

vhs Kreis Offenbach

Programm 2. Halbjahr 2012

vhs Kreis Offenbach
vhs Dietzenbach
vhs Heusenstamm
vhs Rodgau
vhs Rödermark

Informationen zu den anderen Volkshochschulen im Kreis Offenbach

Wir bilden Zukunft


Kreis Offenbach

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

der Erwerb von Wissen findet heute nicht mehr nur in der Schule statt. Die Bildungswege, die von jedem Einzelfern beschränkt werden können, sind genauso vielfältig wie die Herausforderungen und Notwendigkeiten, die mit der gesellschaftlichen Entwicklung einhergehen: Immer geht es um den unmittelbaren Lebensbezug und Auseinandersetzung mit der Realität, um die Orientierung des Einzelnen in der Gesamtheit, um Lernen als festen Bestandteil des Lebenslaufes. Außerschulische Lernorte wie die Volkshochschule gewinnen dabei immer mehr an Bedeutung und verstehen sich als selbstverständlicher Teil der kommunalen Bildungsstruktur, offen für alle sozialen Schichten, alle Altersgruppen, alle Bürgerinnen und Bürger. An ihrem Standort im Haus des Lebenslangen Lernens in Dreieich verfügt unsere Volkshochschule über moderne, erwachsenengerechte Räume mit einer hervorragenden Ausstattung. Dazu vermitteln unsere hochqualifizierten Kursleiterinnen und Kursleiter Motivation und Spaß am Lernen. Also: Beste Voraussetzungen für die Weiterbildung für alle!

Mit dem vorliegenden, breit gefächerten Programm für das 2. Halbjahr 2012 kommt unsere Volkshochschule des Kreises Offenbach ihrem Auftrag nach, wohnortnah eine flächendeckende Grundversorgung mit Weiterbildung für alle Bürgerinnen und Bürger zu garantieren. Das neue Programmheft bietet weit über 500 Kurse, Seminare und Veranstaltungen der beruflichen und allgemeinen Weiterbildung, ergänzt von den Angeboten der Volkshochschulen vor Ort. Fremdsprachen sind dabei genauso vertreten wie Gesundheitsprophylaxe, Psychologie, Kunst, Literatur oder EDV zur beruflichen Verwendung.

Das Aufgreifen gesellschaftlicher Trends und Entwicklungen darf dabei nicht fehlen. Bund und Länder haben 2011 beschlossen, mit einem Grundbildungspaket gemeinsam gegen fehlende oder mangelhafte Lese- und Schreibkenntnisse vorzugehen. Immerhin können etwa 14 Prozent der erwerbstätigen Bevölkerung nicht ausreichend lesen und

schreiben. Für die Betroffenen bedeutet dies ein Leben voller Ausgrenzung, Verstecken und persönlichen Einschränkungen, denn Teilhabe am Gemeinwesen und an gesellschaftlichen und politischen Prozessen erfolgt in unserer Kultur zum größten Teil über die Schrift. Die Volkshochschulen in Deutschland sind es, die das Thema Alphabetisierung seit Jahrzehnten kontinuierlich aufgreifen und bearbeiten. Das nun verstärkte öffentliche Interesse nimmt unsere Volkshochschule zum Anlass, sich das ganze Semester über auf vielfältige Art mit dem Phänomen Schrift auseinanderzusetzen: „Schrift – Zeichen und Wunder“ lautet unser Motto, unter dem wir Sie mit speziellen Angeboten einladen, neue Einsichten, lustvolle Begegnungen und überraschende Entdeckungen mit dem Wunder der Schrift zu machen.

Nehmen Sie das Semesterthema zum Anlass, in dem Gesamtangebot unserer Volkshochschule zu stöbern und entdecken Sie für sich Ihr ganz persönliches Thema. Bildung ist der Schlüssel zur Zukunft – nutzen Sie Ihre Chance, wir freuen uns über Ihre Teilnahme!

Ihr



Oliver Quilling, Landrat



SEMESTERTHEMA Schrift ZEICHEN & WUNDER



Die Schrift ist eine der genialsten Erfindungen der Menschheit, ohne sie sind die meisten unserer Zivilisationen und Kulturen nicht vorstellbar. Mit Hilfe der Schrift kann der Mensch Gedanken und Gefühle festhalten und über weite Räume und Zeiten hin überliefern. „Verba volant, scripta manent“ – „Worte verfliegen, die Schrift aber bleibt“. Dennoch ist Lesen und Schreiben auch heute noch in unserer Gesellschaft nicht für jede(n) selbstverständlich: Wer die Zeichen nicht lesen kann, dem bleiben ganze Welten verschlossen. Auf diese Problematik, dass Menschen trotz geringer Lese- und Schreibkenntnisse nicht in der Lage sind, die Herausforderungen der Gesellschaft in angemessener Form zu meistern, wollen wir aufmerksam machen.

„Schrift – Zeichen und Wunder“ lautet daher unser Semesterthema, das wir aus unterschiedlichen, mitunter ganz überraschenden Blickwinkeln betrachten und mit einer Reihe von Kursen, Vorträgen und Veranstaltungen aufgreifen wollen. Unser Tag der offenen Tür soll dazu beitragen, über das Thema „Analphabetismus“ zu informieren, dafür zu sensibilisieren und die Lust am Lesen und Schreiben (wieder) zu wecken. Veranstaltungen aus allen Fachbereichen der vhs Kreis Offenbach zum Thema finden Sie im Programmheft verteilt.

Gehen Sie mit uns auf Entdeckungsreise, unser Logo zum Semesterthema hilft Ihnen dabei. SEMESTERTHEMA
Schrift ZEICHEN & WUNDER

Tag der offenen Tür am 03.11.2012 EINLADUNG

im Haus des Lebenslangen Lernens (HLL)
von 11.00 bis 16.00 Uhr, Frankfurter Str. 160 - 166, Dreieich-Sprendlingen

Bildung für Jung und Alt am Campus Dreieich!

Kommen Sie und informieren Sie sich über die vielfältigen Bildungsangebote der vhs Kreis Offenbach und der anderen Institutionen im Haus des Lebenslangen Lernens. Es erwarten Sie Vorführungen und Mitmachaktionen aus den unterschiedlichsten Bereichen: Kunst, Musik, Sprachen, Gesundheit, Sport, Naturwissenschaften, Arbeit und Beruf etc.



Inhalt

Gesamtes Bildungsangebot der vhs Kreis Offenbach	1
vhs Dietzenbach	44
vhs Heusenstamm	61
vhs Rodgau	68
Gesamtes Bildungsangebot der vhs in Rödermark	83
vhs Dreieich	93
vhs Egelsbach	93
vhs Haiburg	93
vhs Langen	94
vhs Mühlheim	94
vhs Neu-Isenburg	94
vhs Obertshausen	95
vhs Seligenstadt	95
Stichwortverzeichnis	96
Unsere Partner im HLL	42/43

Impressum

Herausgeber: Kreis Offenbach
Der Kreisausschuss - Volkshochschule -
Frankfurter Str. 160 - 166, 63303 Dreieich

Redaktion: Lothar Elsner und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der vhs Kreis Offenbach

Layout, Satz: Petra Baumgardt

Druck: Offenbach-Post Pressehaus
Bintz-Verlag GmbH & Co. KG

Auflage: 48.000

Volkshochschule Rödermark

Informationen

Geschäftsstelle

63322 Rödermark (Ober-Roden)
vhs im Zehnthof
Dieburger Str. 9 - 11 (neben dem Rathaus)
Telefon 06074 922700
Telefax 06103 3131-13 99
e-mail: vhs@kreis-offenbach.de
Internet: www.vhs-roedermark.de

Sprechzeiten

Montags: 09.00 bis 12.00 Uhr und
14.00 bis 17.00 Uhr
Mittwochs: 09.00 bis 12.00 Uhr
vhs vom 05.08. bis 07.09.2012 **zusätzlich:**
Mittwochs: 13.00 bis 15.00 Uhr
Freitags: 09.00 bis 12.00 Uhr
(und nach Vereinbarung)

Die Geschäftsstelle ist geschlossen:

Herbstferien: 14. - 28.10.2012
Weihnachtsferien: 22.12.2012 - 13.01.2013
Sofern nichts anderes vereinbart wird, fallen alle Veranstaltungen an beweglichen Ferientagen sowie an den Feiertagen und während der Schulferien aus und werden im Verlauf des Semesters nachgeholt.
Semesterende: 31.01.2013

Das nächste Programmheft erscheint voraussichtlich am 04. Januar 2013.

Anmeldungen

Anmeldungen werden sofort nach Erscheinen des vorliegenden Programmheftes, frühestens am 03.08.2012, entgegengenommen. Schriftliche Anmeldungen (Anmeldekarte in der Mitte des Heftes) senden Sie bitte an:

vhs Rödermark
Dieburger Str. 9-11,
63322 Rödermark

Persönliche Anmeldungen sind während der nebenstehenden Sprechzeiten möglich. Die Anmeldung (persönlich, schriftlich, per Fax oder elektronisch über die Homepage) ist verbindlich, ebenso die Eintragung in die Teilnahmeliste. Bei bereits erfolgter Teilnahme am Lastschriftverfahren ist auch eine verbindliche telefonische Anmeldung möglich. Gebührenpflicht entsteht mit der Anmeldung.

Weitere Teilnahmebedingungen:

Die vhs Rödermark ist eine Außenstelle der vhs Kreis Offenbach. Es gelten die Geschäftsbedingungen und weiteren Informationen auf der 2. Umschlagseite.
Für Druckfehler keine Haftung



Luise Oberdorfer



Daniela Muth



Lothar Murmann

Luise Oberdorfer, Leitung
Pädagogische Mitarbeiterin der Kreis-vhs und Fachbereichsleiterin Pädagogik, Eltern- und Familienbildung, Psychologie, Kommunikation und Frauenbildung. Gerne berate ich Sie in Bildungsfragen, freue mich über Anregungen, z.B. bezüglich neuer Kursthemen, und bin offen für Ihre (konstruktive) Kritik:
Tel.: 06103 3131-1332
e-mail: l.oberdorfer@kreis-offenbach.de

Daniela Muth, Sachbearbeitung
Verwaltungsangestellte der Kreis-vhs. Gerne beantworte ich Ihre organisatorischen Fragen rund um Anmeldung, Gebührenpflicht, -ermäßigung und -befreiung:
Tel.: 06103 3131-1342
e-mail: d.muth@kreis-offenbach.de

Lothar Murmann
Freiberuflich, teils ehrenamtlich, Mittelsmann zu den Schulen und „Unterstützer vor Ort“.
Tel. 06106 778743

NEU! Anmeldung über unsere Homepage
www.vhs-roedermark.de möglich.



Fächerübergreifend

SEMESTERTHEMA
Schrift ZEICHEN & WUNDER

„Alphabet – Buchstaben – Lautqualitäten“

In diesem Jahr feiert die Eurythmie ihren 100. Geburtstag! Eurythmie zählt zu den sprachlich-musikalischen Bewegungskünsten und ist zu finden in der Pädagogik der Waldorfschulen, als Bühnenkunst mit professionellen Aufführungen, als Heileurythmie in Kliniken und Therapeutika, in der freien Erwachsenenbildung und zunehmend als präventive Unterstützung in Unternehmen und Betrieben.

Für den Workshop wird der Aspekt „Eurythmie als sichtbare Sprache“ im Vordergrund stehen. Wir werden dem Wesen der einzelnen Laute nachspüren, diese bewegen mit Gebärden und einfachen Raumformen an Hand von Wortspielen, kleinen Sprüchen oder Gedichten. Am Ende werden viele Teilnehmer/innen ihren Namen in der Sprache der Eurythmie ausdrücken können.

Bitte mitbringen: bewegungsfreudige Kleidung und Gymnastikschuhe, sofern vorhanden.

K010600

Christiane Knecht

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

Fr, 09.11.2012, 19.00-20.30 Uhr

€ 5,- nur Barzahlung vor Ort

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Politik

Zum 50. Jahrestag der Kuba-Krise 1962: Ursachen, Verlauf, Auswirkungen

Nach einem biografischen Abriss über die beiden Hauptakteure, US-Präsident Kennedy und den sowjetischen Partei- und Regierungschef Chruschtschow werden die Gründe untersucht, die zum Ausbruch der Kuba-Krise führten, und der Ablauf der schicksalhaften „13 Tage“ wird kurz skizziert. Die tieferliegenden Ursachen der Ereignisse sollen analysiert und dabei gefragt werden, inwieweit traditionelle Feindbilder, Fehlwahrnehmungen und Fehlkalkulationen zu der Krise beigetragen haben. Aber auch, wie durch einen Lernprozess auf beiden Seiten eine Lösung gefunden wurde, die es ihnen erlaubte, ihr Gesicht zu wahren. Beide Staatschefs erwiesen sich letztlich als rationale Akteure und sprangen, um den Frieden zu bewahren, über ihren Schatten. Darin liegt ihr bleibendes Verdienst.

R010245

Bernhard Nowak

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

Mi, 24.10.2012, 19.30 Uhr

- Eintritt frei -

Psychologie

Wie soll es weitergehen?

Nach innen schauen und Aussicht gewinnen

K010709

Renate Sulzmann

Kursbeschreibung siehe S.

Brennen ohne zu verbrennen - Leidenschaft und Leistungsfähigkeit statt Burnout

K010712

Gabriele Holler

Kursbeschreibung siehe S.

Kommunikation und Wahrnehmung

K010717

Gabriele Holler

Kursbeschreibung siehe S. 6

Ganz sanft entspannen

Powermapping - Einführungsseminar

K010728

Manfred Karl Böhm

Kursbeschreibung siehe S. 7

Tarot als Lebenshilfe

K010730

Anna Toskar

Kursbeschreibung siehe S. 7

Workshop: Astrologie - Auf welche Weise beeinflussen die Planeten unser Leben?

K010732

Michaela Till

Kursbeschreibung siehe S. 7

Religion



Mandala aus Steinen - Die Symbolik Angkor Wats

Eine Bildpräsentation

Angkor Wat - größter Tempelkomplex Kambodschas bzw. Südostasiens - wurde im frühen 12. Jahrhundert zu Ehren der indischen Gottheit Vishnu errichtet und wenig später zu einem buddhistischen Heiligtum umgewandelt. Dem Monumentalbau liegt eine heilige Geometrie

mit sinnreichen, mythologischen Vorstellungen zugrunde. Betritt man Angkor Wat, tritt man sozusagen in ein riesiges Mandala aus Steinen ein, ist in einem Wegenetz unterwegs, das den Pilger zu seiner eigentlichen Mitte führen will. Man muss dabei nicht unbedingt Hindu oder Buddhist sein. Dieser Tempel des Khmerreichs ist nur eins von vielen Beispielen universaler Symbolik kosmischer und religiöser Erfahrung. Der Vortrag befasst sich besonders mit diesen beiden Aspekten.

R010940

Manfred Karl Böhm, Diplom-Theologe
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei,
Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal

Mi, 14.11.2012, 20.00 Uhr

- Eintritt frei -

Länderkunde

Diavortrag: Madeira - eine Schönheit im Atlantik

Madeira vereint auf kleinstem Raum eine Fülle unterschiedlicher Landschaften: Imposante Steilküsten und Lavafelder, bizarre Felsformationen, rauschende Wasserfälle, winzige Dörfer und Terrassenfelder an steilen Hängen, verbunden durch ein Netz von Bewässerungskanälen, den Levadas. Dazwischen tiefe Schluchten und Täler, raue Hochgebirgsflächen und bis über 1800 m hohe Gipfel. Einem milden und feuchten Klima verdankt die Insel ihren Pflanzenreichtum und die üppige Blütenpracht, die jeden Besucher fasziniert, vor allem den, der dieses Inselparadies erwartet. All dies und natürlich auch die Sehenswürdigkeiten der Hauptstadt Funchal zeigt der Referent in seinen Bildern.

R011050

Werner Tauchert

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

Mi, 26.09.2012, 20.00 Uhr

- Eintritt frei -

Anmeldung auch per Fax an
06103 3131-1399 oder über
die Homepage
www.vhs-roedermark.de
möglich.



Diavortrag: Georgien Teil 2 - Abenteuerliches Swanetien im Wilden Kaukasus

Die swanische Bergwelt ist eine der majestätischsten ganz Europas und in den Hochlagen der Vier- bis Fünftausender-Gipfel von kaum einem Menschen betreten. Das hier lebende kriegerische und stolze Volk der Swanen führt noch heute ein entbehrungsreiches Leben auf kargen Feldern, mit großer Hitze im Sommer und Lawinengefahr im schneereichen Winter. Einzigartig sind die gegen die plündernden nordkaukasischen Stämme errichteten Wehrtürme - das abgelegene Dorf Uschguli kann allein 46 davon vorweisen! Gezeigt werden auch die mediterran wirkende Küste am Schwarzen Meer und der Nationalpark Vashlovani an der Grenze zu Aserbaidschan. Der Vortrag führt mit eindrucksvollen Bildern durch ein spannendes, lebensfrohes Land mit uralten Traditionen mit besonderer Kultur und Natur.

R011051

Martin Schroth, Diplom-Biologe
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei,
Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Mi, 31.10.2012, 20.00 Uhr
- Eintritt frei -

Diavortrag: Der Pusztá-Nationalpark Hortobágy in Ungarn

In der einzigartigen ungarischen Pusztá wurde 1973 um das Hirtendorf Hortobágy der erste und mit 82000 Hektar größte ungarische Nationalpark gegründet. Seit 1999 zählt er sogar zum UNESCO Welterbe. Die Beweidung mit traditionellen Haustierrassen wie Graurind, Zackelschaf und Wollschwein erhält die unendliche Weite der typischen Salzsteppenvegetation und die ständig wachsenden Herden der in freier Wildbahn ausgestorbenen Przewalski-Wildpferde und Auerochsen tragen mit dazu bei. Auch Ornithologen kommen auf ihre Kosten: An ehemaligen Fischteichen rasten im Herbst bis zu 40000 Kraniche, 1200 Paare des Silberreiher brüten, Seeadler jagen und sogar Besonderheiten wie Rotfußfalke und Blauracke sind zu beobachten.

R011052

Martin Schroth, Diplom-Biologe
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei,
Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Mi, 21.11.2012, 20.00 Uhr
- Eintritt frei -

Diavortrag: Kanada Teil 1 - Toronto, Niagara-Fälle, Vancouver, Victoria, Vancouver Island, Wells Gray Park

Wir besuchen die Millionenstadt Toronto am Lake Ontario mit ihrer beeindruckenden Skyline, die gewaltigen Niagarafälle auf der kanadischen und US-amerikanischen Seite, die durch ihre Lage zwischen Gebirge und Meer berühmte Stadt Vancouver, das „very british“ Victoria, die kleinen Orte Duncan, Chermainus und Nanaimo auf Vancouver Island, die heißen Quellen bei Harrison Hot Springs und fahren entlang der großen Flüsse Fraser und Thompson zum Wells Gray Park, dem ersten der Nationalparks in den Rocky Mountains. (Teil 2 folgt am 06. Februar 2013)

R011053

Günter und Hannelore Kloos
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei,
Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Mi, 23.01.2013, 20.00 Uhr
- Eintritt frei -

Biologie

Vortrag: Gern gesehene Gäste im Garten
K011420

Anke Holzmann-Wirth
Beschreibung siehe S. 8

Vortrag: Kleine Gärten
K011421

Anke Holzmann-Wirth
Beschreibung siehe S. 8

Vortrag: Der pflegeleichte Garten
K011422

Anke Holzmann-Wirth
Beschreibung siehe S. 8

Vortrag: Gärten für Kinder - Gärtner mit Kindern
K011423

Anke Holzmann-Wirth
Beschreibung siehe S. 9

Workshop: „Entwerfen Sie Ihren Traumgarten“
K011440

Michael Maier
Kursbeschreibung siehe S. 9

Im Griff der Gene - Bestimmen Gene unser Verhalten?
K011450

Peter Blänkle
Beschreibung siehe S. 9

Kurse für Frauen

Autobiografisches Schreiben
K081203

Karin Walther-Weckmann
Kursbeschreibung siehe S. 10

Grenzen erleben - Grenzen bauen
K081708

Sylvia Madeleine Schmidt
Kursbeschreibung siehe S. 10

Stimme, Atem, Körper, Gefühle - ein Stimmtraining für Frauen
K081712

Barbara Luft
Kursbeschreibung siehe S. 10

Dritte keltische Winterlesenacht
K082014

Christiane Lotz, Marcella Hagenauer
Kursbeschreibung siehe S. 11

Wellness- und Beautytag
K083117

Tanja Pehl
Kursbeschreibung siehe S. 11

Zeit für mich! - Die innere Balance finden
K083118

Tanja Pehl
Kursbeschreibung siehe S. 11

Lachyoga
K083121

Ingeborg Heinz
Kursbeschreibung siehe S. 11

Hormonyoga - Workshop
K083122

Ivonne Winter
Kursbeschreibung siehe S. 11

„Die verborgenen Muskeln“
Den Beckenboden spüren und trainieren
K083224

Michaela Eppinger
Kursbeschreibung siehe S. 11

Literatur



*Sabine Weimer, M.A.
Literaturwissenschaftlerin*

Lesen und darüber reden

Lesen als Hobby bringt uns Entspannung und erweitert gleichzeitig unseren Horizont. In diesem Sinne wollen wir in diesem Literaturkurs neben Europa auch andere – ungewöhnlichere – Kulturkreise literarisch „durchwandern“ und damit einen kleinen Einblick in Kultur, Geschichte, Traditionen und soziale Aspekte dieser Länder erhalten.

R020120

Sabine Weimer
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,
Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Mi, 19.09., 10.10., 14.11., 19.12.2012, und 16.01.2013, 15.00-17.15 Uhr
€ 35,-, 5 Termine, 15 UE

Literarische Lesereise: Charles Dickens - David Copperfield, Oliver Twist & Co.
K020105

Lou Heinrich
Kursbeschreibung siehe S. 12

„ROMANisches Café 2013“ - Elf (neue) Lektüreempfehlungen
K020109

Winfried B. Sahn
Kursbeschreibung siehe S. 13

Öffnungszeiten der Stadtbücherei

Bücherturm Ober-Roden
Trinkbrunnenstr. 8
Tel.: 06074 911-630
E-Mail: stabue@roedermark.de



Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag:
10.00 – 12.00 und 15.00 – 19.00 Uhr
Donnerstags geschlossen.
Jeden 1. Sonntag im Monat:
10.00 – 13.00 Uhr

Bücherei im Rathaus Urberach
Konrad-Adenauer-Str. 6 - 8
Tel.: 06074 911-848
E-Mail: stabue@roedermark.de

Montag: 15.00 – 19.00 Uhr
Donnerstag: 10.00 – 12.00 und
15.00 – 19.00 Uhr

Zeichnen und Malen



Brigitte Zips, Malerin

Malen und Experimentieren mit Acrylfarben für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Anfänger/innen lernen das Malen mit Acrylfarbe anhand von Beispielaufgaben. Eingeführt wird in Materialkunde, Farbenlehre, Mal- und Spachteltechnik, Motivwahl und Bildaufbau. Fortgeschrittene lernen, ihre Maltechnik bei ihren individuellen Arbeiten zu verbessern und ihren eigenen Stil weiter auszubilden. Soweit vorhanden bitte mitbringen: Acrylfarbe, Pinsel, Wassergefäß, Palette o.ä., Malgründe wie Papier, Leinwand etc. Am 1. Kurstag wird besprochen, welche Materialien benötigt werden. Bitte auf maltaugliche Kleidung achten.

R020530

Brigitte Zips, Malerin
Rödermark (Waldacker), Bürgertreff,
Goethestr. 39, Veranstaltungsraum
Mo, ab 29.10.2012, 18.00-21.00 Uhr
€ 94,-, 10 Termine, 40 UE

Malen am Morgen - vertreibt Kummer und Sorgen

Jede/r ist ein Künstler!
R020531
Hanne Gebhardt
Rödermark (Ober-Roden), Halle der Turnerschaft, Friedrich-Ebert-Str., 1. Stock
Mo/Do, 17.09./20.09.2012,
09.00-13.30 Uhr
€ 28,-, 12 UE

Malen am Abend - erquickend und labend

Jede/r ist ein Künstler!
R020532
Hanne Gebhardt
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule,
Kapellenstr. 12, Raum 03-EG-12
Mo/Do, 17.09./20.09.2012,
17.00-21.30 Uhr
€ 28,-, 12 UE

R020533

Hanne Gebhardt
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule,
Kapellenstr. 12, Raum 03-EG-12
Di, 18.09.2012, 17.00-21.30 Uhr
€ 14,-, 6 UE

R020534

Hanne Gebhardt
Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule,
Kapellenstr. 12, Raum 03-EG-12
Mi, 19.09.2012, 17.00-21.30 Uhr
€ 14,-, 6 UE

Keramik

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 Töpfeln 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 mitbringen: Arbeitskleidung und altes Geschirrtuch

R020638

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum, Bachgasse, Töpferraum

Di, ab 14.08.2012, 09.30-11.45 Uhr

€ 71,- (Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet und sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten), 10 Termine, 30 UE

R020639

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum, Bachgasse, Töpferraum

Di, ab 06.11.2012, 09.30-11.45 Uhr

€ 35,- (Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet und sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten), 5 Termine, 15 UE

Keramik für Anfänger/innen und Fortgeschrittene am Abend

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 mitbringen: Arbeitskleidung und altes Geschirrtuch

R020640

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum, Bachgasse, Töpferraum

Mi, ab 15.08.2012, 19.00-21.15 Uhr

€ 71,- (Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet und sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten), 10 Termine, 30 UE

R020641

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum, Bachgasse, Töpferraum

Mi, ab 14.11.2012, 19.00-21.15 Uhr

€ 35,- (Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet und sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten), 5 Termine, 15 UE

Weihnachtswerkstatt für Kinder (6-14)

Hier entstehen kleine Geschenke und Dekorationen für die festliche Zeit wie Nikoläuse, Teelichter, Engel oder Krippenfiguren. Die Kinder können das Thema nach ihren eigenen Vorstellungen umsetzen und so ganz individuelle Dinge entstehen lassen. Farbige Gla-

suren bringen die Werkstücke zum Leuchten. Informationen und Bildmaterial unter www.keramik-im-puls.de.

Bitte mitbringen: Arbeitskleidung und altes Geschirrtuch

R020642

Petra Distler-Bäcker

Rödermark (Urberach), Töpfermuseum, Bachgasse, Töpferraum

Mi, ab 31.10.2012, 17.00-18.30 Uhr

€ 19,- ermäßigte Gebühr für Schüler/innen (Materialkosten werden nach Verbrauch berechnet und sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten.) 5 Termine, 10 UE

Tanz

Disco Fox

K020903

Elisabeth Moufang-Jäger

Kursbeschreibung siehe S. 21

Disco Fox (Aufbaukurs)

K020904

Elisabeth Moufang-Jäger

Kursbeschreibung siehe S. 21

Salsa und Merengue - Karibische Lebensfreude (Grundkurs)

K020905

Elisabeth Moufang-Jäger

Kursbeschreibung siehe S. 21

Salsa und Merengue (Aufbaukurs)

K020906

Elisabeth Moufang-Jäger

Kursbeschreibung siehe S. 21

Swing und Boogie

K020907

Elisabeth Moufang-Jäger

Kursbeschreibung siehe S. 21

Argentinischer Tango - getanzte Sinnlichkeit

K020908

Elisabeth Moufang-Jäger

Kursbeschreibung siehe S. 21

Fotografie

Digitale Fotografie -

Grundlagen und Möglichkeiten

K021101

Dietmar Keitzl

Kursbeschreibung siehe S. 18

Kunsth Handwerk

Exklusiven Silberschmuck selbst gestalten - Viking Kordel

Die Wikinger knüpften nach dieser Technik ihre Taue, wir hingegen verarbeiten mit Silberdraht 925er oder 999er Feinsilber zu Schmuckstücken. Es entstehen in jeder gewünschten Stärke und Länge die schönsten Armbänder und Ketten. Mit einem edlen Verschluss haben Sie Ihr erstes Designerstück selbst hergestellt und können sich bewundern lassen. Dieser Kurs ist für Anfänger/innen geeignet. Die Werkzeuge werden gestellt, Material wird nach Verbrauch mit der Kursleiterin abgerech-

net. Ein Armband kostet ca. € 19,-, eine Kette ca. € 29,-.

R021247

Ilona Neubecker

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

Do, ab 25.10.2012, 18.00-21.00 Uhr

€ 28,-, 3 Termine, 12 UE

Silberschmuck modellieren

Reines Silber 999,9 als Knetmasse. Wir können Ohringe ab € 12,-, Ringe und Anhänger ab € 20,- anfertigen. Es wird geformt, gefeilt und gebrannt. Steine können auch eingesetzt werden. Sie können eigene mitbringen oder diese im Kurs erwerben. Für Anfänger/innen bestens geeignet. Werkzeuge werden gestellt. Die Materialkosten werden mit der Kursleiterin abgerechnet.

R021248

Ilona Neubecker

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

Fr, 02.11. und 09.11.2012,

18.00-21.00 Uhr

€ 26,-, 2 Termine, 8 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung - max. 8 Teilnehmer/innen

Kosmetik

Make-up to go

Welche Frau hat morgens schon ausgiebige Zeit für ihr Make-up? Da muss es Ruck-Zuck gehen. Schritt für Schritt lernen Sie Ihr persönliches, unkompliziertes „Ruck-Zuck Make-up“ zu schminken. Profitipps und Tricks von einer Visagistin zeigen Ihnen, dass es auch mal schnell gehen kann um ein natürliches Make-up zu schminken.

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

R021450

Alexandra Heberer, Visagistin

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei,

Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum

Mi, 26.09.2012, 18.00-21.00 Uhr

€ 9,- (zzgl. Materialkosten € 8,- bitte direkt an die Kursleiterin bezahlen), 4 UE

Dezent und natürlich - Schminken ohne angemalt zu sein!

Welche Frau möchte sich nicht typgerecht und natürlich schminken - ohne dabei angemalt auszusehen? Lernen Sie Schritt für Schritt Ihr persönliches Make-up selbst zu schminken. Mit professionellen Tipps einer Visagistin erarbeiten Sie Ihr individuelles Make-up für den Tag und für den Abend. Augenbrauen und Lippen werden dezent in Form gebracht und verschiedene Lidschattentechniken werden vorgestellt und geübt.

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

R021451

Alexandra Heberer, Visagistin

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei,

Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum

Mi, 24.10. und 31.10.2012,

18.00-21.00 Uhr

€ 19,- (zzgl. Materialkosten € 15,- bitte direkt an die Kursleiterin bezahlen), 8 UE

Farbe und Stil

Individuelle und ganzheitliche Farbtypberatung

Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance! Hier können Sie eintauchen in die ganzheitliche Betrachtungsweise von Farbe und Persönlichkeit: Sie erfahren die Wirkung von Farben auf Ihr Aussehen, aber auch auf Ihr inneres Wohlbefinden, Ihre Gefühle und Stimmungen, weil äußere Harmonie zugleich innere Harmonie und Selbstvertrauen erzeugt. Auf der Grundlage der Farblehre von Johannes Itten erfahren Sie, welche Farbpalette zu welchem Hauttyp harmoniert.

Es geht um folgende Themen:

- Farbpersönlichkeiten
- Einzelberatung (Vorgespräch) und individuelle Farbanalyse in der Gruppe
- Make-up-, Frisur-, Brillen- und Schmuckberatung für die verschiedenen Farbtypen

Auf Wunsch besteht die Möglichkeit bei der Kursleiterin einen auf Ihren Typ abgestimmten Farbpass (Farbpalette incl. aller Informationen zu Haarfarbe, Schminke etc.) zum Preis von € 30,- zu erwerben. Eine Arbeitsmappe mit Infos zum Kursinhalt ist für € 1,- erhältlich.

R021452

Nicole Wittner

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

Sa, 29.09.2012, 10.00-18.00 Uhr

€ 36,-, 10 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung - max. 8 Teilnehmer/innen

Textiles Gestalten



Marie-Luise Macey,
Schneidermeisterin,
Kostümbildnerin

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!

Bitte mitbringen: Nähgarn, Schere, Maßband, Stecknadeln, gewünschter Stoff und evtl. gewünschtes Schnittmuster, eigene Nähmaschine wer möchte.

R021455

Marie-Luise Macey,

Schneidermeisterin, Kostümbildnerin

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,

Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Mi, ab 05.09.2012, 19.30-21.45 Uhr

€ 85,-, 12 Termine, 36 UE

R021456

Marie-Luise Macey,

Schneidermeisterin, Kostümbildnerin

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,

Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Fr, 21.09.2012, 19.00-21.15 Uhr

Sa, 22.09.2012, 13.00-18.15 Uhr

So, 23.09.2012, 10.00-15.15 Uhr

€ 42,-, 18 UE

R021457

Marie-Luise Macey,

Schneidermeisterin, Kostümbildnerin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,
Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Fr, 16.11.2012, 19.00-21.15 Uhr
Sa, 17.11.2012, 13.00-18.15 Uhr
So, 18.11.2012, 10.00-15.15 Uhr
€ 42,-, 18 UE

R021458

Marie-Luise Macey,

Schneidermeisterin, Kostümbildnerin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,
Dieburger Str. 9-11, Raum 3
Fr, 04.01.2013, 19.00-21.15 Uhr
Sa, 05.01.2013, 13.00-18.15 Uhr
So, 06.01.2013, 10.00-15.15 Uhr
€ 42,-, 18 UE

Kinderkleidung, simpel und fantasievoll geflickt, verlängert, verschönert...

Bringen Sie die Lieblingsstücke Ihres kleinen Schatzes mit, die zu schade sind zum Wegschmeißen. Vielleicht kann man das Loch ja noch stopfen, die Lieblingshose, den Lieblingsrock noch witzig verlängern, oder das fleckige T-Shirt fantasievoll verzieren damit die Flecken nicht mehr zu entdecken sind. So bleibt das Lieblingsstück länger erhalten und Ihr kleiner Schatz wird super stolz auf die zaubernde Mama sein;-) Nebenbei lernen Sie nähen, oder verbessern Ihre Nähkünste, denn mit Ideen, Tipps und Kniffen wird in diesem Kurs nicht gespart.

Dieser Kurs richtet sich in erster Linie an Nähanfängerinnen.

Bitte mitbringen: (soweit vorhanden) Nähmaschine, persönliches Nähset (z.B. Schere, Steck- und Nähadeln, Maßband, Schneiderkreide), die Lieblingskleidungsstücke, bunte Garne, Stoffreste oder Stoffstücke zum „Zaubern“.

R021459

Tanja Adler

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,
Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Mo, ab 03.09.2012, 15.00-17.00 Uhr
€ 33,-, 5 Termine

Gesundheit übergreifend

Einführung in die Kinesiologie

In diesem Kurs lernen Sie die Wirkungsweise der Kinesiologie kennen, ebenso wie den Muskeltest. Mittels Muskeltest und den entsprechenden Korrekturen werden Energieblockaden im Körper gefunden und aufgelöst. Wir führen an diesem Tag eine komplette 14-Muskel-Balance durch. Außerdem können wir die Verträglichkeit von Nahrungsmitteln an diesem Tag testen (ggf. Nahrungsmittel mitbringen). Da der Wasserhaushalt des Körpers eine große Rolle spielt, bitte ausreichend Wasser zum Trinken mitbringen.

R030077

Gudrun Müller, Entspannungs- und Wellness-trainerin, Psychologische Beraterin
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,
Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Sa, 17.11.2012, 10.00-17.00 Uhr
€ 34,-, (zzgl. Materialkosten: € 5,-), 9 UE
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung

Yoga

Hatha Yoga sanft für Anfänger/innen und leicht Fortgeschrittene

Yoga ist ein ganzheitliches Übungssystem zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Dieser Schnupperkurs richtet sich an Yoga-Neulinge und Fortgeschrittene, die mit sanften Übungen zu ihrer inneren Mitte kommen möchten. Wir üben Asanas (Körperübungen), Pranayama (Atemübungen), Entspannung (Shavasana) und auf Wunsch auch Meditation. Muskeln und Bänder werden gekräftigt und gedehnt, der Körper gewinnt an Beweglichkeit, der Geist kommt zur Ruhe. Wir gönnen uns Auszeit vom Alltag, üben uns im Loslassen und lernen, die daraus gewonnene Kraft und Ruhe in unser Leben zu integrieren.
Bitte mitbringen: eine Matte, Decke, warme Socken und ggf. ein kleines Kissen

R030129 - Zwischenkurs

Gabriela Marx-Schuster, Yogalehrerin BYV
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,
Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Mo, ab 06.08.2012, 20.00-21.30 Uhr
€ 14,-, 3 Termine, 6 UE

R030130 - Semesterkurs

Gabriela Marx-Schuster, Yogalehrerin BYV
Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle,
Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Mo, ab 17.09.2012, 20.00-21.30 Uhr
€ 56,-, 12 Termine, 24 UE

Hatha Yoga für jedes Alter

leicht Fortgeschrittene/Mittelstufe

Mit dieser Unterrichtsreihe (Rishikesh-Reihe), nach alter Tradition zusammengestellt und in bestimmter Abfolge ausgeführt, können die Teilnehmer/innen körperliche, energetische und spirituelle Wirkungen erfahren. Grundstellungen (Asanas), richtiges Atmen, meditative Sequenzen und abschließende Tiefenentspannung harmonisieren blockierte Energien. In diesem Kurs versuchen wir, die Asanas länger zu halten und lernen neue Varianten zum Schwerpunkt Standstellung, Vorwärts- und Rückwärtsbeuge.
Bitte mitbringen: eine Übungsmatte, eine Decke und bequeme Kleidung

R030131

Anneli Sindermann, Yogalehrerin BYV
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,
Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Di, ab 04.09.2012, 17.45-19.15 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

R030132

Anneli Sindermann, Yogalehrerin BYV
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof,
Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Di, ab 04.09.2012, 19.20-20.50 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Hatha-Yoga für Jede/n

Die Körperübungen (Asanas) kräftigen und dehnen die Muskulatur, fördern Ausdauer, Beweglichkeit und Balance. Erhöhte Vitalität, geistige Ruhe und eine ausgeglichene Atmung sind das Resultat. So fühlen Sie sich nach dem Kurs entspannt und energetisiert zugleich - bereit, um den Anforderungen des Alltags in aller Gelassenheit zu begegnen. Das Erleben des gegenwärtigen Moments wird durch Körper

und Atem erfahrbar, der Kontakt zur eigenen Lebendigkeit und inneren Zufriedenheit wird gestärkt.

Bitte mitbringen: Yoga-Matte und bequeme Kleidung

R030133

Beate Bordt

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal
Di, ab 04.09.2012, 19.30-21.00 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE



Beate Bordt, Yogalehrerin

Hatha Yoga 1 - Körper und Geist stärken und beruhigen

Die 8 Stufen des Yoga nach dem Weisen Patanjali dienen als Orientierung des ganzheitlichen Yogawegs. Unter yogatherapeutischen Gesichtspunkten fördern ausgewählte Körperübungen die Gesundheit und sorgen auch dafür, dass der Rücken als zentraler Stützpunkt des Körpers gestärkt wird. Atemübungen, Meditation und Tiefenentspannung sind Bestandteil der Stunden und tragen dazu bei, Stress und Verspannungen, Ursache vieler körperlicher Beschwerden, abzubauen. Für Anfänger/innen mit oder ohne Vorkenntnissen.
Bitte mitbringen: Übungsmatte

R030134

Rigobert Jakob, zertifizierter Lehrer für Hatha- und Kundalini Yoga
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Do, ab 30.08.2012, 16.25-17.55 Uhr
€ 66,-, 14 Termine, 28 UE

Hatha Yoga 2 - Ankommen in Körper, Geist und Atem

In einer Zeit voller Hetze und Stress gibt uns Yoga als übendes Verfahren die Fähigkeit, zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit zu gelangen, wir erleben uns intensiver und bewusster, lernen inneren Abstand zu bewahren. Konzentration schweifender Gedanken, Erhöhung der Beweglichkeit und Kräftigung der Muskulatur führen zu einem Gefühl allgemeinen Wohlbefindens. Für erfahrene Anfänger/innen und Fortgeschrittene.
Bitte mitbringen: Übungsmatte

R030135

Rigobert Jakob, zertifizierter Lehrer für Hatha- und Kundalini Yoga
Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal
Do, ab 30.08.2012, 18.00-19.30 Uhr
€ 66,-, 14 Termine, 28 UE

Mit Hatha Yoga in die Woche

Mittelstufe

Regelmäßig ausgeführte Yoga-Übungen verhelfen zu Entspannung, verbessertem Körpergefühl, Kondition, erhöhter Flexibilität und Muskelkraft. Sie erhöhen die geistige Spannkraft, Konzentrationsfähigkeit und steigern die Erlebnisfähigkeit.

Schwerpunkte in diesem Kurs werden die Entwicklung von Variationen aus den Grundstellungen (Asanas) und gezielte Übungen für Rücken und Gelenke sein.

Bitte mitbringen: eine Übungsmatte, eine Decke und bequeme Kleidung.

R030136

Anneli Sindermann, Yogalehrerin BYV
Rödermark (Urberach), Halle Urberach,
Am Schellbusch 1, Mehrzweckraum
Mo, ab 03.09.2012, 09.00-10.30 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Hatha Yoga 50+ - für einen starken Rücken und bewegliche Gelenke

Ein Kurs für alle, die präventiv etwas für Ihren Rücken und/oder ihre Gelenke tun möchten, berücksichtigt aber speziell die Möglichkeiten und Voraussetzungen älterer Menschen. Bei bestehenden akuten Problemen sollte ein Arzt konsultiert werden.

Ein abwechslungsreiches Übungsprogramm aus Dehn- und Kräftigungsübungen, Atem- und Entspannungstechniken wird mit Hintergrundinformationen und alltagstauglichen Tipps zur Entlastung von Wirbelsäule und Gelenken ergänzt. Jüngere Teilnehmer/innen sind ebenso willkommen.

Bitte mitbringen: eine Übungsmatte, eine Decke und bequeme Kleidung.

R030137

Anneli Sindermann, Yogalehrerin BYV
Rödermark (Urberach), Halle Urberach,
Am Schellbusch 1, Mehrzweckraum
Mo, ab 03.09.2012, 10.30-12.00 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Hatha Yoga - Schwerpunkt Rücken

- Dem Schmerz den Rücken kehren -

Die Beweglichkeit der Wirbelsäule spielt für unser ganzheitliches Wohlbefinden eine wichtige Rolle. Ausgewählte Yogaübungen sorgen dafür, dass vor allem der Rücken als zentraler Stützpunkt des Körpers gestärkt wird. Auch Atemübungen, Meditation und Tiefenentspannung sind Bestandteil der Yogastunden und tragen dazu bei, Stress und Verspannungen, die Ursache vieler Rückenprobleme und -beschwerden, abzubauen. Für (Wieder-) Einsteiger/innen
Bitte mitbringen: Übungsmatte

R030138

Rigobert Jakob, zertifizierter Lehrer für Hatha- und Kundalini Yoga
Rödermark (Waldacker), Bürgertreff,
Goethestr. 39, Veranstaltungsraum
Mo, ab 03.09.2012, 16.15-17.45 Uhr
€ 66,-, 14 Termine, 28 UE

Yoga für den Rücken

Workshop

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 Phantasieereisen und Tiefenentspannungen versenken. Das gesamte Wohlbefinden wird sich steigern!

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

R030140

Ivonne Winter, Yogalehrerin BYV Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal

Do, 18.10.2012, 18.30-21.30 Uhr
€ 9,-, 4 UE

Die Fünf Tibeter® Workshop

Die Fünf Tibeter® sind ein einfaches, leicht zu erlernendes Energie- und Fitnessprogramm für Menschen jeden Alters. Die Übungen haben ihren Ursprung im Yoga und bestehen aus fünf einzelnen, sich ergänzenden Bewegungsabläufen. Die Kombination von Bewegung, Atmung, körperlicher und geistiger Achtsamkeit aktiviert den Fluss unserer Lebensenergie. Dies ist die Grundlage für Gesundheit, Vitalität, und geistig-seelisches Wohlbefinden bis ins hohe Alter. Sie fördern die Kraft des Herzens und die Klarheit des Geistes. Sie lernen die einzelnen Übungen kennen, so dass sie auch zu Hause leicht praktiziert werden können und wir enden mit einer Schlussentspannung. Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, Handtuch, evtl. Trinkwasser

R030141

Marina Noack, Fünf-Tibeter®-Trainerin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

So, 09.09.2012, 10.00-13.00 Uhr
€ 9,-, 4 UE

R030142

Marina Noack, Fünf-Tibeter®-Trainerin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

So, 14.10.2012, 10.00-13.00 Uhr
€ 9,-, 4 UE

Tai Chi / Qi Gong

Tai-Chi-Chuan (Lee-Stil)

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 setzt den Anfänger/innenkurs des vergangenen Semesters fort. Seiteneinstieg ist in Absprache mit dem Kursleiter möglich.

R030145

Thomas Schnabel

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

Di, ab 04.09.2012, 18.00-19.30 Uhr
€ 56,-, 12 Termine, 24 UE

Qi Gong Wildgans-Typ

Chinesische Heilgymnastik zur guten Lebensqualität

K030108

Weihong Yang

Kursbeschreibung siehe S. 22

Massage



Tanja Pehl, Wellness-Trainerin, Yogalehrerin BDY

Partnermassage für Einsteiger/innen

Dieser Kurs richtet sich an Paare, die den Wunsch haben, durch eine sanfte Massage in Entspannung zu kommen und noch keine Erfahrung damit haben. Hier lernen Sie Schritt für Schritt einfache Griffe kennen, die Sie jederzeit zu Hause wiederholen können um gestaute Energien zu mobilisieren und mehr Wohlbefinden und Vitalität zu erreichen. Wir konzentrieren uns auf die Bereiche: Kopf/Gesicht, Füße und Rücken. Unterstützung für die Praxis erhalten Sie mit einer Material- und Warenkunde zu den verschiedenen Ölen. Mit Massage können wir dem Alltagstrott entfliehen. Wir werden vitaler und ausgeglichener. Bitte paarweise anmelden!

Bitte mitbringen: Decke, Isomatte, 2 Handtücher, Kissen und Massageöl

R030149

Tanja Pehl, Wellness-Trainerin, Visagistin, Farbberaterin, Yogalehrerin BDY Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

So, 28.10.2012, 11.00-14.45 Uhr
€ 12,- pro Person, 5 UE

Partnermassage Wissen über Energiepunkte

Die „Kunst der sanften Berührung“ wirkt auf den Körper entspannend, beruhigend, aber auch belebend und durchblutungsfördernd. Eine Massage verbindet also viele Eigenschaften: sie beruhigt die Nerven, körpereigene Heilkräfte werden aktiviert und das gesamte Immunsystem gestärkt. Durch spezielle Griffe werden die Muskeln gelockert und Stress abgebaut. Hier erlernen Sie einfache Techniken, die Sie auch zu Hause anwenden können. Gerade die ayurvedische Kopfmassage oder die Energiepunkt-Rückenmassage wird Ihnen ein wohlthuendes Geschenk sein. Außerdem erhalten Sie nützliche Informationen über die verschiedenen Öle und ätherischen Öle. Bitte paarweise anmelden.

Bitte mitbringen: pro Paar eine Isomatte, 2 große Handtücher oder Decken, 2 kleine Handtücher, Massageöl und warme Socken

R030150

Tanja Pehl, Wellness-Trainerin, Visagistin, Farbberaterin, Yogalehrerin BDY Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

So, 18.11.2012, 11.00-17.00 Uhr, 8 UE
€ 19,- pro Person, (zzgl. € 1,50 Materialkosten, bitte direkt an die Kursleiterin entrichten.)

Sie finden uns im Internet unter:

www.vhs-roedermark.de

Entspannung / Körperwahrnehmung

Autogenes Training

Autogenes Training ist eine bewährte und effektive Entspannungsmethode, die jede/r leicht, schnell und ohne Hilfsmittel, aus der eigenen inneren Kraft heraus lernen kann. Sie ist jederzeit und an jedem Ort anwendbar, gleicht körperliche und seelische Blockierungen aus, fördert die Körperwahrnehmung, Konzentration, Gesundheit und Bewusstheit und führt in die heilsame Haltung der inneren Gelassenheit.

Autogenes Training Anfänger/innen

Schritt für Schritt lernen Sie die Grundübungen des Autogenen Trainings und folgen damit dem natürlichen Entspannungsvorgang und der Weisheit Ihres Körpers. Lassen Sie sich tragen von dem Rhythmus Ihres Atems und Herzens. Innere Gelassenheit, Stressabbau, Entschleunigung, Körperbewusstheit und Erhöhung Ihres Energiepotentials geschehen ganz leicht.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Decke

R030155

Karin Walther-Weckmann,

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

Do, ab 06.09.2012, 19.30-21.00 Uhr
€ 28,-, 6 Termine, 12 UE

In der Ruhe liegt die Kraft -

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 und aus der inneren Kraft heraus Lebenssituationen zu meistern. Innere Bilder, Fantasieereisen und formelhafte Vorsätze unterstützen Sie dabei und eröffnen Ihnen neue innere Räume der Kraft und Gelassenheit.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Decke

R030156

Karin Walther-Weckmann,

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

Do, ab 08.11.2012, 19.30-21.00 Uhr
€ 28,-, 6 Termine, 12 UE

Eutonie - eine andere Sichtweise

Unser Alltag ist geprägt von Gewohnheiten. Anspannung, Schmerz und unsere Gedanken beeinträchtigen unser Wohlbefinden.

Eutonie hilft, die eigenen Möglichkeiten der Veränderung zu entdecken, Grenzen zu achten und Bewegungen, die selbstverständlich und automatisch erfolgen neu zu erfahren, Balance zwischen Spannung und Entspannung zwischen Ruhe und Aktivität zu erleben.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken

R030157

Elisabeth Ullmer, Eutoniepädagogin

Rodgau (Nieder-Roden), bei Ullmer, Darmstädter Str. 5, Seminarraum

Di, ab 18.09.2012, 19.00-20.30 Uhr

€ 83,-, 9 Termine, 18 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung - max. 6 Teilnehmer/innen

Meditation

Meditation - Regeneration für Körper, Geist und Seele

Die Meditation hat viele positive Wirkungen. Es ist eine Methode, die gleichermaßen Körper, Geist und Seele stärkt, heilt und von jedem Menschen praktiziert werden kann. Wenn wir meditieren, sind wir ganz bei uns selbst, werden uns unseres eigenen Bewusstseins bewusst. Gefühle von Anspannung, Angst oder Stress verringern sich, wir sind konzentriert und aufmerksam. Wir schaffen dadurch Möglichkeiten unser Energiepotential zu erhöhen, um es für ein bewusstes Leben kraftvoll im Alltag zu nutzen.

Bitte mitbringen: bequeme, warme Kleidung, eine Matte und eine Woldecke

R030160

Michaela Till, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Astrologin

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

Mo, ab 24.09.2012, 18.30-20.00 Uhr

€ 47,-, 10 Termine, 20 UE



Gabriele Loose, Heilpraktikerin, Spirituelle Psychologin

Meditation und Gesundheit am Samstagnachmittag

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

Mit Hilfe der Meditation kommen wir in Kontakt mit unseren inneren Bildern und Gefühlen. Durch meditative Musik und geführte Meditationen kommen wir in eine tiefe Entspannung, schöpfen hierdurch neue Kraft und können körperliche und seelische Beschwerden lindern.

Wir werden an diesem Nachmittag verschiedene Heilmeditationen kennen lernen und uns mit einfachen Entspannungs- und Energieübungen vertraut machen, die wir später auch zu Hause im Alltag gut anwenden können. „Ich glaube, dass wir einen Funken jenes ewigen Lichtes in uns tragen, das im Grunde des Seins leuchten muss. Diesen Funken in uns zur Flamme werden zu lassen, ist unsere höchste Pflicht“ (J.W. von Goethe). Bitte mitbringen: bequeme, warme Kleidung, eine Matte und eine Woldecke

R030161

Gabriele Loose, Heilpraktikerin,

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

Sa, 08.09.2012, 14.00-17.00 Uhr
€ 9,-, 4 UE

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.



In Kooperation mit der vhs Rödermark werden im 2. Halbjahr 2012 die nachfolgend aufgeführten Kurse angeboten. Die Nutzung der Sauna ist gegen Gebühr möglich. In den Schulferien findet kein Unterricht statt. Bitte hinterlegen Sie am ersten Kurstag im Vitabel Frauen Fitness € 15,- als Schlüsselpfand.

Bauch - Beine - Po

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

R030290

Regina Mehring

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

Di, ab 04.09.2012, 17.00-18.00 Uhr € 72,-, 12 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung - Kostenlose Kinderbetreuung ist möglich. In Zusammenarbeit mit der VITABEL Frauen Fitness GmbH.

Pilates Basic

Pilates ist ein einzigartiges System aus hundert verschiedenen Dehn- und Kräftigungsübungen, die die Stabilisatoren des Körpers trainieren. Das Ergebnis ist eine lange, funktionsfähige Muskulatur, ein starker Kern (POWERHOUSE), optimale Haltung und Beweglichkeit im Alltag.

R030291

Renate Rossbach

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

Do, ab 06.09.2012, 09.00-10.00 Uhr € 72,-, 12 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung - In Zusammenarbeit mit der VITABEL Frauen Fitness GmbH.

Gymnastik

Beckenbodengymnastik zur Stabilisierung des Rumpfes

Mit gezielten Übungen wird der Beckenboden gefestigt, damit wir wieder in der Lage sind, aus der Körpermitte heraus zu handeln und unseren ganzen Körper kraftvoll einzusetzen. Dem Ermüden der Muskulatur durch langes Sitzen und einseitige Belastung soll entgegen gewirkt werden können.

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

R030265

Doris Vierkant, Krankengymnastin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Mo, ab 03.09.2012, 17.00-18.15 Uhr € 47,-, 12 Termine, 20 UE

R030266

Doris Vierkant, Krankengymnastin Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1 Mo, ab 03.09.2012, 18.20-19.35 Uhr € 47,-, 12 Termine, 20 UE

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, selbstständig mit auftretenden Rückenproblemen umzugehen.

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

R030267

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Am Schellbusch 1, Mehrzweckraum Mi, ab 05.09.2012, 09.00-10.15 Uhr € 47,-, 12 Termine, 20 UE

R030268

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Am Schellbusch 1, Mehrzweckraum Mi, ab 05.09.2012, 10.15-11.30 Uhr € 47,-, 12 Termine, 20 UE

R030269

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal Fr, ab 07.09.2012, 09.15-10.30 Uhr € 47,-, 12 Termine, 20 UE

R030270

Gabriele Schmitt-Schleinkofer, Krankengymnastin Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Rothaha-Saal Fr, ab 07.09.2012, 10.30-11.45 Uhr € 47,-, 12 Termine, 20 UE

Anmeldung auch per Fax möglich: 06103 3131-1399



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 mitbringen: Gymnastikmatte, Sportschuhe und Handtuch

R030273

Ute Kampfmann

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

Mo, ab 03.09.2012, 09.30-10.30 Uhr € 19,-, 6 Termine, 8 UE

R030274

Ute Kampfmann

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

Mo, ab 03.09.2012, 10.30-11.30 Uhr € 19,-, 6 Termine, 8 UE

Gymnastik am Vormittag

Mit ruhiger Musik wird eine rückenfreundliche Gymnastik angeboten. Übungen, die besonders die Problemzonen Bauch, Beine, Po betreffen, stehen im Mittelpunkt. Die Kräftigung aller wichtigen Muskelgruppen, die Verbesserung der Kondition durch ein kurzes Herz-Kreislauf-Training und die Dehnung und Entspannung am Ende der Stunde verbessern Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit des gesamten Körpers.

Bitte mitbringen: Matte bzw. Decke

R030275

Ilona Heberer

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

Mo, ab 29.10.2012, 09.30-10.30 Uhr € 35,-, 11 Termine

Rückenfitness am Vormittag

Körperliche Fitness sichert eine kräftige Muskulatur, mindert Verschleißerscheinungen an den Gelenken und schützt somit vor vielen Beschwerden. Schwerpunkt dieser Stunde sind kräftigende 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 mitbringen: Matte bzw. Decke

R030276

Ilona Heberer

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

Mo, ab 29.10.2012, 10.30-11.30 Uhr € 35,-, 11 Termine

Fitness

Bodyfitness

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

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

R030278

Monika Dries

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal Do, ab 16.08.2012, 18.00-19.15 Uhr € 59,-, 15 Termine, 25 UE

R030279

Monika Dries

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal Do, ab 16.08.2012, 19.30-20.45 Uhr € 59,-, 15 Termine, 25 UE

Pilates - Wohlfühlprogramm

Einsteiger/innen

Pilates ist eine sanfte, wirkungsvolle Trainingsmethode. Einzelne Muskeln und Muskelpartien werden gezielt angesprochen, gespannt und gedehnt. Es schult die Körperwahrnehmung, optimiert das Gleichgewicht, fördert eine aufrechte und graziöse Haltung und lässt den Bauch flach und fest werden.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Fitnessbänder und Getränk

R030281

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

Mi, ab 05.09.2012, 17.30-18.30 Uhr € 47,-, 15 Termine, 20 UE

Pilates II mit Fatburner

Schlank und fit mit Cardio-Pilates. Pilates mit gezielten rhythmischen Übungen - mit viel Spaß und Power.

Voraussetzung: Vorkenntnisse in Pilates

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Fitnessbänder und Getränk

R030283

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

Mi, ab 05.09.2012, 18.35-19.35 Uhr € 47,-, 15 Termine, 20 UE

Schwimmstil optimieren - Fitness verbessern

R030204

Illya Gerovych

Kursbeschreibung siehe S. 22

Erkrankungen/Heilmethoden

Besseres Sehen durch Augentraining

Sie suchen eine alternative Methode, wie Sie sich auf natürlicher Art und Weise selbst helfen können? Sie lernen in diesem Kurs eine Möglichkeit Ihren Augen zum besseren Sehen zu verhelfen. Neue Wege durch Augentraining und Entspannung für jede/n geeignet auch für Brillenträger/innen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke

R030420

Angelika Tank

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

Do, ab 20.09.2012, 19.00-20.30 Uhr € 24,-, 5 Termine, 10 UE

Schmerzhafte Bewegung*Lindern durch ISBT-BOWEN-Therapie*

Schmerzen im Bewegungsapparat sind das Thema unserer Zeit. Wie Dieter Dorn fand Tom Bowen intuitiv Wege, Schmerzen zu lindern. Während in der Dorn-Therapie direkt am Gelenk und an den Wirbeln gearbeitet wird, wirkt die ISBT-BOWEN-Therapie durch sanfte Griffe im Gewebe und stößt so die Selbstheilungskräfte des Körpers an. Erstere ist schon sehr bekannt, die ISBT-BOWEN-Therapie dagegen noch relativ neu in Europa. Der Vortrag möchte über diese äußerst wirksame Behandlungsform informieren. Abschließend vermittelt ein kurzer Film eine Vorstellung darüber, wie diese Behandlung durchgeführt wird.

R030421**Elke Pfützte**, Heilpraktikerin

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

Mo, 05.11.2012, 20.00 Uhr

- Eintritt frei -

Tui Na-Massage

Hilfe bei Rücken-, Hüftschmerzen und Bandscheibenvorfall

K030410**Weihong Yang**

Kursbeschreibung siehe S. 24

Chinesische Medizin:**5-Elemente-Lehre**

Gesundheitszustandsvorhersage, gesunde Diät und Kräutertee

K030411**Weihong Yang**

Kursbeschreibung siehe S. 24

Deutsch als Fremdsprache

SEMESTERTHEMA
Schrift ZEICHEN & WUNDER



„Integration hat viele Facetten – Lesen und Schreiben lernen gehört dazu. Als Kursleiterin für Alphabetisierung gibt es mir Motivation mitzuerleben, wie Menschen Kompetenzen erwerben, sicherer werden und ihr Selbstwertgefühl stärken. Ein Einsatz, der sich für alle lohnt!“

Anna Elsner, Kursleiterin Alphabetisierung

Interessierte, die erstmals einen Deutschkurs bei uns besuchen möchten, sollten sich frühzeitig einen Termin für eine ausführliche Beratung und Einstufung gemäß ihrem Kenntnisstand geben lassen. Wenn Sie eine Berechtigung oder Verpflichtung zur Teilnahme am Integrationskurs haben, ist diese Beratung obligatorisch. Bitte vereinbaren Sie einen Termin: 06074 922700.

Deutsch als Fremdsprache*Alphabetisierung - Fortsetzung***R040440****Anna Elsner**

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

Di/Do, ab 04.09.2012, 14.00-16.15 Uhr
€ 179,-, 34 Termine, 102 UE**Deutsch als Fremdsprache A1***Integrationskurs Modul 1+2*

Schritte plus 1, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag

R040441**Evelyn Tzschentke**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-45

Mo-Do, ab 03.09.2012, 18.30-21.30 Uhr
€ 350,-, 50 Termine, 200 UE**Deutsch als Fremdsprache A1***Integrationskurs Modul 1+2+3*

Schritte plus 1, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag

R040442**Anna Elsner**

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

Mo-Fr, ab 03.09.2012, 08.30-11.30 Uhr
€ 525,-, 75 Termine, 300 UE**R040443****Gerda Kloidt**

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

Di-Fr, ab 21.08.2012, 14.00-17.00 Uhr
€ 525,-, 75 Termine, 300 UE**Deutsch als Fremdsprache A1.2***Modul 2+3*

Schritte 2, Kurs- u. Arbeitsbuch, Hueber Verlag

R040444**Dorothee Andreas**

Rödermark (Urberach), Schillerhaus, Schillerstraße 17

Mo-Do, ab 13.08.2012, 19.00-21.15 Uhr
€ 352,-, 67 Termine, 201 UE**Deutsch als Fremdsprache A2/B1***Integrationskurs Modul 4+5+6*

Schritte plus 4, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag. Vorbereitung auf den DTZ im Dezember 2012. Kurs auch in der 2. Woche der Herbstferien.

R040445**Gerda Kloidt**

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

Mo/Mi/Do/Fr, ab 06.08.2012,
08.45-11.45 Uhr

€ 525,-, 75 Termine, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A2/B1*Integrationskurs Modul 4+5+6*

Schritte plus 4, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag. Vorbereitung auf den DTZ im Dezember 2012.

R040446**Dr. Gerd Kaul, Ingrid Mager**

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

Mo-Do, ab 06.08.2012 und zusätzlich 4xFr,
14.00-17.00 Uhr

€ 525,-, 75 Termine, 300 UE

**Deutsch als Fremdsprache -
Konversation (B2)**

Wenn Sie die B1 Prüfung bestanden haben und Ihre Deutschkenntnisse weiter verbessern wollen, sind Sie in diesem Konversationskurs richtig. Wir arbeiten mit dem Lehrbuch em neu, Hauptkurs Niveau B2, Hueber Verlag, sprechen aber auch über aktuelle Themen. Wir korrigieren unsere Fehler, erlangen so mehr Sicherheit in der Grammatik und erweitern stetig unseren Wortschatz.

R040460**Gerda Kloidt**

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

Di + Do, ab 28.08.2012, 18.00-20.15 Uhr
€ 147,-, 28 Termine, 84 UE

Gerda Kloidt

**Orientierungskurs - Abschluss des
Integrationskurses**

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.

Gerda Kloidt

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

Der nächste Orientierungskurs findet im Januar/Februar 2013 statt, der genaue Termin wird rechtzeitig veröffentlicht.

Chinesisch**Chinesisch A2****K040205****Sisouphan Thao-Tsang**

Kursbeschreibung siehe S. 27

Englisch**Englisch A1 Anfänger/innen ohne
Vorkenntnisse**

face2face, Elementary, Unit 1

R040660**Adriana Mallek**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-37

Di, ab 11.09.2012, 18.30-20.00 Uhr
€ 66,-, 14 Termine, 28 UE**Englisch für die Reise***Anfänger/innen mit leichten Vorkenntnissen*

Für Personen, die schon etwas Englisch beherrschen, sich jetzt aber fit machen möchten für ihren nächsten Urlaub - besonders wenn eine Reise in arabische Länder geplant ist. Es werden nicht nur Strategien für typische Reisesituationen trainiert wie:

- im Hotel/Restaurant z.B. einchecken, bestellen, bezahlen, beschweren
 - am Flughafen/Bahnhof z.B. Anzeigen und Ansagen verstehen, Zeiten und Orte erfragen, Tickets kaufen
 - beim Autoverleih: z.B. Konditionen, Ausstattung, Versicherung, Verkehrsregeln
- Daneben erhalten Sie zahlreiche Tipps, wie Sie Fettnäpfchen elegant umschiffen und sich auf die Mentalität der dortigen Bevölkerung einstellen können. Aber auch zu Sehenswerten, was nicht in jedem Reiseführer steht.

R040661**Kawkab Hattar**

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

Di, ab 04.09.2012, 09.00-10.30 Uhr
€ 56,-, 12 Termine, 24 UE**Englisch A1.4**

face2face, Elementary, Unit 10B, Klett Verlag
Improve your grammatical skills, learn new vocabulary! You are welcome!

R040662**Adriana Mallek**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-34

Mo, ab 03.09.2012, 18.30-20.00 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE**Englisch A1.5**

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben
Mit viel Spaß und in entspannter Atmosphäre bauen wir unsere Englischkenntnisse weiter aus. Die Verständigung in Alltagssituationen klappt schon ganz gut und steht weiterhin im Mittelpunkt. Aber auch die Grammatik kommt nicht zu kurz. (Wieder-)Einsteiger/innen herzlich willkommen.

R040663**Kawkab Hattar**

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

Di, ab 21.08.2012, 10.30-12.00 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE**Englisch A2 - Neuer Kurs**

face2face, Band 2, Unit 1

Dieser Kurs startet neu und wendet sich an Wiedereinsteiger/innen mit Vorkenntnissen Niveau A2. Das Lerntempo wird individuell gestaltet und an die Gruppe angepasst.

R040664**Beate Bordt**, Lehrerin

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-55

Do, ab 13.09.2012, 19.00-20.30 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE**Englisch A2.2**

Language in use - Pre-Intermediate, Unit 19
In einer kleinen Gruppe werden Lektionen des Lehrbuches intensiv erarbeitet. Das Lerntempo kann individuell gestaltet und an die Gruppe angepasst werden.

R040665**Christa Geiß**

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestr. 39, Beratungsraum

Do, ab 06.09.2012, 14.00-15.30 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

SPRACHEN

Englisch A2

K040602

Heike Roszkopf

Kursbeschreibung siehe S. 28

Englisch B1

face2face, Pre-intermediate, Unit 8, Klett Verlag

Wir haben viel dazu gelernt, aber noch nicht genug! Deshalb setzen wir unseren Englischkurs fort, denn wer rastet, der rostet. Gemeinsam werden wir viel sprechen und neben dem Lehrbuch auch noch andere Literatur lesen und verstehen: Come, learn and have fun!

R040666

Ingeborg Schuster

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff,

Goethestr. 39, Beratungsraum

Mi, ab 05.09.2012, 10.00-11.30 Uhr

€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch B1 - Conversation

Articles taken from the magazine "Spotlight" provide the basis for free discussion and personal contribution. Homework reading and preparation as well as exercises using new vocabulary and structures ensure continued progress.

R040667

Penelope Klemen

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

Do, ab 13.09.2012, 09.00-10.30 Uhr

€ 56,-, 12 Termine, 24 UE

Englisch B1 Intermediate Level

We read and discuss authentic texts taken from newspapers and magazines, thus covering a wide variety of subjects. Listening texts or video recordings offer further variety. Grammar work is included on a regular basis, with homework as backup.

R040668

Penelope Klemen

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

Di, ab 11.09.2012, 09.15-10.45 Uhr

€ 56,-, 12 Termine, 24 UE

Bildungsurlaub Englisch B1

- Intermediate

K040603

K040604

David Johnson

Kursbeschreibung siehe S. 28

BU

Englisch B1.3

Pre-Intermediate

K040606

Heike Roszkopf

Kursbeschreibung siehe S. 28

Englisch für ältere Bürger/innen

B1.2

K040607

Christa Geiß

Kursbeschreibung siehe S. 28

English Conversation B1/B2

K040608

Heike Roszkopf

Kursbeschreibung siehe S. 28

Destination English! B1/B2

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Do you want to improve your conversational skills, learn more vocabulary, practise grammar, just chat or relax and enjoy the world of English? Then come along!

R040669

Manuela Behrenbeck

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-42

Do, ab 06.09.2012, 18.00-19.30 Uhr

€ 56,-, 12 Termine, 24 UE

Englisch B1/B2 Conversation

Advanced Level

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

R040670

Penelope Klemen

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

Do, ab 13.09.2012, 10.40-12.10 Uhr

€ 56,-, 12 Termine, 24 UE

Englisch B2 Pre-Intermediate

Kurs auf Stufe B2 für Teilnehmer/innen mit relativ guten Kenntnissen, 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.)

Neueinsteiger/innen willkommen!

R040671

Christa Geiß

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

Di, ab 04.09.2012, 18.00-19.30 Uhr

€ 71,-, 15 Termine, 30 UE



Christa Geiß

Englisch B2 Intermediate

Für Teilnehmer/innen mit guten Kenntnissen, 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.)

R040672

Christa Geiß

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

Di, ab 04.09.2012, 19.30-21.00 Uhr

€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Englisch B2

"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.

R040673

Manuela Behrenbeck

Rödermark (Urberach), Halle Urberach, Am Schellbusch 1, Garderobenraum

Mi, ab 05.09.2012, 10.30-12.00 Uhr

€ 56,-, 12 Termine, 24 UE

Englisch B2

Conversation-Mix

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben

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

R040674

Manuela Behrenbeck

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-42

Do, ab 06.09.2012, 19.30-21.00 Uhr

€ 56,-, 12 Termine, 24 UE

Englisch für ältere Bürger/innen B2

K040611

Christa Geiß

Kursbeschreibung siehe S. 28

Cambridge Advanced, Proficiency and Business English (BEC1-3) B2-C2

K040613

K040614

David Johnson

Kursbeschreibung siehe S. 28

Englisch für Schüler/innen

Vorbereitung auf den Hauptschulabschluss

In diesem Kurs bereiten wir uns gezielt auf die Hauptschulabschlussprüfung in Englisch vor. Bei Bedarf kann der Kurs verlängert werden.

R040680

Omar Messari, Gymnasiallehrer

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

Mo-Fr, 07.01.-11.01.2013,

09.00-10.30 Uhr, 10 UE

€ 19,- ermäßigte Gebühr für Schüler/innen

Englisch für Schüler/innen

Vorbereitung auf den Realschulabschluss

In diesem Kurs bereiten wir uns gezielt auf die Realschulabschlussprüfung in Englisch vor. Bei Bedarf kann der Kurs verlängert werden.

R040681

Omar Messari, Gymnasiallehrer

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

Mo-Fr, 07.01.-11.01.2013,

10.30-12.00 Uhr, 10 UE

€ 19,- ermäßigte Gebühr für Schüler/innen

Abiturbegleitung Englisch

Für Leistungskurse und Grundkurse in der Abiturjahrgangsstufe. Wir beginnen nach den Herbstferien, um uns kontinuierlich und nachhaltig auf alle Klausuren und Prüfungen vorzubereiten, die in dieser Jahrgangsstufe anstehen. Die Inhalte richten sich nach den Anforderungen des hessischen Zentralabiturs unter weitestgehender Berücksichtigung individueller Anforderungen der Teilnehmer/innen.

R040683

Ulrike Kneier, Gymnasiallehrerin

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-54

Mo, ab 29.10.2012, 18.15-20.15 Uhr

€ 75,- ermäßigte Gebühr für Schüler/innen, 15 Termine, 40 UE

Französisch

Französisch A1 Kompakt

Voyages 1, Klett Verlag

In diesem intensiven und kompakten Kurs erlangen Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse schnell Grundkenntnisse der französischen Sprache. Diese können bei Interesse mit dem anschließenden Besuch des fortlaufenden Kurses A1.2 weiter ausgebaut werden.

R040829

Nadine Richter

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

Mo-Do, 27.08.-30.08.2012,

18.00-21.00 Uhr

€ 38,-, 16 UE



Nadine Richter

Französisch A1.2

Voyages 1, Unité 5, Klett Verlag

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen. Unser Ziel wird es sein, uns in alltäglichen Situationen verständigen zu können. Im Mittelpunkt steht somit die Kommunikation. Wir werden mit abwechslungsreichen modernen Methoden lernen, um uns mit der Sprache und Kultur Frankreichs vertraut zu machen.

R040830

Nadine Richter

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-42

Di, ab 04.09.2012, 19.45-21.15 Uhr

€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Französisch zum Frühstück - Les petits déjeuners de la conversation

„Ich habe schon Grundkenntnisse (A1) in Französisch, nur das mit dem Sprechen klappt noch nicht so richtig!“ Dann kommen Sie doch zum „Petit déjeuner“! In lockerer Atmosphäre bei einem typisch französischen Frühstück, das aus Kaffee/Tee, Croissants, Butter und Marmelade/Honig besteht, wird unser Kursraum zum Restaurant, Marktplatz, Bahnhof

oder zum privaten Esszimmer, in dem wir uns in Smalltalk üben. Gemeinsam überwinden wir Schritt für Schritt die Hürden alltäglicher Gesprächssituationen.

R040831

Nadine Richter

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

Sa, 15.09., 06.10., 03.11., 08.12.2012, 05.01. und 26.01.2013, 09.30-11.45 Uhr
€ 42,-, (zzgl. Materialkosten: € 20,-), 18 UE

Französisch A1.4

Voyages 1, Unité 7, Klett Verlag

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen, die sich auf die Reise in die französische Sprache und Kultur begeben möchten. Sie werden mit Freude in der französischen Sprache Fuß fassen und erste Erfolge erzielen. Sprechen und Hörverstehen stehen dabei im Mittelpunkt.

R040832

Marie-Anne Rode

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

Mi, ab 19.09.2012, 18.00-19.30 Uhr
€ 61,-, 13 Termine, 26 UE

Französisch A2

Voyages 2, Unité 1, Klett Verlag

Auf zu einer neuen Reise („Voyage“)! Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. Wir begegnen gemeinsam neuen Alltagssituationen und lernen, sie auf Französisch zu meistern. Lassen Sie uns zum Beispiel einmal auf Französisch über unsere Lebensgewohnheiten sprechen und gemeinsam in Erinnerungen schwelgen. Hierbei erweitern wir stetig unsere kommunikative Kompetenz, den Wortschatz und das grammatikalische Wissen.

R040833

Nadine Richter

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-42

Di, ab 04.09.2012, 18.15-19.45 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Französisch A2.6

Voyages 2, Unité 9, Klett Verlag

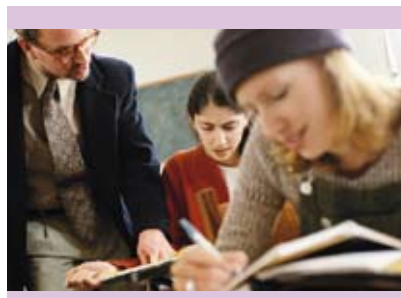
Für Teilnehmer/innen mit guten Grundkenntnissen, die in Muße grammatikalische Strukturen sowie Wortschatz vertiefen und erweitern möchten. Ziel ist es, alltägliche Konversationsfähigkeit zu vermitteln und sowohl die mündliche als auch die schriftliche Kommunikation zu trainieren. Zusätzlich zum Lehrwerk Lektüre von einfachen Texten.

R040834

Marie-Anne Rode

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

Di, ab 18.09.2012, 18.30-20.00 Uhr
€ 66,-, 14 Termine, 28 UE



Französisch B1

Continuons en français

Voyages 3, Unité 2, Klett-Verlag

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!

R040835

Sabine Malher

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

Di, ab 04.09.2012, 10.30-12.00 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Französisch B2

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 verschiedene ansprechende Hör- oder Lesetexte mit aktuellen Themen effektiver und intensiver zu bearbeiten und über Lebensarten, Empfindungen, Reisen und Ferien zu sprechen. Grammatik wird auch gefördert! Ideal auch für Neueinsteiger/innen, die ihre erworbenen Kenntnisse auffrischen wollen.

R040836

Sabine Malher

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

Mo, ab 03.09.2012, 09.00-11.15 Uhr
€ 99,-, 14 Termine, 42 UE

Französisch C1

Initiation à la conversation courante

Nous référent

- 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 bekanntgegeben.

R040837

Sabine Malher

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

Do, ab 06.09.2012, 10.30-12.00 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch

Italienisch A1 Anfänger/innen

ohne Vorkenntnisse

Allegro Band 1, Klett Verlag

In einer überschaubaren Gruppe bekommen wir einen schnellen, praxisbezogenen Einstieg in diese schöne Sprache - und erleben an jedem Kurstag italienisches Lebensgefühl pur.

R040975

Christa Geiß

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestr. 39, Beratungsraum

Mi, ab 12.09.2012, 20.00-21.30 Uhr
€ 66,-, 14 Termine, 28 UE

Italienisch A1.2 Anfänger/innen

mit geringen Vorkenntnissen

Allegro, Band 1, Lezione 4, Klett Verlag

In einer kleinen Gruppe lernen wir Schritt für Schritt diese wunderschöne Sprache. Das Lerntempo wird individuell an die Gruppe angepasst.

R040977

Christa Geiß

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestr. 39, Beratungsraum

Mi, ab 05.09.2012, 18.30-20.00 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch A1.4/A2

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. Auf einfache und unterhaltende Weise erweitern Sie Ihre Grundkenntnisse der italienischen Sprache.

R040979

Giuseppina Giaveri-Keusch

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

Mo, ab 03.09.2012, 19.00-20.30 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE



Italienisch A2.4

„Allegro“, Band 2, Lezione 9, Klett Verlag

Ziel des Kurses ist es, eine alltägliche Konversationsfähigkeit zu vermitteln. Dazu lernen wir auch grundlegende grammatische Strukturen.

R040980

Giuseppina Giaveri-Keusch

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

Mi, ab 05.09.2012, 17.30-19.00 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch B1

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Wollen Sie Ihre Italienischkenntnisse in netter Atmosphäre pflegen und erweitern? Mit aktuellen Themen und Texten, Rollenspielen und grammatischen Übungen? Allora siete i benvenuti!

R040981

Giuseppina Giaveri-Keusch

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

Mi, ab 05.09.2012, 09.00-10.30 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE

Italienisch B1.3

Da 0 a 100, Livello B1, Hueber Verlag

Ripercorriamo e rivisitiamo le nostre conoscenze anche con l'aggiunta di altro materiale per favorire l'approfondimento. A presto!

R040982

Giuseppina Giaveri-Keusch

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

Di, ab 04.09.2012, 10.30-12.00 Uhr
€ 71,-, 15 Termine, 30 UE



Schon fast perfekt, aber immer offen für neue „Mitstreiter/innen“, der Italienischkurs B2 Niveau mit Paolalberta Vidi-Cortelli

Italienisch B2

Cerchiamo di parlare il più possibile dei testi che leggiamo o di cose di tutti i giorni senza perdere d'occhio la grammatica.

R040983

Paolalberta Vidi-Cortelli

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

Mi, ab 05.09.2012, 09.30-11.00 Uhr
€ 56,-, 12 Termine, 24 UE

Conversazione italiano B2/C1

intensiv – Ferienkurs

Un appuntamento da non perdere per praticare la lingua in modo intenso.

Gli articoli di "ADESSO" offriranno gli spunti per le conversazioni. Un'occasione per parlare, confrontarsi, ripassare e perfezionare anche strutture grammaticali complesse: p.e. congiuntivo e concordanza dei tempi.

Ampliamento del vocabolario grazie all'uso di sinonimi e contrari, proverbi, modi di dire e frasi idiomatiche.

Materiale dell'insegnante.

R040985

Giuseppina Giaveri-Keusch

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestr. 39, Beratungsraum

Mo-Do, 15.10.-18.10. und 22.10.-25.10.2012, 18.30-20.45 Uhr
€ 56,-, 8 Termine, 24 UE

Latein

In vino veritas - Latein in unserem Alltag

K041101

Mandy Weber

Kursbeschreibung siehe S. 29

Latein

K041102

Mandy Weber

Kursbeschreibung siehe S. 29

Spanisch

Spanisch A1 Anfänger/innen

„Con gusto“, Band 1, Klett Verlag

In entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß erwerben wir in einer überschaubaren Gruppe Grundkenntnisse der spanischen Sprache.

R042240

Amelia Requena

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-34

Di, ab 11.09.2012, 18.00-19.30 Uhr
€ 66,-, 14 Termine, 28 UE

Spanisch für „falsche“ Anfänger/innen

Sie haben irgendwann einmal angefangen Spanisch zu lernen, aber nach ein oder zwei Semestern den Anschluss verloren? Jetzt haben Sie etwas mehr Zeit und wollen Ihr damaliges Vorhaben noch einmal angehen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. In einer überschaubaren Gruppe, angepasst an Vorkenntnisse und Lerntempo der Teilnehmenden werden die vorhandenen Kenntnisse ausgegraben und weitere erworben.

R042241

Amelia Requena

Rödermark (Waldacker), Bürgertreff, Goethestr. 39, Beratungsraum
Fr, ab 14.09.2012, 09.30-11.00 Uhr
 € 56,-, 12 Termine, 24 UE

Spanisch A1.2

„Con gusto“, Band 1, Unidad 5, Klett Verlag
 In entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß erweitern wir unsere Grundkenntnisse der spanischen Sprache.

R042242

Monica Vasquez-Tauber

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-37
Do, ab 06.09.2012, 19.45-21.15 Uhr
 € 80,-, 17 Termine, 34 UE

Spanisch A1.3

„Con Gusto“, Band 1, Unidad 6, Klett Verlag
R042243

Monica Vasquez-Tauber

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-34
Mi, ab 05.09.2012, 18.15-19.45 Uhr
 € 75,-, 16 Termine, 32 UE

Spanisch für den Urlaub

Sie haben nur geringe und/oder vor langer Zeit erworbene Spanischkenntnisse und planen eine Reise, auf der Sie sich mit Hilfe der spanischen Sprache verständigen müssen oder wollen? Dann trainieren Sie in diesem Kompaktkurs Strategien für typische Reisesituationen:

- im Hotel/Restaurant z.B. einchecken, bestellen, bezahlen, beschweren
- beim Arzt/in der Apotheke z.B. Beschwerden schildern, Diagnosen verstehen
- am Flughafen/Bahnhof z.B. Anzeigen und Ansagen verstehen, Zeiten und Orte erfragen, Tickets kaufen
- beim Autoverleih: z.B. Konditionen, Ausstattung, Versicherung, Verkehrsregeln

R042244

Amelia Requena

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Sa, 22.09. und 29.09.2012,
 09.00-16.00 Uhr
 € 38,-, 16 UE

Spanisch A1.5

„Con Gusto“, Band 1, Unidad 7, Klett Verlag
R042246

Olga-Josefina Jimenez Guerrero

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4
Mo, ab 03.09.2012, 09.00-10.30 Uhr
 € 56,-, 12 Termine, 24 UE

Spanisch A1.4

„Con Gusto“, Band 1, Unidad 9, Klett Verlag
 Für Anfänger/innen mit guten Vorkenntnissen. Sie werden in einer netten Gruppe Ihre Grundkenntnisse der Spanischen Sprache ausbauen, um sich in alltäglichen Situationen verständigen zu können.

R042247

Margarita Voigt

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-54
Do, ab 06.09.2012, 18.30-20.00 Uhr
 € 66,-, 14 Termine, 28 UE

Spanisch A2.4

„Caminos neu“, Band 2, Unidad 10, Klett Verlag

R042248

Monica Vasquez-Tauber

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-37
Do, ab 06.09.2012, 18.15-19.45 Uhr
 € 75,-, 16 Termine, 32 UE



Monica Vasquez-Tauber

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.

R042249

Amelia Requena

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-34
Di, ab 04.09.2012, 19.30-21.00 Uhr
 € 56,-, 12 Termine, 24 UE

Mathematik

Mathematik für das Schuljahr 12+13

Grundlagen zur Vorbereitung auf das Abitur für Grund- und Leistungskurs in Mathematik in den drei Grundgebieten Analysis Stochastik, Analytische Geometrie und lineare Algebra.

R060850

Gabriele Breitbach-Hitzel

Dipl. Math., Lehrerin
 Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstr. 12, Raum 01-EG-52
Mi, ab 12.09.2012, 18.00-20.15 Uhr
 € 68,- ermäßigte Gebühr für Schüler/innen, 10 Termine, 36 UE

**Sprachkurse bei der vhs:
 Eine gute Investition in
 Ihre Zukunft!**



Auf einen Blick: PC-Kurse der vhs Kreis Offenbach in Rödermark

Kurs-Nr.	Titel	Beginn	Leitung	Seite
K050101	PC-Grundlagen für Späteinsteiger	10.09.2012	Hildegard Hügemann	31
K050102	PC-Grundlagen für Späteinsteiger	30.10.2012	Helge Tischler	31
K050104	PC-Aufbaukurs für Späteinsteiger	29.10.2012	Hildegard Hügemann	31
K050105	Notebook optimal einrichten	24.09.2012	Jancu Fekler	31
K050106	Computertreff 55+	30.10.2012	Helge Tischler	31
K050107	Internet - Fragen und Antworten	09.10.2012	Helge Tischler	31
K050111	Facebook für Freiberufler etc.	03.11.2012	Helge Tischler	31
K050112	Medien und Familie	08.10.2012	Peter Holnick	31
K050155	Sicher und fit am PC	29.10.2012	Hildegard Hügemann	32
K050201	Kombi-Paket MS-Office 2010	10.09.2012	Christiane Ebinger	32
K050210	Kombi-Paket Word und PowerPoint 2010	05.09.2012	Christiane Ebinger	33
K050212	Praktische PC-Nutzung im Kita-Alltag	17.01.2013	Christiane Ebinger	33
K050222	Word 2010 fürs Büro (Baustein 3)	03.12.2012	Hildegard Hügemann	34
K050231	Basiswissen mit Excel 2010	05.12.2012	Dietmar Miersch	34
K050237	Controlling mit Excel 2010	17.11.2012	Dietmar Miersch	34
K050250	Workshop Datenbank MS-Access 2010	10.11.2012	Hildegard Hügemann	35
K050271	Grundlagen Bildbearbeitung	19.09.2012	Christiane Ebinger	36
K050273	Aufbaukurs Bildbearbeitung	31.10.2012	Christiane Ebinger	36
K050275	Photoshop Elements 9 - Filter	21.11.2012	Christiane Ebinger	36
K050276	Photoshop Elements 9 - Fotomontage	28.11.2012	Christiane Ebinger	36
K050283	Richtig Scannen und Nachbearbeiten	14.01.2013	Christiane Ebinger	36
K050301	Programmieren lernen	15.10.2012	Ralph Beier	37
K050320	Apple I - Einführung	13.10.2012	Oliver Weck	37
K050321	Apple II - Aufbau	17.11.2012	Oliver Weck	37
K050330	PC einrichten & pflegen unter Windows 7	01.12.2012	Jancu Fekler	37
K050350	Einführung Web-Publishing	05.10.2012	Jürgen Hofmann	38
K050352	Jimdo - Webseiten gestalten und pflegen	08.12.2012	Jürgen Hofmann	38
K050358	Eigene Homepage erstellen - Joomla!	13.10.2012	Dietmar Miersch	38
K050359	Online-Shop	27.11.2012	Marianne Hansen	38
K050402	Computerschreiben in 4 Terminen	15.10.2012	Ralph Beier	39
K050404	Computerschreiben in 4 Terminen	07.01.2013	Ralph Beier	39

Arbeit und Beruf

Schikane am Arbeitsplatz

K050903

Kerstin Garbe

Kursbeschreibung siehe S. 40

Ehrenamt

Pressearbeit

K075402

Anne Christiane Wiegand

Kursbeschreibung siehe S. 40



Sie finden uns im Internet unter:

www.vhs-roedermark.de



Schulabschlüsse

Beratung und Information

vhs Kreis Offenbach

durch unseren Fachbereichleiter
 Thomas Falk Tel.: 06103 3131-1341

Walter-Kolb-Stiftung e. V. Beratung für Weiterbildung Rhein-Main

Kurt-Schumacher-Str. 41
 60313 Frankfurt
 Tel.: 069 21240900
 Mo-Fr von 08.00-16.00 Uhr

Unterrichtsstätten in Kreis und Stadt Offenbach

Gymnasium und Realschule für Erwachsene im HLL Dreieich

(Abitur, Fachhochschule, Mittlere Reife)
 Tel.: 06103 3131- 6840

Abendgymnasium für Berufstätige in Offenbach

(Abitur, Fachhochschulreife)
 Tel.: 069 837061

Volkshochschule der Stadt Offenbach

(Hauptschulabschluss)
 Tel.: 069 8065-3141

STICHWORTVERZEICHNIS

A	
Access	35
Acrylmalerei	16, 51, 70, 84
Activboard	38
Aktzeichnen	15
Alphabetisierung	25, 54, 89
Apple	37
Aquarellieren	16, 51
Arabisch	26f
Archäologie	13, 45
Astrologie	7
Atem	4, 10, 21, 52
Augentraining	88
Autogenes Training	62, 73, 87
B	
Bauen	9f, 45
BBP	75, 88
Beckenbodentraining	11, 23, 73, 88
Beruf	6, 31ff, 39f, 45, 80f
Betriebssysteme	31, 37
Bewerben	40, 80
Bildbearbeitung am PC	18, 35f, 59, 66, 81f
Bildhauerei	17f
Bildungsurlaub	6, 22, 28ff, 33f, 36, 40, 57f
Biologie	8f, 45, 70
Blues Harp	20
Bogenschießen	52
Bosnisch	29 f
Buchbinden	18
Buchführung	41, 82
Burnout	6
Büromanagement	35, 39
C	
Cambridge Certificates	28
Chinesisch	27, 78
Collagen	16
Computerkurse	31ff, 58f, 66f, 70, 81f
D	
Dänisch	27f
Datev	40
Demenz	4
Denkmalschutz	13
Desktop-Publishing	37
Deutsch	25f
Deutsch als Fremdsprache	25f, 54, 64f, 78, 89
Didgeridoo	20
Digitale Fotografie	18, 35f, 48, 81
Drehkurse (Töpfern)	17
Drucktechniken	15
E	
Ehrenamt	3, 40f
Einbürgerung	26
Eltern	3, 69
Englisch	28, 54f, 65, 78f, 89f
Englisch für den Beruf	55, 79
Englisch für Kinder/Schüler	56, 65, 79, 90
Entspannung	7, 11, 21f, 49ff, 62f, 73f, 87f
Ernährung	24f, 50
Eurythmie	83

Eutonie	87
Excel	34, 66f, 82
F	
Familie	3, 6
Feldenkrais	22, 52, 62
Filzen	19
Fitness	22f, 53, 63f, 74f, 88
Fotografie	18, 48
Französisch	28f, 57, 65, 79, 90f
Frauenkurse	10f, 46f, 81
Führungen	2, 8f, 12ff, 45, 44, 68f
Funkkolleg	31f, 35f
Fußreflexzonenmassage	49
G	
Garten	8f
Gebärdensprache	25
Gehirntraining	4, 69
Geschichte	2, 68f, 83
Gesellschaft	2f, 44, 68f, 83
Gesundheit	11, 21ff, 49f, 62ff, 76, 86ff
Gitarre	71
Grafik	13, 15, 35ff
Gymnastik	11, 22f, 53, 63, 74f, 88
H	
Häkeln	19
Handy	32, 67
Heilmethoden	11, 24, 49f, 64, 76, 88f
Heimwerken	48
Hirnforschung	4
Homöopathie	11, 64, 76
HTML	38
Hypnose	7, 76
I	
Ikebana	18, 72
Illustrator	37
Indesign	37
Integrationskurse	25f, 54, 89
Internet	31f, 38, 59, 80, 82
Italienisch	29, 58, 65, 79, 91
J	
Japanisch	29
Jugendliche	13, 15, 37, 39, 55, 57f, 69, 72, 75ff, 82, 90, 92
K	
Kalligraphie	14, 16f, 62
Kaufmännische Kurse	39f, 82
Keramik	17, 85
Kinderkurse	4, 15, 17, 19, 37, 39, 50, 55, 58, 64, 69ff, 75f, 85
Kinesiologie	5, 86
Kochen	24f, 49, 64, 76ff
Kommunikation	4, 6, 10, 32, 40, 45f, 81
Kosmetik	11, 49, 85
Kroatisch	29f
Kunst- und Kultur	12ff, 84f
Kunsthandwerk	18f, 48, 72, 85
L	
Länderkunde	61, 70, 83f
Latein	29
Lehrer-Fortbildung	4, 14ff, 21, 38, 71

Lernen	3f, 69
Lesungen	5, 10f, 12f, 47
Literatur	10, 12f, 47, 62, 84
Lohn und Gehalt	39
M	
Malen	15f, 47f, 70, 84
Management	40, 45, 81
Massage	24, 49, 74, 82, 87
Mathematik	82, 92
Meditation	51, 62, 73, 87,
Mobbing	6, 81
Mode	19f, 48f, 72, 85f
Musik, Musizieren	20, 37, 52, 60, 67, 71
N	
Nähen	19f, 72, 85f
Natur	8f, 69
NLP	69f
O	
Office	32ff, 66
Ökologie	9, 45
OneNote	33
Origami	48
Outlook	35, 66
P	
Pädagogik	3f, 14f, 69
Partnerschaft	6, 87
Patchwork	48
Patientenverfügung	3
Percussion/Schlagzeug	52, 71
Pflegeversicherung	3
Philosophie	2, 8
Photoshop	35ff
Physik	70
Pilates	53, 88
Plastisches Gestalten	17f, 70f
Politik	2, 44, 68f, 83
Polnisch	29
Portugiesisch-Bras.	29
Power-Lesen	4
Powerpoint	35, 66
Pressearbeit	40f, 80
Programmieren	37
Projektmanagement	40
Protokollführung	40
Prüfungen	25f, 33, 39
Psychologie	4ff, 46, 69f
Q	
Qigong	9, 22, 52, 62, 74,
Qualifizierungsschecks	39
R	
Radieren	15
Raucherentwöhnung	24, 76
Recht	3, 40f, 47, 61
Reiki	7f, 64, 76
Reisen	10, 22
Reiten	52
Religion	8, 83
Restaurierung	13, 18
Rhetorik	40, 45, 81
Rumänisch	30

Russisch	29
S	
SAP	40
Schmuck	18f, 48, 85
Schreibwerkstatt	10, 12
Schulabschlüsse	92
Schwimmkurse	22, 64
Selbstbewusstsein	5f, 10, 81
Selbstverteidigung	23, 52
Seniorenbildung	28, 31f, 51, 59, 70
Serbisch	29f
Skateboarding	76
Spanisch	30, 58, 65f, 79f, 91f
Spinning	22
Sportstacking	75f
Spracheinstufung	25, 27, 53f
Steuern	80
Stimmtraining	4, 10, 21, 52
Stressbewältigung	6ff, 11, 21f
Stricken	19
T	
Tai Chi	52, 74, 87
Tanz	11, 20f, 52, 71f
Tarot	7
Tastschreiben am PC	39, 59, 67, 82
Textiles Gestalten	19f, 48, 72, 85f
Theater	13, 47
Theologie	8
Trance	5
Träume	5
Tschechisch	30
Türkisch	30
Typberatung	48f, 85
U	
Ungarisch	30
V	
Verbraucherfragen	9f, 62
Verein	40f
Videobearbeitung	37
Vorträge	2ff, 8ff, 12, 14f, 24, 31f, 61, 83f
W	
Walking (Nordic)	23
Wassergymnastik	64
Weben	19
Web-Publishing	38, 82
Wechseljahre	11, 50
Wellness	11, 73
Windows	31, 37, 59, 81
Wirbelsäulengymnastik	22, 53, 63, 74ff, 88
Word	33f, 66, 82
Work Life Balance	6, 46
X	
Xpert	33, 39
Y	
Yoga	11, 50f, 62, 73f, 86f
Z	
Zeichnen	15
Zeitmanagement	45, 81
Zirkustraining	75
Zumba	20, 63f, 72