



Haus des Lebenslangen Lernens | Ein Campus fürs Leben
leben. lernen. bilden.

vhs

Kreisvolkshochschule

Programm 1. Halbjahr 2010

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

Wir bilden Zukunft



Kreis Offenbach

Volkshochschule Rodgau

Informationen

Auskunft/Anmeldung

Informationen über das Kursangebot und die Anmeldungen erteilen **Nadja Franz, Gabriele Ziegler, Thomas Dursun und Silke Ott** im Anmeldebüro der VHS-Rodgau, Kulturabteilung (Altes Lehrerhaus), Vordergasse 37, 63110 Rodgau.

Tel.: (0 61 06) 693 12 - 25, - 21, - 29, - 27
Fax: (0 61 06) 693 32 29
email: vhs@rodgau.de

Sprechzeiten

Montag bis Freitag von 8.30 bis 12.00 Uhr und Mittwoch von 14.00 bis 18.00 Uhr.

Es werden nur schriftliche Anmeldungen (Anmeldeformulare beigeheftet) entgegen genommen!

Semesterbeginn am Montag, 01. Februar 2010

Teilnahmebedingungen

Diese Bedingungen gelten nur für die VHS Rodgau. Es gilt die Gebührenordnung der VHS Rodgau.

Anmeldung

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

Anmeldungen für Minderjährige: Bei der Anmeldung ist der Name und Wohnort des anmeldenden Elternteils deutlich lesbar anzugeben.

Nach Einsendung Ihrer Anmeldung erhalten Sie keine weitere Benachrichtigung. Sie finden sich zum ersten Veranstaltungstermin ein, wie er mit Ort, Tag und Zeit im Programm ausgeschrieben ist.

Schriftliche Anmeldungen sind mit dem beiliegenden Anmeldeformular (Heftmitte) an folgende Stelle zu richten:

Anmeldebüro der Volkshochschule Rodgau
Rathaus Jügesheim
Hintergasse 15, 63110 Rodgau

Vorläufiger Anmeldeschluss: 29. Januar 2010 (Eingang der schriftlichen Anmeldung!)
Nachmeldungen werden nur bei freien Kursplätzen angenommen. In der Regel bietet nur die Anmeldung bis zum Anmeldeschluss einen sicheren Kursplatz!

Nur schriftliche Anmeldungen - die auch persönlich abgegeben werden können - werden in der Reihenfolge ihres Eingangs in der Kursliste berücksichtigt! Kurse können abgesagt werden, wenn eine Woche vor Kursbeginn weniger als 8 Anmeldungen vorliegen! In diesem Fall werden Sie telefonisch oder schriftlich von uns informiert.

Eine Anmeldung ist auch über unsere Homepage www.rodgau.de möglich.

Gebühren, Gebührenpflicht, Bezahlung

Die Gebühren richten sich nach der Gebührenordnung der VHS Rodgau. Gebührenpflicht entsteht mit der Anmeldung.

Die Bezahlung der Gebühren erfolgt unbar durch Gebühreneinzug oder Überweisung. Personen, die am Überweisungsverfahren teilnehmen, zahlen zusätzlich zu den Teilnehmergebühren eine Verwaltungsgebühr von € 2,50 pro Kurs für den entstehenden Verwaltungsaufwand. Personen, die am Gebühreneinzugsverfahren teilnehmen, erhalten keine Rechnung. Die erteilte Einzugsermächtigung gilt jeweils nur für das laufende Semester.

Gebührenbefreiung

Personen mit Hauptwohnsitz im Kreis Offenbach, die arbeitssuchend gemeldet sind oder Leistungen nach dem SGB II bzw. SGB XII beziehen, ist der Besuch von **einer Veranstaltung** im Arbeitsabschnitt (Semester) gebührenfrei, **solange der Kreis Offenbach den Einnahmeausfall erstattet.** Der entsprechende Nachweis ist der Anmeldung beizufügen. Für jeden weiteren Kurs entrichten diese Personen 75 % der Gebühr.

Bei nachweislicher wirtschaftlicher Notlage können auf Antrag die Teilnahmegebühren gestundet, ermäßigt oder erlassen werden (Ausnahme Studienfahrten, Studienreisen und Sonderveranstaltungen). Ein Erlass ist auf zwei Veranstaltungen je Semester beschränkt.

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

Für Materialzuschläge o.ä. Zusatzkosten kann keine Befreiung gewährt werden. Gebührenbefreiungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden.

Gebührenermäßigung

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

Gebührenermäßigungen bedürfen des Nachweises durch die Antragstellerin bzw. den Antragsteller. Der entsprechende Nachweis ist der Anmeldung beizufügen; nachträglich eingereichte Nachweise können nicht anerkannt werden!!!

Auf Materialzuschläge o. ä. Zusatzkosten kann keine Ermäßigung gewährt werden.

Gebührenermäßigungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden.

Doppelermäßigungen sind ausgeschlossen.

Rücktritt

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

Bei Kursen mit **mehr als 8 Veranstaltungsterminen** besteht Gebührenpflicht, wenn keine **schriftliche Abmeldung vor dem zweiten Kurstermin** bei der Volkshochschule Rodgau vorliegt.

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 Gebührensumme

13 – 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn:

50 % der Gebührensumme

6 – 3 Tage vor Veranstaltungsbeginn:

80 % der Gebührensumme

danach wird die volle Gebührensumme fällig.

Psychologie

NLP – Schnupperkurs I

NLP (Neuro-linguistisches Programmieren) – Was ist das eigentlich?

- NLP ist der Versuch
- die Sprache des Gehirns zu entschlüsseln,
- es bietet die Möglichkeit, Hindernisse in Stärken umzuwandeln und
- es eröffnet die Gelegenheit, den Reichtum der Sinne zu erleben.

Die Begründer des NLP sind der Ansicht, dass man mit NLP alles lernen kann: Prüfungsängste zu überwinden ebenso wie das Rauchen aufzugeben, sich selbst zu motivieren ebenso wie selbstbewusst aufzutreten, abzunehmen ebenso wie die verschiedensten Ängste zu beeinflussen oder vielleicht auch einfach nur, die

Lebensfreude wieder zu entdecken.

Auf dem Hintergrund des oben beschriebenen ist Lernen mit NLP hochwirksam. Es wird erfolgreich eingesetzt sowohl im Managementbereich und der Führungskräftebildung als auch im Bereich persönlicher Konflikte und Probleme, und immer mehr stellt NLP einen Pfeiler der gesprächsmedizinischen Gesundheitsberatung dar. Im Kurs erhalten Sie sowohl theoretische als auch praktische Grundlagen des NLP, und in ausgewählten Übungen können Sie vielleicht schon erste Veränderungen bewirken.

Ro 01.07.08

Karl-Heinz Wenzel

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 20.02.2010, (09.00-17.00 Uhr, inkl. Mittagspause)

€ 22,-, 10 UE min. 12 Teilnehmer

€ 26,-, 10 UE min. 10 Teilnehmer

€ 33,-, 10 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

NLP-Schnupperkurs II

(nur für Teilnehmer, die bereits am Schnupperkurs I teilgenommen haben)

Dieser Kurs ist die Fortsetzung des Schnupperkurses NLP I und gibt den Teilnehmern die Möglichkeit, das Spektrum ihrer Kenntnisse und Fertigkeiten zu erweitern.

Neben fortgeschrittenen Anwendungen und Verfahren, die es erlauben, gezielt Kommunikationsprozesse (mit sich und den anderen) zu beeinflussen, dient dieser Kurs auch dazu, die powervollen Möglichkeiten des NLP durch die Einbeziehung von hypnotischen Sprachmustern kennen und anwenden zu lernen.



Das Team der Vhs Rodgau: Gabriele Ziegler, Silke Ott, Thomas Dursun und Nadja Franz

Sonstige Bedingungen

Mindestbeteiligung:

In der Regel können Kurse nur dann stattfinden, wenn sich mindestens 8 Personen bzw. 12 Personen anmelden. In der Kursausschreibung kann eine andere Zahl festgelegt sein.

Teilnahmebescheinigungen:

Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch nach Beendigung einer Veranstaltung ausgestellt. Voraussetzung ist, dass die Teilnehmergebühren entrichtet wurden.

Versicherung:

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an Veranstaltungen der VHS Rodgau sind gegen Unfälle versichert. Für Diebstahl und Sachschäden wird keine Haftung übernommen.

Hausordnung:

Wir weisen darauf hin, dass die Hausordnungen in den jeweiligen Unterrichtsorten einzuhalten sind.

Programmhinweis:

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

Kreis- vhs-Kurse in Rodgau

In Rodgau werden einige Kurse der Kreisvolkshochschule (Kreis-vhs) Offenbach durchgeführt. Die ausführlichen Inhalte etc. dieser K-Kurse entnehmen Sie bitte dem Kreis-vhs-Teil. Für die Anmeldung und Auskunft ist die Kreis-vhs, Frankfurter Str. 160 -166, 63303 Dreieich, Tel.: (0 61 03) 31 31 13 13, zuständig. Zahlungen für K-Kurse gehen ausschließlich an die Kreis-vhs.

Ro 01.07.09

Karl-Heinz Wenzel

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 06.03.2010,

(09.00-17.00 Uhr, inkl. Mittagspause)

€ 22,-, 10 UE min. 12 Teilnehmer

€ 26,-, 10 UE min. 10 Teilnehmer

€ 35,-, 10 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Eine Anmeldung ist auch über unsere Homepage www.rodgau.de möglich.



NLP-Schnupperkurs II

(Inhalte: siehe Ro 01.07.09)

Ro 01.07.10

Karl-Heinz Wenzel

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 13.03.2010,

(09.00-17.00 Uhr, inkl. Mittagspause)

€ 22,-, 10 UE min. 12 Teilnehmer

€ 26,-, 10 UE min. 10 Teilnehmer

€ 35,-, 10 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Theater

Theaterprojekt „Claus-von-Stauffenberg-Schule“ Shakespeare, Schiller oder Goethe!!!!

Das Projekt der Klassiker geht weiter. Wie kann man den Bezug zur Moderne finden? Was haben die alten Texte heute noch mit uns zu tun? Oder sind die Texte gar nicht so weit weg von unserem Heute? MomentMal (Theatergruppe der Claus-von-Stauffenberg-Schule) wird versuchen diese Fragen zu beantworten. Genauere Informationen zu den Aufführungsterminen bitte der Presse entnehmen.

Die Leitung hat **Tanja Gartl** (Regisseurin und Theaterpädagogin). Nähere Infos unter 06106/69 31 227.

Biologie



Gartenpflege - Gartengestaltung

Immer mehr Menschen hegen und pflegen in ihrer Freizeit einen Garten. Einige arbeiten wild drauflos, andere konsultieren haufenweise Fachbücher. In unserem Kurs erhalten Sie wichtige Tipps, Anregungen und Anleitungen von einem Fachmann. Folgende Themen sind vorgesehen:

- Gärten anlegen
- Balkon- und Terrassenschmuck
- Gärtnern ohne Gift
- Baum- und Strauchschnitt in Theorie und Praxis
- Kompostierung im Hausgarten
- Pflanzenschutz
- Rasenpflege
- Rosen
- Küchen und Heilkräuter

Ro 01.14.03

Ottomar Meinecke

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

Di, 19.30-21.00 Uhr, **ab 02.02.2010**

€ 52,-, 10 x 2 UE

Malen und Zeichnen



Workshop: Pastellmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Pastellmalerei umfasst grafisches Gestalten wie Linie, Schraffur und rhythmische lineare Bewegungen – aber auch das Verreiben der Pigmente mit den weichen Pastellstiften, den Fingern oder Wischer und Pinsel. Wir arbeiten auf Ingres-Papier. Das Material ist auch über die Kursleiterin erhältlich. Bitte bei der Anmeldung die genaue Materialbestellung vermerken.

Ro 02.05.01

Edith Trüschler

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 27.02.2010, 13.00-16.00 Uhr

€ 12,-, 4 UE min. 12 Teilnehmer

€ 15,-, 4 UE min. 10 Teilnehmer

€ 18,-, 4 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer

Workshop: Aquarellieren für Anfänger

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, da wir individuell arbeiten. Am Anfang arbeiten wir nach Vorlagen und erst im nächsten Kurs nach Thema.

Bitte Material mitbringen: Aquarellpapier Canson-Papier mind. 200 gr., 12 Aquarellfarben, Schmincke Pinsel – Da Vinci, runder Pinsel Nr. 0 und 4-6, Borstenpinsel Nr. 8. Das Material ist auch über die Kursleiterin erhältlich. Bitte bei der Anmeldung die genaue Materialbestellung vermerken.

Ro 02.05.02

Edith Trüschler

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 06.03.2010, 13.00-16.00 Uhr,

€ 12,-, 4 UE min. 12 Teilnehmer

€ 15,-, 4 UE min. 10 Teilnehmer

€ 18,-, 4 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer

Aquarellieren für Anfänger

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, da wir individuell arbeiten. Am Anfang arbeiten wir nach Vorlagen und erst im nächsten Kurs nach Thema.

Bitte Material mitbringen: Aquarellpapier Canson-Papier mind. 200 gr., 12 Aquarellfarben, Schmincke Pinsel – Da Vinci, runder Pinsel Nr. 0 und 4-6, Borstenpinsel Nr. 8. Das Material ist auch über die Kursleiterin erhältlich. Bitte bei der Anmeldung die genaue Materialbestellung vermerken.

Ro 02.05.03

Edith Trüschler

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 19.00-21.15 Uhr, **ab 23.02.2010**

€ 61,-, 7 x 3 UE min. 12 Teilnehmer

€ 73,-, 7 x 3 UE min. 10 Teilnehmer

€ 91,-, 7 x 3 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer

Aquarellieren - Aufbaukurs

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

Material ist mitzubringen, kann aber auch im Kurs erworben werden. Bitte bei der Anmeldung die genaue Materialbestellung vermerken.

Ro 02.05.04

Edith Trüschler

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mo, 19.00-21.15 Uhr, **ab 22.02.2010**

€ 61,-, 7 x 3 UE min. 12 Teilnehmer

€ 73,-, 7 x 3 UE min. 10 Teilnehmer

€ 91,-, 7 x 3 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer

Acryl- und Ölmalerei mit Kindern

Ihr könnt mit Acryl oder Öl arbeiten. In jeder Stunde wird ein Bildthema erklärt und erarbeitet. Wir arbeiten in kleinen Gruppen – daher individuelles und intensives Betreuen.

Material ist mitzubringen, kann aber auch im Kurs erworben werden. Bitte bei der Anmeldung die genaue Materialbestellung vermerken.

Ro 02.05.05

Edith Trüschler

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 17.15-18.45 Uhr, **ab 23.02.2010**

€ 21,-, 7 x 2 UE min. 12 Teilnehmer

€ 25,-, 7 x 2 UE min. 10 Teilnehmer

€ 32,-, 7 x 2 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Malen und Zeichnen mit Kindern

Ihr könnt mit Bleistift, Kohle, Rötel, Buntstiften oder Pastell zeichnen. Aquarell, Ei-Tempera oder Gonache wird auch erklärt. In jeder Stunde wird ein Bildthema erklärt und erarbeitet. Wir arbeiten in kleinen Gruppen – daher individuelles und intensives Betreuen.

Material ist mitzubringen, kann aber auch im Kurs erworben werden. Bitte bei der Anmeldung die genaue Materialbestellung vermerken.

Ro 02.05.06

Edith Trüschler

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mo, 17.15-18.45 Uhr, **ab 22.02.2010**

€ 21,-, 7 x 2 UE min. 12 Teilnehmer

€ 25,-, 7 x 2 UE min. 10 Teilnehmer

€ 31,-, 7 x 2 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Workshop: Comiczeichnen – Leicht gemacht Für Kinder und Jugendliche (Anfänger und Fortgeschrittene)

Wie werden Gesichter und Figuren entwickelt? Im Kurs lernt Ihr all das kennen, was man braucht, um mit eigenen Figuren einen Comic und eigene Ideen bildhaft zu erzählen. Entwurfstechnik, Storyboard, der Umgang mit Farben, Perspektive und Gesichtsausdrücke – dies sind Themen, mit denen wir uns beschäftigen werden.

Bitte mitbringen: glattes Papier, lose oder als Block DIN A4 oder A3. Bleistift versch. Stärke, Anspitzer, Radiergummi, Fineliner 0,4 (schwarz), Buntstifte bzw. Wasser- oder Acrylfarben.

Ro 02.05.07

Edi Hermann

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa/So 27./28.02.2010,

jeweils 10.00-14.00 Uhr

€ 18,-, 2 x 5 UE min. 10 Teilnehmer

€ 23,-, 2 x 5 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 10 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Workshop: Aktzeichnen

Der menschliche Körper und seine Darstellungsmöglichkeiten.

Grundlagen der Anatomie, Proportion und Plastik sind Themen des Kurses. Vor dem Modell werden präzises Beobachten und die zeichnerische Umsetzung erprobt. Hier üben wir das Aktzeichnen von Grund auf. Es gibt eine kurze Einführung zum Thema Proportion, Plastizität und den wichtigsten zeichnerischen Grundtechniken. Zeichnerisch erfassen wir die menschliche Figur durch Proportions-, Gliederungs- und Volumenstudien. Das Modellgeld ist im Kurs zu zahlen.

Bitte mitbringen: Zeichenblock, Bleistifte, Kohle oder Kreiden (falls vorhanden)

Ro 02.05.08

Edi Hermann

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 08.05.2010, von 10.00-16.00 Uhr

So, 09.05.2010, von 10.00-14.00 Uhr

€ 35,-, 2 x 5 UE min. 10 Teilnehmer

€ 44,-, 2 x 5 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 10 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Portraitzeichnen

Ein Portrait anzufertigen bedeutet, das Gesicht einer bestimmten Person mit seinen individuellen Merkmalen, also jenen Eigentümlichkeiten, die es von allen anderen Gesichtern unterscheidet, darzustellen. Dieser Kurs ist für alle, die die Faszination des Gesichts auf dem Papier ausdrücken möchten. Dabei geht es um die Gesamtheit der Gesichtszüge sowie die Einzelelemente Augen, Nase, Mund und Ohren, das Ganze im Kontext mit der Anatomie des Menschen betrachtet. Die Zeichenmedien werden anhand theoretischer Erläuterungen und Schritt-für-Schritt-Übungen vorgestellt.

Ziel: Anfänger erlernen die Basistechniken, Fortgeschrittene können ihre Fertigkeiten erweitern und vertiefen. Grundkenntnisse im Zeichnen sind von Vorteil. Der Kurs ist besonders geeignet für diejenigen, die eine Mappe zur Bewerbung für ein Kunststudium erstellen möchten.

Bitte mitbringen: Bleistifte verschiedener Stärke z.B. 2B, 4B, 6B, 8B, Graphit, Kohle, Pastell, Rötel, Aquarellstifte, Tusche, Aquarellfarben und Zeichenblock mindestens A3.

Ro 02.05.09

Edi Hermann

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mo, 19.00-21.15 Uhr, **ab 01.03.2010**

€ 84,-, 8 x 3 UE min. 10 Teilnehmer

€ 105,-, 8 x 3 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 10 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Workshop: Malen mit Acryl*Für Neueinsteiger und Fortgeschrittene*

Ein Wochenende lang eintauchen ins Malen mit Acrylfarbe. Ob Sie gegenständlich oder lieber abstrakt arbeiten, neue Techniken probieren möchten oder die klassische Malart bevorzugen, Sie werden von der Kursleiterin in ihrem freien, selbstständigen Arbeitsprozess unterstützt und begleitet. Farbmischungen, Farbenlehre, Pinselführung, Materialkunde, Maltechnik und Bildaufbau werden im praktischen Prozess mit einfließen und parallel bei Bedarf besprochen. Farben und Malmittel werden bereitgestellt. Lediglich der Maluntergrund (z.B. Leinwand) ist nicht in der Materialpauschale enthalten. Leinwände können jedoch bei der Kursleiterin erworben werden.

Ro 02.05.10

Romana Arragone, Dipl.-Designerin
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa/So, 27./28.02.2010,

jeweils 11.00-16.15 Uhr
€ 77,-, inkl. 15,- € für Materialkosten (ohne Leinwände). Diese werden nicht befreit.
2 Tage / 14 UE
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: min/max. 8 Teilnehmer/innen

Workshop: Malen mit Acryl*Für Neueinsteiger und Fortgeschrittene*

Ein Wochenende lang eintauchen ins Malen mit Acrylfarbe. Ob Sie gegenständlich oder lieber abstrakt arbeiten, neue Techniken probieren möchten oder die klassische Malart bevorzugen, Sie werden von der Kursleiterin in ihrem freien, selbstständigen Arbeitsprozess unterstützt und begleitet. Farbmischungen, Farbenlehre, Pinselführung, Materialkunde, Maltechnik und Bildaufbau werden im praktischen Prozess mit einfließen und parallel bei Bedarf besprochen. Farben und Malmittel werden bereitgestellt. Lediglich der Maluntergrund (z.B. Leinwand) ist nicht in der Materialpauschale enthalten. Leinwände können jedoch bei der Kursleiterin erworben werden.

Ro 02.05.11

Romana Arragone, Dipl.-Designerin
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa/So, 15./16.05.2010,

jeweils 11.00-16.15 Uhr
€ 77,-, inkl. 15,- € für Materialkosten (ohne Leinwände). Diese werden nicht befreit.
2 Tage / 14 UE
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: min/max. 8 Teilnehmer/innen

Workshop: Spachteln mit Acryl*Für Neueinsteiger und Fortgeschrittene*

In dem Spachtel-Workshop werden Grundlagen, aber auch verschiedene Arbeitsweisen und Techniken mit dem pastösen Umgang der Acrylfarbe vermittelt. Ein Wochenende lang eintauchen ins spachteln mit Acrylfarbe. Ob Sie gegenständlich oder lieber abstrakt arbeiten, Sie werden von der Kursleiterin in ihrem freien selbstständigen Arbeitsprozess unterstützt und begleitet. Farbmischungen, Farbenlehre, Materialkunde, Maltechnik, Bildaufbau und Umgang mit dem Palettenmesser (Malspachtel) werden im praktischen Prozess mit einfließen und parallel bei Bedarf besprochen. Farben und Malmittel werden bereitgestellt. Lediglich der Maluntergrund (z.B. Leinwand) ist nicht in der Materialpauschale enthalten. Leinwände können jedoch bei der Kursleiterin erworben werden.

Ro 02.05.12

Romana Arragone, Dipl.-Designerin
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa/So, 20./21.03.2010,

jeweils 11.00-16.15 Uhr
€ 85,-, inkl. 23,- € für Materialkosten (ohne Leinwände). Diese werden nicht befreit.
2 Tage / 14 UE
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: min/max. 8 Teilnehmer/innen

Porzellanmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Im Kursus werden Grundkenntnisse über die schöne und traditionsreiche Malkunst auf edlem Porzellan vermittelt. Farben, Formen und Motive können nach eigenen Vorstellungen verwendet werden. Je nach Wunsch wird in Manier- und Diffusionstechnik gearbeitet. Materialkosten in Höhe von ca. € 35 sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Ro 02.05.14

Gudrun Bär
Rodgau(Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Straße

Do, 17.45-20.00 Uhr, ab 04.02.2010

€ 78,-, 7 x 3 UE
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: min/max. 8 Teilnehmer

In eigener Sache:

Die vhs Rodgau benötigt laufend freie Mitarbeiter / Mitarbeiterinnen.

Kontakt:

0 61 06 / 683 12-25 oder -27 

Plastisches Gestalten**Kreativwerkstatt für Kinder**

Dieser Kurs ist eine tolle Möglichkeit für Kinder von 8 – 12 Jahren verschiedene kreative Techniken auszuprobieren. Es wird getöpft, gefilzt und mit Gips, Stoff und Holz gearbeitet. Innerhalb der verschiedenen Techniken können die Kinder nach eigenen Wünschen und Vorstellungen arbeiten.
Bitte Arbeitskleidung z.B. altes T-Shirt und altes Geschirrtuch mitbringen.
Materialkosten in Höhe von ca. € 12 sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten und sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Ro 02.06.01**Petra Distler-Bäcker**

Rodgau(Dudenhofen), Niederwiesenring 61
Di, 16.00-17.30 Uhr, **ab 02.02.2010**
€ 36,-, 6 x 2 UE
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: min/max. 8 Teilnehmer/innen

Kreativwerkstatt für Kinder

(Kursinhalte siehe Ro 02.06.01)

Ro 02.06.02**Petra Distler-Bäcker**

Rodgau(Dudenhofen), Niederwiesenring 61
Di, 16.00-17.30 Uhr, **ab 13.04.2010**
€ 36,-, 6 x 2 UE
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: min/max. 8 Teilnehmer/innen

Plastische Bilderserie auf Leinwand

Vier Leinwände im Format 30 x 30 cm werden mittels verschiedener Materialien im abstrakten und experimentellen Bereich bearbeitet und farblich gestaltet. Materialkosten von ca. 25 Euro werden im Atelier abgerechnet. Fragen beantwortet Gerd Steinle unter email: gerd@steinleart.de oder Tel. 06106/23306.

Ro 02.06.05**Gerd Steinle**

Rodgau(Dudenhofen), Hegelstr. 11,
Atelier Steinleart
Sa, 10.00-11.30 Uhr, **ab 08.05.2010**
€ 53,-, 5 x 2 UE
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: min/max. 8 Teilnehmer/innen

Plastisches Gestalten – Skulptur

Skulpturen, mit einer Höhe von 70cm, werden in menschlich abstrakter Form dargestellt. Jeder Teilnehmer fertigt eine individuelle Skulptur. Es wird in 3 Schritten gearbeitet.
1. Aus Holz und Draht wird auf einem Sockel ein Grundgerüst gefertigt. 2. Das Gerüst wird eingegipst. 3. Die Figur wird mit Acrylspachtelmasse gespachtelt. Anschließend wird die Figur coloriert. Materialkosten von ca. 30 Euro (Holz, Draht, Gips, Spachtelmasse, Sockel) werden im Atelier abgerechnet.
Fragen beantwortet Gerd Steinle unter email: gerd@steinleart.de oder Tel. 06106/23306.

Ro 02.06.06**Gerd Steinle**

Rodgau(Dudenhofen), Hegelstr. 11,
Atelier Steinleart
Sa, 10.00-11.30 Uhr, **ab 06.03.2010**
€ 64,-, 6 x 2 UE
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: min/max. 8 Teilnehmer/innen

Musik/Musizieren**Hinweis:**

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

Gitarre für Anfänger

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Erarbeitung einfacher Akkorde anhand von Liedern aus der Pop- und Folkmusik. Verschiedene Zupf- und Schlagtechniken werden trainiert und in praktischen Liedbegleitungen umgesetzt. Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

Ro 02.08.01**Elisabeth Becker**

Rodgau (Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße
Di, 18.00-19.00 Uhr, **ab 02.02.2010**
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE min 10 Teilnehmer
€ 65,-, 15 Abende = 20 UE min 8 Teilnehmer
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

**Gitarre für Fortgeschrittene**

Fortführung des Anfängerkurses. Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

Ro 02.08.02**Elisabeth Becker**

Rodgau(Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Straße
Mo, 18.00-19.00 Uhr, **ab 01.02.2010**
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE min 10 Teilnehmer
€ 65,-, 15 Abende = 20 UE min 8 Teilnehmer
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

Gitarre für Fortgeschrittene

Fortführung des Anfängerkurses. Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

Ro 02.08.04**Elisabeth Becker**

Rodgau (Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße
Di, 19.00-20.00 Uhr, **ab 02.02.2010**
€ 52,-, 15 Abende = 20 UE min 10 Teilnehmer
€ 65,-, 15 Abende = 20 UE min 8 Teilnehmer
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

Gitarre für Fortgeschrittene

Erarbeitung einfacher Gitarrengriffe und Liedbegleitungen.

Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

Ro 02.08.05

Elisabeth Becker

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

Mi, 18.00-19.00 Uhr, **ab 03.02.2010**

€ 52,-, 15 Abende = 20 UE min 10 Teilnehmer

€ 65,-, 15 Abende = 20 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

Gitarre für Fortgeschrittene

Notenkenntnisse sind erforderlich!

Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

Ro 02.08.07

Elisabeth Becker

Rodgau(Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Straße

Mo, 19.00-20.00 Uhr, **ab 01.02.2010**

€ 52,-, 15 Abende = 20 UE min 10 Teilnehmer

€ 65,-, 15 Abende = 20 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

Gitarre für Fortgeschrittene

Weiterführung des bisher Gelernten.

Die Veranstaltung wird mit 40 Punkten bemessen.

Ro 02.08.09

Elisabeth Becker

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

Mi, 19.00-20.00 Uhr, **ab 03.02.2010**

€ 52,-, 15 Abende = 20 UE min 10 Teilnehmer

€ 65,-, 15 Abende = 20 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

Gitarre ganz einfach

- Schnupperkurs - Erwachsene

Keine klassische Gitarre, sondern Rock & Roll, Rock, Blues mit E- und Akustik-Gitarre. Die typischen Rock-Riffs völlig individuell lernen. Ohne Noten mit viel Gefühl zur Musik.

Ro 02.08.15

Jürgen Hermann

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3

Sa, 06.02.2010, 11.00-13.15 Uhr

€ 23,00, 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: min/max. 4 Teilnehmer/innen

Gitarre ganz einfach - Schnupperkurs - Kinder (ab 10 Jahre)

(Inhalte: siehe Ro 02.08.15)

Ro 02.08.16

Jürgen Hermann

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3

Sa, 06.02.2010, 15.00-17.15 Uhr

€ 14,00, 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: min/max. 4 Teilnehmer/innen

Bass-Gitarre von Anfang an - Schnupperkurs - Erwachsene

Eins der vielseitigsten Saiteninstrumente kennenlernen. Von Blues über Rock bis zum Swing stellt sich der Bass von allen Saiten vor.

Ro 02.08.17

Jürgen Hermann

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3

Sa, 20.02.2010, 11.00-13.15 Uhr

€ 23,00, 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: min/max. 4 Teilnehmer/innen

Schlagzeug - Schnupperkurs - Erwachsene

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

Ro 02.08.19

Jürgen Hermann

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3

Sa, 06.03.2010, 11.00-13.15 Uhr

€ 23,00, 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: min/max. 4 Teilnehmer/innen

Schlagzeug - Schnupperkurs - Kinder (ab 10 Jahren)

(Inhalte: siehe Ro 02.08.19)

Ro 02.08.20

Jürgen Hermann

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3

Sa, 06.03.2010, 15.00-17.15 Uhr

€ 14,00, 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: min/max. 4 Teilnehmer/innen

Studio-Recording-Schnupperkurs

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

Ro 02.08.21

Jürgen Hermann (Dipl.-Tontechniker)

Rodgau(Dudenhofen), Tonstudio ME-Musik, Rheinstraße 3

Sa 17.04.2010, 14.00-19.15 Uhr

€ 55,00, 7 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: min/max. 4 Teilnehmer/innen

Musiktheorie: Notenkunde

Die Teilnehmer lernen: Aufbau des Notensystems, Noten (Bezeichnung, Wert) und Pausen, Takte und Taktarten, Grundlagen von Motorik und Rhythmus, Vorzeichen und Vortragszeichen.

Ziel: Einfache Notentexte lesen, einfache Partituren beim Hören verfolgen können.

Ro 02.08.25

Michael Jäger

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mi, 20.00-21.30 Uhr, **ab 03.02.2010**

€ 62,-, 10 x 2 UE min 10 Teilnehmer

€ 78,-, 10 x 2 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 10 Teilnehmerinnen

Tanz

Orientalischer Tanz - Bauchtanz für Anfängerinnen

Der Orientalische Tanz - mit seinen uralten Wurzeln der weiblichste aller Tänze - vermittelt ein gutes Körpergefühl und Harmonie von Körper und Geist. Sanfte, fließende und kraftvolle, schnelle Bewegungen vereinen sich und fördern die Beweglichkeit der Muskulatur und die Körperhaltung. Dieser Kurs eignet sich für Frauen jeden Alters, die Spaß an Bewegung haben und den Reiz orientalischer Rhythmen entdecken möchten.

Bitte mitbringen: bequeme (Gymnastik-)Kleidung, Hüfttuch und Decke!

Ro 02.09.03

Beate Müller, Fachübungsleiterin für orientalischen Tanz des DTV

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Do, 18.00-19.30 Uhr, **ab 04.02.2010**

€ 62,-, 10 x 2 UE min 10 Teilnehmer

€ 78,-, 10 x 2 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 10 Teilnehmerinnen

Orientalischer Tanz - Bauchtanz Medium I

In diesem Kurs soll auf dem vorangegangenen Kurs aufgebaut werden. Die Grundbewegungen werden vertieft und erweitert und die Voraussetzungen für reines Tanzen werden geschaffen.

Ro 02.09.04

Beate Müller, Fachübungsleiterin für orientalischen Tanz des DTV

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Do, 19.45-21.15 Uhr, **ab 04.02.2010**

€ 62,-, 10 x 2 UE min 10 Teilnehmer

€ 78,-, 10 x 2 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 10 Teilnehmerinnen

Fotografieren

Digitalfotografie - Umgang mit der Digitalkamera

Vermittlung der Technik der Digitalkamera mit dem Ziel, deren Möglichkeiten besser zu nutzen. Funktionen und Bedienung der Kamera, Belichtungsmessung, Weißabgleich, Dateiformate, Möglichkeiten der Bildausgabe. Abgerundet wird dieser Kurs mit Tipps für Familienfeiern, Urlaubs- und Weihnachtsbilder. Bei Bedarf können Kameras zur Verfügung gestellt werden.

HINWEIS: Speziell für Besitzer/Innen einer digitalen Spiegelreflexkamera empfehlen wir die nachfolgenden Kurse.

Heiko Steffen

Ro 02.11.04

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 13.02.2010, 14.00 - 17.30 Uhr

So, 14.02.2010, 11.00 - 15.00 Uhr

€ 29,-, 10 UE min 12 Teilnehmer

€ 35,-, 10 UE min 10 Teilnehmer

€ 44,-, 10 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Digitalfotografie mit der digitalen Spiegelreflexkamera

(Inhalte: siehe Ro 02.11.04)

Bitte eigene digitale Spiegelreflexkamera (mit Bedienungsanleitung) und ggf. falls vorhanden einen Laptop mitbringen.

Heiko Steffen

Ro 02.11.05

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 17.04.2010, 14.00 - 17.30 Uhr

So, 18.04.2010, 11.00 - 15.00 Uhr

€ 29,-, 10 UE min 12 Teilnehmer

€ 35,-, 10 UE min 10 Teilnehmer

€ 44,-, 10 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Digitalfotografie mit der digitalen Spiegelreflexkamera

(Inhalte: siehe Ro 02.11.04)

Bitte eigene digitale Spiegelreflexkamera (mit Bedienungsanleitung) und ggf. falls vorhanden einen Laptop mitbringen.

Heiko Steffen

Ro 02.11.06

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 12.06.2010, 14.00 - 17.30 Uhr

So, 13.06.2010, 11.00 - 15.00 Uhr

€ 29,-, 10 UE min 12 Teilnehmer

€ 35,-, 10 UE min 10 Teilnehmer

€ 44,-, 10 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Ikebana

Ikebana - Kreativ

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

Bitte zum 1. Kursabend Zweig- u. Blumenmaterial für ein Nageire „freie Form“ - Frühling - mitbringen.

Ro 02.12.12

Karin Teske

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Do, 20.00-21.30 Uhr, **ab 18.03.2010**

€ 42,-, 8 x 2 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 8 x 2 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 8 x 2 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung



Was ist Scrapbooking?

Beim Scrapbooking entstehen aus vielen verschiedenen Teilen (Scraps = Schnipsel) ganz persönliche Fotoalben oder auch Erinnerungsbücher. Diese zeichnen sich durch liebevolle Details und persönliche Kommentare aus. Die Fotos sind natürlich von entscheidender Bedeutung, sie werden jedoch nach eigenen Vorstellungen bearbeitet und mit passendem

Papier kombiniert, um ihre Aussagekraft zu unterstützen.

Alles was gefällt, ist erlaubt – es geht um die Geschichte hinter den Bildern!

Das Tolle an Scrapbooking ist, dass so viele verschiedene Gestaltungstechniken und Materialien mit einfließen können. Gerade das macht dieses Hobby so abwechslungsreich und interessant. Wer möchte, kann sich auch auf www.rodgau-scrapt.blogspot.com einen kleinen Einblick verschaffen.

Für die Workshops bitte immer mitbringen: Schere, Lineal, weicher Bleistift, Radiergummi, doppelseitiges Klebeband und/oder Fotoklebebands, Bastelleim und/oder flüssiger Papier- oder Fotokleber.

Mitbringen falls vorhanden: Cutter, Metallschiene, Schneidematte, große Zeitung zum Unterlegen und eine Schürze.

Glückwunschkarten

Glückwunschkarten braucht man immer und zu vielen Gelegenheiten. Aber warum immer nur die gekauften Standard-Karten aus dem Handel verschenken? Heute zeige ich Ihnen, wie man zauberhafte Karten für jeden Anlass selbst machen kann.

Zusätzliche Materialkosten: 8-12 Euro

Ro 02.12.15

Melanie Vogel

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

Mi., 03.02.2010, von 18.30-21.30 Uhr

€ 10,-, 4 UE 12 Teilnehmer

€ 12,-, 4 UE 10 Teilnehmer

€ 15,-, 4 UE 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Scrapbooking-Uhr

Mit schönen Papieren und Stempeln werden wir eine tolle Wand-Uhr selbst gestalten. Das wird ein traumhaft schönes Unikat und wir werden viel Spaß damit haben! Die Uhr ist voll funktionstüchtig mit Uhrwerk.

Zusätzlich mitbringen: evtl. ein bis zwei Fotos, wenn die Uhr damit verziert werden soll. Zusätzliche Materialkosten: 13-15 Euro

Ro 02.12.16

Melanie Vogel

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

Mi., 17.02.2010, von 18.30-21.30 Uhr

€ 10,-, 4 UE 12 Teilnehmer

€ 12,-, 4 UE 10 Teilnehmer

€ 15,-, 4 UE 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Magnetpinnwand

Eine Pinnwand ist sehr praktisch und wird immer gebraucht. Weshalb nicht einfach mal selbst eine gestalten? Mit schönen Papieren und speziellen Stempeln wird das ein tolles Unikat, das nicht jeder hat.

Zusätzlich mitbringen: evtl. ein bis zwei Fotos, wenn die Pinnwand damit verziert werden soll. Zusätzliche Materialkosten: 13-15 Euro

Ro 02.12.17

Melanie Vogel

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

Mi., 03.03.2010, von 18.30-21.30 Uhr

€ 10,-, 4 UE 12 Teilnehmer

€ 12,-, 4 UE 10 Teilnehmer

€ 15,-, 4 UE 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Foto-Album

Es gibt unzählige Möglichkeiten, ein kleines feines Fotoalbum herzustellen. Auch heute zeige ich wieder eine neue pfiffige Idee, wie man aus schönen Papieren und Ihren Fotos ein wirkungsvolles Album zaubert.

Zusätzlich mitbringen: ca.10 -15 Fotos

Zusätzliche Materialkosten: 9-13 Euro

Ro 02.12.18

Melanie Vogel

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

Mi., 17.03.2010, von 18.30-21.30 Uhr

€ 10,-, 4 UE 12 Teilnehmer

€ 12,-, 4 UE 10 Teilnehmer

€ 15,-, 4 UE 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Türanhänger

In diesem Kurs werden wir einen stabilen, ganz persönlichen Türanhänger gestalten. Passend für's Kinderzimmer, den persönlichen Ruhe-raum, als „Bitte nicht stören“-Schild für das Schlafzimmer, oder oder oder. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Zusätzliche Materialkosten: 9-13 Euro

Ro 02.12.19

Melanie Vogel

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

Mi., 14.04.2010, von 18.30-21.30 Uhr

€ 10,-, 4 UE 12 Teilnehmer

€ 12,-, 4 UE 10 Teilnehmer

€ 15,-, 4 UE 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Ketten selbst kreieren und fertigen

Sie möchten Ihre eigene Schmuckkreation tragen? In diesem Kurs können Sie eine Kette oder Armband aus Glasperlen fertigen. Die Ketten werden gefädelt oder gehäkelt. Wir zeigen Ihnen verschiedene Techniken wie z.B. Knoten, Mehrstrangkettchen, Celin- oder Peyotetechnik auf Faden oder Draht je nach Vorkenntnissen. Geeignet ist der Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene.

Material: Rocailles, Stiftperlen, Holzperlen, Glasperlen uvm.

Das Material und Zubehör ist bei der Kursleiterin zum Selbstkostenpreis erhältlich, der Preis richtet sich nach der Auswahl des Materials. Die Materialkosten in Höhe von 10,00 bis 20,00 Euro werden direkt im Kurs gezahlt.

Mitzubringen: Schere, dünne Nähnadeln, wenn vorhanden Perlen, Arbeitsunterlage

Ro 02.12.25

Andrea Stephan

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

So, 07.03.2010, von 10.00 - 16.00 Uhr

€ 42,-, 8 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: min/max. 6 Teilnehmer/innen

Kerzen selbst gestalten

Aus einer einfarbigen Kerze entsteht je nach Verwendung ein Unikat. Mit Kerzenfarben, Wachsplatten und Bodüren, Ornamente, Steinen, Fotos können Kerzen verziert werden. Sie werden erstaunt sein, was mit Handwärme gestaltet werden kann.

Das Material und Zubehör ist bei der Kursleiterin zum Selbstkostenpreis erhältlich, der Preis richtet sich nach der Auswahl des Materials. Die Materialkosten in Höhe von 5,00 bis 10,00 Euro werden direkt im Kurs gezahlt.

Mitzubringen: einfarbige Kerzen, wenn vorhan-

den: Arbeitsunterlage, Zeitung, persönliche Fotos wenn gewünscht

Ro 02.12.26

Andrea Stephan

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

Mo, 15.03.2010, 19.00-21.15 Uhr

€ 8,-, 3 UE 12 Teilnehmer

€ 10,-, 3 UE 10 Teilnehmer

€ 12,-, 3 UE 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Textiles Gestalten



Stoffpuppen und Kuscheltiere

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

Schweizer Puppen: Kunststoffmaske, Trikotstoff, Baumwollstoff.

Kuschelpuppen: Vließ, Trikotstoff, Baumwollstoff.

Kuscheltiere: Plüsch und Fell aus Baumwolle oder Kunstfaser.

Das Material ist bei der Kursleiterin erhältlich. Bitte Nähutensilien mitbringen.

Ro 02.13.07

Helene Löbig

Rodgau(Nieder-Roden), Am Forschheimer See 22

Mo, 9.00-12.00 Uhr, ab 01.03.2010

€ 60,-, 5 x 4 UE

Stoffpuppen und Kuscheltiere

(Inhalte: wie Ro 02.13.07)

Ro 02.13.08

Helene Löbig

Rodgau(Nieder-Roden), Am Forschheimer See 22

Di, 19.00-22.00 Uhr, ab 02.03.2010

€ 60,-, 5 x 4 UE

Stoffpuppen und Kuscheltiere

(Inhalte: wie Ro 02.13.07)

Ro 02.13.09

Helene Löbig

Rodgau(Nieder-Roden), Am Forschheimer See 22

Mo, 9.00-12.00 Uhr, ab 19.04.2010

€ 60,-, 5 x 4 UE

Stoffpuppen und Kuscheltiere

(Inhalte: wie Ro 02.13.07)

Ro 02.13.10

Helene Löbig

Rodgau(Nieder-Roden), Am Forschheimer See 22

Di, 19.00-22.00 Uhr, 20.04.2010

€ 60,-, 5 x 4 UE

Handarbeiten mit Kindern und Jugendlichen

Der Kurs eignet sich für Kinder ab 7 Jahren. Wir fertigen ein Kuscheltier nach Fähigkeit und Wahl des Kindes an. Angeboten werden: Bauchweh-Kissen, Teddys, Ente oder Igel. Für Fortgeschrittene sind weitere Angebote vorhanden. Das Material ist bei der Kursleiterin erhältlich, der Preis richtet sich nach der Auswahl des Zubehörs. Bitte Nähutensilien mitbringen.

Ro 02.13.11

Helene Löbig

Rodgau(Nieder-Roden), Am Forschheimer See 22

Do, 14.30-17.30 Uhr, ab 25.02.2010

€ 45,-, 5 x 4 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: min/max. 6 Teilnehmer/innen

Patchwork – Quiltwerkstatt

Der Kurs versteht sich als Werkstatt in dem Anregungen gegeben werden, nach vorgegebenen Themen gearbeitet werden kann oder Ufos vollendet werden.

Auch Anfänger sind willkommen. Thema dieses Kurses ist: „Kreise nähen“

Bitte die notwendigen Utensilien mitbringen. Zur Information: In der Georg-Büchner-Schule stehen keine Nähmaschinen zur Verfügung. Die Kursleiterin ist bei Fragen unter der Tel. 06106/3458 zu erreichen.

Ro 02.13.14

Gudrun Flachslund

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

Mi, 19.00-21.15 Uhr, ab 03.02.2010

€ 80,-, 10 x 3 UE min 10 Teilnehmer

€ 99,-, 10 x 3 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

Workshop:

Patchwork für Frühling und Ostern

Es werden Anregungen gegeben für österliche Dekorationsstücke, für einen kleinen Osterquilt und für einen Blumenquilt. Angefangene Stücke können mitgebracht und fertig gemacht werden. Eigene Nähmaschinen sind mitzubringen. Die Kursleiterin ist bei Fragen unter der Tel. 06106/3418 zu erreichen.

Vorbesprechung: **Mi., 03.03.2010** von 20.00-21.00 Uhr, Sozialzentrum Nieder-Roden

Ro 02.13.16

Maria Aßmann

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Sa.+So., 13.+14.03.2010,

jeweils von 10.00-16.00 Uhr

€ 53,-, 2 Tage / 16 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: min/max. 8 Teilnehmer/innen

vhs – weil's Spaß macht!



Mode



Individuelle und professionelle Farbtypberatung

Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance. Lassen Sie sich ein auf einen bunten Tag, an dem Sie eintauchen können in die vielfältige Betrachtungsweise der Farben. Sie erfahren und erleben in diesem Kurs die Wirkung von Farben auf Ihr Aussehen und Ihr inneres Wohlbefinden. 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
- Einzelberatung (Vorgespräch) und individuelle Farbanalyse in der Gruppe
- Make-up, Brillen- und Schmuckberatung für den jeweiligen Farbtyp

Am Ende des Seminars können Sie auf Wunsch einen auf Ihren Typ abgestimmten Farbpass (Kosten 29,- €) bei der Kursleiterin erwerben. Unterlagen zum Kursinhalt (Kosten 1,- €) sind an die Kursleiterin direkt zu entrichten.

Ro 02.14.03 WE

Nicole Neutz

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 20.03.2010, 10.00-14.30 Uhr

€ 34,-, 6 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Hinweis: min/max. 6 Teilnehmer/innen

Nähen/ Zuschneiden

In den Nähkursen werden Grundkenntnisse vermittelt, die die Anfertigung verschiedener Kleidungsstücke erlauben. Gelehrt wird dabei auch das Zuschneiden. Nähmaschinen sind vorhanden, eigene können aber mitgebracht werden.

Nähen und Zuschneiden für Anfänger und Fortgeschrittene

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.

Ro 02.14.07

Marie-Luise Macey

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mo, 19.30-21.45 Uhr, ab 01.02.2010

€ 66,-, 10 x 3 UE

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

Nähen und Zuschneiden für Anfänger und Fortgeschrittene

Inhalte: siehe Ro 02.14.07

Ro 02.14.08

Marie-Luise Macey

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 19.30-21.45 Uhr, ab 02.02.2010

€ 66,-, 10 x 3 UE

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

Wochenend-Nähkurs für Teenies

Sein eigenes Lieblingsstück an zwei Tagen zu nähen - mit Nadel, Faden und Schere umzugehen, das wäre doch was, oder?

Vorbesprechung: **Mo, 22.02.10, 18.00-19.30 Uhr** in Rodgau-Nieder-Roden, Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Rückfragen an Frau Brigitte Kreuzwieser Tel. 06106/1 67 56.

Ro 02.14.14

Brigitte Kreuzwieser

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa. + So., 27.+28.02.2010,

jeweils von 10.00-16.00 Uhr

€ 36,-, 2 Tage / 16 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: min/max. 8 Teilnehmer/innen

Wochenend-Nähkurs für Erwachsene

Ein Wochenende nur zum Nähen. Die Teilnehmer lernen Zuschneiden, Nähen und Anprobieren. Egal ob Anfänger/in oder Fortgeschrittene. Nähen Sie sich ein Lieblingsstück an zwei Tagen!

Vorbesprechung: **Mo, 22.02.10, 18.00-19.30 Uhr** in Rodgau-Nieder-Roden, Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Interessenten setzen sich bitte mit der Kursleiterin Frau Brigitte Kreuzwieser bzgl. des Materials und der Zutaten in Verbindung Tel. 06106/1 67 56.

Ro 02.14.15

Brigitte Kreuzwieser

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa.+So., 06.+07.03.2010,

von 10.00-16.00 Uhr

53,-, 2 Tage / 16 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: min/max. 8 Teilnehmer/innen

Segeln

Theorie des Segelns Amtl. Sportbootführerschein – Binnen - Segel / Motor

Die Teilnehmer erhalten eine Einführung in die Theorie des Segelns und werden vorbereitet auf die theoretische Prüfung der vorgenannten Führerscheine.

Themen: Bootsbau, Takelage, Seemannschaft, Segeltheorie, Manöver, Gesetzeskunde, Wetter- und Motorenkunde.

Vorkenntnisse: keine

Prüfung: Im Anschluss des Kurses. Anmeldeunterlagen und Anmeldung durch den Kursleiter

Anschlusskurs:

Amtl. Sportküstenschifferschein Segel / Motor

Ro 03.00.01

Helmut Brandl

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

Do, 18.00-20.15 Uhr, ab 18.02.2010

€ 96,-, 11 x 3 UE min 12 Teilnehmer

€ 115,-, 11 x 3 UE min 10 Teilnehmer

€ 144,-, 11 x 3 UE min 8 Teilnehmer

Zur Kursgebühr kommen noch ca. 30 Euro für Lehrmaterial.

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/Innen

Gesundheit

REIKI das Usui-System der natürlichen Heilung (1.Grad)

REIKI, eine Wiederentdeckung aus der Jahrtausende alten Tradition des natürlichen Heilens, ist jene Kraft, die die Grundlage allen Lebens bildet. Diese universelle Lebensenergie kann durch entsprechende Einstimmungen in jedem Menschen geweckt werden, so dass sie als heilende und harmonisierende Kraft durch unsere Hände fließt. Im 1. Grad wird die Fähigkeit erlernt, sich selbst und andere wirkungsvoll zu „behandeln“.

Materialkosten: 10,- Euro für Skript und Urkunde

Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Ro 03.00.06

Birgit Grebe

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa/So, 13./14.03.2010,

von jeweils 10.00-18.00 Uhr

€ 55,-, 2 Tage / 21 UE min 12 Teilnehmer

€ 66,-, 2 Tage / 21 UE min 10 Teilnehmer

€ 83,-, 2 Tage / 21 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

Kinesiologie – der Körper lügt nicht

Die Kinesiologie ist eine ganzheitliche Heil- und Behandlungsmethode. Sie verbindet uralte Erfahrungen, vor allem aus der traditionellen chinesischen Medizin, mit neuen Erkenntnissen. Mit dieser Art Energielehre kann man feststellen, was unseren Körper und unsere Seele stärkt bzw. schwächt. Das geschieht mit den sogenannten Muskeltests. Im Seminar werden die verschiedenen Testmöglichkeiten erlernt.

Materialkosten: Euro 5 für Skript .

Ro 03.00.07

Birgit Grebe

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa/So, 17./18.04.2010,

von jeweils 10.00-18.00 Uhr

€ 55,-, 2 Tage / 21 UE min 12 Teilnehmer

€ 66,-, 2 Tage / 21 UE min 10 Teilnehmer

€ 83,-, 2 Tage / 21 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/Innen

Die Teilnahme an den folgenden Kursen sollte nur nach Rücksprache mit dem Hausarzt erfolgen!

Zur Beachtung:

Für die Kurse „Tai Chi Chuan“, „Autogenes Training“, „Meditation“ und „Yoga“ benötigen alle Teilnehmer bequeme, warme Kleidung, Wollsocken und eine Decke!

Autogenes Training für Anfänger/innen

Extreme Belastungen, Ärger im Beruf und Familie, Hetze im Alltag führen zu Stress und können oft nicht mehr körperlich verkraftet werden. Dadurch kann es zu ernsthaften Beeinträchtigungen der Gesundheit kommen. Hier kann das Autogene Training zur wirksamen Selbstentspannung beitragen und die innere Ruhe und Ausgeglichenheit wieder herstellen.

Ro 03.01.01

Jochen Beckmann

Rodgau(Nieder-Roden), Naturheilpraxis Jochen Beckmann, Dornwiesenstraße 15

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 03.02.2010

€ 58,-, 10 x 2 UE min 12 Teilnehmer

€ 70,-, 10 x 2 UE min 10 Teilnehmer

€ 87,-, 10 x 2 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

ZEN-MEDITATION Anfänger und Fortgeschrittene

Um zu meditieren benötigen wir keinerlei Hilfsmittel, außer unserem Atem, den wir immer dabei haben. Der vietnamesische ZEN-Meister und Friedensaktivist, Thich Nhat Hanh, lehrt eine für uns „Westler“ einfach verständliche Art der Achtsamkeit. Eine Teezeremonie und ein Erfahrungsaustausch runden den Abend ab. Vorab-Info's gerne unter Telefon-Nr. 06106/610662

Pro Teilnehmer kommt zur Kursgebühr ein Unkostenbeitrag von 5 Euro für Tee und Gebäck hinzu, dieser wird direkt bei der Kursleiterin bezahlt.

Ro 03.01.08

Gabriela Lang

Rodgau(Jügesheim), ZENDO, Praxis f. asiatische Medizin, Heinrich-Böll-Str. 33. Parkmöglichkeit nur im Alten Weg vorhanden!

Do, 19.15-21.15 Uhr, ab 04.02.2010

€ 103,-, 27 UE/ 10 Kurstage min 10 Teilnehmer

€ 129,-, 27 UE/ 10 Kurstage min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen



Hatha Yoga für Anfänger/Innen und Fortgeschrittene

Yoga ist ein Weg, um die Bewusstheit auf den eigenen Körper zu erhöhen und ihn beweglicher zu machen. Yoga bietet eine Fülle an Techniken wie Körper- und Atemübungen, Tiefenentspannung. Durch Hilfsmittel können die Asanas (Körperübungen) leichter eingenommen und gehalten werden, die Muskulatur wird harmonisch gekräftigt und flexibilisiert. Bitte eine Übungsmatte und warme Socken mitbringen und bequeme Kleidung tragen, ggf. Zwiebelmuster.

Ro 03.01.10

Diplom-Yogalehrerin **Cornelia Burkhardt**

Rodgau(Jügesheim), Gartenstraße 48 DER YOGARAUM

Di., 9.00-10.30 Uhr, ab 02.02.2010

€ 105,-, 10 x 2 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: min/max. 9 Teilnehmer/innen



T'AI CHI CH'UAN KURSE IN RODGAU

Vorbemerkung:

T'ai Chi Ch'uan, Lee Stil, ist die alte chinesische Kunst der Meditation in Bewegung. Weich, rund und langsam ausgeführt, in Verbindung mit Atemübungen und Kai Men Yoga, entfalten die Übungen ihre Wirkung. Im meditativen Bewegungsfluss erleben wir Ruhe und Aufmerksamkeit, Geschmeidigkeit und Kraft, Entspannung und Energie, ein harmonisches Körper- und Selbstgefühl. Über die Teilnahme an einem Wochenendkurs ist es möglich, in den laufenden Basiskurs einzusteigen, in dem die Kurzform des Lee-Familien-Stils vermittelt wird. Voraussetzung für die Teilnahme an einem weiterführenden Kurs sind die Erfahrungen aus Anfänger- oder Basiskursen, für den Fortgeschrittenkurs die „Kleine Tai Chi Ch'uan Form“ bis Position 50. Neuaufnahmen in die laufenden Kurse sind nach Rücksprache mit den Kursleitern möglich. Neben bequemer Kleidung werden dicke Socken oder leichte Turnschuhe, ein festes, kleines Kissen und eine Decke benötigt. Josefina Carls, 069/89 71 57

Tai Chi Chuan Basiskurs für Anfänger

Für Anfänger und für Leute, die Tai Chi Chuan kennen lernen wollen.

Ro 03.01.25

Josefine Carls

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mi, 18.00-19.30 Uhr, **ab 17.02.2010**

€ 52,-, 10 x 2 UE min 12 Teilnehmer

€ 62,-, 10 x 2 UE min 10 Teilnehmer

€ 78,-, 10 x 2 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Tai Chi Chuan Fortgeschrittene

Für Teilnehmer/innen, die die „Kleine Tai Chi Chuan Form“ bis Position 50 bereits gelernt haben.

Ro 03.01.27

Josefine Carls

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mo, 19.45-21.15 Uhr, **ab 22.02.2010**

€ 73,-, 14 x 2 UE min 12 Teilnehmer

€ 88,-, 14 x 2 UE min 10 Teilnehmer

€ 110,-, 14 x 2 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Qi Gong

Qi Gong sind chinesische Atem- und Bewegungsübungen zur Stärkung des Immunsystems durch Aktivierung der Energie(Qi). Es kann in jedem Alter ohne Probleme erlernt werden. Die Übungen werden langsam und konzentriert durchgeführt (Infos: 069/89 71 57)

Benötigt werden bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und Kissen.

Ro 03.01.28

Josefine Carls

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mo, 18.00-19.30 Uhr, **ab 22.02.2010**

€ 73,-, 14 x 2 UE min 12 Teilnehmer

€ 88,-, 14 x 2 UE min 10 Teilnehmer

€ 110,-, 14 x 2 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Mit Yoga ein glückliches Leben führen

Das Ziel eines jeden Menschen ist es, glücklich und gesund zu sein, in Liebe und Frieden mit sich und anderen leben zu können. Das Üben von Yoga ist der Weg zu mehr Glück und Harmonie im alltäglichen Leben. Das Erreichen wird durch immer größer werdende Bewusstheit. Bitte eine Übungsmatte und warme Socken mitbringen und bequeme Kleidung tragen, ggf. Zwiebelmuster.

Ro 03.01.11

Diplom-Yogalehrerin **Cornelia Burkhardt**
Rodgau(Jügesheim), Gartenstraße 48
DER YOGARAUM

Sa., 13.03.2010, von 10.00-13.00 Uhr
€ 31,- / 1 Tag/ 4 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung
Hinweis: min/max. 9 Teilnehmer/innen

Schamanismus hautnah erleben

Zur Quelle der Kraft – spiritueller Weg, praktische Lebenshilfe, System der Heilung
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 um in den schamanischen Bewusstseinszustand zu gelangen. Hier erhält der schamanisch Reisende Botschaften und Antworten auf seine gezielt gestellten Fragen und erfährt Lösungen von Blockaden.

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

Wir sitzen am Boden. Bitte eine Matte, eine Decke und Schreibzeug mitbringen sowie warme Socken und bequeme Kleidung tragen!

Ro 03.01.16

Larha Jockwer, Leiterin des MIRANDALA-Instituts für schamanisches Heilen
Rodgau(Jügesheim), Aikido Dojo, Ludwigstraße 13

Sa, 24.04.2010, von 10.30-13.30 Uhr

€ 20,-, 1 x 4 UE min 10 Teilnehmer

€ 25,-, 1 x 4 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

BRAIN GYM für Erwachsene WE

Auch ein Weg zu innerer Ausgeglichenheit

Mit Stresssituationen richtig umzugehen ist wichtig, um den Alltag gelöst zu bewältigen. Müdigkeit und Antriebslosigkeit, schlechte Laune, Blockaden und Verspannungen müssen nicht sein.

Durch gezielte Bewegungsübungen kommt blockierte Energie wieder in Fluss und gibt uns Schwung und Lebensfreude zurück.

Empfehlung: Bequeme Kleidung und kleines Kissen. Bitte Schreibutensilien mitbringen.

Die Veranstaltung ist akkreditiert, d.h. für die Teilnahme erhält eine hessische Lehrkraft 5 Leistungspunkte.

Ro 03.01.34

Petra Schmidt

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 13.03.2010, 14.30-18.00 Uhr

€ 13,-, 1 x 5 UE min 12 Teilnehmer

€ 16,-, 1 x 5 UE min 10 Teilnehmer

€ 20,-, 1 x 5 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Es gibt viele elektronische Helfer die uns das Denken abnehmen. Brauch doch der Gehirnmuskel wie auch alle Muskeln im Körper ständiges Training um nicht zu verkümmern. Ganzheitliches Gedächtnistraining steigert spielerisch und ohne Stress die Leistung des Gehirns und beteiligt Körper, Geist und Seele. Und in der Gruppe macht es doppelt soviel Spaß. Mit Lach- und Spaßgarantie.

Ro 03.01.36

Marion Segatz, zertifizierte Gedächtnistrainerin, Mitglied im Bundesverband Gedächtnistraining e. V.

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Sa, 08.05.2010, 10.00-16.00 Uhr

18,-, 1 x 8 UE min 12 Teilnehmer

22,-, 1 x 8 UE min 10 Teilnehmer

27,-, 1 x 8 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Gymnastik/ Bewegung

Hinweis:

Bei regelmäßiger Teilnahme an den Kursen von Frau Hollerbach erstatten einige Krankenkassen die Kursgebühr.

Wirbelsäulentraining ohne Reue für Männer und Frauen - vormittags

Der Kursus bietet körperfunktionsgerechtes Training. Die Übungen werden aus einer Entlastungshaltung heraus langsam und konzentriert durchgeführt. Das bedeutet Muskeltraining ohne schädliche Belastung für Wirbelsäule und Gelenke. Meditative, leise Musik sorgt für eine stressfreie, beruhigende Atmosphäre.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

Ro 03.02.01

Irene Hollerbach

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Fr, 08.30-9.30 Uhr, **ab 05.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Wirbelsäulentraining ohne Reue für Männer und Frauen - vormittags

(Inhalte wie Ro 03.02.01)

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

Ro 03.02.02

Irene Hollerbach

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 10.30-11.30 Uhr, **ab 02.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Gelenkschonende Ganzkörpergymnastik für Männer und Frauen - vormittags

Ausgleichende Fitness ist Ziel dieses Kurses. Alle Hauptmuskelgruppen wie Rücken - Bauch - Po - Arme - Beine werden wechselweise ausgiebig trainiert, wobei in jeder Stunde ein anderer Schwerpunkt gesetzt wird.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

Ro 03.02.03

Irene Hollerbach

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 08.30-9.30 Uhr, **ab 02.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Ganzkörpertraining für Frauen - vormittags

Alle Hauptmuskelgruppen wie Rücken - Bauch - Po - Arme - Beine werden wechselweise ausgiebig trainiert, wobei in jeder Stunde ein anderer Schwerpunkt gesetzt wird.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

Ro 03.02.04

Irene Hollerbach

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 09.30-10.30 Uhr, **ab 02.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Fitnessgymnastik für Männer und Frauen - vormittags

Eine ausgewogene Mischung aus Callanetics - Haltungsschulung - Rückengymnastik - Training mit Handgeräten u.a. Hanteln, Therabändern sorgt für ein gezieltes Training bestimmter Muskelgruppen z.B. Rücken, Bauch, Beine, Po. Dehn- und Entspannungsübungen sorgen für den Stundenklang.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

Ro 03.02.05

Irene Hollerbach

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Fr, 09.30-10.30 Uhr, **ab 05.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen



Easy-Step / Problemzonen-gymnastik für Männer und Frauen –vormittags

Es erwartet Sie ein flottes Aufwärmprogramm, eine schweißtreibende Ausdauerphase mit dem Step und leicht erlernbare Choreographien. Ein Kräftigungsteil für Bauch/Rücken/Arme/Po. Die Stunde klingt mit Entspannungsübungen aus.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

Ro 03.02.06

Irene Hollerbach

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Fr, 10.30-11.30 Uhr, **ab 05.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Gymnastik?? Sonntags?? Ja!!! für Männer und Frauen

Ja, richtig es ist Sonntag und wir liegen nicht im Bett, sondern tun etwas gegen verspannte Nacken, gequälte Rückenpartien, vernachlässigte Bauchmuskeln, verkürzte Kniesehnen und ganz nebenbei schauen wir mal ob nicht auch eine bessere Haltung von Nöten wäre. Lust? Dann auf.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

Ro 03.02.07

Irene Hollerbach

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

So, 09.30-10.30 Uhr, **ab 07.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Easy-Step für Männer und Frauen - Sonntagvormittag

Es erwartet Sie ein flottes Aufwärmprogramm, eine schweißtreibende Ausdauerphase mit dem Step und leicht erlernbare Choreografien. Ein Kräftigungsteil für Bauch/Rücken/Arme/Po. Die Stunde klingt mit Entspannungsübungen aus.

Bitte Gymnastikmatte und ein großes Handtuch mitbringen.

Ro 03.02.08

Irene Hollerbach

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

So, 10.30-11.30 Uhr, **ab 07.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Wirbelsäulengymnastik - Prävention

Bei 80% der Rückenpatienten liegt die Ursache der Beschwerden in der unterentwickelten Muskulatur. Es besteht also ein Kraftproblem! Hier hilft nur eine gezielte Kräftigung. Wer seine Muskulatur schont, schwächt sie nur noch mehr. Mit Muskelaufbau und Dehnung können Sie Ihre Beweglichkeit erhalten. Die Gebühr wird teilweise von verschiedenen Krankenkassen übernommen!

Mitzubringen: Gymnastikkleidung, Decke und ein kleines festes Kissen.

Ro 03.02.11

Doris Keller

Rodgau (Weiskirchen), Bürgerhaus (Schillerstr.)

Mo, 9.00-10.00 Uhr, **ab 11.01.2010**

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE min 12 Teilnehmer

€ 62,-, 15 Tage = 20 UE min 10 Teilnehmer

€ 78,-, 15 Tage = 20 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Wirbelsäulengymnastik - Prävention

(Inhalte wie Ro 03.02.11)

Die Gebühr wird teilweise von verschiedenen Krankenkassen übernommen!

Ro 03.02.12

Doris Keller

Rodgau (Weiskirchen), Bürgerhaus (Schillerstr.)

Mo, 10.00-11.00 Uhr, **ab 11.01.2010**

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE min 12 Teilnehmer

€ 62,-, 15 Tage = 20 UE min 10 Teilnehmer

€ 78,-, 15 Tage = 20 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Effektives Ganzkörpertraining für jung und alt

Bewegung, Koordination, Ausdauer und Kraft. Diese Stunde beginnt mit einer dynamischen Aufwärmphase, die die Beweglichkeit und Koordination fördert. Mit Hilfe von Zusatzgeräten (z.B. Tubes) und eigenem Körpergewicht erarbeiten wir die Attribute Kraft und Ausdauer. Stretching und Entspannung runden diese Stunde ab.

Bitte mitbringen: Gute Turnschuhe, Handtuch, Matte und Getränk.

Ro 03.02.15

Pia Lehmann

Rodgau(Jügesheim), Carl-Orff-Schule, Turnhalle im Hof, Eingang Bertolt-Brecht-Straße

Mi, 19.30-20.30 Uhr, **ab 03.02.2010**

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE min 12 Teilnehmer

€ 63,-, 15 Tage = 20 UE min 10 Teilnehmer

€ 78,-, 15 Tage = 20 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 25 Teilnehmer/innen

Zirkustraining für Kinder und Jugendliche (8-18 Jahre)

Inhalte: Jonglieren mit Bällen, Ringen, Keulen, Diabolo; Balancieren; Einrad fahren; eine Auf-führung gestalten.

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

Ro 03.02.17

Alexander Butte

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Sa + So, 24. + 25.04.2010,

10.00 - 16.00 Uhr

€ 25,- (16 UE) min 12 Teilnehmer

€ 30,- (16 UE) min 10 Teilnehmer

€ 38,- (16 UE) min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Zirkustraining für Kinder und Jugendliche (8-18 Jahre)

Inhalte: Jonglieren mit Bällen, Ringen, Keulen, Diabolo; Balancieren; Einrad fahren; eine Auf-führung gestalten.

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

Ro 03.02.18

Alexander Butte

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Sa + So, 08. + 09.05.2010,

10.00 - 16.00 Uhr

€ 25,- (16 UE) min 12 Teilnehmer

€ 30,- (16 UE) min 10 Teilnehmer

€ 38,- (16 UE) min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Gutes für den Rücken

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

Mitzubringen: Gymnastikkleidung und Gymnastikmatte

Ro 03.02.19

Eva Roth

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Do, 17.45-18.45 Uhr, **ab 04.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Gutes für den Rücken

(Inhalte wie Ro 03.02.19)

Ro 03.02.20

Eva Roth

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Do, 18.50-19.50 Uhr, **ab 04.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Gutes für den Rücken

(Inhalte wie Ro 03.02.19)

Ro 03.02.21

Eva Roth

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Do, 20.00-21.00 Uhr, **ab 04.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Rundum fit ab 50

Mit einem schonenden Ganzkörpertraining, welches fordert aber nicht überfordert, werden Ihre Fitness und Ihr allgemeines Wohlbefinden verbessert.

Kursinhalte: Beckenboden- und Rückentraining.

Mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Matte, Decke und ein kleines Kissen.

Ro 03.02.22

Eva Roth

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 15.00-16.00 Uhr, **ab 02.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Rundum fit ab 50

(Inhalte siehe Ro 03.02.22)

Mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Matte, Decke und ein kleines Kissen.

Ro 03.02.23

Eva Roth

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Di, 16.00-17.00 Uhr, **ab 02.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage = 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage = 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage = 16 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Rückenfitness

Nach einer kurzen Aufwärmphase werden Kräftigungs- und Mobilisationsübungen angeboten. Unter anderem werden Po-, Bauch- und Beinmuskulatur trainiert, um diese zu kräftigen, so dass unser Rücken entlastet wird. Den Kurs beenden wir mit einem Entspannungs-teil.

Bitte Matte und ein Handtuch mitbringen.

Ro 03.02.26

Sabine Wiercimok

Rodgau(Jügesheim), Carl-Orff-Schule, Turnhalle im Hof, Eingang Bertolt-Brecht-Straße

Di, 20.30-21.30 Uhr, **ab 09.02.2010**

€ 55,-, 16 Tage = 21 UE min 12 Teilnehmer

€ 66,-, 16 Tage = 21 UE min 10 Teilnehmer

€ 83,-, 16 Tage = 21 UE min 8 Teilnehmer

Cardio - BBP

Nach einer intensiven Aufwärmphase der gesamten Muskulatur werden die sog. Problemzonen intensiv gekräftigt und anschließend gut gedehnt. Diese Stunde ist ein ideales Ganzkörpertraining, das sowohl die Kondition steigert als auch die Problemzonen trainiert. Mit viel Spaß und guter Musik verbessern wir unsere Figur!

Bitte Matte, gute Sportschuhe und Getränk mitbringen!

Ro 03.02.27

Sabine Wiercimok

Rodgau(Jügesheim), Carl-Orff-Schule, Turnhalle im Hof, Eingang Bertolt-Brecht-Straße

Di, 19.30-20.30 Uhr, **ab 09.02.2010**

€ 55,-, 16 Tage = 21 UE min 12 Teilnehmer

€ 66,-, 16 Tage = 21 UE min 10 Teilnehmer

€ 83,-, 16 Tage = 21 UE min 8 Teilnehmer

Schwungstab - Training

Der Schwungstab ist ein Sportgerät, welches speziell für Schulterpatienten entwickelt wurde. Mit dem Schwungstab wird die sonst nur schwer zu erreichende Tiefenmuskulatur trainiert. Es werden aber auch zahlreiche andere Komponenten verbessert, die es uns ermöglichen, gesünder und fitter durchs Leben zu gehen.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenschuhe, Handtuch, Getränk und gute Laune.

Ro 03.02.28

Sabine Wiercimok

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz

Mo, 09.30-10.30 Uhr, **ab 01.02.2010**

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE min 12 Teilnehmer

€ 63,-, 15 Tage = 20 UE min 10 Teilnehmer

€ 78,-, 15 Tage = 20 UE min 8 Teilnehmer

Fitness Mix

Wir beginnen die Stunde mit einem kurzen Warm Up, um unseren Körper schonend auf die bevorstehende Gymnastik vorzubereiten. Danach folgt ein dynamisches und abwechslungsreiches Herz-Kreislauftraining zur Verbesserung unserer Ausdauer und Koordination. Im Anschluss daran kräftigen wir alle Problemzonen, die unser Körper vorzuweisen hat, um die Stunde dann mit einem sanften Stretching ausklingen zu lassen.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenschuhe, Isomatte, Handtuch, Getränk und gute Laune.

Ro 03.02.29

Sabine Wiercimok

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Mo, 10.30-11.30 Uhr, **ab 01.02.2010**

€ 52,-, 15 Tage = 20 UE min 12 Teilnehmer

€ 63,-, 15 Tage = 20 UE min 10 Teilnehmer

€ 78,-, 15 Tage = 20 UE min 8 Teilnehmer

Pilates

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

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

Ro 03.02.33

Kerstin Ertl

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Fr, 17.45-18.45 Uhr, **ab 05.02.2010**

€ 29,-, 8 Tage/11 UE min 12 Teilnehmer

€ 35,-, 8 Tage/11 UE min 10 Teilnehmer

€ 44,-, 8 Tage /11 UE min 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

Hip Hop, Salsa und Jazz

Jeder Mensch kann tanzen und sich mit allen Sinnen und allen Körperteilen bewegen! Wir fördern den Körper, jeder Muskel wird gespürt auf lebendige, aufregende Weise. Das nützliche Resultat daraus sind gesundes Wohlbefinden, gute Laune, viel Spaß und ein kleines, abwechslungsreiches Konditionsprogramm. Natürlich mit heißen Rhythmen und anregender Musik. Danach fühlt Frau/Mann sich wie neugeboren, denn in einem lebendig bewegten Körper steckt auch ein gesunder Geist.

Bitte mitbringen: feste Turnschuhe, langes T-Shirt, Handtuch, Getränke, gute Laune.

Ro 03.02.38

Marion Segatz

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Sa, 06.02.2010, von 10.00-13.30 Uhr

€ 13,-, 1 Tag / 5 UE min 12 Teilnehmer

€ 16,-, 1 Tag / 5 UE min 10 Teilnehmer

€ 20,-, 1 Tag / 5 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 13 Teilnehmer/innen

Spinning

Spinning ist ein Herz-Kreislauf- und Fettverbrennungs-Fitnessstraining und wird auf speziellen Fahrrädern in der Gruppe und mit Musik auf gelenkschonende Weise trainiert. Die Fahrräder bieten die Möglichkeit, den Widerstand stufenlos einzustellen. Somit ist Spinning sowohl für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Ro 03.02.40

Ivana Köthe

Rodgau(Weiskirchen), Sportstudio Vital, Liebigstr. 4

Fr, 17.30-18.30 Uhr, **ab 05.02.2010**

€ 42,-, 12 Tage/ 16 UE min 12 Teilnehmer

€ 50,-, 12 Tage/ 16 UE min 10 Teilnehmer

€ 63,-, 12 Tage/ 16 UE min 8 Teilnehmer

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

Hinweis: max. 14 Teilnehmer/innen

Schlank und Aktiv durch Nordic-Walking

Nordic-Walking Grundkurs mit der 4 Schritt-Methode, Gesundheit und Lebensqualität brauchen Bewegung. Nordic-Walking-Stöcke können vor Ort beim Kursleiter gegen eine Gebühr geliehen werden.

Ro 03.02.45

Otto C. Manus

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

Sa, 14.00 -15.30 Uhr, **ab 27.03.2010**

€ 32,-, 6 x 2 UE min 12 Teilnehmer

€ 38,-, 6 x 2 UE min 10 Teilnehmer

€ 48,-, 6 x 2 UE min 8 Teilnehmer

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Nordic-Walking Kurs für Untrainierte, Ältere oder nicht ganz so schlanke

4-Wochen-Schnupperkurs

Nordic-Walking ist eine der besten Sportarten, um den gesamten Körper zu trainieren, die Fettverbrennung anzukurbeln und die Kondition zu verbessern. Um dies zu erreichen ist es wichtig, die Technik des Nordic-Walkings zu erlernen. Einfach die Stöcke nehmen und losgehen reicht da leider nicht. In der ersten Stunde lernen Sie die theoretischen Grundlagen vom Nordic-Walking. Im Praxisteil üben Sie die Fuß- und Beinbewegungen. In der nächsten Übungseinheit kommen die Bewegungen in Arm, Schulter und Oberkörperbereich dazu. In den folgenden Stunden werden diese kombiniert und auch alternative Techniken bzw. Varianten besprochen und geübt. Durch die Vorschläge der Kursleiterin lernen Sie Ihre Lauftechnik zu optimieren. Es wird gut eine Stunde gelaufen, wobei kleine Trinkpausen enthalten sind. Am Ende der Stunden werden verschiedene Stretching-Übungen durchgeführt, welche einen Ausgleich für den Körper bieten. Ziel des Schnupperkurses ist, die Nordic-Walking-Technik Stück für Stück zu lernen und umzusetzen. Die Belastung wird von Woche zu Woche sanft gesteigert. Es geht um Gesundheit und Spaß und nicht um sportliche Höchstleistungen. Der Kurs findet im Freien statt und Sie sollten in wettergerechter, bequemer Kleidung kommen. Es ist sinnvoll, Wasser für die Pausen mit einzuplanen. Einfache Stöcke können bei der Kursleiterin für 2,00 Euro pro Termin bzw. 5,00 Euro für den gesamten Kurs ausgeliehen werden. Alle Kurse finden auch in den Schulferien statt.

Ro 03.02.47

Karin Brügelmann

Rodgau(Jügesheim)
Wege zu ganzheitlicher Gesundheit, Rathenaustr. 3,

Mi., 9.30-11.00 Uhr, **ab 10.03.2010**

€ 42,-, 4 x 2 UE bei 6 Teilnehmern

€ 50,-, 4 x 2 UE bei 5 Teilnehmern

€ 63,-, 4 x 2 UE bei 4 Teilnehmern

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 6 Teilnehmer

Nordic-Walking Kurs für Untrainierte, Ältere oder nicht ganz so schlanke

4-Wochen-Schnupperkurs

(Inhalte: siehe Ro 03.02.47)

Ro 03.02.48

Karin Brügelmann

Rodgau(Jügesheim),
Wege zu ganzheitlicher Gesundheit, Rathenaustr. 3

Mo., 10.00-11.30 Uhr, **ab 19.04.2010**

€ 42,-, 4 x 2 UE bei 6 Teilnehmern

€ 50,-, 4 x 2 UE bei 5 Teilnehmern

€ 63,-, 4 x 2 UE bei 4 Teilnehmern

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 6 Teilnehmer

Nordic-Walking Kurs für Untrainierte, Ältere oder nicht ganz so schlanke

4-Wochen-Schnupperkurs

(Inhalte: siehe Ro 03.02.47)

Ro 03.02.49

Karin Brügelmann

Rodgau(Jügesheim),
Wege zu ganzheitlicher Gesundheit, Rathenaustr. 3

Mi., 9.30-11.00 Uhr, **ab 02.06.2010**

€ 42,-, 4 x 2 UE bei 6 Teilnehmern

€ 50,-, 4 x 2 UE bei 5 Teilnehmern

€ 63,-, 4 x 2 UE bei 4 Teilnehmern

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 6 Teilnehmer

Ausgleichs- und Wirbelsäulengymnastik für Frauen

In diesem Kurs wollen wir die Kraft und Beweglichkeit unseres Körpers verbessern. Durch Mobilisierung der Gelenke und Kräftigung und Dehnung der gesamten Haltemuskulatur.

Ro 03.02.51

Monika Dries

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Mo., 18.30-19.30 Uhr, **ab 11.01.2010**

€ 52,-,15 Tage = 20 UE min. 12 Teilnehmer

€ 62,-,15 Tage = 20 UE min. 10 Teilnehmer

€ 78,-,15 Tage = 20 UE min. 8 Teilnehmer

Ausgleichs- und Wirbelsäulengymnastik für Frauen

(Inhalte: siehe Ro 03.02.51)

Ro 03.02.52

Monika Dries

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Mo., 19.30-20.30 Uhr, **ab 11.01.2010**

€ 52,-,15 Tage = 20 UE min. 12 Teilnehmer

€ 62,-,15 Tage = 20 UE min. 10 Teilnehmer

€ 78,-,15 Tage = 20 UE min. 8 Teilnehmer

Fit ab 60

Ältere Menschen brauchen Bewegung um gesund, fit und selbstständig leben zu können. Koordinations-, Gleichgewichts-, Dehn- und Mobilisationsübungen geben Sicherheit, Stürze zu vermeiden sowie die Reaktionsfähigkeit und Selbstständigkeit zu fördern und die Gesundheit zu verbessern.

Ro 03.02.53

Monika Dries

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Mi., 9.00-10.00 Uhr, **ab 13.01.2010**

€ 52,-,15 Tage = 20 UE min. 12 Teilnehmer

€ 62,-,15 Tage = 20 UE min. 10 Teilnehmer

€ 78,-,15 Tage = 20 UE min. 8 Teilnehmer

**Fit ab 60**

(Inhalte: siehe 03.02.53)

Ro 03.02.54

Monika Dries

Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Mi., 10.00-11.00 Uhr, **ab 13.01.2010**

€ 52,-,15 Tage = 20 UE min. 12 Teilnehmer

€ 62,-,15 Tage = 20 UE min. 10 Teilnehmer

€ 78,-,15 Tage = 20 UE min. 8 Teilnehmer

Wing Tjun - Selbstverteidigung für Frauen I

Wie können sich Frauen gegen tätliche Angriffe, Übergriffe und sexuelle Belästigung zur Wehr setzen? Wir vermitteln Ihnen einfache, wirkungsvolle Abwehrtechniken. Mut zum entschlossenen Handeln ist das Ziel! Sie erlernen: Prinzipien bei Befreiung von Arm- bzw. Handangriffen, Ausweich- und Verteidigungsmöglichkeiten, Grundtechniken der Würgeabwehr und viele andere Techniken. Bitte bequeme Kleidung und etwas zu trinken mitbringen.

Ro 03.02.60

Marcus Nicholay

Rodgau (Nieder-Roden), Turmstr. 1, Team United Kampfkunstschule

Di, 19.30-21.30 Uhr, **ab 13.04.2010**

Termine: **13.04., 27.04., 11.05., 25.05., 8.06.2010**

€ 34,-, 5 Tage = 13 UE min. 12 Teilnehmer

€ 41,-, 5 Tage = 13 UE min. 10 Teilnehmer

€ 51,-, 5 Tage = 13 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Wing Tjun - Selbstverteidigung für Frauen II

Wie wehre ich einen Angriff mit Waffen (Messer, Stock, Baseballschläger etc.) erfolgreich ab? Was mache ich bei mehreren Angreifern? Wir zeigen Ihnen realistische Wege, wie Sie sich schützen können. Auch der Einsatz von Alltagsgegenständen bei der Verteidigung gegen Angriffe wird thematisiert. Voraussetzung ist der Kurs Wing Tjun – Selbstverteidigung für Frauen I. Bitte bequeme Kleidung und Getränk mitbringen.

Ro 03.02.61

Marcus Nicholay

Rodgau (Nieder-Roden), Turmstr. 1, Team United Kampfkunstschule

Sa, 14.00-17.00 Uhr, **ab 12.06.2010**

€ 31,-, 3 Tage = 12 UE min. 12 Teilnehmer

€ 37,-, 3 Tage = 12 UE min. 10 Teilnehmer

€ 46,-, 3 Tage = 12 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Aikido Einführungskurs

Aikido ist eine japanische Kampf- und Bewegungskunst durch die wir lernen, Konflikte jeglicher Art möglichst gewaltfrei zu lösen. Körperliches Üben mit einem Partner macht die zugrunde liegenden Prinzipien anschaulich und praktisch erfahrbar.

Kursinhalte: Atem- und Körperübungen intensivieren das Bewusstsein für den Körper. Einfach Partnerübungen machen die Kraft der Einheit von Geist und Körper anschaulich und erlernbar. Übungen zum Abrollen und Hinlegen auf den Boden (wir üben auf weichen Baumwollmatten) mindern Ängste vor dem Fallen und Stürzen und vermitteln grundlegende Fertigkeiten. Einfache Aikido-Ausweichbewegungen und -techniken, gepaart mit Demonstrationen durch den Lehrer, vermitteln erste Einblicke und eigene Erfahrungen mit dem Verteidigungskonzept des Aikido.

Ro 03.02.62

Olaf Schubert

Rodgau (Jügesheim), Aikido Dojo Rodgau, Ludwigstr. 13

Mittwoch, 18.15-19.15 Uhr, **ab 03.02.2010**

8 Abende / 10 UE

€ 39,-, 10 UE / 8 Kursabende

min. 12 Teilnehmer

€ 47,-, 10 UE / 8 Kursabende

min. 10 Teilnehmer

€ 59,-, 10 UE / 8 Kursabende

min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Kochen

Gesunde Gerichte in 10, 20, 30 Minuten

Die Zeit rennt, und wir rennen mit! Da ist in der alltäglichen Hektik die Versuchung groß, den hungrigen Magen schnell mit einem Fertiggericht aus dem Supermarkt oder Fastfood zu füllen. Dass es auch anders geht, wollen wir Ihnen in diesem Kurs zeigen.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Behälter für Reste mitbringen.

Ro 03.07.10

Harald Dröge

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

Mo, 01.02.2010, 18.00-21.30 Uhr

€ 23,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 12 Teilnehmer

€ 26,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 10 Teilnehmer

€ 29,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Pasta - Pasta

Sie lernen verschiedene Saucen zuzubereiten, die von den üblich bekannten Pastasaucen abweichen und leicht zuzubereiten sind. Die Palette reicht von einfach bis raffiniert.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Behälter für Reste mitbringen.

Ro 03.07.11

Harald Dröge

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

Mo, 08.02.2010, 18.00-21.30 Uhr

€ 23,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 12 Teilnehmer

€ 26,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE min. 10 Teilnehmer

€ 29,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Kochen für Freunde

Dieser Kurs zeigt Ihnen, wie man seine Freunde perfekt bewirten und verwöhnen kann. Wir kochen Gerichte die großen Eindruck, wenig Arbeit machen, aber auch gut vorbereitet werden können. Eine gute Tasse Kaffee zum Schluss rundet einen schönen Abend ab.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch u. Behälter für Reste mitbringen.

Ro 03.07.12

Harald Dröge

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

Mo, 01.03.2010, 18.00-21.30 Uhr

€ 23,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 12 Teilnehmer

€ 26,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 10 Teilnehmer

€ 29,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Party und Büffet

Geburtsstagsfeier, Ostern oder Cocktailparty – Anlässe zum feiern gibt es immer. Und damit der Gastgeber von der ersten Minute an dabei sein kann, wollen wir Ihnen in diesem Kurs viele kleine Delikatessen vorstellen, die sich hervorragend vorbereiten lassen.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Behälter für Reste mitbringen.

Ro 03.07.13

Harald Dröge

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

Mo, 22.03.2010, 18.00-21.30 Uhr

€ 23,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 12 Teilnehmer

€ 26,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 10 Teilnehmer

€ 29,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Spargel – ein königlicher Genuss

Die Faszination „Spargel“ ist groß. Ob Frühlingluft in Stangen oder essbares Elfenbein, die Vergleiche kennen keine Grenzen. In diesem Kurs bereiten wir Spargel in vielen Variationen zu.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Behälter für Reste mitbringen.

Ro 03.07.14

Harald Dröge

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

Mo, 03.05.2010, 18.00-21.30 Uhr

€ 23,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 12 Teilnehmer

€ 26,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 10 Teilnehmer

€ 29,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Geflügel - Spezialitäten

Schon unsere steinzeitlichen Vorfahren, die sich als Jäger und Sammler von dem ernährten, was sie täglich frisch erbeuteten, hatten regelmäßig auch Geflügel aller Art auf ihrem Speiseplan stehen. In diesem Kurs zeigen wir Ihnen den richtigen Umgang sowie herrliche Rezepte, die wir gemeinsam nachkochen.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch u. Behälter für Reste mitbringen.

Ro 03.07.15

Harald Dröge

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

Mo, 15.03.2010, 18.00-21.30 Uhr

€ 23,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 12 Teilnehmer

€ 26,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 10 Teilnehmer

€ 29,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Leckeres aus dem Ofen

Für Ofengerichte kann sich jeder erwärmen. Denn sie wecken Kindheitserinnerungen, sind Seelentröster und schmeicheln unserem Gauen. Doch damit nicht genug, sie haben noch eine besonders praktische Seite. Ob Auflauf, Sonntagsbraten..... Ofengerichte kann man einfach in die Röhre schieben und während alles fast von selbst vor sich hin schmurgelt, hat man die Hände frei für andere Dinge.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Behälter für Reste mitbringen.

Ro 03.07.16

Harald Dröge

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

Mo, 19.04.2010, 18.00-21.30 Uhr

€ 23,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 12 Teilnehmer

€ 26,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 10 Teilnehmer

€ 29,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Rund um den Salat

Sie lernen köstliche Salatkompositionen kennen und werden feststellen, dass Salate mehr sind als nur Grünzeug. Die pikantesten Marinaden und Dips warten auf Sie. Die Palette reicht von zartem Blattsalat als Magenöffner bis zu sättigenden Salaten, die eine Mahlzeit ersetzen können.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Behälter für Reste mitbringen.

Ro 03.07.17

Harald Dröge

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

Mo, 10.05.2010, 18.00-21.30 Uhr

€ 23,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 12 Teilnehmer

€ 26,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 10 Teilnehmer

€ 29,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Gefülltes Gemüse in Hülle und Fülle

Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt: man nimmt Gemüse (Paprika, Auberginen, Zwiebel, Blattgemüse....) bereitet leckere Füllungen zu (aus Polenta, Reis, Hackfleisch...) und zaubert damit die leckersten Gemüsegerichte.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Behälter für Reste mitbringen.

Ro 03.07.18

Harald Dröge

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

Mo, 17.05.2010, 18.00-21.30 Uhr

€ 23,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 12 Teilnehmer

€ 26,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 10 Teilnehmer

€ 29,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Mediterran kochen

Das klingt nach sonnenverwöhnten Zutaten, raffinierten Aromen und gesunden, köstlichen Gerichten. Diese Küche ist allseits beliebt und in diesem Kurs wollen wir aus dieser Küche Rezepte nachkochen.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Behälter für Reste mitbringen.

Ro 03.07.19

Harald Dröge

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

Mo, 07.06.2010, 18.00-21.30 Uhr

€ 23,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 12 Teilnehmer

€ 26,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 10 Teilnehmer

€ 29,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Gemüse für Feinschmecker

Gemüse ist ein Hit. Es hat das ganze Jahr über Saison, ist vielfältig wie kein anderes Produkt, ist sich selbst genug, scheut aber auch nicht die Verbindung mit anderen, sieht frisch und fröhlich aus und ist – ausgesprochen gesund. In diesem Kurs kochen wir köstliche Kreationen von Vorspeisen und Hauptgerichten.

Die Zutaten-Kosten sind Bestandteil der Kursgebühr.

Bitte Schürze, Geschirrhandtuch und Behälter für Reste mitbringen.

Ro 03.07.20

Harald Dröge

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

Mo, 14.06.2010, 18.00-21.30 Uhr

€ 23,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 12 Teilnehmer

€ 26,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 10 Teilnehmer

€ 29,- (incl. 12 € für Umlagen) 5 UE

min. 8 Teilnehmer

Hinweis: max. 16 Teilnehmer/innen

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Deutsch als Fremdsprache



Deutsch als Fremdsprache mit Vorkenntnissen (B.1) (3. Semester)

Lehrbuch: Tangram Zertifikat Deutsch, ab Lektion 3

Im Mittelpunkt stehen sowohl das Hör- und Leseverstehen als auch das Sprechen. Die Kursteilnehmer werden oft gebeten, in Gruppen zu arbeiten und zu diskutieren. Der besondere Wert wird auf die Erweiterung des Wortschatzes gelegt. Die Grammatik wird nach Bedarf aufgearbeitet. Neue Kursteilnehmer sind herzlich willkommen.

Ro 04.04.03

Aleksandra Karczewska

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

Di, 18.00-20.15 Uhr, **ab 09.02.2010**

€ 54,-, 12 x 3 UE

Sprachen

Beratung/Auskünfte

Seit dem II. Semester 2009 wurden die Sprachkurse in Anlehnung an die Niveaustufen des „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“ neu gegliedert. Hier eine Übersicht über die neue Gliederung:

A 1

Am Ende dieser Stufe können Sie

vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen, Fragen zu Ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

A 2

Am Ende dieser Stufe können Sie

Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke/Wörter verstehen, wenn es z.B. um einfache Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen oder Arbeit geht. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen und mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und alltägliche Dinge beschreiben.

B 1

Am Ende dieser Stufe können Sie

die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht. Sie können die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen und sich zusammenhängend zu vertrauten Themen, z.B. Familie, Hobbies und Beruf äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten begründen.

B 2

Am Ende dieser Stufe können Sie

längeren Redebeiträgen und komplexer Argumentation in der Standardsprache sowie den meisten fremdsprachlichen Nachrichtensendungen folgen. Sie können sich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, sodass ein Gespräch mit Muttersprachlern möglichst ist und eine Beteiligung an Diskussionen. Darüber hinaus können Sie klare detaillierte Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, Aufsätze verfassen, persönliche und formelle Briefe schreiben und darin deutlich machen, was wichtig ist.

Englisch

Englisch A 1

Englisch für Anfänger

Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
Dieser Kurs richtet sich an Anfänger ohne und mit sehr geringen Vorkenntnissen. Sie werden frühzeitig aktive Sprachkenntnisse und grammatische Grundlagen erwerben.

Ro 04.06.01

Iris Böhnisch

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

Mo, 18.30-20.00 Uhr, **ab 08.02.2010**

€ 53,-, 12 x 2 UE

Englisch A 1.3

nach der Birkenbihl-Methode für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen (3. Semester)

Lehrbuch: Englisch für Einsteiger 1 von Birkenbihl, ISBN 39 37 86 47 76, ab Lektion 3, evtl. Wörterbuch

Die englische Sprache ist einfach zu erlernen – lassen Sie sich überraschen! In diesem Semester wollen wir hauptsächlich üben und sprechen, Gelerntes auffrischen und spezielle Situationen einüben. Geeignet für Teilnehmer des Kurses im Vorsemester sowie für Teilnehmer der Samstags-Crashkurse der Dozentin im vergangenen Semester.

Ro 04.06.02

Nicole Bonifer

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

Mo, 19.30-21.00 Uhr, **ab 01.02.2010**

€ 53,-, 12 x 2 UE

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

Conversation English B 2

Lehrbuch: Straight forward Upper Intermediate, Hueber Verlag, ab Lektion 12

This is a conversation English course on the CEF B2 level to improve grammatical skills, writing and fluency of speaking English. General business areas, job applications, ppp will be emphasised. Exam preparation on Cambridge Certificate (first and advanced) is offered.

Ro 04.06.05

Ludger Kuon

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

Mi, 18.30-20.45 Uhr, **ab 03.02.2010**

€ 99,-, 15 x 3 UE

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

Englisch B1 für Fortgeschrittene – Intensivkurs (5. Semester)

Lehrbuch: On The Move III, Klett Verlag, ab Lektion 15

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

Ro 04.06.06

Ludger Kuon

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

Mo, 18.15-20.45 Uhr, **ab 01.02.2010**

€ 99,-, 15 x 3 UE

Hinweis: max. 10 Teilnehmer/innen

Englisch B 1

Englisch für Fortgeschrittene – Auffrischkurs

Lehrbuch: A New Start Refresher B 1, Cornelsen Verlag ab Lektion 6

Ro 04.06.09

Monika Klaucke

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Do, 18.00-19.30 Uhr, **ab 11.02.2010**

€ 66,-, 15 x 2 UE



Englisch B 1

Refresher course

Lehrbuch: Various material

You learnt English at school, a long time ago. You think you have forgotten everything. You are a housewife a pensioner or between jobs. You are welcome to refresh your English with us!

Ro 04.06.11

Iris Böhnisch

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Do, 09.30-11.00 Uhr, **ab 11.02.2010**

€ 53,-, 12 x 2 UE

Englisch B2

für Fortgeschrittene – Intensivkurs (10. Semester)

On the Move Plus, Klett Verlag ab Lektion 14
Dieser Intensivsprachkurs bietet Teilnehmern (auf der Niveaustufe B2) vielfältige Konversations- und Übungsmöglichkeiten, die erworbenen Englischkenntnisse aufzufrischen, zu festigen und zu erweitern. Ein praxisorientierter Ansatz garantiert schnelle Lernerfolge, geeignet zur beruflichen und privaten Fortbildung.

Ro 04.06.14

Ludger Kuon

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Mo, 10.15-12.30 Uhr, **ab 01.02.2010**

€ 99,-, 15 x 3 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Englisch A 2.5

English and more

„A little bit of this and a little bit of that“
Mixed-level conversation to form a cocktail of interesting topics, new vocabulary, grammar and literature.

Ro 04.06.15

Manuela Behrenbeck

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16

Mo, 18.30-20.00 Uhr, **ab 01.02.2010**

€ 66,-, 15 x 2 UE

Englisch B 1

Englisch für Fortgeschrittene – Auffrischkurs

Lehrbuch: A New Start Refresher B 1, Cornelsen Verlag ab Lektion 6

Ro 04.06.16

Monika Klaucke

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Mi, 9.30-11.00 Uhr, **ab 03.02.2010**

€ 66,-, 15 x 2 UE

Englisch B 1

Englisch für Fortgeschrittene – Auffrischkurs

Lehrbuch: A New Start Refresher B 1, Cornelsen Verlag ab Lektion 6

Ro 04.06.17

Monika Klaucke

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puiseauxplatz

Mo, 10.15-11.45 Uhr, **ab 01.02.2010**

€ 66,-, 15 x 2 UE

Englisch-Intensivkurs B 2 Für Fortgeschrittene

Lehrbuch: Straight forward Upper Intermediate, Hueber Verlag ab Lektion 8.

Proficiencia and Business (advanced learners).

A course designed for students, interested in conversation writing, discussion and improving grammatical skills to brush up your English. Emphasis is placed on using the English language in every situation on developing fluency and accuracy. Exam preparation B1 and B2 certificate.

Ro 04.06.18

Ludger Kuon

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

Di, 18.30-20.45 Uhr, **ab 02.02.2010**

€ 99,-, 15 x 3 UE

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Let's get talking:

English Conversation

Getting together with nice people, talking, chatting about current topics and using the opportunity to practise your English on a regular basis. Sounds good to you? Then don't wait and sign up. You won't find a better offer. The teacher is a native speaker, raised bilingually. No course book required.

Ro 04.06.21

Chris Meyer

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

Mi, 19.00-20.30 Uhr, **ab 03.02.2010**

€ 53,-, 12 x 2 UE

Modern Business English

Learn Business English in a relaxed atmosphere. But don't be mistaken, you will learn new vocabulary, business contexts and we will also touch grammar. In a nutshell: I want to prepare you with a sound fundament for the challenges of the modern business world. Use the inexpensive opportunity in refreshing your English in this class. Your teacher has more than 10 years experience in teaching in international language schools and at company in-house teachings. So don't think twice and sign up. No course book required!

Ro 04.06.27

Chris Meyer

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße
Mo, 20.00-21.30 Uhr, **ab 01.02.2010**
€ 53,-, 12 x 2 UE

Sprachenlernen nach Birkenbihl Englisch - Intensivkurs

Wir lernen gemütlich einen Tag lang, jeder individuell in seinem Lerntempo, unter Anleitung. Wir lernen Grundkenntnisse der Sprache sowie die Birkenbihl-Methode. Mit dieser lernen Sie selbstständig und zeitlich flexibel, ohne weitere Kosten, weiter.

Bitte mitbringen: CD-Sprachkurs aus dem Buchhandel „Englisch für Einsteiger 1“, Verlag Breuer & Wardin, Ausdruck Kap. 1 (Pons-Standard-) Wörterbuch, Papier, Kuli, Bleistift, Radiergummi. Wer selbstständig weiterlernen will, auch Discman + Sprachkurs CD oder alternativ MP3 mit Dateien von der CD.

Ro 04.06.30

Nicole Bonifer

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz
Sa, 27.03.2010, 10.15-18.00 Uhr
€ 30,-, 9 UE
Hinweis: min./max. 8 Teilnehmer/innen

Französisch

Französisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse A 1.1

Lehrbuch: Facettes aktuell, Hueber Verlag ab Lektion 1

Sie wollen gerne Französisch lernen und etwas über die französische Sprache und Kultur erfahren? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Ro 04.08.01

Rosemary Luksch

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße
Mi, 20.00-21.30 Uhr, **ab 03.02.2010**
€ 53,-, 12 x 2 UE

Französisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse A 1.1

Lehrbuch: Facettes aktuell, Hueber Verlag ab Lektion 1

Wir machen eine Entdeckungsreise durch die französische Sprache und Kultur. In einer lockeren Atmosphäre erproben wir spielerisch Alltagssituationen und möchten uns auf die nächste Urlaubsreise einstimmen!

Ro 04.08.02

Hannelore Klein

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Str. 16
Di, 19.00-20.30 Uhr, **ab 09.02.2010**
€ 53,-, 12 x 2 UE

Französisch B 1

Lehrbuch: Couleurs de France Band 2 (Blanc, Alt) ab Lektion 8

Lehrbuch wird, wenn möglich, leihweise zur Verfügung gestellt.

Mit unserer neuen Methode – lernfreundlich und vielfältig – wollen wir in der französischen Sprache und Kultur vorankommen. Ein idealer Kurs für Zwischeneinsteiger, die nach dem Durcharbeiten eines ersten Bandes ihr Französisch ausbauen möchten oder ihre früher erworbenen Kenntnisse auffrischen und vertiefen möchten.

Ro 04.08.06

Sabine Malher

Rodgau(Jügesheim), Ev. Gemeindezentrum, Berliner Str. 2
Mi, 10.30-12.00 Uhr, **ab 03.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE
Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Sprachenlernen nach Birkenbihl – Intensivkurs für die Sprachen Italienisch und Französisch

Wir lernen gemütlich einen Tag lang, jeder individuell in seinem Lerntempo, unter Anleitung. Wir lernen Grundkenntnisse der Sprache sowie die Birkenbihl-Methode. Mit dieser lernen Sie selbstständig und zeitlich flexibel, ohne weitere Kosten, weiter.

Bitte mitbringen: CD-Sprachkurs aus dem Buchhandel „Italienisch für Einsteiger 1“, Verlag Breuer & Wardin, Ausdruck Kap. 1 (Pons-Standard-) Wörterbuch, Papier, Kuli, Bleistift, Radiergummi. Wer selbstständig weiterlernen will, auch Discman + Sprachkurs CD oder alternativ MP3 mit Dateien von der CD.

Ro 04.08.10

Nicole Bonifer

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz
Sa, 03.07.2010, 10.15-18.00 Uhr
€ 30,-, 9 UE
Hinweis: min./max. 8 Teilnehmer/innen

Italienisch



Italienisch A 1.1 Italienisch Anfängerkurs für Englisch-Sprechende

Spätestens mit Asterix haben wir alle gelernt, dass die Alten Römer auch im heutigen Großbritannien waren. Die dortige Kultur haben die Römer stark beeinflusst – insbesondere auch die englische Sprache. Was im Rückschluss bedeutet: Wenn Sie Englisch können, haben Sie viele Vorteile beim Italienisch-Lernen. Sie bringen mehr Wissen mit, als Sie denken. Lassen Sie sich überraschen! Im Kurs üben wir Vokabel-Lern-Tricks allgemeiner Art sowie speziell zum Italienisch-Lernen bei guten Englisch-Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: Papier, Schreibzeug, Buntstifte und Wörterbuch Englisch-Deutsch. Empfehlung: Kombination mit einem der Intensiv-Sprachkurse im Semester. Auch für Schüler, in Begleitung eines Elternteils.

Ro 04.09.01

Nicole Bonifer

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Lange Straße
Do, 15.04.2010, 17.30-20.30 Uhr
€ 10,-, 4 UE
Hinweis: max. 8 Teilnehmer/innen
Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Italienisch A 1.1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse

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

Sie lernen spielend eine sehr schöne Sprache. Zur Verständigung im Urlaub oder um die Kultur kennen zu lernen, um Briefe zu schreiben, um Italienisch zu singen und natürlich zur beruflichen Nutzung im Ausland.

Ro 04.09.02

Anni Popa

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Lange Straße
Mi, 18.30-20.00 Uhr, **ab 03.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE

Italienisch A 1.3 für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 2

- Man braucht nicht nach Italien zu fahren, um Italienisch zu lernen -

Ro 04.09.03

Salvatore Di Natale

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Lange Straße
Mo, 18.30-20.00 Uhr, **ab 01.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE

Italienisch A 1.2 (2. Semester) für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 5

Ro 04.09.04

Ingrid Verstraeten-Funk

Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16
Do, 19.30-21.00 Uhr, **ab 04.02.2010**
€ 53,-, 12 x 2 UE

Italienisch A 1.4 für Anfänger mit Vorkenntnissen am Vormittag (4. Semester)

Lehrbuch: Buongiorno ! (Neu), Klett Verlag, Band 1 ab Lektion 12

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

Ro 04.09.05

Anni Popa

Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz
Mi, 10.00-11.30 Uhr, **ab 03.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE

Italienisch A 1.6 Hör-Sprech-Kurs Italienisch

Sie möchten Italien und die italienische Kultur kennen lernen? Die italienische Sprache ist einfach zu erlernen – lassen Sie sich überraschen!

In diesem Semester wollen wir hauptsächlich üben, gemeinsam lernen und sprechen, Gelerntes auffrischen und spezielle Urlaubs-Situationen einüben. Geeignet für Teilnehmer des Kurses im Vorsemester sowie für Teilnehmer der Samstags-Crashkurse der Dozentin in den vorhergehenden Semestern.

Lehrbuch: Sofort Italienisch sprechen, compact, ab Lektion 1

Ro 04.09.06

Nicole Bonifer

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße
Mo, 18.00-19.30 Uhr, **ab 01.02.2010**
€ 53,-, 12 x 2 UE

Italienisch A 1.4 für Anfänger mit Vorkenntnissen

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

- Man braucht nicht nach Italien zu fahren, um Italienisch zu lernen -

Ro 04.09.07

Salvatore Di Natale

Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße
Mo, 20.00-21.30 Uhr, **ab 01.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE

Italienisch A 1.8 Mit Vorkenntnissen – MITTELSTUFE I –

Lehrbuch: Buonasera a tutti! Klett Verlag

- Man braucht nicht nach Italien zu fahren, um Italienisch zu lernen -

Ro 04.09.09

Salvatore Di Natale

Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16
Di, 18.00-19.30 Uhr, **ab 02.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE



Italienisch A 1.9 für Fortgeschrittene – am Vormittag (11. Semester)

Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben.
Dieser Kurs bietet Teilnehmern (Fortgeschrittene) vielfältige Konversations- und Übungsmöglichkeiten, die erworbenen Italienischkenntnisse aufzufrischen, zu festigen und zu vertiefen.
Ro 04.09.10
Anni Papa
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz
Do, 10.00-11.30 Uhr, **ab 04.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE

Italienisch A 2.3 für Fortgeschrittene

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.
- Man braucht nicht nach Italien zu fahren, um Italienisch zu lernen -
Ro 04.09.14
Salvatore Di Natale
Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16
Di, 19.30-21.00 Uhr, **ab 02.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE

Business Italienisch nach Birkenbihl

Lehrmaterial: siehe Materialliste, bei Anmeldung erhältlich
Wir lernen gemütlich einen Tag lang, jeder individuell in seinem Lerntempo, unter Anleitung. Wir lernen Grundkenntnisse Business Italienisch sowie die Birkenbihl-Methode. Mit dieser Methode lernen Sie selbstständig und zeitlich flexibel, zu Hause weiter. Wegen CD-Sprachkurs kontaktieren Sie bitte spätestens 14 Tage vor dem Kurs die Dozentin unter 0177/2994602.
Ro 04.09.20
Nicole Bonifer
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz
Sa, 26.06.2010, 10.15-18.00 Uhr
20,-, 1 Tag / 9 UE

Spanisch

Spanisch A 1.1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: Con Gusto A1, Klett Verlag ab Lektion 1
Ro 04.22.01
Irma Fastner-Fröhlich
Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße
Do, 18.45-20.45Uhr, **ab 11.02.2010**
€ 66,-, 10 x 3 UE

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

Lehrbuch: Caminos (Neu) 1, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag ab Lektion 3
Fortsetzung des Anfängerkurses aus dem vorangegangenen Semester. Neueinsteiger/innen sind herzlich willkommen.
Ro 04.22.02
Maria-José Martinez-Biswanger
Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16
Mo, 18.30-20.00 Uhr, **ab 01.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE

Spanisch A 1.3 für Anfänger mit Vorkenntnissen (3. Semester) am Vormittag

Lehrbuch: Caminos (Neu) 1, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag ab Lektion 4
Zusteiger sind herzlich willkommen!
Ro 04.22.03
Silvia Bernhard-Sassadeck
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz
Mi, 10.35-11.50 Uhr, **ab 17.02.2010**
€ 48,-, 13 Tage = 22 UE

Spanisch A 1.4 für Anfänger mit Vorkenntnissen (3. Semester) am Vormittag

Lehrbuch: Caminos (Neu) 1, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag ab Lektion 6 b
Zusteiger sind herzlich willkommen!
Ro 04.22.04
Silvia Bernhard-Sassadeck
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz
Mi, 09.00-10.30 Uhr, **ab 17.02.2010**
€ 57,-, 13 x 2 UE

Spanisch A 1.4 für Anfänger mit Vorkenntnissen (4. Semester)

Lehrbuch: Caminos (Neu) 1, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag ab Lektion 7
Quiere hablar español y practicar la lectura, en este curso le esperamos. Nuevos alumnos son siempre bienvenidos.
Ro 04.22.05
Maria-José Martinez-Biswanger
Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16
Mo, 20.00-21.30 Uhr, **ab 01.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE

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

Lehrbuch: Caminos (Neu) 1, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ab Lektion 8
Ro 04.22.06
Amelia Requena
Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Lange Straße
Do, 19.00-20.30 Uhr, **ab 11.02.2010**
€ 62,-, 14 x 2 UE

Spanisch A.1.6 (6. Semester) am Vormittag

Lehrbuch: Caminos (Neu) 1, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ab Lektion 9 B
Ro 04.22.07
Silvia Bernhard-Sassadeck
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz
Do, 10.20-11.35 Uhr, **ab 04.02.2010**
€ 55,-, 15 Tage = 25 UE

Spanisch A 2 (6. Semester)

Lehrbuch: Caminos 2(Neu), Klett Verlag, Band 2 ab Lektion 1
Ro 04.22.09
Silvia Bernhard-Sassadeck
Rodgau(Dudenhofen), Claus-von-Stauffenberg-Schule, Mainzer Straße 16
Di, 18.30-20.00 Uhr, **ab 09.02.2010**
€ 62,-, 14 x 2 UE

Spanisch A 1.8 (8. Semester)

Lehrbuch: Caminos 1(Neu), Klett Verlag, Band I ab Lektion 12
Ro 04.22.10
Olga Josefina Jimenez-Guerrero
Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16
Mo, 18.00-19.30 Uhr, **ab 01.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE

Spanisch A 2.10 (10. Semester) am Vormittag

Lehrbuch: Caminos 2 (NEU), Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band II ab Lektion 5 b
Neben Grammatik ist in diesem Kurs die Konversation ein wichtiger Aspekt.
Ro 04.22.11
Silvia Bernhard-Sassadeck
Rodgau (Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz
Do, 9.00-10.20 Uhr, **ab 04.02.2010**
€ 55,-, 15 Tage = 25 UE

Spanisch A 2.12 (12. Semester)

Lehrbuch: Caminos 2 (Neu), Lese- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, Band 2 ab Lektion 4
Ro 04.22.12
Olga Josefina Jimenez-Guerrero
Rodgau(Nieder-Roden), Gartenstadtschule, Kastanienallee 16
Mo, 19.30-21.00 Uhr, **ab 01.02.2010**
€ 66,-, 15 x 2 UE

Spanisch B 1 (15. Semester) am Vormittag

Lehrbuch: Caminos (Neu) 3, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ab Lektion 1
Aktuelle Themen und Konversation sind wichtige Aspekte in diesem Kurs.
Ro 04.22.13
Silvia Bernhard-Sassadeck
Rodgau(Nieder-Roden), Sozialzentrum, Puisseauxplatz
Di, 09.15-10.30 Uhr, **ab 09.02.2010**
€ 51,-, 14 Tage = 23 UE

Spanisch B 1 (15. Semester)

Lehrbuch: Caminos (Neu) 3, Lern- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ab Lektion 1
Aktuelle Themen und Konversation sind wichtige Aspekte in diesem Kurs.
Ro 04.22.14
Silvia Bernhard-Sassadeck
Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße
Mi, 19.30-21.00 Uhr, **ab 10.02.2010**
€ 57,-, 13 x 2 UE

Buchführung



Einführung in die Buchführung

Notwendigkeit und Bedeutung der Buchführung
- Inventur, Inventar und Bilanz
- Wertveränderung in der Bilanz, Eröffnung und Abschluss der Bestandskonten
- der Buchungssatz
- die Einbeziehung der Erfolgskonten in den Buchungskreislauf
- Wareneinkaufs- und Warenverkaufskonto (Warenbezugskosten, Nachlässe, Rücksendungen, Boni, Skonti, Mehrwertsteuer)
- Abschreibungen, Privatkonto
- Kontenrahmen und Kontenplan
Literatur: Schmolke-Deitermann, Kaufmännische Buchführung für Wirtschaftsschulen (Winkler-Verlag), 1. Teil und Arbeitsheft dazu.
Ro 05.05.01
Horst-Dieter Krawutschke
Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße
Do, 18.30-20.00 Uhr, **ab 11.02.2010**
€ 53,-, 12 x 2 UE

Buchführung für Fortgeschrittene

Inhalte:
- Die Warenkonten und ihre Besonderheiten
- Die sachlichen Abgrenzungen
- Buchungen im Wechselverkehr
- Die Personalkosten
- Die Steuern
- Die Wertberichtigungen
- Die Abschreibungen auf Forderungen
- Die zeitlichen Abgrenzungen
- Rückstellungen und Rücklagen
- Die Buchungen im Wertpapierverkehr
- Die Buchungen im Einzelhandelsbetrieb
- Die Buchführung der Industriebetriebe
- Die Kosten- und Leistungsrechnung der Industriebetriebe
Ro 05.05.02
Horst-Dieter Krawutschke
Rodgau(Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Eingang Lange Straße
Do, 20.00-21.30 Uhr, **ab 11.02.2010**
€ 53,-, 12 x 2 UE.



Mathematik

Mathe-Crash-Kurs für Abiturienten

Lösung von Prüfungsaufgaben für das Abitur in Analysis, Stochastik, analytische Geometrie und lineare Algebra.

LK + GK-Niveau.

Ro 05.05.05

Dipl.math. Gabriele Breitbach-Hitzel

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

Di, 18.00-21.00 Uhr, **ab 02.02.2010**

€ 48,-, 8 x 4 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 15 Teilnehmer/innen

Mathe-Crash-Kurs für Realschüler

Lösung von Prüfungsaufgaben für den Realschulabschluss. Bitte karierte Blätter, Stifte, Lineal, Geodreieck und Zirkel mitbringen.

Ro 05.05.07

Dipl.math. Gabriele Breitbach-Hitzel

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

Do, 18.00-20.15 Uhr, **ab 11.02.2010**

€ 45,-, 10 x 3 UE

Keine Gebührenermäßigung/-befreiung

Hinweis: max. 12 Teilnehmer/innen

Landeskundliche Dia- und Filmvor- träge

Termin- und Themenänderungen vorbehalten! (Siehe Presseveröffentlichungen)

Die Vorträge können von jedermann besucht werden. Anmeldungen hierzu sind nicht erforderlich.

Vortragsdauer in der Regel (inklusive Fragestellung und Diskussion) 1,5 Stunden. Wiederholungen sind in der Regel nicht möglich.

Auskünfte unter (0 61 06) 69 312 27 oder -12 25

Indien

Lassen Sie sich ein auf eine Reise voller Magie und Mythen im hektischen Trubel von 1,2 Milliarden Menschen. Die Bilder entführen Sie zu den schönsten Stränden Goas, den Nationalparks Keralas und zeigen die gigantische Tempelanlage Tamil Nadus oder die jahrtausende alten Ajanta und Ellora Höhlen in Maharashtra. Die Megastädte Mumbai, Bangalore und

Delhi werden Sie genauso faszinieren wie die märchenhaften Paläste Rajasthans und nicht zuletzt das bekannteste Denkmal der Liebe, das Taj Mahal. Zeugnisse der ältesten Religionen der Welt sowie der christlichen und muslimischen Zentren begegnen Ihnen auf Ihrer Bilderreise. Frank Zagel und seine aus Indien stammende Frau erkundeten sechs Monate lang dieses vielfältige und pulsierende Land vom südlichsten Punkt Indiens Kanyakumari bis zur nördlichsten Provinzhauptstadt Leh im Himalaya.

Ro 12.01.01

Frank Zagel

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

Montag, 11.01.2010, 19.30 Uhr

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

Sizilien

Sizilien ist die größte Insel im Mittelmeer.

Ausgedehnte Strände und felsige Küstenregionen sowie Hügel- und Berglandschaften mit üppiger Vegetation und altertümlichen Dörfern im Landesinneren sind ein Eldorado für Naturliebhaber, nicht zuletzt Europas größter Vulkan, der Ätna.

Neben den Naturschönheiten sind auf Sizilien auch viele Kulturdenkmäler erhalten geblieben wie beispielsweise Tempel aus griechischer und römischer Zeit, römische Villen, normannische Dome oder Barockbauten.

So beeindruckt etwa Agrigent heute noch mit den schönsten Tempeln Siziliens und Palermo prunkt mit goldglänzenden Mosaiken und barocken Bauten. Sizilianische Impressionen sind sehr vielseitig, wie der Referent mit seiner Diaschau zeigt.

Ro 12.01.02

Werner Tauchert

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

Montag, 01.02.2010, 19.30 Uhr

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

Zypern

Die Insel Zypern bietet ein äußerst facetten-reiches Bild.

Der kunsthistorisch Interessierte findet zahlreiche Zeugnisse vergangener Epochen, die von wechselnden Fremdmächten geprägt wurden. Den Naturliebhaber erfreut die landschaftliche Vielfalt: Eine abwechslungsreiche Küstenlandschaft, fruchtbare Küstenebenen und bewaldete Gebirgsmassive, nicht zuletzt eine artenreiche Flora. Auf seinen Wanderungen durch den griechisch-zypriotischen Teil der Insel hat

der Referent diese Vielfalt fotografiert und präsentiert sie in einer abwechslungsreichen Diaschau.

Ro 12.01.03

Werner Tauchert

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

Montag, 01.03.2010, 19.30 Uhr

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-



Eine Türkische Reise

(digitale Präsentation)

Der Referent und seine Frau kehren nach vielen Reisen in das Land des Bosphorus immer wieder mit verschiedenen Eindrücken zurück: Im Januar treffen sich nah Seljuk dutzende Kamelbesitzer mit ihren stolzen Hengsten zu Wettkämpfen im Kamelringen. Ein unblutiges Ereignis, das von Tausenden Zuschauern verfolgt wird. Über Ephesos und den traumhaften Baffa-Gölü (See) erreichen wir Fethiye. Auf dem Lykischen Weg verlassen wir das Hafentädtchen und passieren die Geisterstadt Kayaköy, einstmals Heimat einer großen griechischen Gemeinde. Traumhafte Landschaften oberhalb der Steilküste begleiten uns bis nach Kabak. Wir sind im teilweise überdachten Bazar von Urfa. Nur im Schein des Feuers bearbeiten Männer riesige Kupferteller. Dort wo die Straße der Handwerker endet, leitet ein großes Tor in den Innenhof einer alten Karawanserei, heute das vielleicht schönste Teehaus des Landes. Treffpunkt für Kurden, Türken, Araber, Muslime, Christen und Touristen.

Man nennt ihn das Meer im Osten. Der Vansee, aufgestaut durch einen Vulkanausbruch vor über 100.000 Jahren, ist seitdem abflusslos. Hoher Salzgehalt im See lässt kein Leben zu. Sommer in den Bergen des Katschkargebirges: die Zeit um mehrtägige Feste zu feiern, die Männer messen sich dabei in Ringkämpfen und alle verfolgen gebannt die prestigeträchtigen Bullenkämpfe. Wenn der Schnee im Juli traumhafte Blumenwiesen freigibt, ziehen die Hirten mit ihren Viehherden auf die Yaylas, Alpweiden, weit oberhalb der kargen, heißen Schluchten, in denen das Futter im Sommer knapp wird. Abertausend Kilometer werden in bequemem Reisebussen, weniger guten Sammeltaxen, auf Eselrücken und zu Fuß, während aller Jahreszeiten, absolviert.

Ro 12.01.04

Steffen Hoppe

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

Montag, 19.04.2010, 19.30 Uhr

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

Kanada

Nationalpark in den Rocky Mountains und Vancouver Island

Ausgangspunkt ist Seattle im US-Bundesstaat Washington. Von dort fahren wir durch den North Cascade National Park zur kanadischen Grenze. Entlang des Okanogan Lake, dem größten Obstanbaugebiet in Kanadas Westen erreichen wir Kelowna. Vorbei am Three Valley Gap geht es weiter nach Revelsok. Über den Rogers Pass im Galcier National Park und durch den Yoho National Park führt die Fahrt zur Olympiastadt Calgary. Danach geht es zurück in das Gebiet um Banff, wo der Kootenay, der Banff National Park und der Lake Louise besucht werden. Über den Icefield Parkway fahren wir vorbei am Athabasca Gletscher am Columbia Icefield zum Jasper National Park. Der Yellowhead Pass bringt uns zum Mount Robson, dem höchsten Berg der kanadischen Rockies. Durch die Columbia Mountains, entlang des Thompson Rivers und vorbei am Kamlopos geht es weiter nach Vancouver, der Metropole am Pazifik. Die Fähre bringt uns in die faszinierende Landschaft von Vancouver Island. In Telegraph Cove unternehmen wir eine Whale-Watching-Tour. Mit dem Besuch von Victoria, der Hauptstadt von British Columbia, endet die Reise.

Ro 12.01.05

Gerd Roggenhofer

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

Montag, 10.05.2010, 19.30 Uhr

Einlass: 19.00 Uhr

€ 3,-, Jugendliche € 2,-

Sonnenenergie zur Warmwasserbereitung und Heizungsunterstützung

Vortragsveranstaltung in Zusammenarbeit mit der Energieberatung der Energieversorgung Offenbach AG.

Die für Jahrtausende unerschöpfliche Energiequelle Sonne zu nutzen, ist ein alter Traum der Menschen. Er kann jetzt wahr werden. Heute stehen einfache, erprobte Techniken zur Verfügung, um mit Sonnenenergie Wasser zu erwärmen. So können die begrenzten fossilen Energievorräte (Kohle, Erdöl, Gas) unserer Erde geschont und die Umwelt von den Verbrennungsprodukten entlastet werden.

Der Vortrag erläutert den technischen Aufbau von Solarthermischen Anlagen zur Erwärmung des Brauchwassers. Anhand von einfachen Regeln wird die Auslegung an der Solaranlage beschrieben. Verschiedene Systeme werden vergleichend dargestellt. Der zu erwartende jährliche Energieertrag wird an einem Beispiel ermittelt. Die Wirtschaftlichkeit von Solaranlagen, der Bau einer solchen Anlage und die aktuellen Förderprogramme werden erläutert. Der Referent, von der Energieversorgung Offenbach AG, steht nach der Veranstaltung für Fragen zur Verfügung.

Ro 12.01.06

Karl-Heinz Schöpping (Energieversorgung Offenbach AG)

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

Montag, 07.06.2010, 19.30 Uhr

Einlass: 19.00 Uhr

Eintritt frei!

