9883535

Kurs-Nr.: L357
dienstags, 9:30-11 Uhr
Erster Termin: Dienstag, 5. Januar 2010
Kursleitung: Petra Graf

**Musikgarten - Wir machen Musik**

Dauer: 1 x 45 min.
8,50 EUR
Anmeldung und Information:
Tel.: 06151/967808

Kurs-Nr.: L391
Montag, 11. Januar 2010,
9-9:45 Uhr
Kursleitung: David Beyer
für Babys von 0-18 Monaten

Kurs-Nr.: L392
Mittwoch, 13. Januar 2010,
10-10:45 Uhr
Kursleitung: David Beyer
für Babys von 0-18 Monaten

**AERO-BBP**

Dauer: 10 x 1 Std.
33 EUR
Anmeldung und Information:
Tel.: 0163-7764554

Kurs-Nr.: L533
donnerstags, 18-19 Uhr
Erster Termin: Donnerstag,
14. Januar 2010
Kursleitung: Gabriele Olivetti

Kurs-Nr.: L534
donnerstags, 19-20 Uhr
Erster Termin: Donnerstag, 14. Januar 2010
Kursleitung: Gabriele Olivetti

**Bodyshaping**

Dauer: 10 x 1 Std.
33 EUR
Anmeldung und Information:
Tel.: 0163-7764554

Kurs-Nr.: L535
dienstags, 10-11 Uhr
Erster Termin: Dienstag,
19. Januar 2010
Kursleitung: Gabriele Olivetti

## Kurse im Evangelischen Gemeindehaus:

Langen (Neurott)
Evangelisches Gemeindehaus,
Carl-Schurz-Str. 25

**Minigruppe**
In dieser Gruppe werden Kinder ohne ihre Eltern an drei Vormittagen in der Woche je 3,5 Std. betreut. (Für Kinder im Alter von 2-3 Jahren.)
Dauer: 3 Tage, 120 EUR
Anmeldung und Information:
Tel.: 06103/728172

Kurs-Nr.: L451
montags, dienstags und mittwochs, 9-12:30 Uhr
Kursleitung: Stefanie Ballay (Erzieherin), Geeta Kapoor

Kurs-Nr.: L451/1
montags, 9-12:30 Uhr
Erster Termin: Montag,
1. Februar 2010
Kursleitung: Stefanie Ballay (Erzieherin), Geeta Kapoor

## Kurse im Haus der Kirche:

Langen
Haus der Kirche, Bahnstr. 44

**Kommunikation in der Partnerschaft**
Ein Abend für Paare
Dauer: 1 x 2 Std.
12 EUR pro Paar
Anmeldung und Information:
Tel.: 06103/3007825

Kurs-Nr.: L220/1
Dienstag, 22. Juni 2010,
19:30-21:30 Uhr
Kursleitung: Michael Gallisch (Diplompsychologe, Psychologischer Psychotherapeut)

**Zurück in den Job - Familie und Beruf verbinden**

Dauer: 1 x 7 Std.
25 EUR
Anmeldung und Information:
Tel.: 06103/3007825
Kurs-Nr.: L228
Samstag, 20. März 2010, 10-17 Uhr
Kursleitung: Elke Wagenpfeil

***Das Musikfachgeschäft in Ihrer Nähe, direkt am Lutherplatz, Langen***

**Wir führen in großer Auswahl: MUSIKINSTRUMENTE MUSIKZUBEHÖR • NOTEN • MUSIKUNTERRICHT**

**Mo.-Fr. 9.00-12.30 und 14.30-18.30 Uhr • Sa. 9.00-13.00 Uhr**

musik luley

Lutherplatz 5-7
63225 Langen
Tel. (0 61 03) 2 19 75

Jungfernstraße 5
64291 DA-Arheilgen
Tel. (0 61 51) 35 14 22

www.musik-luley.de • EMail: musikluley@gmx.de

# Notizen

## Dozentinnen und Dozenten der vhs Langen

Acosta, Marco, Telefon: 069 / 37407207
Allerheiligen, Elisabeth, Telefon: 06103 / 728051
Bender, Gisela, Telefon: 06103 / 72422
Biermann, Annegret, Telefon 069 / 831769
Bläser, Brigitte, Telefon: 06103 / 49656
Brill, Lothar, Telefon: 06105 / 44329
Brindöpke, Telefon: 0176 - 26120517
Camacho-Lopez, Marco, Telefon: 06103 / 270590
Daneke, Uwe, Telefon: 06103 / 203-200
Dannefelser-Schuchmann, Heike,
Telefon: 06150 / 5926079
Deisel, Karin, Telefon: 06103 / 8030234
Desch, Günter, Telefon: 06103 / 71616
Dudichum, Johana, Telefon: 06103 / 74834
Eil, Liselotte, Telefon: 06103 / 54391
Felger, Jürgen, Telefon: 06162/919229
Fellner-Näser, Brita, Telefon: 06103 / 488030
Grein, Gerd J., Telefon: 06162 / 73325
Hawbaker, Elaine, Telefon: 06103 / 8319304
Heller, Gaby, Telefon: 06103 / 929427
Hill, Gerhard, Telefon: 0179 / 5099791
Hochberger, Sabine, Telefon: 06103 / 52147
Kitzmann, Irina, Telefon: 06103 / 929401
Knatz, Elvira, Telefon: 06103 / 71909
Koch-Saremba, Anne, Telefon: 06103 / 88583
Krahn, Birgit, Telefon: 06103 / 53737
Kruip, Carina, Telefon: 06150 / 135561
Kürsch, Manfred, Telefon: 06103 / 23998
Liersch, Sylvia, Telefon: 06103 / 79116
Martini, Bärbel, Telefon: 06102 / 6340
Mirza, Sabrina, Telefon: 06103 / 25605
Olivetti, Gabriele, Telefon: 0163 / 7764554
Parra Camacho, Kelly, Telefon: 0176 / 80040511
Ramirez, Ivan, Telefon: 0177 / 6039758
Schäfer, Marianne, Telefon: 06103 / 8075013
Schaum, Jürgen, Telefon: 06103 / 51113
Schaum-Distelmann, Esther, Telefon: 06103 / 51113
Schmidt, Michael, Telefon: 06103 / 2027544
Schmidt-Groeneveld, Doris, Telefon: 06103 / 22661
Schnabel, Thomas, Telefon: 06182 / 67651
Siegel, Françoise, Telefon: 06103 / 25648
Sommer, Elfriede, Telefon: 06103 / 86477
Strathus, Naomi, Telefon: 06103 / 202982
Thomas, Ingo, Telefon: 06150 / 867747
Wangsadinata, Wahjudin, Telefon: 06103 / 66985
Weigl, Sarah, Telefon: 06103 / 922008
Wendland, Janine, Telefon: 06103 / 74978
Westermeier, Heidemarie, Telefon: 06103 / 71589
Williams, Laura, Telefon: 06151 / 9711229
Wolter-Neff, Gaby, Telefon: 06103 / 46662
Ziehl, Ulrike, Telefon: 06103 / 54603