

PROGRAMM 2005

Herbstsemester 2005

Kulturring Seligenstadt

eingetragener Verein - VR 737 AG Seligenstadt

Seligenstadt	Seligenstadt Klein-Welzheim Froschhausen
Mainhausen	Zellhausen Mainflingen

The logo consists of the letters 'KR' in a large, bold, sans-serif font. The letters are filled with a fine, grid-like pattern, giving them a textured appearance.

Anschrift der Geschäftsstelle:

Steinheimer Straße 6, Telefon u. Fax 35 69

Bürostunden: montags und donnerstags
von 9.30 bis 11.30 Uhr (nicht während der Schulferien)

Konto: Sparkasse Langen-Seligenstadt
(BLZ 506 521 24) Nr. 112 3033

Sehr geehrte Hörerinnen und Hörer,

mit dem vorliegenden Heft überreichen wir Ihnen das Volkshochschul-Programm des Kulturringes für das Herbstsemester 2005.

Sie finden Bewährtes und Neues.

Letztlich entscheiden Sie über den Erfolg eines Angebotes. Es ist immer bedauerlich, wenn Interessenten unverrichteter Dinge wieder nach Hause gehen müssen, weil die notwendige Zahl von Kursteilnehmern nicht zustande kommt.

Wenn Sie sich daher zu einer Anmeldung entschließen, empfehlen wir Ihnen, möglichst im Freundes- oder Bekanntenkreis nach weiteren Interessenten Ausschau zu halten.

Ein durchaus wünschenswerter Nebeneffekt der Kurse sind ja die sozialen Kontakte, die dadurch entstehen und gefördert werden. In vielen Kursen sind daraus fast schon verschworene Gemeinschaften geworden.

Die Sprachkurse haben sich beispielweise für Neubürgerinnen und Neubürger als willkommene Möglichkeit erwiesen, den Einstieg in die neue Umgebung zu erleichtern.

Abschließend die unveränderte Formel: Bitte teilen Sie uns Anregungen und Wünsche mit, sei es schriftlich, telefonisch oder bei einer Vorsprache im Sekretariat, Steinheimer Straße 6 an die Leiterin, Frau Claudia Bungert. Auch befindet sich dort ein Briefkasten!

Mit freundlichen Grüßen

Preuschoff · Tobben · Neubauer

Geschäftsführender Vorstand:

Franz Preuschoff, Herbert Tobben, Andreas Neubauer,
Annelie Ewers, Heinz Pleier

Geschäftsführung der VHS: Claudia Mehler-Bungert

Arbeitskreise:

THEATERFAHRTEN:

Christa Süßmann

KLOSTERKONZERTE:

Andreas Neubauer, Herbert Tobben, Marianne Neubauer,
Egon Grefing, Helga Preuschoff, Franz Preuschoff

Hinweise

Anmeldungen erfolgen mit der diesem Programm anhängenden Anmeldekarte. Weitere Anmeldekarten sind in der **Geschäftsstelle Steinheimer Straße 6** und im Verkehrsbüro am Markt erhältlich sowie in den beiden Rathäusern der Gemeinde Mainhausen.

Die Anmeldekarten können Sie während der Öffnungszeiten in der Geschäftsstelle abgeben, außerhalb dieser Zeiten in den Briefkasten einwerfen oder mit der Post zusenden.

Die Anmeldekarte gilt als verbindliche Anmeldung; sie ist sorgfältig auszufüllen. Bei der Einzahlung oder Überweisung der Kursgebühren ist in jedem Falle die Nummer des Kurses anzugeben.

Änderungen im Programm bleiben vorbehalten. Kommt ein Kurs wegen ungenügender Teilnehmerzahl nicht zustande, erlischt die Zahlungsverpflichtung. Bereits eingezahlte Gebühren werden zurückerstattet. Die Programmänderungen werden in der Tagespresse bekanntgegeben.

Semestereinteilung: Das vorliegende Programm umfaßt ein Semester. Nach den Richtlinien der Kreisvolkshochschule Offenbach umfaßt ein Semester, soweit nicht anders angegeben, 15 Kursabende zu je 90 Minuten (= 2 Unterrichtseinheiten). Das Frühjahrssemester beginnt im Februar und endet mit dem Beginn der Sommerferien. Das Herbstsemester beginnt im September und endet im Januar, einige Wochen nach Ende der Weihnachtsferien. Während der Schulferien und gesetzlichen Feiertage fallen die Kursabende aus. Es wird Sorge dafür getragen, daß die Doppelstunden eines Semesters innerhalb der vorgesehenen Zeit stattfinden.

Während der Schulferien und an gesetzlichen Feiertagen ist die Geschäftsstelle nicht besetzt.

Die **Kursgebühren** sind zu Beginn des Kurses fällig. Erstattung der Gebühren ist nur bei einem begründeten Rücktritt von der Kursteilnahme vor dem zweiten Unterrichtstag möglich. Bei Kursen, die über zwei Semester gehen, besonders den Sprachkursen, ist die Gebühr für zwei Semester (= Gesamtgebühr) zu Beginn des Kurses zu entrichten. Nur in Ausnahmefällen ist bei Nicht-Belegung des zweiten Semesters eine Rückzahlung der anteiligen Gebühr möglich. Es wird um **bargeldlose** Zahlung auf das Konto des Kulturrings bei der Sparkasse Langen-Seligenstadt, **Konto Nr. 112 3033**, gebeten.

Wir erheben eine Mahngebühr von € 5,-.

Teilnehmerzahl: Zur Durchführung eines Kurses ist in der Regel eine Mindestteilnehmerzahl von acht Personen erforderlich. Auf Wunsch können jedoch **kleinere und intensivere Kurse** zu entsprechend erhöhten Kursgebühren eingerichtet werden. Die Kursgebühren errechnen sich nach dem Umfang des Kurses, d.h. nach den jeweils angebotenen Unterrichtseinheiten (UE). Die für Ihren Kurs geltende Gebühr bei geringerer Teilnehmerzahl entnehmen Sie bitte der nebenstehenden Tabelle:

UE	ab 8 TN	bei 7 TN	bei 6 TN	bei 5 TN
4	10,- €	12,- €	14,- €	16,- €
6	15,- €	18,- €	20,- €	24,- €
8	20,- €	23,- €	27,- €	32,- €
10	25,- €	29,- €	34,- €	40,- €
11	28,- €	32,- €	37,- €	44,- €
12	30,- €	35,- €	40,- €	48,- €
14	35,- €	40,- €	47,- €	56,- €
16	40,- €	46,- €	54,- €	64,- €
20	50,- €	58,- €	67,- €	80,- €
21	53,- €	60,- €	70,- €	84,- €
24	60,- €	69,- €	80,- €	96,- €
26	65,- €	75,- €	87,- €	104,- €
27	68,- €	78,- €	90,- €	108,- €
28	70,- €	80,- €	94,- €	112,- €
30	75,- €	86,- €	100,- €	120,- €
32	80,- €	92,- €	107,- €	128,- €
48	120,- €	140,- €	160,- €	200,- €
72	180,- €	206,- €	240,- €	288,- €

Computerkurse

UE	ab 8 TN	bei 7 TN	bei 6 TN	bei 5 TN
7	40,- €	45,- €	50,- €	55,- €
11	60,- €	65,- €	70,- €	75,- €

Haftung: Eine Haftung gegenüber den Teilnehmern an allen Veranstaltungen wird nicht übernommen, auch nicht für Unfälle oder Verlust bzw. Beschädigung von Kleidungsstücken.

Räume: In den benutzten Räumen ist der Kulturring Seligenstadt und Umgebung Gast. Es wird daher um pflegliche Behandlung der Räume und des Inventars gebeten.

Der Kulturring Seligenstadt ist der Kreisvolkshochschule des Kreises Offenbach, Werner-Hilpert-Straße 1, 63128 Dietzenbach, angeschlossen.

Die für den Kurs- und Veranstaltungsbetrieb notwendigen Ausgaben werden aus folgenden Einnahmen bestritten: Hörergebühren, Mitgliedsbeiträge, Spenden sowie aus Zuschüssen des Kreises Offenbach, des Landes Hessen und den von der Stadt Seligenstadt und der Gemeinde Mainhausen bereitgestellten Mitteln.

Empfehlung: Auf die Programme der benachbarten Volkshochschulen und der Kreisvolkshochschule wird empfehlend hingewiesen und auf das Angebot des KUNSTFORUM SELIGENSTADT e.V.

Gebührenermäßigung

Empfänger/Innen von Arbeitslosenhilfe bzw. Arbeitslosengeld oder laufender Hilfe nach dem BSHG erhalten für **einen Kurs** eine Ermäßigung von 80%. **Die verbleibenden 20% der Kursgebühren werden bei der Anmeldung in der VHS-Geschäftsstelle bezahlt.** Die Gebührenermäßigungen bedürfen des Nachweises durch die Antragsteller/Innen. Der Nachweis ist der Anmeldung beizufügen und darf zu Beginn des Kurses **nicht älter als vier Wochen** sein. Voraussetzung für die Gebührenermäßigung ist eine regelmäßige Teilnahme am Unterricht.

Öffnungszeiten der öffentlichen Büchereien:

SELIGENSTADT:

Stadt- und Landschaftsbücherei, Klosterhof, „Jägerhaus“:
montags, 16.00-18.30 Uhr; mittwochs 9.30-11.00 Uhr,
17.00-19.30 Uhr; freitags 16.00-18.30 Uhr.

Pfarrbücherei der Basilika-Pfarrei, Vautheigasse 5:
dienstags, 15.00-17.00 Uhr; samstags, 10.00-12.00 Uhr.

Pfarrbücherei St. Marien, Steinweg 25, Unterkirche:
donnerstags, 15.00-17.00 Uhr; sonntags, 9.30-11.00 Uhr.

Pfarrbücherei St. Margareta, Froschhausen, Anne-Frank-
Straße 2, (Maximilian-Kolbe-Haus): dienstags, 18.00-19.00
Uhr, donnerstags, 17.00-18.00 Uhr, sonntags, 10.30-12.00
Uhr.

Pfarrbücherei St. Cyriakus, Pfarrheim, Klein-Welzheim:
mittwochs, 17.30-18.30 Uhr, sonntags, 10.00-11.00 Uhr.

MAINHAUSEN:

Pfarrbücherei St. Wendelinus, Pfarrheim Zellhausen:
mittwochs; 17.30-18.30 Uhr; samstags, 14.00-15.00 Uhr,
sonntags, 11.30-12.00 Uhr.

Gemeindebücherei der Gemeinde Mainhausen, Rathaus
Mainflingen: mittwochs, 19.00- 20.00 Uhr.

Kurslokale

*Soweit nicht anders angegeben, finden alle Kurse
in der Einhard-Schule (Altbau), Einhardstraße 72,
Seligenstadt, statt.*

*Auf den Schaukasten im Eingangsbereich wird
hingewiesen.*

*Dort ist die Raumaufteilung für die jeweiligen
Kurse ersichtlich.*

2 – Kultur – Gestalten

Auch im Jahr 2005 gibt es wieder eine große Anzahl von Konzerten zwischen Ende März und November in den beiden Reihen des Kulturrings Seligenstadt, den

SELIGENSTÄDTER KLOSTERKONZERTEN mit dem JUNGEN PODIUM im Romanischen Haus

Die sommerlichen Konzerte werden ein Beitrag zum Kultursommer Südhessen sein.

Das Programmheft liegt an den bekannten Stellen aus. Auch wird auf die Hinweise in der Tagespresse verwiesen.

52.2.05.1 Kalligraphie für Fortgeschrittene

In diesem Kurs werden verschiedene Kursivschriften erarbeitet und mit Schmuckinitialen versehen. Daraus werden Blätter für ein Buch oder Leporello hergestellt.

Kurslokal: Hans-Memling-Kolleg, Riesen

Zeit: dienstags, 9.00–11.15 Uhr

Beginn: 13.9.2005

Dauer: 7 Vormittage = 21 UE

Leitung: Rosi Albert

Material: Übungsblock, übliche Schreibfedern,
Tinte – alle anderen Materialien werden im Kurs besprochen.

Gebühr: 53,- €

52.2.05.2 Acrylmalerie für Anfänger

Es werden verschiedene Variationen bei der Gestaltung eines Motivs gezeigt und erlernt. Moderne und unkomplizierte Formen und Farben werden ausprobiert.

Acrylfarben sind sehr vielseitig in ihrer Anwendung. Es sind sehr kraftvolle, intensive und deckende Farben, die den großen Vorteil haben, dass man beim Malen immer wieder korrigieren kann.

Kurslokal: Einhardschule

Zeit: montags, 19.30–21.00 Uhr

Beginn: 12.9.2005

Dauer: 10 Abende = 20 UE

Leitung: Petra Heck

Material: Acrylfarben, Pinsel, Leinwand,
Schwamm, Gefäß

Gebühr: 50,- €

52.2.05.3 Zeichnen in Pastell für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an Fortgeschrittene. Die im Anfängerkurs erworbenen Kenntnisse und Techniken werden weitergeführt. Auch eigene Ideen können verwirklicht werden.

Kurslokal: Einhardsschule
Zeit: dienstags, 19.30–21.00 Uhr
Beginn: 13. 9. 2005
Dauer: 10 Abende = 20 UE
Leitung: Petra Heck
Material: Mitbringen: Bleistift, Radiergummi, Pastellkreide, ein Tuch, Pastellblock oder Skizzenblock
Gebühr: 50,- €

52.2.05.4 Aquarell für Anfänger

In diesem Kurs werden die Grundkenntnisse des Aquarellmalens vermittelt. Verschiedene Variationen bei der Gestaltung eines Motivs werden geübt. Auch eigene Ideen können verwirklicht werden.

Kurslokal: Bürgerhaus Froschhausen, Saal 2, Freiherr-vom-Stein-Ring 23
Zeit: mittwochs, 9.45–11.45 Uhr
Beginn: 14. 9. 2005
Dauer: 10 Vormittage = 27 UE
Material: Aquarellblock DIN A4, Pinsel Größe 4, 6 oder 8, 1 Plastikgefäß, Bleistift, Radiergummi
Gebühr: 68,- €
Leitung: Petra Heck

52.2.05.5 Pastell- und Acrylmalerei für Anfänger

Kursbeschreibung siehe # 52.2.05.2 in Verbindung mit Pastellmalerei. Hier können verschiedene Gestaltungsmöglichkeiten in Acryl oder Pastell ausprobiert werden. Verschiedene Motive werden geübt. Auch eigene Ideen können verwirklicht werden.

Kurslokal: Bürgerhaus Froschhausen, Saal 2, Freiherr-vom-Stein-Ring 23
Zeit: freitags, 9.45–11.45 Uhr
Beginn: 16. 9. 2005
Dauer: 10 Vormittage = 27 UE
Material: Für Acryl: Acrylfarben, Pinsel, Leinwand, Schwamm und Gefäß
Für Pastell: Bleistift, Radiergummi, Pastellkreide, Tuch, Pastellblock oder Skizzenblock
Gebühr: 68,- €
Leitung: Petra Heck

52.2.09.1 Bauchtanz – Anfänger II

Kurslokal: Matthias-Grünewald-Kolleg, Riesen
Zeit: donnerstags, 19.00–20.30 Uhr
Beginn: 15. 9. 2005
Dauer: 10 Abende = 20 UE
Leitung: Alev Janetzka
Material: Hüfttuch (Frasentuch), Gymnastikschuhe, Leggings und T-Shirt oder Gymnastikanzug
Gebühr: 50,- €

52.2.11.1 Fotopraxis für Einsteiger – Grundkurs

Ein Kurs für Einsteiger – analog oder digital –, die gerne fotografieren und wissen wollen, wie sie ihr Hobby perfektionieren können. Themen wir Zeit, Blende, Schärfentiefe, Beleuchtungsmessung, Blitz, Filme, Filter, aber auch digitale Fotografie, Bildarchivierung und Bildgestaltung spielen dabei eine Rolle. Im Idealfall sollten die Teilnehmer eine Spiegelreflexkamera besitzen oder eine Digitalkamera, mit der Zeit und Blende frei gewählt werden können.

Kurslokal: Einhardsschule
Zeit: 19.00–21.00 Uhr
Beginn: dienstags, 4. 10. 2005
Dauer: 6 Abende = 16 UE
Leitung: Frank Kress
Material: Wird im Kurs besprochen
Teilnehmer-Höchstzahl: 12
Gebühr: 40,- €

52.2.12.1 Blumen zu malen ruht mein Gehirn aus (Pierre Auguste Renoir)

Nach einem kunstgeschichtlichen Überblick über die Blumenmalerei und der bewussten „Seh-Erfahrung“ der Blumenbilder von Künstlern des 19. und 20. Jahrhunderts haben wir jene Inspiration erlebt, die uns ein Gefühl für Farben entwickeln lässt und Lust macht auf eine eigene Ausdrucksweise im kleinen oder großen Format auf Leinwand mit Acrylfarben. Dieser Kurs ist auch als Malexperiment für Anfänger gedacht.

Materialliste bei Kursanmeldung.

Kurslokale: Jugendbegegnungsstätte, Steinheimer Str. 47
Zeit: Mo., 23.01.2006, 18.00–22.00 Uhr
Fr., 03.02.2006, 18.30–21.30 Uhr
Sa., 04.02.2006, 14.00–18.00 Uhr
Fr., 10.02.2006, 18.30–21.30 Uhr
Sa., 11.02.2006, 14.00–18.00 Uhr
Leitung: Marianne Möller
Gebühr: 60,- € = 24 UE

52.2.13.1 Schwälder Weißstickerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Nach alten Brauchtums-Stickvorlagen werden neue Kostbarkeiten auf altem oder neuem Leinen gefertigt. Weißstickerei ist eine alte, bis heute in der Schwalm lebendig gebliebene Volkskunst. Sie wird durch ihre Vielfalt der verschiedenen Sticotechniken bei uns immer mehr geschätzt.

Die Vorlagen werden mit einem Stift kopiert und auf das Leinen aufgebügelt.

Von den maximal 10 Teilnehmerinnen sind mitzubringen: Nähnaedel, Schere, Metermaß, Pfeiltrenner.

Kurslokal: Kulturring – Volkshochschule, Steinheimer Straße 6, 63500 Seligenstadt
Termin: 14-tägig montags, 9.00–11.15 Uhr
Beginn: 19. 9. 2005
Dauer: 7 Vormittage = 21 UE
Leitung: Christine Schreck
Gebühr: 53,- € (zzgl. ca. 13,- € für Material, das im Kurs erworben werden kann.)

52.2.13.2 Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Erlernen und Vertiefen von Kenntnissen zur Erstellung von Bekleidung oder Dekorationen nach Schnitt. Schnitte aus Modezei- tungen abnehmen und für die eigenen Proportionen anpassen. Erstellung von Kinderkleidung, Faschingskostümen, u.v.m.

Bitte Nähmaschine, Schnitt und Material (Stoffe, Reißverschluss und Nähgarn) mitbringen.

Kurslokal: Hans-Memling-Kolleg, Riesen
Zeit: mittwochs, 19.00–22.00 Uhr
Beginn: 7. 9. 2005
Dauer: 6 Abende = 24 UE
Leitung: Helga Holzgreve
Gebühr: 60,- €

52.2.13.3 Filzen für Anfänger und Fortgeschrittene Wochenend-Workshop

Filzen hat eine lange Tradition. Auch heute hat die uralte Technik, aus Wolle Filz herzustellen, nichts von ihrer Faszination verloren. Aus dem spielerischen Umgang mit dem Werkstoff Wolle entstehen Unikate, die für jeden ein Erfolgserlebnis sind. In diesem Kurs werden die Grundtechnik sowie weitere Techniken des Filzens erlernt.

Kurslokal: Matthias-Grünwald-Kolleg, Riesen
Zeit: Freitag, 21. 10. 2005, 18.00–21.30 Uhr und Samstag, 22. 10. 2005, 10.00–18.00 Uhr
Dauer: 2 Tage = 16 UE
Material: Arbeitsutensilien werden gestellt. Bei der Wolle richtet sich der Preis nach dem Verbrauch
Leitung: Heide Schroer
Gebühr: 40,- €

52.2.13.4 Filzen für Anfänger und Fortgeschrittene

Kursbezeichnung siehe # 52.2.13.3

Kurslokal: Matthias-Grünwald-Kolleg, Riesen
Zeit: Dienstag, 20. 9., Mittwoch 21. 9. und Donnerstag, 22. 9. 2005, 18.00–21.30 Uhr
Dauer: 3 Abende = 14 UE
Material: Arbeitsutensilien werden gestellt. Bei der Wolle richtet sich der Preis nach dem Verbrauch
Leitung: Heide Schroer
Gebühr: 35,- €

52.2.13.5 Filzen für Anfänger und Fortgeschrittene

Kursbezeichnung siehe # 52.2.13.3

Kurslokal: Matthias-Grünwald-Kolleg, Riesen
Zeit: Dienstag, 29. 11., Mittwoch 30. 11. u. Donnerstag, 1. 12. 2005, 18.00–21.30 Uhr
Dauer: 3 Abende = 14 UE
Material: Arbeitsutensilien werden gestellt. Bei der Wolle richtet sich der Preis nach dem Verbrauch
Leitung: Heide Schroer
Gebühr: 35,- €

Bitte beachten Sie die Hinweise im



3 – Gesundheit

52.3.01.1 Yoga für Anfänger

Yoga, ein ganzheitlicher Übungsweg für alle Altersstufen.

Auch Jugendliche sind willkommen !

Yoga praktizieren heißt, Fehlhaltungen aufdecken, Körperfunktionen anregen und kräftigen, ggf. das natürliche Atemmuster wiederfinden und Atemräume entfalten. Es bedeutet auch, äußeres und inneres Gleichgewicht zu verbessern. Das regenerierende Wechselspiel zwischen zielgerichteter Anspannung und wacher Entspannung wird eingeübt.

Kurslokal: Bürgerhaus Klein-Welzheim

Zeit: mittwochs, 18.00–19.30 Uhr

Beginn: 14. 9. 2005

Dauer: 10 Abende = 20 UE

Leitung: Monika Preuschoff
Yogalehrerin GGF, BDY, EYU

Material: Bequeme Turnkleidung und eine warme Unterlage (Decke) sind mitzubringen.

Gebühr: 50,- €

52.3.01.2 Yoga für Eingewübte

Miteinander üben, Körperhaltungen einnehmen, sich erfahren.

Kurslokal: Bürgerhaus Klein-Welzheim

Zeit: mittwochs, 20.00–21.30 Uhr

Beginn: 14. 9. 2005

Dauer: 10 Abende = 20 UE

Leitung: Monika Preuschoff
Yogalehrerin GGF, BDY, EYU

Material: Bequeme Turnkleidung und eine warme Unterlage (Decke) sind mitzubringen.

Gebühr: 50,- €

52.3.01.3 Tai Chi Chuan für Fortgeschrittene

Die chinesische Bewegungskunst Tai Chi Chuan besteht aus einer Abfolge von langsam und weich fließenden Bewegungen, die durch Atemübungen, Partnerübungen, einfache Meditation

und taoistische Yogaübungen ergänzt werden. Die Erfahrung der Entspannung und des Agierens aus der Körpermitte heraus hat auch einen entspannenden und beruhigenden Einfluss auf die Psyche und fördert Gelassenheit im Alltag. Tai Chi kann in jedem Alter ausgeführt werden. Dieser Kurs richtet sich an Personen, die die Anfängerkurse mit der „kleinen Form“ abgeschlossen haben.

Kurslokal: Bürgerhaus Klein-Welzheim

Zeit: donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,

Beginn: 15. 9. 2005

Dauer: 12 Abende = 24 UE

Leitung: Andrea Schnabel

Material: Bequeme Turnkleidung und eine warme Unterlage (Decke) sind mitzubringen.

Gebühr: 60,- €

52.3.01.4 HumanKomplexologie – Die Schmerz-Selbst-Therapie –

Die Humankomplexologie ist eine effektive Schmerz-Selbsttherapie, eine Soforthilfe zur Schmerzlinderung. Sie löst sehr schnell den Schmerz oder die Muskelverspannung auf und ist als Selbsttherapie leicht erlernbar. Mit der Humankomplexologie können beachtliche Verbesserungen erzielt werden.

Durch das Erlernen der unterschiedlichen Körperübungen wird reflektorisch der ganze Körper erreicht, z. B. bei Schmerzzuständen der Wirbelsäule, Beckenfehlstellungen und Beckenverlagerungen, Rückenschmerzen, Hals- und Nackenverspannungen, Verspannungen der Augenmuskulatur, Beschwerden der Ohren oder der Gelenke – Hüft-/Schultergelenk, Fuß- und Handgelenke, Finger- und Zehengelenke.

Die Körperübungen können zuhause wie auch am Arbeitsplatz leicht angewendet werden. Durch das Erlernen der humankomplexologischen Übungen kann jeder seine Selbstheilung fördern.

Kurslokal: Matthias-Grünwald-Kolleg, Riesen

Zeit: montags, 19.00–20.30 Uhr

Beginn: 10. 10. 2005

Dauer: 8 Abende = 16 UE

Material: Bequeme Turnkleidung, eine warme Unterlage (Decke), 1 Kissen und warme Socken sind mitzubringen.

Leitung: Marianne Chea

Gebühr: 40,- €

52.3.01.5 Shiatsu-Massage Harmonie für Körper, Geist und Seele in absoluter Entspannung

Shiatsu kommt aus der traditionellen chinesischen Medizin und bedeutet wörtlich übersetzt „Fingerdruck“. Durch sanften Druck auf bestimmte Energiepunkte entlang der Energiebahnen des Körpers (Meridiane) und durch eine Vielfalt von Griffen, Dehnungen und Drucktechniken verändert Shiatsu das Energiebild in Körper, Geist und Seele. Sie werden spüren, wie sich Stress und Verspannungen langsam abbauen und ihr emotionales und psychisches Gleichgewicht wieder hergestellt wird.

Die Übungen werden in lockerer, bequemer Kleidung am Boden durchgeführt.

Kurslokal: Bürgerhaus Klein-Welzheim
Clubraum im UG
Zeit: freitags, 18.30–20.00 Uhr
Beginn: 16. 9. 2005
Dauer: 10 Abende = 20 UE
Material: 1 Matte, 1 Decke, 1 kleines Kissen
und warme Socken sind mitzubringen
Leitung: Annette Bodensohn
Gebühr: 50,- €

52.3.01.6 Ganzheitliche Farbberatung – Die Farben des Lebens – Wochenendseminar

Farben begleiten uns durch das ganze Leben. In diesem Kurs erfahren und erleben Sie die Wirkung von Farben auf Ihr Aussehen, aber auch welchen Einfluß Farben auf Ihr inneres Wohlbefinden, Ihre Gefühle und Stimmungen haben. Sie erhalten Anregungen und Tipps, wie Sie Farben individuell in verschiedenen Bereichen des täglichen Lebens, wie z. B. Kleidung, Wohnung oder Gesundheit einsetzen können.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und ohne Make up (vorher keinen Selbstbräuner benutzen).

Am Ende des Kurses können Sie auf Wunsch einen auf Ihren Typ abgestimmten Farbpaß (Kosten ca. 27,- EUR) bei der Kursleiterin erwerben. Eine Arbeitsmappe mit Informationen zum Kursinhalt ist für 1,50 EUR erhältlich.

Kurslokal: Matthias-Grünwald-Kolleg, Riesen
Zeit: Samstag,
15. 10. 2005, 10.00–18.00 Uhr
Leitung: Nicole Neutz
Gebühr: 28,- € = 11 UE

4 – Sprachen

Deutsch

52.4.04.1 Deutsch als Fremdsprache / Intensivkurs Ein Kurs für Anfänger mit geringen deutschen Sprachkenntnissen

Vermittlung des Grundwortschatzes in einfachen, klaren Satzstrukturen. Die Teilnehmer/Innen lernen sich in Alltagssituationen zu verständigen. Sprech-, Lese- und Schreibübungen.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle
Steinheimer Straße 6
Zeit: dienstags, mittwochs, freitags,
10.30–12.00 Uhr
Beginn: 13. 9. 2005
Dauer: 12 Wochen = 72 UE
Literatur: Themen aktuell, Hueber Verlag,
Leitung: Claudia Mehler-Bungert
Gebühr: 180,- €

52.4.04.2 Deutsch als Fremdsprache / Zertifikatskurs Ein Kurs für Fortgeschrittene mit guten deutschen Sprachkenntnissen

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die sich speziell auf das „Zertifikat Deutsch“ vorbereiten möchten.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle
Steinheimer Straße 6
Zeit: donnerstags, 18.30–20.00 Uhr
Beginn: 15. 9. 2005
Dauer: 12 Abende = 24 UE
Literatur: Themen aktuell 3 (Zertifikatsband)
Hueber Verlag
Leitung: Claudia Mehler-Bungert
Gebühr: 60,- €

Wichtiger Hinweis!

Bei der Überweisung der Kursgebühren
auf unser Konto

112 3033 bei der Sparkasse
Langen-Seligenstadt (BLZ 506 521 24)

bitte die vollständige Kursnummer angeben!

- 52.4.06.1 Englisch für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger**
Kurslokal: Einhardschule
Zeit: montags, 19.00–20.30 Uhr
Beginn: 5. 9.2005
Dauer: **12 Abende = 24 UE**
Leitung: Ulrike Schaller
Literatur: New Cambridge English Course, Band 1, Buch und Arbeitsheft, Klett Verlag, Lektion 22
Gebühr: 60,- €
- 52.4.06.2 Englisch am Nachmittag
Ein Kurs für Wiedereinsteiger und Anfänger mit geringen Vorkenntnissen**
Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,
Steinheimer Str. 6, Seligenstadt
Zeit: dienstags, 15.30–17.00 Uhr
Beginn: 6. 9.2005
Dauer: **12 Nachmittage = 24 UE**
Leitung: Ulrike Schaller
Literatur: wird im Unterricht bekannt gegeben
Gebühr: 60,- €
- 52.4.06.3 Englisch für Anfänger**
Kurslokal: Einhardschule
Zeit: dienstags, 19.30–21.00 Uhr
Beginn: 13. 9.2005
Dauer: **12 Abende = 24 UE**
Leitung: Alda Flotho
Literatur: wird im Unterricht bekannt gegeben
Gebühr: 60,- €
- 52.4.06.4 Englisch für Fortgeschrittene I**
Kurslokal: Einhardschule
Zeit: dienstags, 18.00–19.30 Uhr
Beginn: 13. 9.2005
Dauer: **12 Abende = 24 UE**
Leitung: Alda Flotho
Literatur: New Cambridge English Course, deutsche Ausgabe, Band 2
Gebühr: 60,- €

- 52.4.06.5 Englisch für Kinder / Anfänger**
Kurslokal: Kindergarten Zellhausen
Zeit: **mittwochs, 14.15–15.00 Uhr**
Beginn: 14. 9.2005
Dauer: **10 Nachmittage = 10 UE**
Leitung: Alda Flotho
Gebühr: 25,- €
- 52.4.06.6 Englisch für Kinder / Fortgeschrittene I**
Kurslokal: Kindergarten Zellhausen
Zeit: **mittwochs, 15.15–16.00 Uhr**
Beginn: 14. 9.2005
Dauer: **10 Nachmittage = 10 UE**
Leitung: Alda Flotho
Gebühr: 25,- €
- 52.4.06.7 Business English**
Ein Kurs für alle, die im Beruf Englisch benötigen.
Kurslokal: Einhardschule
Zeit: montags, 19.30–21.00 Uhr
Beginn: 12. 9.2005
Dauer: **12 Abende = 24 UE**
Leitung: Alda Flotho
Literatur: „Business Spotlight“
Gebühr: 60,- €
- 52.4.06.8 Englisch für Fortgeschrittene III**
Ein Kurs für Lernende mit Grundkenntnissen der Grammatik.
– Vermittlung der Fertigkeiten Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben
– Anwendung nützlicher Alltagssprache in berufsrelevanten Kommunikationssituationen
Kurslokal: Einhardschule
Zeit: dienstags, 18.30–20.00 Uhr
Beginn: 13. 9.2005
Dauer: **12 Abende = 24 UE**
Leitung: Gerdi Herold-Ehlerding
Literatur: Englisch Network 2, New Edition, Langenscheidt
Gebühr: 60,- €

52.4.06.9 Englisch für Senioren am Nachmittag, Fortsetzungskurs
Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle
Steinheimer Str. 6, Seligenstadt
Zeit: mittwochs, 15.00–17.15 Uhr
Beginn: 7. 9. 2005
Dauer: 10 Nachmittage = 30 UE
Leitung: Ulrike Schaller
Literatur: Wird von der Kursleiterin besorgt.
Gebühr: 75,- €

52.4.09.2 Italienisch für Fortgeschrittene
Kurslokal: Kulturring-Volkshochschule
Steinheimer Str. 6, Seligenstadt
Zeit: donnerstags, 17.00–18.30 Uhr
Beginn: 15. 9. 2005
Dauer: 12 Nachmittage = 24 UE
Leitung: Simona Pasquini-Barbetti
Literatur: Linea Diretta 1 (Hueber Verlag)
Gebühr: 60,- €

Französisch

52.4.08.1 Französisch am Vormittag für Fortgeschrittene
Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle
Steinheimer Str. 6, Seligenstadt
Zeit: freitags, 9.00–10.30 Uhr
Beginn: 9. 9. 2005
Dauer: 12 Vormittage = 24 UE
Leitung: Malika Schreiber
Literatur: Grammatikübungen und Lektüre werden im Kurs bekannt gegeben.
Gebühr: 60,- €

52.4.09.3 Italienisch für Anfänger – 2. Semester
Kurslokal: Kulturring-Volkshochschule
Steinheimer Str. 6, Seligenstadt
Zeit: dienstags, 17.00–18.30 Uhr
Beginn: 13. 9. 2005
Dauer: 12 Nachmittage = 24 UE
Literatur: Allegro 1, Klett Verlag
Leitung: Simona Pasquini-Barbetti
Gebühr: 60,- €

Spanisch

52.4.22.1 Spanisch für Anfänger
Kurslokal: VHS Geschäftsstelle,
Steinheimer Straße 6
Zeit: mittwochs, 19.00–20.30 Uhr
Beginn: 14. 9. 2005
Dauer: 12 Abende = 24 UE
Leitung: Pablo Marin Diaz
Literatur: Caminos neu I, Klett Verlag
Gebühr: 60,- €

52.4.22.2 Spanisch für Anfänger
Kurslokal: Einhardsschule
Zeit: donnerstags, 18.30–20.00 Uhr
Beginn: 8. 9. 2005
Dauer: 15 Abende = 30 UE
Leitung: Roberto Rocandio Sánchez
Literatur: La Mirada, Hueber-Verlag
Gebühr: 75,- €

Italienisch

52.4.09.1 Italienisch: Sprachtraining für Fortgeschrittene
Freies Sprechen, Grammatik, Hörverstehen. Die Texte werden im Kurs verteilt.
Kurslokal: Einhardsschule
Zeit: donnerstags, 17.30–19.00 Uhr
Beginn: 15. 9. 2005
Dauer: 12 Abende = 24 UE
Leitung: Bianca Bleile Neri
Gebühr: 60,- €

52.4.22.3 Spanisch für Anfänger – 2. Semester

Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen!

Kurslokal: Einhardsschule
Zeit: donnerstags, 20.00–21.30 Uhr
Beginn: 8.9.2005
Dauer: 15 Abende = 30 UE
Leitung: Roberto Rocandio Sánchez
Literatur: La Mirada, Hueber-Verlag
Gebühr: 75.– €

52.4.22.4 Vamos al Circo! – Spanisch für Kinder ab 7 Jahre

Anhand der Erlebnisse zweier Zirkuskinder werden neun Themen präsentiert: Sich vorstellen, Tiere, Zahlen, Familie, Farben, Essen und Trinken, Kleidung, Körperteile und Natur. Die Kinder werden dazu motiviert, kreativ und spielerisch eine neue Sprache zu erlernen.

Kurslokal: Einhardsschule
Zeit: donnerstags, 17.15–18.15 Uhr
Beginn: 15.9.2005
Dauer: 12 Nachmittage = 16 UE
Leitung: Maria-Milagros Rocandio
Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben
Gebühr: 40.– €

52.4.22.5 Spanisch Konversation

Vamos a conversar en español

Quien ya habla español y desea ampliar sus conocimientos con discusiones, lecturas y algunos ejercicios de gramática esperamos en nuestro curso.

Kurslokal: Nordring 2, 63500 Seligenstadt bei Steinmann
Zeit: montags, 20.00–21.30 Uhr
Beginn: 12.9.2005
Dauer: 13 Abende = 26 UE
Leitung: Maria Steinmann de Jiménez
Gebühr: 65.– €

Bitte beachten Sie die Rubrik:
Der Kulturring meldet im



5 – Arbeit – Beruf

52.5.01.1 Maschinenschreiben für Anfänger

Schreibmaschinenkenntnisse und die Beherrschung der Tastatur sind Voraussetzungen für jeden Computer-Anwender. In diesem Kurs werden die Grundlagen des Maschinenschreibens sowie der Aufbau und die Pflege der Schreibmaschine vermittelt.

Wir beginnen mit der Grundstellung der Finger und erlernen die Grifffolgen zu den Buchstaben für Groß- und Kleinschreibung sowie für die Zahlen und Sonderzeichen.

Kurslokal: Einhardsschule, Altbau, Eingang E
Zeit: dienstags, 18.00–19.30 Uhr
Beginn: 6.9.2005
Dauer: 15 Abende = 30 UE
Leitung: Monika Lenhart
Gebühr: 75.– €
Material: Fachbuch „Tastschreiben und neue Rechtschreibung“, Lambrich, Winklers Verlag, kann im Kurs erworben werden. (Preis ca. 12.– EUR)

52.5.01.2 Maschinenschreiben für Anfänger

Schreibmaschinenkenntnisse und die Beherrschung der Tastatur sind Voraussetzungen für jeden Computer-Anwender. In diesem Kurs werden die Grundlagen des Maschinenschreibens sowie der Aufbau und die Pflege der Schreibmaschine vermittelt.

Wir beginnen mit der Grundstellung der Finger und erlernen die Grifffolgen zu den Buchstaben für Groß- und Kleinschreibung sowie für die Zahlen und Sonderzeichen.

Kurslokal: Einhardsschule, Altbau, Eingang E
Zeit: montags, 16.00–17.30 Uhr
Beginn: 5.9.2005
Dauer: 15 Nachmittage = 30 UE
Leitung: Christine Opitz
Gebühr: 75.– €
Material: Fachbuch „Tastschreiben und neue Rechtschreibung“, Lambrich, Winklers Verlag, kann im Kurs erworben werden. (Preis ca. 12.– EUR)