



Kreis Offenbach

vhs

Kreisvolkshochschule

Programm 1. Halbjahr 2008

mit
vhs Dietzenbach
vhs Heusenstamm
vhs Rodgau
vhs Rödermark
Informationen zu den anderen
Volkshochschulen im Kreis Offenbach



Die **vhs**
Volkshochschulen

Informationen/Teilnahmebedingungen

Es gilt die Gebührenordnung der Kreis-vhs, die wir Ihnen auf Anfrage zusenden. Sie finden diese auch im Internet.

__Anmeldung

Persönliche und schriftliche Anmeldungen (Anmeldeformular, formloser Brief, formlose Postkarte oder Telefax) werden ab sofort entgegengenommen. Die Anmeldung ist in jedem Fall verbindlich. Auch der Eintrag in die Teilnahmeliste ist eine verbindliche Anmeldung. Anmeldungen per e-Mail oder Telefon werden als unverbindliche Reservierungen angenommen, die innerhalb von fünf Werktagen schriftlich durch die anmeldende Person bestätigt werden müssen; erfolgt innerhalb der Frist keine Bestätigung, so wird die Reservierung kostenfrei storniert.

Anmeldungen, die bis 5 Werktage vor Veranstaltungsbeginn bei der Kreis-vhs eingehen, werden bestätigt. Sollten Sie innerhalb von 10 Tagen nach Anmeldung keine Bestätigung oder sonstige Benachrichtigung erhalten haben, setzen Sie sich bitte telefonisch mit der Kreis-vhs in Verbindung.

__Gebühren, Gebührenpflicht, Bezahlung

Die Gebühren richten sich nach der Gebührenordnung der Kreis-vhs. Gebührenpflicht entsteht mit der Anmeldung. Auch wenn eine Person erst später einer Veranstaltung beitrifft, wird die Gebühr berechnet, als ob diese Person die Veranstaltung von ihrem tatsächlichen Beginn an besucht hat. Ausnahme hiervon bilden langfristige Lehrgänge, die mindestens dreimal pro Woche über mehr als vier Wochen angeboten werden: hier sind die Gebühren für die Termine ab dem Zeitpunkt der Anmeldung zu zahlen. Die Gesamtteilnahmegebühr wird auf volle €-Beträge auf- oder abgerundet.

Bei einer Kursgebühr von mehr als € 75,- ist auf Antrag Ratenzahlung möglich.

Die Bezahlung der Gebühren erfolgt unbar durch Gebühreneinzug oder Überweisung. Personen, die am Überweisungsverfahren teilnehmen, zahlen zusätzlich zu den Teilnahmegebühren eine Verwaltungsgebühr von € 2,50 pro Kurs für den entstehenden Verwaltungsaufwand. Personen, die am Gebühreneinzugsverfahren teilnehmen, erhalten keine Rechnung.

__Gebührenbefreiung

Für Personen mit Hauptwohnsitz im Kreis Offenbach, die arbeitssuchend gemeldet sind oder die Leistungen nach dem SGB II bzw. SGB XII beziehen, ist der Besuch von einer Veranstaltung im Semester gebührenfrei. Für weitere Veranstaltungen entrichten diese Personen 75 % der Gebühr.

Bei nachweislicher wirtschaftlicher Notlage kann auf Antrag ebenfalls von der Gebührenpflicht befreit werden.

Gebührenbefreiungen bedürfen des Nachweises durch die Antragstellerin bzw. den Antragsteller. Der Nachweis ist der Anmeldung beizufügen.

Für Materialzuschläge o.ä. Zusatzkosten kann keine Befreiung gewährt werden.

Gebührenbefreiungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden.

__Gebührenermäßigung

Vollzeitschülerinnen/-schüler, Vollzeitstudentinnen/-studenten, Auszubildende, Rentnerinnen/Rentner sowie Behinderte (Grad der Behinderung 50 % und mehr), Au-Pairs, Personen die Leistungen nach dem Grundsicherungsgesetz erhalten, Personen, die ein freiwilliges soziales Jahr leisten, Personen mit Jugendleiterkarte (Juleica) oder Ehrenamtskarte entrichten 75 % der Gebühr. **Gebührenermäßigungen bedürfen des Nachweises durch die Antragstellerin bzw. den Antragsteller. Der Nachweis ist der Anmeldung beizufügen; nachträglich eingereichte Nachweise können nicht anerkannt werden.**

Für Materialzuschläge o.ä. Zusatzkosten kann keine Ermäßigung gewährt werden. Gebührenermäßigungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden.

Doppelermäßigungen sind ausgeschlossen.

__Rücktritt

Abmeldungen sind nur schriftlich oder zur Niederschrift möglich. Für die Berechnung der Frist gilt immer das Datum des Eingangs bei einer der Geschäftsstellen der Kreisvolkshochschule. Erklärungen per Telefon oder e-Mail sind als Abmeldungen nicht zulässig. Abmeldungen bei der Kursleitung gelten als nicht getätigt.

a) Bei Kursen mit **mehr als 8 Veranstaltungsterminen** besteht Gebührenpflicht, wenn keine **schriftliche Abmeldung vor dem zweiten Kurstermin** bei der Kreisvolkshochschule vorliegt. Ausnahme hiervon bilden langfristige Lehrgänge, die mindestens dreimal pro Woche über mehr als 4 Wochen angeboten werden. Hier ist eine Abmeldung zu jedem Zeitpunkt möglich; es sind dann die Gebühren für die Termine zu zahlen, die zwischen Beginn der Gebührenpflicht und dem Eingang der Abmeldung bei der Kreisvolkshochschule liegen.

b) Bei Kursen mit **8 oder weniger Veranstaltungsterminen** entfällt die Gebührenpflicht, wenn **bis drei Wochen vor dem Veranstaltungstermin eine schriftliche Abmeldung** vorliegt. Erfolgt die schriftliche Abmeldung später, so werden folgende Rücktrittsgebühren fällig, mindestens aber € 5,-:-

20-14 Tage vor Veranstaltungsbeginn 10 % der Gebühren

13-7 Tage vor Veranstaltungsbeginn 50 % der Gebühren

6-3 Tage vor Veranstaltungsbeginn 80 % der Gebühren

danach wird die volle Gebührensomme fällig.

Wird von der zurücktretenden Person eine geeignete Ersatzperson gestellt, kann die Kreis-vhs auf die Zahlung der Rücktrittsgebühren verzichten, sofern die Ersatzperson die Gebührenpflicht der zurücktretenden Person in vollem Umfang übernimmt.

c) Tritt eine Teilnehmerin / ein Teilnehmer einer Studienfahrt oder -reise nach erfolgter Anmeldung zurück, wird bis zum 30. Tag vor Veranstaltungsbeginn eine Rücktrittsgebühr in Höhe von 10 % der Teilnahmegebühr, jedoch mindestens € 5,- und höchstens € 150,- erhoben; bei Rücktritt vom 29. Tag vor Veranstaltungsbeginn an sind, außer der Zahlung

dieser Rücktrittsgebühr, die der Kreisvolkshochschule entstandenen Kosten voll zu erstatten. Wenn die Bedingungen einer Studienfahrt oder -reise von den hier genannten abweichen, werden diese Bedingungen in der Ausschreibung ausgewiesen oder vor der verbindlichen Anmeldung gesondert mitgeteilt. Tritt die Kreisvolkshochschule nur als Vermittlerin auf, gelten die Bedingungen der veranstaltenden Institution. Nr. 2 der Regelungen für die Gebührenrückerstattung findet keine Anwendung auf Studienfahrten und -reisen.

__Gebührenrückerstattung

1.) Teilnahmegebühren werden zurückerstattet,

a) in voller Höhe, wenn eine Veranstaltung abgesagt werden muss,

b) anteilig, wenn vorgesehene Veranstaltungstermine ausfallen und keine Nachholtermine vereinbart werden. Werden angebotene Nachholtermine nicht wahrgenommen, besteht kein Anspruch auf Rückerstattung. Aus Gründen der Verwaltungsvereinfachung besteht auf Rückerstattung kein Anspruch, wenn dieser Anspruch in der Summe weniger als € 5,- beträgt.

2.) Teilnahmegebühren werden auf schriftlichen Antrag in voller Höhe oder anteilig erstattet, wenn in der ersten Hälfte einer Kursveranstaltung eine Teilnehmerin/ ein Teilnehmer aus den folgenden Gründen nicht in der Lage ist, an der Veranstaltung bzw. weiter an einer Veranstaltung teilzunehmen:

- wenn sie/er durch Krankheit gehindert wird, mehr als ein Drittel der Veranstaltung zu besuchen, analog bei Krankheit einer/eines nahen Familienangehörigen (Lebenspartnerin/Lebenspartner/Eltern/Kinder), die der Pflege durch die Teilnehmerin/den Teilnehmer bedarf,

- bei Tod einer/eines nahen Familienangehörigen (s.o.), wenn dadurch mindestens die Hälfte der Veranstaltung versäumt wird.

Ein entsprechender Nachweis ist unverzüglich zu führen. Aus Gründen der Verwaltungsvereinfachung entfällt die Rückerstattung, wenn diese Summe weniger als € 5,- beträgt.

Kann eine Teilnehmerin/ein Teilnehmer aus anderen Gründen an einer Veranstaltung nicht teilnehmen, besteht kein Rechtsanspruch auf Rückerstattung der Gebühr.

__Datenschutz

Das hessische Datenschutzgesetz sieht eine Aufklärung über die Datenerhebung und eine Benachrichtigung aller Betroffenen vor, deren personenbezogene Daten automatisiert gespeichert werden.

Wir geben Ihnen daher folgendes zur Kenntnis:

Die Kreis-vhs/vhs Rödermark bedient sich zur Verwaltung ihrer Veranstaltungen einer automatisierten Datenverarbeitung. Dabei werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer entsprechend Ihrer Anmeldung erfasst. Name, Vorname, Anschrift, die Einteilung in eine Altersgruppe, sowie im Falle des Gebühreneinzuges, die Bankverbindung werden in einer Datei gespeichert.

Die Daten werden aufbereitet und anonym für die Statistik des Deutschen Volkshochschulverbandes verarbeitet. Im Falle des Gebühreneinzuges werden Name, Vorname, Bankverbindung, Kursgebühr und Kursnummer an die Sparkasse Langen-Seligenstadt übermittelt. Weitere Übermittlungen finden nicht statt.

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass Sie Ihre Angaben freiwillig machen. Sie können Sie ganz oder teilweise verweigern, müssen jedoch damit rechnen, dass wir Ihre Anmeldung dann nicht bearbeiten können. Durch Ihre Unterschrift auf der Anmeldekarte bestätigen Sie auch die Freiwilligkeit Ihrer Angaben und stimmen der Verarbeitung dieser Daten zu.

__Ferien

Sofern nichts anderes vereinbart wird, fallen alle Veranstaltungen an beweglichen Ferientagen sowie an den Feiertagen und während der Schulferien aus und werden im Verlaufe des Semesters nachgeholt.

Osterferien

25.03. bis 05.04.2008

Sommerferien

23.06. bis 01.08.2008

(jeweils erster und letzter Ferientag)

__Mindestalter:

Das Mindestalter für die Teilnahme an den Veranstaltungen beträgt in der Regel 14 Jahre.

__Teilnahmebescheinigungen:

Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch nach Beendigung einer Veranstaltung ausgestellt, wenn mindestens 80 % der Unterrichtsstunden besucht wurden. Voraussetzung ist, dass die Teilnahmegebühren entrichtet wurden.

__Versicherung:

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an Veranstaltungen der Kreis-vhs/vhs Rödermark sind gegen Unfälle versichert. Für Diebstahl und Sachschäden wird keine Haftung übernommen.

__Hausordnungen:

Wir weisen darauf hin, dass die Hausordnungen in den jeweiligen Unterrichtsorten einzuhalten sind. Besonders weisen wir auf das absolute Rauchverbot an hessischen Schulen hin, das für alle Personen gilt, die sich im Schulgebäude und auf dem Schulgelände aufhalten.

__Programminhweise:

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

Eine Unterrichtseinheit (UE) entspricht 45 Minuten.

Keine Haftung für Druckfehler!

Änderungen gegenüber der gedruckten Fassung des Programmheftes sind in rot hervorgehoben!

Stand: 14.02.2008

Informationen/Teilnahmebedingungen	2
Leitbild der Kreisvolkshochschule Offenbach und der vhs Rödermark	4
Geschichte	4
Psychologie	4
Landes- und naturkundliche Vorträge	5
Literatur	5
Malen/Zeichnen	5
Keramik	6
Mode	6
Feng Shui	6
Autogenes Training	7
Yoga	7
Meditation und Entspannung	8
Gymnastik	8
Fitness	9
Erkrankungen/Heilmethoden	10
Essen und Trinken	10
Deutsch als Fremdsprache	10
Englisch	10
Französisch	12
Italienisch	12
Spanisch	13
Mathematik	14

Weitere Kursangebote in Rödermark finden Sie im Programm der Kreis-vhs Offenbach und im Internet unter <http://www.vhs-roedermark.de>.

Geschäftsstelle der Kreisvolkshochschule
vhs Rödermark
 Dieburger Str. 9-11
 63322 Rödermark (Ober-Roden)
 Tel.: 0 60 74 / 92 27 00, Fax: 0 60 74 / 92 27 01
 e-Mail: vhs@kreis-offenbach.de

Anmeldungen und Abmeldungen per e-Mail sind nicht möglich!

Sprechzeiten: Mo 9.00–12.00 und 14.00-18.00 Uhr
 Mi 9.00-12.00 Uhr
 oder nach Vereinbarung

Leitung der vhs Rödermark

Lothar Elsner (l.elsner@kreis-offenbach.de) 0 60 74 / 81 80 – 54 44
 Stellvertretender Leiter der Kreis-vhs 0 61 06 / 77 26 16
 Außerhalb der Sprechzeiten der vhs Rödermark erreichen Sie Herrn Elsner in der
 Regel unter der 0 61 06 / 77 26 16.

Sachbearbeitungen Kurse:

Laura Buccoli (l.buccoli@kreis-offenbach.de) 0 60 74 / 81 80 – 54 42
 in Dietzenbach zu erreichen Di-Fr 7.00-12.00 Uhr
 Mo-Do 13.00-15.00 Uhr

Mitarbeiter vor Ort

Lothar Murmann 0 61 06 / 77 87 43



1. Identität und Werte

Die Kreisvolkshochschule ist die Weiterbildungseinrichtung des Kreises Offenbach und arbeitet im öffentlichen Auftrag. Arbeitsgrundlagen sind das Hessische Weiterbildungsgesetz und die Satzung der Kreisvolkshochschule Offenbach. Wir sind überparteilich, gemeinwohlorientiert, bürgernah sowie weltanschaulich und konfessionell neutral.

2. Auftrag und Ziele

Unser Auftrag wird durch das Hessische Weiterbildungsgesetz vorgegeben. Er basiert auf den Grundwerten einer demokratischen Ordnung, auf Meinungsvielfalt und Toleranz. Er orientiert sich an den beruflichen, sozialen und persönlichen Bedürfnissen der Bevölkerung. Wir wollen Menschen unterschiedlicher Herkunft, sozialer Lage, Weltanschauung und Nationalität erreichen und lebenslanges Lernen für alle ermöglichen. Unser Bildungsverständnis bezieht die vielfältigen Begabungen, Fähigkeiten und Fertigkeiten von Menschen mit ein.

Wir ermöglichen durch ein breit gefächertes und innovatives Programm und durch vielfältige Lernprozesse lebenslanges Lernen für die verschiedenen gerade auch bildungsfernen Bevölkerungsgruppen. Als Lernort und Begegnungsstätte leisten wir einen Beitrag zu Chancengleichheit und Integration. Die Entfaltung der Persönlichkeit und die Förderung von Kritikfähigkeit in einem toleranten Lernumfeld gehören ebenso zu unseren Zielen, wie die Weiterentwicklung von Fähigkeiten, das Leben selbstbewusst und eigenverantwortlich zu gestalten.

3. Teilnehmende

Mit unseren Kultur- und Bildungsangeboten wenden wir uns an alle Erwachsene und Heranwachsende, unabhängig von Herkunft, Bildungsstand und Weltanschauung. Für besondere Zielgruppen, Betriebe, Schulen, Vereine und andere Einrichtungen des Landeskreises entwickeln wir maßgeschneiderte Bildungsangebote. Wir bieten die Möglichkeit zur Mitwirkung bei der Programmplanung.

4. Fähigkeiten

Unsere Kreisvolkshochschule bietet professionelle und effiziente Verwaltungs- und Managementstrukturen. Der Service und die Organisation arbeiten kompetent, kundenfreundlich und zuverlässig. Wir haben qualifizierte haupt- und nebenberufliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit einem hohen Maß an Professionalität, Fachwissen, Methodenkenntnissen und Sozialkompetenz. Die bedarfsgerechten Angebote und pädagogischen Konzepte sind markt- und kundenorientiert.

5. Leistungen

Wir veröffentlichen unsere Bildungsangebote auf vielfältige Weise. Sie sind nach Stoffgebieten und Niveaustufen differenziert und bieten eine große Anzahl an Themen, Unterrichtsmethoden, Veranstaltungsformen und -zeiten. Zusätzlich bieten wir maßgeschneiderte Bildungsangebote an und erbringen Dienstleistungen in Kooperation mit unterschiedlichen Einrichtungen. In Zusammenarbeit mit Prüfungsinstitutionen bieten wir anerkannte Abschlüsse und Zertifikate an. Wir leisten individuelle Bildungs- und Lernberatung. Unserem haupt- und nebenberuflichen Personal ermöglichen wir kontinuierliche Weiterbildung. Es gehört zu unserem Service, dass wir für Teilnehmende und Kursleitungen gut erreichbar sind. Unsere Leistungen umfassen u. a. kostenfreie Bildungs- und Lernberatung, schriftliche Anmelde- und Teilnahmebestätigungen.

6. Ressourcen

Unsere wichtigsten Ressourcen sind die beruflichen und persönlichen Potenziale unserer haupt- und nebenberuflichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die öffentlichen Zuschüsse, die Teilnahmebeiträge, die Unterstützung durch den Kreis Offenbach, die Vielfalt der Kooperationspartner, unsere eigenen Räumlichkeiten sowie die Schulen mit bedarfsgerechter Ausstattung. Wir sind Mitglied im Hessischen und Deutschen Volkshochschulverband, wo wir umfassende Informationen und strukturelle Unterstützung erhalten. Die Kooperation mit den örtlichen und benachbarten Volkshochschulen festigt unsere Stellung in der regionalen Weiterbildungslandschaft. Durch die kontinuierliche Verbesserung und Vernetzung unserer Arbeit schaffen und erschließen wir uns neue Ressourcen.

7. Gelungenes Lernen

Unter gelungenem Lernen verstehen wir, dass die Teilnehmenden ihre angestrebten Lernziele mit unserer Hilfe erreichen und sie sich besser in ihrem persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Umfeld orientieren und sich stärker beteiligen können. Dies ermöglichen wir durch ganzheitliches, soziales und partizipatives Lernen, das sich an den Wünschen, Möglichkeiten und Lebenserfahrungen der Teilnehmenden orientiert. Lernen wird gelernt und regt zum lebenslangen Weiterlernen an, damit die gewonnenen Fähigkeiten, Techniken, Haltungen und Einstellungen im persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Alltag umgesetzt werden können.

Geschichte

Elisabeth von Hessen-Darmstadt (1864-1918)

Russische Großfürstin, Äbtissin und Märtyrerin
Anfang 1905 explodierte vor dem Kreml am Nikolski-Tor eine Bombe, die den Großfürsten Sergej Alexandrowitsch sofort tötete. Nach dem tödlichen Attentat auf ihren

Mann verzieh die Witwe und Schwester der letzten russischen Zarin, Jelisaweta Fjodorowna, dem Attentäter Kaljajew und reichte sogar beim Zaren ein Gesuch um die Begnadigung des Mörders ein. Der tragische Tod ihres Mannes, den sie sehr geliebt hatte, war der Wendepunkt in ihrem Leben. Die seinerzeit reichste Großfürstin Russlands gab ihr gesamtes Vermögen auf und gründete das Kloster Martha-Maria Kloster der Barmherzigkeit in Moskau. Im Juli 1918 wurde sie - inzwischen Äbtissin - von den Bolschewiki umgebracht. Der Vortrag gibt einen Einblick in die Lebensgeschichte von Jelisaweta Fjodorowna - Elisabeth von Hessen-Darmstadt, genannt Ella.

__R 01.00.20

Manfred Karl Böhm, Dipl.-Theologe, Publizist

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Mi, 27.02.2008, 20.00-21.30 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Psychologie

Wochenend-Seminar: Erkenne dich selbst und du erkennst die Welt

„Wenn du dein wahres Selbst erkannt hast, dann hast du GOTT gefunden, dann bist du am Ziel allen Suchens.“

Die großen Fragen der Menschheit sind: Woher komme ich, wohin gehe ich und welche Aufgaben habe ich hier auf der Erde. An diesem Wochenende werden wir uns mit diesen Fragen beschäftigen, wir lernen die geistigen Lebensgesetze kennen, machen uns mit der Numerologie vertraut und können durch tiefe Heilmeditationen alte Energieblockaden auflösen, um immer tiefer an unser wahres Selbst zu kommen. Bitte bequeme, warme Kleidung, eine Matte und eine Woldecke mitbringen.

__R 01.07.50 WE

Gabriele Loose, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Sa/So, 08./09.03.2008, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr

€ 40,-, 2 Termine, 18 UE

- keine Gebührenermäßigung -

Astrologie - Deinem Lebensplan auf der Spur

Jeder Planet in Ihrem Geburtshoroskop stellt eine besondere Energieform dar, welche ganz bestimmte charakteristische Eigenschaften aufweist. In einfacher und verständlicher Form erfahren Sie an 12 Abenden, wie instinktive, psychologische Antriebskräfte und Bedürfnisse über die Planetenenergien ihren Ausdruck finden. Das wesentliche Prinzip der Astrologie besteht darin, uns selbst und andere in allen Phasen der emotionalen, physischen und mentalen Entwicklung besser zu verstehen.

__R 01.07.51

Michaela Till, Astrologin / Spirituelle Psychologie

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 02
Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 11.02.2008

€ 53,-, 12 Termine

Workshop: Schamanismus - Zur Quelle der Kraft

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

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

Bitte eine Matte, eine Decke und warme Socken mitbringen.

__R 01.07.52

Larha Jockwer, Leiterin des MIRANDALA-Instituts für schamanisches Heilen

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

Sa, 23.02.2008, 10.00-13.00 Uhr

€ 9,-, 1 Termin

- keine Gebührenermäßigung -

Vortrag: Lebenskrisen - Herausforderung und Chance?

Alle Menschen genießen es, wenn das Leben nach einer gewissen Vorhersagbarkeit und Ordnung verläuft. Wir möchten alle die Kontrolle über unser Leben haben - das gibt uns ein Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit. Leider jedoch verläuft das Leben nicht nur nach unseren Wünschen. Krisen und unerwartete Veränderungen, die das Schicksal für uns bereithält, stellen uns immer wieder vor neue Herausforderungen. Gleichgültig wie schwer es uns treffen mag: Wir besitzen auf jeden Fall einen Einfluss auf unser Befinden und unser Verhalten.

__R 01.07.53

Michaela Till, Astrologin / Spirituelle Psychologie

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

Mo, 09.06.2008, 19.00-20.30 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Landes- und naturkundliche Vorträge

Diavortrag: Galapagos-Inseln und Ecuador

Die vor der Küste Ecuadors gelegenen Galapagos-Inseln gehören zu den letzten Naturparadiesen unserer Erde. Die Reiseleiterin Christina Böhner nimmt uns mit auf eine Entdeckungsreise zu Vulkanen und einer bunten Tierwelt mit Meeresechsen, Krebsen und faszinierenden Vogelarten. Ein Abstecher in den Regenwald Ecuadors rundet das Naturerlebnis ab.

__R 01.10.40

Christina Böhner

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Mi, 20.02.2008, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Diavortrag: Nordportugal für Naturfreunde

Portugal ist keineswegs nur ein Anhängsel von Spanien, sondern versteht sich noch immer als ruhmreiche Entdeckungsnation, die neuerdings erfolgreich die Globalisierung mit Hilfe von EU-Mitteln anstrebt...

Trotzdem hat sich im Nordosten des Landes eine alte bäuerliche Kulturlandschaft erhalten, die uns teilweise an das Mittelalter denken lässt: Uralte Dörfer aus Granit-Natursteinen prägen ein harmonisches naturnahes Landschaftsbild in der Provinz Douro und Trás-os-Montes.

Für den Naturfreund hat diese alte Kulturform noch manches Kleinod übrig gelassen. Viel gibt es zu entdecken an seltenen Pflanzen und Tieren in den abgelegenen Gegenden der Serra de Alvao oder im Nationalpark Peneda-Gêres. Wilde, völlig naturbelassene Flusstäler weisen eine unglaubliche Vielfalt an Orchideen und anderen Blütenpflanzen auf. Prachtvolle Schmetterlinge, sogar der Fischotter und Schildkröten finden hier noch paradiesische Zustände. Und nicht zuletzt laden die ausgedehnten Weinberge am Douro zu einem Besuch und vielleicht auch zu einer Weinprobe des berühmten Portweins ein. Kommen Sie mit zu einer Bilderreise durch diese wunderschönen Regionen Portugals!

__R 01.10.41

Martin Schroth

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Mi, 12.03.2008, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Diavortrag: Südportugal für Naturfreunde

Der Süden Portugals hat neben den Badestränden der Algarve eine Fülle von artenreichen und farbenprächtigen Naturschätzen aufzuweisen. Besonders die vom Menschen völlig unverändert belassenen Flusssysteme mit ihren glasklaren, stark wechselnden Wasserständen sind Lebensadern für Tier- und Pflanzenarten, die in dieser Zusammensetzung nur hier - und einmalig für Europa zu finden sind. Der Vortrag führt entlang der Dünen der Atlantikküste nach Süden in die Serra de Monchique, weiter ins mittelalterliche Städtchen Mertola an den großartigen Grenzfluss Guadiana, weiter nach Norden in den Naturpark Serra de Mamede an der spanischen Grenze und abschließend in das Karstgebiet des Wallfahrtsortes Fatima. Gezeigt werden die farbenprächtigen botanischen und zoologischen Kostbarkeiten, aber auch Aspekte der traditionellen Kultur der Landbevölkerung Südportugals. Kommen Sie mit auf eine Bilderreise durch eine spannende und abgelegene Region Europas!

__R 01.10.42

Martin Schroth

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Mi, 19.03.2008, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Diavortrag: Malta - die vielfach eroberte Insel zwischen Orient und Okzident

Sie liegen im Herzen des Mittelmeers, die maltesischen Inseln Malta, Gozo und Comino, an der engsten Stelle zwischen Italien und Afrika. Diese wurden vor etwa 6.000 Jahren erstmals besiedelt und geben der Welt noch heute Rätsel auf. Das hat ihr Schicksal in alten Zeiten besiegelt: Viele wollten sie besitzen. Malta lag strategisch günstig und war mit Naturhäfen ausgestattet. Die Phönizier landeten schon vor 3.000 Jahren, später kamen die Römer, der Johanniterorden, die Engländer... Malts zahllose Herren sind für die Besucher heute ein Geschenk: Ihre Kulturen haben Spuren hinterlassen. Die 27 km lange und 14,5 km breite Insel präsentiert eine unglaubliche Fülle von Kulturdenkmälern aus verschiedenen Epochen, selbst steinerne Zeugnisse aus einem vorchristlichen Matriarchat.

Wir kommen an in einer Landschaft zwischen Hügeln, Terrassen, Felsen und Sandstränden - und sind schon gefangen in einer Zeitreise zurück bis zur Megalithkultur, die durch die UNESCO zum Weltkulturerbe ernannt wurden. Besichtigt werden bei einer Inselrundfahrt die wichtigsten und schönsten Sehenswürdigkeiten (Paläste, Kathedralen etc.) u.a. in Valletta, Sliema, Mdina, Rabat, Marsaskala, Marsaxlokk...

__R 01.10.43

Horst W. Günther

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Mi, 09.04.2008, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Diaschau: Eine Reise durch das Baltikum - Estland-Lettland-Litauen

Eine Reise durch das Baltikum ist eine Entdeckungstour durch drei Länder, die Jahrzehnte lang abgeschottet wurden. Estland ist das nördlichste, kleinste und am dünnsten besiedelte Land des Baltikums. Endlose Wälder, zahlreiche Seen, Moore und Sümpfe sowie weiße Strände prägen die Landschaft. Stattliche Gutshäuser und Bischofsburgen der Ordensritter erinnern an Herrschaftsansprüche und Machtstrukturen längst vergangener Zeiten. Tallinn, das einstige Reval, schmückt sich noch heute mit Bauten, die zur Zeit der Hanse entstanden, und mit einer fast vollständig erhaltenen mittelalterlichen Stadtmauer.

Auch Lettlands Hauptstadt Riga ist stolz auf viele Zeugnisse ihrer Vergangenheit als mächtige Hansestadt, vor allem aber auf die herrlichen Jugendstil-Bauten. Als Kontrast zu diesen Großstädten findet man in der Provinz ländliche Idylle, traumhafte Landschaften und Naturparadiese, ebenso barocke Schlösser und traditionelle Holzhäuser.

In Litauen, dem größten baltischen Land, faszinieren neben vielen anderen Highlights vor allem Europas größte Wanderdünen auf der Kurischen Nehrung und die Hauptstadt Vilnius, das „Rom des Nordens“, mit gotischen und barocken Bauwerken.

__R 01.10.44

Werner Tauchert

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Mi, 30.04.2008, 20.00-21.30 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Literatur

Lesen und darüber reden

„Es ist ein großer Unterschied, ob ich lese zu Genuss und Belebung oder zur Erkenntnis und Belehrung“ (Goethe: Maximen und Reflexionen). Mit den Texten, die wir in der Gruppe besprechen, versuchen wir, diesen Unterschied aufzuheben. Dazu tragen auch Informationen über Autoren und deren Werk bei.

Kurstage: 14.2., 28.2., 13.3., 10.4., 24.4., 8.5., 29.5. und 12.6.2008

__R 02.01.30

Stefanie Engelke, M.A. (Literaturwissenschaftlerin)

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum
Do, 15.00-17.00 Uhr, ab 14.02.2008

€ 47,-, 8 Termine

Malen/Zeichnen

Malen am Abend - erquickend und labend

Im Rahmen des Kurses sind Exkursionen oder eine Verlegung des Kursortes nach Absprache vorgesehen.

Kurstage: 4.3., 15.4., 20.5. und 27.05.2008.

__R 02.05.60

Hanne Gebhardt

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum B 36
Di, 18.00-21.00 Uhr, ab 04.03.2008

€ 35,-, 4 Termine, 16 UE

Keine Neuaufnahmen möglich.

Malen am Abend - erquickend und labend

Kursbeschreibung siehe R 02.05.60

Kurstage: 5.3., 16.4., 21.5. und 28.5.2008.

__R 02.05.61

Hanne Gebhardt

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum B 36
Mi, 17.30-20.30 Uhr, ab 05.03.2008

€ 35,-, 4 Termine, 16 UE

Malen am Abend - erquickend und labend

Kursbeschreibung siehe R 02.05.60

Kurstage: 3.3., 6.3., 14.4., 17.4. und 19.5.2008.

__R 02.05.62

Hanne Gebhardt

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum B 36
Mo, 18.00-21.45 Uhr, ab 03.03.2008

€ 55,-, 5 Termine, 25 UE

Malen am Morgen - vertreibt Kummer und Sorgen

Kursbeschreibung siehe R 02.05.60

Kurstage: 3.3., 6.3., 14.4., 17.4. und 19.5.2008.

__R 02.05.63

Hanne Gebhardt

Rödermark (Ober-Roden), Friedrich-Ebert-Str., Halle der Turnerschaft, 1. Stock
Mo, 09.00-12.45 Uhr, ab 03.03.2008

€ 55,-, 5 Termine, 25 UE

Keramik

Keramik für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Verschiedene Aufbau- und Dekorationstechniken bilden die Grundlage für das kreative Arbeiten mit Ton. Anfänger/innen können ebenso individuell arbeiten wie Fortgeschrittene. Egal ob Gartenskulptur, Blumenschale oder Geschirr, durch die eigene „Handschrift“ wird jedes Stück zu etwas Besonderem. Es kann auch an der elektrischen Töpferscheibe gearbeitet werden. Weitere Informationen und Bildmaterial unter www.keramik-im-puls.de.

Bitte Arbeitskleidung und altes Geschirrtuch mitbringen.

___R 02.06.50

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum Urberach, Bachgasse

Mi, 19.00-21.15 Uhr, ab 13.02.2008

€ 66,-, 10 Termine, 30 UE

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

- keine Gebührenermäßigung -

Keramik für Anfänger/innen und Fortgeschrittene am Vormittag

Kreativität und eigene Ideen in eine keramische Arbeit umsetzen, dabei individuell gestalten und arbeiten - dies alles lässt sich beim Töpfern verwirklichen. Anfänger/innen können ebenso wie Fortgeschrittene mit Hilfe verschiedener Techniken schöne und einzigartige Dinge entstehen lassen. Eine elektrische Töpferscheibe ist vorhanden. Weitere Informationen und Bildmaterial unter www.keramik-im-puls.de.

Bitte Arbeitskleidung und altes Geschirrtuch mitbringen.

___R 02.06.51

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum Urberach, Bachgasse

Di, 09.30-11.45 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 10 Termine, 30 UE

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

- keine Gebührenermäßigung -

Kreatives Arbeiten mit Ton für Kinder ab 6 J.

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

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

Materialkosten sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten.

___R 02.06.52

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum Urberach, Bachgasse

Mi, 17.00-18.30 Uhr, ab 12.03.2008

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

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Mode

Ganzheitliche Farbberatung - Die Farben des Lebens

Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance. In diesem Kurs erfahren und erleben Sie die Wirkung von Farben auf Ihr Aussehen, aber auch, welchen Einfluss Sie auf Ihr inneres Wohlbefinden, Ihre Gefühle und Stimmungen haben. Erkenntnisse aus der Farblehre von Johannes Itten sind Grundlage für den Kurs. Die Teilnehmer/innen sollen erkennen lernen, dass nur bestimmte Farbpaletten mit bestimmten Hauttypen harmonisieren - und dass die äußere Harmonie die innere Harmonie und Selbstvertrauen erzeugt.

- Farblehre – Wohnraumberatung - individuelle Farbanalyse in der Gruppe - Farben für das körperliche Wohlbefinden - Make-up Tipps für den jeweiligen Farbtyp
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und ohne Make up, vorher sollte kein Selbstbräuner verwendet werden. Am Ende des Seminars können Sie auf Wunsch einen auf Ihren Typ abgestimmten Farbpass bei der Kursleiterin erwerben. (Kosten dafür € 28,-). Eine Arbeitsmappe mit Infos über den Kursinhalt ist für € 1,50 erhältlich.

___R 02.14.40

Nicole Neutz

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

Sa, 19.04.2008, 10.00-18.00 Uhr

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

max. 7 Teilnehmer/innen

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Das 5-Minuten-Make-up

Eine Visagistin erarbeitet gemeinsam mit den Teilnehmerinnen ein „schnelles“ Make-up, mit welchem Sie in kürzester Zeit eine maximale Effektivität erreichen. Es wird aktiv ein dezentes, natürliches Minimal-Make-up geschminkt, welches alle Highlights eines perfekten Make-up enthält.

Bitte mitbringen: Tischspiegel, Tagespflege, Kosmetiktücher und etwas zum Abschminken!

Zusätzliche Materialkosten von € 8,- werden bei der Kursleiterin bezahlt. Sie sind nicht

in der Kursgebühr enthalten.

___R 02.14.50

Alexandra Heberer, Visagistin

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

Mi, 16.04.2008, 18.00-21.00 Uhr

€ 9,-, 1 Termin, zzgl. Materialkosten

- keine Gebührenermäßigung -

Schminken? - aber natürlich!

Eine Visagistin erarbeitet gemeinsam mit den Teilnehmerinnen ein natürliches und dezent wirkendes Make-up. Sie schminken sich aktiv ein typgerechtes/natürliches Make-up und lernen die Vorzüge Ihres Gesichtes zu betonen und eventuelle Schwachstellen zu neutralisieren.

Kursinhalt:

- Augenbrauen- und Lippenkorrektur

- Lidschatten- und Lidstrichetechniken

Bitte mitbringen: Tischspiegel, Tagespflege, Kosmetiktücher und etwas zum Abschminken!

Zusätzliche Materialkosten von € 15,- werden bei der Kursleiterin bezahlt. Sie sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

___R 02.14.51

Alexandra Heberer, Visagistin

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

Mi, 30.07. und 06.08.2008, jeweils 18.00-21.00 Uhr

€ 18,-, 2 Termine, 8 UE, zzgl. Materialkosten

- keine Gebührenermäßigung -

Aktuelle Mode - selbst genäht

In angenehmer Atmosphäre werden wir die Geheimnisse der Schneiderkunst lüften. Sie lernen zuschneiden, nähen und anprobieren, egal ob Anfänger/in oder Fortgeschrittene. Voraussetzung: Spaß am Nähen!

Am ersten Kurstag sind mitzubringen: Nähgarn, Schere, Maßband, Stecknadeln, Stoffreste und evtl. gewünschtes Schnittmuster. Eigene Nähmaschinen können mitgebracht werden.

___R 02.14.70

Marie-Luise Macey

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

Mi, 19.30-21.45 Uhr, ab 13.02.2008

€ 79,-, 12 Termine, 36 UE

___R 02.14.71 WE

Marie-Luise Macey

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

Sa/So, 01.02.03. und 08./09.03.2008, Sa 13.00-18.15 Uhr, So 10.00-15.15 Uhr

€ 62,-, 4 Termine, 28 UE

___R 02.14.72 WE

Marie-Luise Macey

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

Sa/So, 31.05./01.06. und 07./08.06.2008, Sa 13.00-18.15 Uhr, So 10.00-15.15 Uhr

€ 62,-, 4 Termine, 28 UE

Feng Shui

Vortrag: Klassisches Feng Shui

Feng Shui ist eine jahrtausende alte chinesische Wissenschaft, bei der die Kräfte der Natur genutzt werden, um die Möglichkeit von Erfolg, Wachstum, Harmonie und Vitalität in den Lebensräumen zu verstärken. Die Lebensenergie, das Qi, unserer Umgebung wird so balanciert, ausgerichtet und installiert, dass sie optimal durch unsere Lebensräume fließt und unser Leben dadurch maßgeblich fördert und unterstützt. Dieser Vortrag gibt Ihnen einen Einblick in das klassische Feng Shui, so wie es die alten Meister schon praktizierten.

___R 03.00.20

Bodo Trieb

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

Mi, 05.03.2008, 20.00-22.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Klassisches Feng Shui

Die Umgebung unserer Häuser und die Anordnung unserer Räume haben einen entscheidenden Einfluss auf das Qi, die lebensspendende Energie, die uns umgibt. Und so werden im Klassischen Feng Shui Landschaftsformen untersucht, Gewässer und Straßenverläufe, auch Berge und Häuser in unserer Nachbarschaft. Die Ergebnisse dieser Analysen in Verbindung mit unseren eigenen guten Himmelsrichtungen ermöglichen es, den Qi-Fluss zu unserem Wohl zu lenken. In diesem Wochenendseminar erlernen Sie die Grundlagen des Klassischen Feng Shui und Sie lernen, Ihre eigenen guten Himmelsrichtungen zu berechnen und zu nutzen. Bitte bringen Sie Schreibzeug, Lineal und den Grundriss Ihrer Wohnung, Ihres Hauses oder Ihres Arbeitsbereiches mit.

R 03.00.21 WE

Bodo Trieb

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

Sa/So, 15./16.03.2008, 10.00-17.00 Uhr

€ 35,-, 2 Termine, 16 UE

Feng Shui für Fortgeschrittene

Lernen Sie an diesem Wochenende, wie die Zeit auf uns wirkt und wie wir den Einfluss der Zeit für unseren Erfolg, unser Wachstum und unsere Harmonie nutzen können.

Voraussetzung: Basisseminar „Klassisches Feng Shui“ oder vergleichbare Vorkenntnisse.

Bitte bringen Sie Schreibzeug, Lineal und den Grundriss Ihrer Wohnung, Ihres Hauses oder Ihres Arbeitsbereiches mit.

R 03.00.22 WE

Bodo Trieb

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

Sa/So, 07./08.06.2008, 10.00-17.00 Uhr

€ 35,-, 2 Termine, 16 UE

Autogenes Training

Autogenes Training - kompakt für Anfänger/innen

Autogenes Training hilft, körperliche und seelische Stresssymptome abzubauen und zu einer Haltung der inneren Ruhe und Gelassenheit zu finden. In einem Wechsel von Entspannung und Bewegung, auch im Freien, lernen die Teilnehmer/innen am Sonntag die Basisübungen und an den folgenden Abenden die darauf aufbauenden Organübungen aus der Grundstufe des Autogenen Trainings.

Bitte in bequemer Kleidung, auch für draußen, kommen und Decke, Kissen, Socken, Schreibzeug und einen Imbiss für die Mittagspause (am Sonntag) mitbringen.

R 03.01.40

Karin Walther-Weckmann, Dipl.-Psychologin

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

So, 10.02.2008, 10.00-17.00 Uhr, Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 14.02.2008

€ 44,-, 7 Termine, 20 UE

Autogenes Training für Fortgeschrittene

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

Bitte in bequemer Kleidung kommen und eine warme Decke mitbringen.

R 03.01.41

Karin Walther-Weckmann, Dipl.-Psychologin

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

Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 17.04.2008

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

Yoga

Hatha-Yoga für Anfänger/innen

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

Richtiges Atmen, die abschließende Tiefenentspannung und Meditation bringen blockierte Energie wieder zum Fließen und führen zu Ausgeglichenheit und innerem Frieden.

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

R 03.01.42

Larha Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin

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

Mo, 17.45-19.15 Uhr, ab 11.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Hatha-Yoga I-II für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen

Einführung in die verschiedenen Aspekte des Yoga. Variationen der erlernten Asanas und Atemübungen, einfühlsame Korrektur, Tiefenentspannung und Meditation.

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

R 03.01.43

Larha Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum

Di, 10.35-12.05 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

R 03.01.44 - ausgebucht!

Larha Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin

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

Mi, 17.45-19.15 Uhr, ab 13.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Yoga für die Gelenke

Selbsthilfeprogramm gegen Gelenkbeschwerden, auch für Yoga-Anfänger/innen
Gezielte und regelmäßige Bewegung verhindert nicht nur Gelenkprobleme, sondern hilft auch bei schon bestehenden Beschwerden. Die Yogaübungen, die wir in diesem Kurs praktizieren, wirken sich sowohl auf das betroffene Gelenk wie auch auf die benachbarten Körperabschnitte positiv aus. Die Yogastellungen (Asanas) steigern das geistige und körperliche Wohlbefinden durch das Zusammenspiel von Bewusstsein und Bewegung. Durch den Wechsel von Spannung und Entspannung, durch Kräftigung und Dehnung kommt es zu einem harmonischen und koordinierten Muskelspiel. Schmerzen verursachen Verspannungen, Spannungen verstärken wiederum die Schmerzen. Dieser Teufelskreis soll durch vollkommene Entspannung und richtiges Atmen unterbrochen werden bzw. gar nicht erst entstehen.

Bitte eine Übungsmatte, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen sowie bequeme Kleidung tragen.

R 03.01.45

Susanne Ahlendorf, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin

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

Do, 16.25-17.55 Uhr, ab 07.02.2008

€ 57,-, 13 Termine, 26 UE

Abendkurs: Hatha-Yoga für Sie und Ihn - Fortgeschrittene I

Hatha-Yoga bietet einen harmonischen Ausgleich nach einem langen Tag. Asanas, richtiges Atmen, Tiefenentspannung und Meditation bringen blockierte Energien wieder in den Fluss. Eigenschaften bestimmter Zyklen wie Jahreszeiten, Mond oder Chakren bereichern die Gestaltung des Programms.

Bitte eine Übungsmatte, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen sowie bequeme Kleidung tragen.

R 03.01.46

Susanne Ahlendorf, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin

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

Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 07.02.2008

€ 57,-, 13 Termine, 26 UE

Vormittagskurs: Hatha-Yoga für Sie und Ihn - Fortgeschrittene II

Die Asanas des Hatha-Yoga, richtiges Atmen, Tiefenentspannung und Meditation bieten uns einen harmonischen Start in den Tag. Blockierte Energien können gelöst werden und führen zu innerem Frieden und Ausgeglichenheit. Eigenschaften bestimmter Zyklen wie Jahreszeiten, Mond oder Chakren bereichern die Gestaltung des Programms.

Bitte eine Übungsmatte, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen sowie bequeme Kleidung tragen.

R 03.01.47

Susanne Ahlendorf, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum

Mo, 09.00-10.30 Uhr, ab 11.02.2008

€ 57,-, 13 Termine, 26 UE

Yoga kennt kein Alter - Yoga über 50 Fortgeschrittene vormittags I

Hatha-Yoga ist ein Weg, gesund und beweglich zu bleiben. Viele Beschwerden können gelindert werden, wenn man aktiv bleibt und sich Zeit nimmt für das Bedürfnis des Körpers nach Bewegung, wie auch nach Ruhe. Gesundheit ist das empfindliche Gleichgewicht von Körper, Seele und Geist. Yoga heißt, diese drei Ebenen miteinander zu verbinden.

Der Kurs berücksichtigt speziell die Möglichkeiten und Voraussetzungen älterer Menschen. Jüngere Teilnehmer/innen sind ebenso willkommen.

Bitte eine Iso-Matte sowie eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung anziehen.

R 03.01.48 S

Susanne Ahlendorf, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, , Mehrzweckraum

Mo, 10.30-12.00 Uhr, ab 11.02.2008

€ 57,-, 13 Termine, 26 UE

Yoga kennt kein Alter - Yoga über 50 vormittags II

Kursbeschreibung siehe R 03.01.48

Der Kurs ist auch für Anfänger/innen geeignet und berücksichtigt speziell die Möglichkeiten und Voraussetzungen älterer Menschen. Jüngere Teilnehmer/innen sind ebenso willkommen.

Bitte eine Iso-Matte sowie eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung anziehen.

R 03.01.49 S

Susanne Ahlendorf, Yoga- und Dynamische Entspannungstrainerin

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum

Fr, 09.00-10.30 Uhr, ab 08.02.2008

€ 57,-, 13 Termine, 26 UE

(Ermäßigungen siehe Teilnahmebedingungen auf der inneren Umschlagseite)

Hatha-Yoga für Fortgeschrittene in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden

In allen Fortgeschrittenen-Kursen Variationen der erlernten Asanas und Atemübungen, einfühlsame Korrektur, Tiefenentspannung und Meditation. Hatha-Yoga II hierbei als ideale Fortführung des Anfängerkurses, Hatha-Yoga II-III + III etwas anspruchsvoller. Bitte eine Übungsmatte und eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

Hatha-Yoga II für Fortgeschrittene

__R 03.01.50

Larha Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin

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

Di, 19.20-20.50 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Hatha-Yoga II-III für Fortgeschrittene

__R 03.01.51

Larha Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum

Di, 09.00-10.30 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Hatha-Yoga II-III für Fortgeschrittene

__R 03.01.52

Larha Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin

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

Mi, 19.20-20.50 Uhr, ab 13.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Hatha-Yoga III für Fortgeschrittene

__R 03.01.53

Larha Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin

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

Mo, 19.20-20.50 Uhr, ab 11.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Hatha-Yoga III für Fortgeschrittene

__R 03.01.54

Larha Jockwer, Dipl.-Yogalehrerin MYI, Physiotherapeutin

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

Di, 17.45-19.15 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Workshop: Yoga für den Rücken

Rückenschmerzen werden oft durch Muskelverspannungen und Stressfaktoren verursacht. Durch spezielle, sanfte Yogaübungen und durch Entspannung kann man wirkungsvoll und relativ schnell eine Besserung erreichen und vor allem bewusst vorbeugen. Der Rücken wird gedehnt, gestärkt und entspannt. Neben speziellen Übungen für den Rücken werden wir auch für Geist und Seele etwas tun, indem wir uns in Phantasieerisen und Tiefenentspannungen versenken. Das gesamte Wohlbefinden wird sich steigern!

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

__R 03.01.55

Ivonne Ross-Segeth, Yoga-Lehrerin BYV

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

Sa, 09.02.2008, 15.00-18.00 Uhr

€ 18,-, 1 Termin, 4 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

In den Sommerferien: Hatha-Yoga für Fortgeschrittene I - vormittags

Hatha-Yoga ist ein Weg, gesund und beweglich zu bleiben. Viele Beschwerden können gelindert werden, wenn man aktiv bleibt und sich Zeit nimmt für das Bedürfnis des Körpers nach Bewegung wie auch nach Ruhe. Gesundheit ist das empfindliche Gleichgewicht von Körper, Seele und Geist. Yoga heißt, diese drei Ebenen miteinander zu verbinden.

Dieser Sommerkurs für Fortgeschrittene (für Anfänger/Innen nicht geeignet!) steigert das geistige und körperliche Wohlbefinden und bringt durch Asanas, richtiges Atmen, Tiefenentspannung und Meditation blockierte Energien wieder in Fluss.

Bitte eine Iso-Matte sowie eine Decke mitbringen und bequeme Kleidung anziehen.

__R 03.01.56

Christa Ochs, Yoga-Lehrerin MYI

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

Mo-Fr, 07.07.-11.07. und 14.07.-18.07.2008, 09.00-10.30 Uhr

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

Meditation und Entspannung

Meditation und Gesundheit

„Wenn der Verstand still wird, dann verändert sich jede Zelle des Körpers und beginnt zu strahlen und zu leuchten.“

Unser Verständnis von Gesundheit und Krankheit hat sich verändert, da uns gerade bei chronischen Krankheiten Grenzen aufgezeigt werden. Wir sollten erkennen, dass nicht nur Körper, Seele und Geist untrennbar zusammen gehören, sondern auch die Anbindung des Menschen an das Göttliche.

Mit Hilfe der Meditation kommen wir in Kontakt mit unseren inneren Bildern und Gefühlen. Durch tiefe Entspannung schöpfen wir wieder Kraft und können körperliche und seelische Beschwerden lindern.

Bitte bequeme, warme Kleidung, eine Matte und eine Wolldecke mitbringen.

__R 03.01.57

Gabriele Loose, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin

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

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 06.02.2008

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

__R 03.01.58

Gabriele Loose, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin

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

Mi, 20.00-21.30 Uhr, ab 06.02.2008

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

__R 03.01.59 - vormittags

Gabriele Loose, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin

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

Do, 10.00-11.30 Uhr, ab 07.02.2008

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

Eutonie: „Bewusst mit dem Körper leben“

- zur Ruhe kommen
- Wohlspannung erleben
- Stress abbauen
- Verspannungen lösen
- bewusst den Körper spüren
- Bewegungsfreude entdecken
- Selbstheilungskräfte aktivieren

Eutonie ist eine bewährte Körperarbeit. In achtsamen Übungen werden Haltungs- und Bewegungsabläufe im Liegen, Sitzen, Stehen und Gehen neu erfahren.

Eutonieübungen sind für Menschen jeden Alters geeignet.

Bitte kommen Sie in warmer, lockerer Kleidung, mit dicken Socken und bringen Sie eine Decke und ein kleines Kissen als Kopfunterlage mit.

__R 03.01.60 F

Elisabeth Ullmer, Eutoniepädagogin

Rodgau (Nieder-Roden), Darmstädter Str. 5

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 12.02.2008

€ 86,-, 9 Termine, 18 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

__R 03.01.61 F

Elisabeth Ullmer, Eutoniepädagogin

Rodgau (Nieder-Roden), Darmstädter Str. 5

Mi, 09.30-11.00 Uhr, ab 13.02.2008

€ 86,-, 9 Termine, 18 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Qigong für Anfänger/Innen und Fortgeschrittene

Qigong (hier: Jian Shen Gong = eine Form des medizinischen Qigongs) ist eine über 3000 Jahre alte Form der chinesischen Körper- und Bewegungskultur, der eine ganzheitliche Sichtweise des Menschen zugrunde liegt. Daher umfasst Qigong Übungen, die Körper und Geist schulen und stärken. Dazu gehören Körperübungen, Atemübungen, Meditation, Konzentrations- und Vorstellungsübungen, Massageübungen (Massagen, Streichungen, Klopfungen).

Dieser Kurs ist darauf ausgerichtet, behutsam zu einem regelmäßigen - am besten täglichen mindestens 15-20minütigen Qigongtraining - anzuleiten, um so Gesundheit zu erhalten bzw. wieder herzustellen. Sie lernen in diesem Kurs, sich durch die Übungen und/oder durch Akupressuren gegen verschiedene Leiden, wie z.B. Kopf-, Zahn-, Knieschmerzen, Juckreiz, Hyper- und Hypotonie etc., unterstützend selbst zu behandeln.

__R 03.01.62

Ute Maurer/Dr. Sun Guang Ren (geplant)

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

Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 12.02.2008

€ 96,-, 8 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

__R 03.01.63

Ute Maurer/Dr. Sun Guang Ren (geplant)

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

Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 29.04.2008

€ 96,-, 8 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Gymnastik

Ausgleichsgymnastik für die Wirbelsäule

Bewegungsarmut und überwiegend sitzende Tätigkeiten im Beruf, aber auch psychische Belastungen können zu Spannungen und Schmerzen im Bewegungsapparat führen.

Im Kurs wollen wir durch Intensivierung der Körperwahrnehmung und schonende Bewegungsübungen solchen Beschwerden vorbeugen. Elemente aus der

Rückenschule mit Informationen zu verbesserter Haltung und Bewegung im Alltag sollen die Teilnehmer/innen befähigen, selbständig mit auftretenden Rückenproblemen umzugehen.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Matte bzw. Decke und ein Kissen mitbringen.

__R 03.02.70 – ausgebucht!

Doris Vierkant, Krankengymnastin

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

Mo, 17.15-18.30 Uhr, ab 11.02.2008

€ 48,-, 13 Termine, 22 UE

__R 03.02.71 – ausgebucht!

Doris Vierkant, Krankengymnastin

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

Mo, 18.30-19.45 Uhr, ab 11.02.2008

€ 48,-, 13 Termine, 22 UE

__R 03.02.72 - vormittags

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum

Mi, 09.00-10.15 Uhr, ab 06.02.2008

€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

__R 03.02.73 - vormittags

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Mehrzweckraum

Mi, 10.15-11.30 Uhr, ab 06.02.2008

€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

__R 03.02.74 - vormittags

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin

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

Fr, 09.15-10.30 Uhr, ab 08.02.2008

€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

__R 03.02.75 - vormittags

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin

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

Fr, 10.30-11.45 Uhr, ab 08.02.2008

€ 44,-, 12 Termine, 20 UE

„Fit von Kopf bis Fuß“

Wirbelsäulengymnastik für Frauen

Körperliche Fitness sichert eine kräftige Muskulatur, mindert Verschleißerscheinungen an den Gelenken und schützt somit vor vielen Beschwerden. Schwerpunkt dieser Stunde sind kräftigenden Übungen für den Rücken, gezieltes Bauchtraining sowie Übungen, um die Beweglichkeit des ganzen Körpers zu verbessern. Entspannende Dehn- und Atemübungen bilden den Schluss der Stunde.

Bitte eine Matte bzw. Decke mitbringen!

__R 03.02.76 F

Annette Winter

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

Mo, 10.30-11.30 Uhr, ab 11.02.2008

€ 29,-, 10 Termine

Leichte Gymnastik am Vormittag für Frauen

Mit ruhiger Musik wird eine rückenfreundliche Gymnastik angeboten. Übungen, die besonders die Problemzonen Bauch-, Bein-, Po- und Brustmuskulatur betreffen, stehen dabei im Mittelpunkt. Außerdem werden Elemente aus der Aerobic wie Stretching-, Warm-up und Low-impact-Übungen berücksichtigt. Angesprochen sind hierbei auch Neu- und Wiedereinsteigerinnen. Bei schönem Wetter sind 2-3 „Walking“-Stunden eingeplant.

Bitte eine Matte bzw. Decke mitbringen!

__R 03.02.77 F

Annette Winter

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

Mo, 09.30-10.30 Uhr, ab 11.02.2008

€ 29,-, 10 Termine

Sanfte Gymnastik mit Progressiver Muskelentspannung

In diesem Kurs werden mit funktioneller Wirbelsäulengymnastik und rückenkräftigenden Übungen muskuläre Dysbalancen ausgeglichen, vernachlässigte Muskelpartien gekräftigt, verspannte und verkürzte Muskeln gelockert und gedehnt. Der Entspannungsteil endet mit der Progressiven Muskelentspannung.

Bitte eine Gymnastikmatte und bequeme Schuhe mitbringen!

__R 03.02.78

Ute Kampfmann

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

Mo, 09.30-10.30 Uhr, ab 05.05.2008

€ 15,-, 5 Termine

__R 03.02.79

Ute Kampfmann

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

Mo, 10.30-11.30 Uhr, ab 05.05.2008

€ 15,-, 5 Termine, 5 STD

Fitness

Bodyfitness

Nach einer Aufwärmphase folgen intensive gewebestraffende und muskelaufbauende Übungen besonders für Bauch-Beine-Po. Mobilisation des Schultergürtels und der Wirbelsäule, Dehnung der verkürzten, verspannten Muskulatur.

Bitte Handtuch oder Matte, feste Schuhe und etwas zum Trinken mitbringen.

__R 03.02.80

Monika Dries

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

Do, 18.00-19.15 Uhr, ab 07.02.2008

€ 55,-, 15 Termine, 25 UE

__R 03.02.81

Monika Dries

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

Do, 19.30-20.45 Uhr, ab 07.02.2008

€ 55,-, 15 Termine, 25 UE

Moving Body

Dieses kraft- und bewegungsaktive Workout kräftigt und strafft immer rücken- und wirbelsäulengerecht die Muskelgruppen an Ober- und Unterkörper, besonders Bauch, Po, Beine, Schultern und Rücken. Zusätzlich mit Bändern ergibt der Stundenmix ein ideenreiches Ganzkörpertraining. Ein entspannend und schonend ausgeführtes Stretching lässt die Stunde angenehm ausklingen. Spaß am Sport und gute Betreuung sind garantiert.

Bitte bequeme Sportkleidung, Sportschuhe und Handtuch mitbringen.

__R 03.02.82

Hartmut Schneider, Aerobic-Trainer

Rödermark (Urberach), Schule an den Linden, Töpferstraße 9, kleine Turnhalle

Mo, 20.00-21.00 Uhr, ab 11.02.2008

€ 44,-, 15 Termine

Herzlich willkommen in einer ganz besonderen und exklusiven Fitness- und

Wellness-Oase für alle Frauen zwischen 8 und 88 Jahren: dem Vitabel.

Wir sind das Fitness-Studio, auf das Sie lange gewartet haben und in dem Sie all Ihre guten Vorsätze unter optimalen Bedingungen in die Tat umsetzen können. Gesundheit und Fitness, wohlfühlen und entspannen - alles ist möglich.

Das folgende Kursangebot beinhaltet die Nutzung der Sauna und für alle Mamis auch die Kinderbetreuung. Alle Kurse starten Anfang Februar im Vitabel Frauen Fitness, Raiffeisenstr. 6, 63322 Rödermark (Ober-Roden), und beinhalten Einheiten à 60 Minuten. In den Ferien und an Feiertagen findet kein Unterricht statt. Bitte hinterlegen Sie am ersten Kurstag im Vitabel Frauen Fitness € 15,- als Schlüsselpfad.

Schriftliche Anmeldungen über die vhs Rödermark oder im Vitabel. Auskünfte unter Tel. 0 60 74 / 9 27 00 (vhs) oder Tel. 0 60 74 / 9 49 39 (Vitabel).

Pilates

Trendtraining aus New York. Körperbildung in ihrer reinsten Form. Training aller Tänzer und Bodyworker mit den klassischen Zielen Kraft, Beweglichkeit und Balance. Erstklassige Haltungsschulung!!!

__R 03.02.85 F

Renate Roszbach

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6

Do, 10.00-11.00 Uhr, ab 14.02.2008

€ 66,-, 12 Termine

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

__R 03.02.86 F

Renate Roszbach

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6

Do, 20.00-21.00 Uhr, ab 10.04.2008

€ 110,-, 20 Termine (kein Kurs in den Ferien und an Feiertagen; letzter Kurstag: 30.10.2008)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

BBP

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

Ergebnis: Straffer Körper...

__R 03.02.87 F

Sevgi Güler

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6

Do, 19.00-20.00 Uhr, ab 14.02.2008

€ 66,-, 12 Termine

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

FAT ATTACK

Fettverbrennendes Intervall-Ausdauer-Training mit Step und anderen Zusatzgeräten.

Auch für Anfängerinnen geeignet.

Lässt die Pfunde purzeln!

__R 03.02.88 F – ausgebucht!

Sevgi Güler

Rödermark (Ober-Roden), VITABEL Frauen Fitness GmbH, Raiffeisenstr. 6

Do, 18.00-19.00 Uhr, ab 14.02.2008

€ 66,-, 12 Termine

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Erkrankungen/Heilmethoden

Vortrag: Die Salze des Lebens (nach Dr. Schüßler)

Jeder ist für seine Gesundheit mitverantwortlich. Wie wäre es daher, wenn wir uns auf die Suche machen nach „Gesundheitsserregern“, anstatt immer nur die Krankheitserreger zu verfolgen? Wie wir fit und gesund durch Winter und Frühjahr kommen, ist Thema dieses Vortrags.

* 12 Salze des Lebens - sanfte und wirksame Heilmethoden

* Was kann ich tun bei Schnupfen oder Erkältung?

* Immunsystem stärken, Stoffwechsel anregen, Pollenallergien vorbeugen

* Magen-Darm-Pflege

* Hilfe bei Kinderkrankheiten

__R 03.04.50 – ausgebucht!

Edith Hamm, Gesundheitsberaterin

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

Mo, 11.02.2008, 19.00-21.30 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

Essen und Trinken

Chinesische Küche - raffiniert einfach, einfach raffiniert

Salz- und fettarm, aber dennoch würzig kochen ist möglich. In diesem Grundkurs werden die TeilnehmerInnen mit der Tradition und den Besonderheiten der original-chinesischen Küche in ihrer einzigartigen Vielfalt vertraut gemacht. Sie lernen dabei nicht nur die typischen Zutaten, Kochgeräte und Schneidetechniken kennen, sondern anhand ausgewählter Rezepte in praktischer Übung auch deren sachgerechten Einsatz. Die so entstehenden Gerichte werden schließlich zu harmonischen Menüs komponiert, stilgerecht serviert und mit chinesischen Tischgetränken gemeinsam genossen.

Bitte Schürze und Geschirrtuch mitbringen!

__R 03.07.80

Renate Büttner

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Küche

Do, 18.30-21.30 Uhr, ab 14.02.2008

€ 44,- (zzgl. Umlage von € 28,- bei Kursbeginn direkt an die Kursleiterin), 4 Termine

- keine Gebührenermäßigung -

Südostasiatische „Leckerbissen“:

Spezialitäten aus vier Ländern

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

Bitte Schürze und Geschirrtuch mitbringen!

__R 03.07.81

Renate Büttner

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Küche

Do, 18.30-21.30 Uhr, ab 29.05.2008

€ 44,- (zzgl. Umlage von € 34,- bei Kursbeginn direkt an die Kursleiterin), 4 Termine

- keine Gebührenermäßigung -

Deutsch als Fremdsprache

Lesen und Schreiben von Anfang an

Alphabetisierung für ausländische Erwachsene

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

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

__R 04.04.60 – 1. Semester

Gerda Kloidt

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

Mo/Di/Do, 15.00-17.15 Uhr, ab 25.02.2008

€ 180,-, 40 Termine, 120 UE

Der Einstieg in den Kurs ist - soweit Platz vorhanden - jederzeit möglich. Bitte lassen Sie sich unverbindlich beraten:

Frau Fries 0 60 74 / 81 80 - 54 37, Frau Kloidt 0 61 06 / 2 66 28 38.

Selbstverständlich wird jedes Gespräch vertraulich behandelt.

__R 04.04.61 – 2. Semester

Gerda Kloidt

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2

Mi/Fr, 10.00-12.15 Uhr, ab 30.01.2008

€ 135,-, 30 Termine, 90 UE

Der Einstieg in den Kurs ist - soweit Platz vorhanden - jederzeit möglich. Bitte lassen Sie sich unverbindlich beraten:

Frau Fries 0 60 74 / 81 80 - 54 37, Frau Kloidt 0 61 06 / 2 66 28 38.

Selbstverständlich wird jedes Gespräch vertraulich behandelt.

Deutsch als Fremdsprache A1 -Anfänger/innen - nachmittags

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

__R 04.04.62

Dr. Gerd Kaul, Ingrid Mager

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

Do/Mo/Di, 14.00-17.00 Uhr, ab 07.02.2008

€ 300,-, 50 Termine, 200 UE

Deutsch als Fremdsprache A1 - Anfänger/innen

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

__R 04.04.63

Stefanie Bachmann

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 09

Mi/Mo, 18.00-20.15 Uhr, ab 11.02.2008

€ 150,-, 34 Termine, 100 UE

Deutsch als Fremdsprache A1 - 2.Semester Anfänger/innen - abends

Schritte 2, Kurs- und Arbeitsbuch ab Lektion 1, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 21705-x

__R 04.04.64

Evelyn Tzschenke

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 05

Mi+Do, 19.00-21.15 Uhr, ab 13.02.2008

€ 150,-, 34 Termine, 100 UE

Deutsch als Fremdsprache A2 -nachmittags

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

__R 04.04.65

Marion Arens

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

Do/Di/Mi, 14.00-17.00 Uhr, ab 07.02.2008

€ 300,-, 50 Termine, 200 UE

Deutsch als Fremdsprache B1

Schritte 5, Kurs- und Arbeitsbuch ab Lektion 1, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 201808-4

__R 04.04.66

Gerda Kloidt

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

Mo/Di/Do, 18.00-20.15 Uhr, ab 14.04.2008

€ 300,-, 67 Termine, 200 UE

Orientierungskurs Abschluss Integrationskurs B1

In diesem Kurs erfahren Sie kompakt und sprachlich leicht verständlich Wissenswertes über Geschichte, Kultur, Institutionen und Politik der Bundesrepublik Deutschland. Der Kurs steht allen Interessierten offen, die mehr über ihre neue Heimat erfahren möchten.

__R 04.04.67

Gerda Kloidt

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

Mo/Di/Do, 14.00-17.00 Uhr, ab 28.01.2008

€ 45,-, 8 Termine, 30 UE

Englisch

Englisch A1 - Anfänger/innen- vormittags

“face2face“, Elementary Student's Book, ab Lektion 1, Klett Verlag, ISBN 3-12-539731-6, und Workbook, ISBN 3-12-539732-4

Für Anfänger/innen ohne und mit geringen Vorkenntnissen. In einer kleinen Gruppe werden die ersten Lektionen des Lehrbuches intensiv erarbeitet, um schnell einen gemeinsamen Kenntnisstand zu erreichen. Das Lerntempo kann individuell gestaltet und an die Gruppe angepasst werden.

__R 04.06.70

Marion Arens

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestraße 39, Beratungsraum

Mi, 10.00-11.30 Uhr, ab 06.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch A1 - Anfänger/innen ohne und mit geringen Vorkenntnissen

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

Für Anfänger/innen ohne und mit geringen Vorkenntnissen. In einer kleinen Gruppe werden die ersten Lektionen des Lehrbuches intensiv erarbeitet, um schnell einen gemeinsamen Kenntnisstand zu erreichen. Das Lerntempo kann individuell gestaltet und an die Gruppe angepasst werden.

__R 04.06.71

Adriana Mallek

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

Do, 20.00-21.30 Uhr, ab 14.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch A1

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

This course is for those who want to improve their basic knowledge of English. The book is very important.

__R 04.06.72

Adriana Mallek

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

Mo, 20.00-21.30 Uhr, ab 11.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch A1 - Anfänger/innen- nachmittags (3. Semester)

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

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

__R 04.06.73

Christa Geiß

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestraße 39, Beratungsraum

Do, 14.00-15.30 Uhr, ab 14.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch A1 (4. Semester) - vormittags

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

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

__R 04.06.74

Monika Kießling

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

Do, 09.00-10.30 Uhr, ab 07.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch A1 (4. Semester)

"face2face", Elementary Student's Book, ab Lektion 8/9, Klett Verlag, ISBN-Nr. 3-12-539731-6

Für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen.

__R 04.06.75

Manuela Behrenbeck

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

Mi, 19.00-20.30 Uhr, ab 06.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch A2

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben

__R 04.06.76

Manuela Behrenbeck

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

Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 07.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch A2 - vormittags

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

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

__R 04.06.77

Kawkab Hattar

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2

Mo, 10.30-12.00 Uhr, ab 11.02.2008

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Englisch B1 - vormittags

"As you like it" - Conversation-Mix

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben

If you want to

* brush up your English

* improve your conversational skills

* advance your level of grammar

* read a wide variety of press articles and/or short stories or simply enjoy a morning

listening to and chatting in English

then come and join our lively and animated group.

__R 04.06.78

Manuela Behrenbeck

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Garderobenraum

Mi, 10.30-12.00 Uhr, ab 06.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch B1 Conversation-Mix

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben

"Where there's a will, there's a way." Für Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen.

__R 04.06.79

Manuela Behrenbeck

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

Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 07.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch B1 - vormittags

Intermediate Level

We read and discuss authentic articles taken from newspapers and magazines, thus increasing our vocabulary. Listening texts or video recordings offer further opportunity and variety. Grammar work is included regularly, with back-up homework an option.

__R 04.06.80

Penelope Klemen

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

Di, 09.15-10.45 Uhr, ab 12.02.2008

€ 53,- 12 Termine, 24 UE

Englisch B1 - vormittags

Conversation and Grammar

We shall read and discuss a wide variety of topics based on the articles in the magazine "Spotlight". By approaching the articles in different ways, vocabulary and new structures are learnt, thus helping to improve our ability to communicate fluently in English.

Grammar work is also included.

__R 04.06.81

Penelope Klemen

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

Do, 09.00-10.30 Uhr, ab 07.02.2008

€ 53,- 12 Termine, 24 UE

Englisch B1 Intermediate

Für Teilnehmer/innen mit relativ guten Vorkenntnissen, die lernen möchten, sich je nach Situation (Alltag, Beruf) noch besser ausdrücken zu können. Schwerpunkte sind:

- Konversation, Diskussion, Wortschatz

- Grammatik nach Bedarf

- leichtes Business English (Telefonate, Faxe, E-Mails usw.)

__R 04.06.82

Christa Geiß

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

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

English Conversation Course B1/B2

Target group of this course are people who would like to brush up and improve their English. As the title implies main emphasis will be put on talking about many different topics. Reading some articles (as well as one or two short stories) and watching TV-news/films will us supply with information. According to your needs there will also be a little grammar work included - and going to the movies/theatre, of course. So, in a nutshell: Let's talk, learn and laugh together!

__R 04.06.83

Omar Messari

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

Mi, 19.45-21.15 Uhr, ab 13.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch B1/B2 - vormittags

Conversation - Advanced Level

Material for this lively course is taken from many sources: Newspaper articles, short stories, songs and poems, personal experience and tapes. We also try to include a highlight each term, be it theatre, film or a city tour.

__R 04.06.84

Penelope Klemen

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

Do, 10.40-12.10 Uhr, ab 07.02.2008

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Englisch B2

"face2face", Intermediate Student's Book, ab Lektion 8 A, Klett Verlag, ISBN-Nr. 3-12-539743-X

The book is very important. Grammar exercises. We read different texts and speak about them.

__R 04.06.85

Adriana Mallek

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

Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch B2

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

If you know a little English and you want to learn some more - how about joining this course? Here's a list of what we are going to do:

1. Working with the above-mentioned book.
2. Reading a short story / an article.
3. Talking, writing, reading, -that means learning- and...laughing.

So, give it a try and join in!

__R 04.06.86

Omar Messari

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

Mi, 18.00-19.30 Uhr, ab 13.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch B2

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

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

__R 04.06.87

Christa Geiß

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

Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch B2 - vormittags

English in Use

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

If you are good at English, but you have the feeling that your writing, speaking, listening and reading skills need to be developed: Come and join our class.

__R 04.06.88

Kawkab Hattar

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2

Mo, 09.00-10.30 Uhr, ab 11.02.2008

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Französisch

Französisch A1

Lehrbuch: Pont Neuf en route, ab Lektion 10, Klett Verlag, Best.-Nr. 529115

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, grundlegende grammatikalische Strukturen zu wiederholen, den Wortschatz zu erweitern und sowohl mündliche als auch schriftliche Kommunikation zu trainieren. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit leicht fortgeschrittenen Französischkenntnissen.

__R 04.08.90

Marie-Anne Rode

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

Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Französisch A2

Lehrbuch: Pont Neuf 2, ab Lektion 3, Klett Verlag, Best.-Nr. 529060

Für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen, die in Muße grundlegende grammatikalische Strukturen sowie Wortschatz vertiefen und erweitern möchten. Zusätzlich zum Lehrwerk Lektüre von einfachen Texten und einfache Konversation. Voraussetzung: ca. 3 Jahre Schulfranzösisch bzw. 6-8 vhs-Semester.

__R 04.08.91

Marie-Anne Rode

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

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Französisch B1 - vormittags Continuons en francais

Couleurs de France, Band 2 (Blanc - alt), ab Lektion 9, Langenscheidt-Verlag

(Lehrbuch wird leihweise zur Verfügung gestellt)

Indem wir langsam und gründlich vorwärts lernen („rien ne sert de courir;...“), wollen wir immer wieder Grundkenntnisse, Wortschatz, Ausdrücke und Grammatik wiederholen und vertiefen und vor allem immer mehr Französisch frei sprechen!

__R 04.08.92

Sabine Malher

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

Di, 10.30-12.00 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Französisch B2 - vormittags

Exprimons-nous en français - intensiv auf leichte Art

"Patience et longueur de temps..." Nehmen Sie die Chance wahr: Jeden Montag früh leichte Konversation am Vormittag mit drei Unterrichtseinheiten anstatt zwei! Dies ermöglicht Ihnen, Grammatik aufzufrischen und verschiedene ansprechende Hör- oder Lesetexte mit Alltagsthemen, die im Unterricht ausgegeben werden, effektiver und intensiver zu bearbeiten und über Lebensarten und Empfindungen zu sprechen.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die ihre früheren Schulkenntnisse auffrischen möchten oder schon ca. 8 Semester vhs-Französischunterricht (nach einem Lehrbuch) gehabt haben.

__R 04.08.93

Sabine Malher

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

Mo, 09.00-11.15 Uhr, ab 11.02.2008

€ 92,-, 14 Termine, 42 UE

Französisch C1 - vormittags

Initiation à la conversation courante

Nous référant

-aux nouvelles du jour et à des informations en langue française,

-à des articles de journaux,

-à des extraits littéraires d'auteurs surtout contemporains,

-à des chansons et parfois à des films,

nous discutons et parlons le français librement et sans appréhension.

Literatur wird im Kurs bekannt gegeben.

__R 04.08.94

Sabine Malher

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

Do, 10.30-12.00 Uhr, ab 07.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch

Italienisch A1 - Anfänger/innen, vormittags

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

Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen sind willkommen. Neben der Einführung in die italienische Sprache mit den wichtigsten Alltagssituationen stehen Geschichte, Kultur und Musik Italiens im Vordergrund.

__R 04.09.30

Anisoara Popa

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestraße 39, Beratungsraum

Mo, 10.00-11.30 Uhr, ab 11.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch A1 - Anfänger/innen

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

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

__R 04.09.31

Anisoara Popa

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

Di, 18.30-20.00 Uhr, ab 12.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch A1 - Anfänger/innen vormittags für ältere Bürger/innen (2. Semester)

Lehrbuch: Buongiorno! (Neu), Band 1, ab Lektion 4, Klett Verlag, Best.-Nr. 525496-1

Waren Sie schon oft in Italien in Urlaub und sind verzaubert von der Natur und Kultur?

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

__R 04.09.32

Ornella Neumann

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

Mo, 09.00-10.30 Uhr, ab 11.02.2008

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch A1 - (2. Semester)

„Allegro“, Band 1, ab Lektion 5 Klett Verlag, Best.-Nr. 52555
Der Kurs wendet sich an Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen. Neben der Arbeit mit dem Lehrbuch steht die Festigung des Wortschatzes durch vielfältige Übungen zu Geschichte, Kultur und Musik Italiens im Vordergrund.

__R 04.09.33

Anisoara Popa

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 07.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch A1 - vormittags (5. Semester)

„Allegro“, Band 1, ab Lektion 4, Klett Verlag, Best.-Nr. 52555
Wir lernen die wichtigsten Alltagssituationen, auch im touristischen Bereich. Lesen, schreiben, hören und sprechen, sprechen, sprechen...

__R 04.09.34

Giuseppina Giaveri-Keusch

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2
Di, 09.00-10.30 Uhr, ab 12.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch A1

„Linea diretta“, Band 1, ab Lektion 6, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 005174-7
Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen mit lange zurückliegenden bis guten Vorkenntnissen. Quereinsteiger sind willkommen! Die ersten Stunden werden wir mit einer grundlegenden Auffrischung des bereits Gelernten beginnen.

__R 04.09.35

Barbara Martinelli Köhler

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 06
Mi, 19.00-20.30 Uhr, ab 13.02.2008
€ 57,-, 13 Termine, 26 UE

Italienisch B1 - vormittags

„Linea diretta“, Band 2, ab Lektion 5, Hueber-Verlag, Best.-Nr. 005175-5
Conosceremo meglio l'Italia e gli italiani attraverso i testi e gli articoli dei giornali e soprattutto cercheremo di parlare sempre di più e liberamente in italiano.

__R 04.09.36

Giuseppina Giaveri-Keusch

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum
Mi, 09.00-10.30 Uhr, ab 13.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch B1 - vormittags

„Linea diretta“, Band 2, ab Lektion 14, Hueber-Verlag
Non solo grammatica, ma anche cultura e abitudini italiane.

__R 04.09.37

Giuseppina Giaveri-Keusch

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2
Di, 10.30-12.00 Uhr, ab 12.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch B1 - vormittags

Ciao, cari amici dell'Italia, wir beginnen das 16. Semester!
Mit dem Lehrwerk Buonasera a tutti werden wir unsere Grammatikkenntnisse wiederholen und unseren Wortschatz bereichern. Den Schwerpunkt wird immer mehr die Konversation einnehmen, dazu werden wir uns von Gedichten, Liedern und Artikeln aus italienischen Zeitschriften inspirieren lassen. Eine Lektüre aus der Reihe „Imparare leggendo“ wird unseren Unterricht mit einer aufregenden Geschichte begleiten.

__R 04.09.38

Ornella Neumann

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Mo, 10.45-12.15 Uhr, ab 11.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch B2 - vormittags

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.
Giochi e letture come stimolo a parlare senza, però, dimenticare la grammatica.

__R 04.09.39

Paolalberta Vidi-Cortelli

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Mi, 09.00-10.30 Uhr, ab 06.02.2008
€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

Vorankündigung:

Torino città della Fiat, ma anche della cioccolata e degli aperitivi

Italienisch intensiv

Sprachreise nach Turin

Paolalberta Vidi Cortelli

27.05.-31.05.2008

ca. € 490,- (zzgl. Fahrtkosten)

Leistungen: 4 Hotelübernachtungen in Doppelzimmern, Sprachunterricht mit Landeskunde, Führungen und Besichtigungen, Eintrittsgelder.

Nicht im Preis enthalten ist die An-/Abreise nach Turin. Die Modalitäten der An-/Abreise werden in einer Vorbesprechung am 15.02.2008 in Rödermark festgelegt.

Ein ausführliches Infoblatt kann bei den vhs angefordert werden. Anmeldungen werden ab sofort entgegengenommen.

Spanisch

Spanisch A1 - Anfänger/innen

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

__R 04.22.50

Santiago Garcia-Ares

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 03
Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 07.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Spanisch A1 (2. Semester)

Español Actual, ab Lektion 7, Feldhaus Verlag

__R 04.22.51

Santiago Garcia-Ares

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 03
Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 07.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Spanisch A1 (3. Semester)

Español Actual, ab Lektion 14, Feldhaus Verlag

__R 04.22.52

Santiago Garcia-Ares

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 05
Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 12.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Spanisch A1 (5. Semester)

„Caminos neu“, Band 1, ab Unidad 8, Klett Verlag, Best.-Nr. 514906

__R 04.22.53

Olga-Josefina Jiménez-Guerrero

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 02
Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 12.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Spanisch A2

„Caminos 2“ (bisherige Ausgabe), ab Unidad 2C, Klett Verlag, Lehrbuch, ISBN-Nr. 978-3-12-514890-1, und Arbeitsbuch, ISBN-Nr. 978-3-12-514895-6

__R 04.22.54

Olga-Josefina Jiménez-Guerrero

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 02
Do, 18.45-20.15 Uhr, ab 07.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Spanisch B1

„Caminos 2“ (bisherige Ausgabe), ab Unidad 9B, Klett Verlag, Lehrbuch, ISBN-Nr. 978-3-12-514890-1, und Arbeitsbuch, ISBN-Nr. 978-3-12-514895-6

__R 04.22.55

Olga-Josefina Jiménez-Guerrero

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 02
Mi, 19.00-20.30 Uhr, ab 13.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Spanisch B2 - Conversación

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben

Vorkenntnisse ESO ES II oder KONTAKTE erforderlich

En este curso trabajaremos además de la conversación y la gramática del español, la cultura de los países hispanohablantes.

__R 04.22.56

Olga-Josefina Jiménez-Guerrero

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 02
Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 12.02.2008
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Mathe-Crash-Kurs für Abiturienten

Besprechung und Lösung von Prüfungsaufgaben für das Abitur in Analysis (Kurvendiskussion), Stochastik, Analytischer Geometrie und Linearer Algebra für Schüler/innen des Leistungskurses und/oder Grundkurses zur gezielten Abiturvorbereitung.

__R 06.08.30

Gabriele Breitbach-Hitzel, Dipl.-Mathematikerin

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 08
Mi, 18.00-21.00 Uhr, **ab 23.01.2008**

€ 40,-, 6 Termine, 24 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Mathematik (9. Klasse)

Dieser Kurs richtet sich an Schüler/innen der 9. Klasse, die grundlegende mathematische Kenntnisse der vorangegangenen Jahrgangsstufen auffrischen wollen. Inhalt ist der Stoff der 7.-9. Klasse wie Bruch- und Prozent- und Zinsrechnen, Umrechnungen von Größen, Algebra und Geometrie (Flächen und Körper jeder Art). Damit gehen wir auf die anstehenden Abschlussprüfungen ein und bereiten diese intensiv vor.

Bitte karierte Blätter, Stifte, Lineal, Geodreieck und Zirkel mitbringen.

__R 06.08.31

Othmar Syrowatka

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

Mo, 17.00-18.30 Uhr, **ab 21.01.2008**

€ 26,-, 8 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Mathematik (10. Klasse)

Dieser Kurs richtet sich an Schüler/innen der 10. Klasse, die grundlegende mathematische Kenntnisse der vorangegangenen Jahrgangsstufen auffrischen und sich intensiv auf die anstehenden Abschlussprüfungen vorbereiten wollen.

Bitte karierte Blätter, Stifte, Lineal, Geodreieck und Zirkel mitbringen.

__R 06.08.32

Reinhold Franz

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

Fr, 17.00-18.30 Uhr, **ab 18.01.2008**

€ 26,-, 8 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -