

# Programmheft

## Herbst | Winter 2019

**VHS Ravensburg?**  
Schauen Sie auf  
die Rückseite!

**VHS Weingarten**

Baienfurt  
Baindt  
Berg  
Fronreute  
Schlier  
Wolpertswende







Liebe Mitbürgerinnen,  
liebe Mitbürger,

im Jahre 1919 wurde die Weimarer Republik gegründet und mit ihr fand der Wandel von der Monarchie zur Demokratie statt. Ein großes Versprechen der jungen Republik war „Bildung für alle“. Bildung sollte nicht mehr vom Stand abhängig sein, sondern für alle zugänglich, Lebenschancen sollten sich für jeden eröffnen können. In diesem Zuge wurden vor 100 Jahren auch die Volkshochschulen in Deutschland gegründet, als „Schulen der Demokratie“.

Noch immer bieten Ihnen unsere Volkshochschulen viele Möglichkeiten der Bildung, sei es nun der Spracherwerb, die politische Bildung, soziale und berufliche Kompetenzen, Kunst und Kultur oder Gesundheit. Unverändert ist auch, dass die VHS für Aktualität und Neues steht – Digitalisierung ist hier das Stichwort.

Die Volkshochschulen bieten digitale Lernangebote über die Lernplattform vhs.cloud an. Entweder kursbegleitend, im Blended-Learning-Format oder auch als reine Online-Kurse. Diese zeitlich und örtlich flexiblen Angebote zur Weiterbildung bieten v. a. auch Menschen die Chance zur Weiterbildung, die oft unregelmäßige Arbeitszeiten haben und die herkömmlichen Kursangebote mit festen Kursterminen nur schwer nutzen können.

Der Blick in die Welt zeigt uns, dass Demokratie keine Selbstverständlichkeit ist, sondern stets neu erkämpft werden muss. Seit 100 Jahren ist dies auch der Zukunftsauftrag für die Volkshochschulen.

Thomas Pätzold,  
Vorsitzender des Beirats  
der Volkshochschule Weingarten

Berthold Traub,  
1. Vorsitzender  
der Volkshochschule Ravensburg e. V.



# Zertifikat



Volkshochschulverband  
Baden-Württemberg

Die Begutachtungsstelle ZBQ bescheinigt der

## Volkshochschule Weingarten



ausweislich der vorgelegten  
Dokumentation ein regelgerechtes  
Qualitätsmanagement  
und verleiht ihr das

### **Qualitätszertifikat ZBQ.**

Dieses Zertifikat verliert seine Gültigkeit nach drei  
Jahren. Die umseitigen Regeln des Prozessmodells  
der Qualitätsentwicklung sind Bestandteil des  
Zertifikats.

Leinfelden-Echterdingen, den 28. September 2017

Prof. Dr. H. G. Ebner

Dr. D. Engels

Dr. H. Huba

H. Kurz

K. Reichert

T. Sommerfeld

Prof. Dr. N. Vogel



**Neues Logo und Leitbild**

Die VHS Weingarten hat ein neues Logo. Es ist eine Kombination aus dem bisherigen Logo, welches die Zugehörigkeit zum Kulturkreis Weingarten kenntlich macht und dem Logo des Deutschen Volkshochschul-Verbands. Damit zeigt sich zukünftig auch die Zugehörigkeit zur bundesweiten VHS-Familie. Zugleich hat die VHS auch Ihr Leitbild verabschiedet. Dieses finden Sie auf Seite 8.

**Digital erweiterte Lernwelten**

Die Digitalisierung des Lebens und des Lernens schlägt sich auch im Programm der VHS Weingarten nieder. Wir bieten digitale Lernangebote u. a. über die Lernplattform vhs.cloud an. Entweder kursbegleitend, als „Flipped Classroom“, im Blended-Learning-Format oder auch als reine Online-Kurse. Des Weiteren finden alle Xpert Business-Kurse als Webinare statt. Online-Kurse und Webinare sind zeitlich und örtlich flexible Angebote. Sie richten sich insbesondere an Teilnehmer/innen, welche die herkömmlichen Kursangebote mit festen Kursterminen nur schwer nutzen können.

Folgende digitale erweiterte Lernangebote bietet die VHS Weingarten in diesem Semester an:

**Aus dem Bereich Politik-Gesellschaft-Umwelt:**

- Smart Democracy „Letzte Rettung fürs Klima? Hinter den Kulissen des Weltklimagipfels“ – in Kooperation mit dem WWF (P1043-011), 11.12.2019

**Aus dem Bereich Sprachen**

- Italienische Lektüren GER A2 (P4091-071), 18.09. - 18.12.19
- Italienische GER A2 (P4091-081), 17.09. - 17.12.19
- A voi la parola – Konversationskurs Italienisch A2/B1 (P4092-011), 20.09.19 - 17.01.2020
- Italienisch: Grammatik Pur A2/B1
- Spanisch mit Vorkenntnissen A2 (P4221-041), 18.09.19 - 11.12.19
- Spanisch mit Vorkenntnissen A2 (P4221-051), 16.09.19 - 09.12.19

**Aus dem Bereich EDV/VHS Business-Fit im Berufsleben**

- Microsoft Excel 2007-2019 (P5022-031), 12.11 - 26.11.19
- Visualisieren mit Microsoft Power Point (P5023-011), 15.01. - 29.01.20
- Online-Kurse zu Word, Excel, In Design CC und Wordpress
- Alle Xpert Business Webinare (kaufmännische Lehrgänge), 05.11.19 - 23.01.20

**VHS für Europa**

Das Thema Europa ist eine wesentliche Bildungsaufgabe. Es ist eine Aufgabe der Volkshochschule, möglichst vielen Menschen die historische Dimension, die Vielfalt und das Leben in Europa näher zu bringen und ihnen zu ermöglichen, europäische Solidarität zu lernen. Die

VHS eignet sich als „Schule für Europa“, weil sie für alle offen und parteipolitisch neutral ist. Die VHS Weingarten hat das wichtige Thema Europa in verschiedenen Programmbereichen aufgegriffen. Alle Veranstaltungen hierzu sind mit dem Logo „VHS für Europa“ gekennzeichnet.

- In Kooperation mit der Partnerschaftsgruppe Bron bieten wir in den Sommerferien vom 06.-09.08.19 den Sprach- und Kochkurs „Französisch mit Erlebnissen – für Anfänger mit ersten Vorkenntnissen“ (0481-001-S) an. Mit Francoise Bonnet konnten wir hierfür eine Lehrerin aus der Partnerstadt Bron gewinnen.
- „Schottische Tänze“ (P2053-01W4), 24.09.19 - 03.12.2019
- „Scottish Country Dancing (SCD)“ (P2053-02W4), 28.09.2019
- „Champagner, Sekt & Co – die Welt der Schaumweine“ (P3052-041), 06.12.2019
- „Whiskyseminar für Fans“ (P3053-001), 17.01.2020
- Übungsabend „Französische Lebensart“ – in Kooperation mit der Partnerschaftsgruppe Bron (P4081-001), 30.01.20

**VHS International**

In diesem Semester blickt die VHS Weingarten mehrfach über die Grenzen von Kontinentaleuropa hinaus. Im Bereich Politik, Gesellschaft, Umwelt finden Sie erkenntnisreiche Veranstaltungen zur Menschenrechtssituation in Südostasien (P1021-011-V), zu indigenem Wissen und Leben im Amazonasgebiet (P1041-011-V) und zu den Ergebnissen des Weltklimagipfels im Dezember in Chile (P1043-011). Zudem können Sie mit uns zu den Eisbergen Grönlands reisen (Vortrag P1091-021-V). Auch kulinarisch bieten wir Ihnen internationale Erlebnisse an. Seien Sie gespannt auf die Persische Küche (P3051-011), auf asiatisches Fingerfood (P3071-021) oder auf Gewürze aus der ganzen Welt (P3051-501).

**EUREGIO**

Das Euregio-Thema im Herbstsemester 2019 lautet „Frauenpersönlichkeiten in/aus der Bodenseeregion“. Die VHS Weingarten hat hierfür die 1900 geborene Weingartener Schriftstellerin Maria Müller-Gögler ausgewählt. Oswald Burger, Leiter des Literarischen Forums Oberschwabens, stellt die Autorin am Mittwoch, 20.11.2019 vor und liest aus ihrem Werk. Die Euregio-Seminare sind gemeinsame Angebote der Volkshochschulen rund um den Bodensee aus Deutschland, Österreich, der Schweiz und Lichtenstein. Die Teilnehmer/innen haben die Gelegenheit, den gemeinsamen Natur-, Kultur- und Wirtschaftsraum zu erleben und gutnachbarschaftliche Kontakte zu knüpfen. Flyer mit den Beschreibungen aller Veranstaltungen liegen in der VHS-Geschäftsstelle aus.

**Inklusionskurse mit der IWO**

Die VHS Weingarten freut sich, auch im Herbstsemester Kurse mit ihrem Kooperationspartner IWO, den Integrations-

werkstätten Oberschwaben gGmbH anbieten zu können. Ziel dieser Kooperation ist es, Menschen mit und ohne Behinderung zusammen zu bringen und ein gemeinsames Kursangebot durchzuführen. Alle Angebote, die mit unserem Inklusionslogo versehen sind, werden solche inklusiven Kurse sein. Wir freuen uns auf Ihr Interesse und Ihre rege Teilnahme an den Kursen.

**Xpert Business**

Möchten Sie flexibel von zu Haus aus im „Home Office“ lernen und einen anerkannten Abschluss erzielen? Dann nehmen Sie an einem unserer Xpert Business Online-Kurse (Live-Webinare) teil! Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische/betriebswirtschaftliche Kompetenzen und führen Sie zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen (XB). Sie können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Nähere Informationen hierzu finden Sie in der Rubrik „Berufliche Qualifikation und Weiterbildung“.

**Inhouse-Seminare**

Die VHS Weingarten bietet Firmen, Organisationen und Verwaltungen eine Vielzahl an Themen auch als maßgeschneiderte Inhouse-Seminare an. Kommen Sie auf uns zu! Wir beraten Sie sehr gerne (Tel. 0751 560 353-17).

**Interesse am Montessori-Diplomlehrgang?**

In Kooperation mit der Deutschen Montessori-Vereinigung und dem Montessori-Studio der Pädagogischen Hochschule Weingarten setzt die VHS Weingarten ihre Erfolgsgeschichte weiter fort und startete in 2018 den nunmehr elften Montessori-Diplomlehrgang, der 2020 enden wird. Sollten Sie Interesse an einer Teilnahme am nächsten Montessori-Diplomlehrgang haben, nehmen wir Sie gerne auf unsere Interessentenliste auf.

**Newsletter**

Die VHS Weingarten informiert einmal monatlich in einem ansprechenden Newsletter über aktuelle Entwicklungen und Angebote rund um die Volkshochschule. Möchten auch Sie immer auf dem Laufenden bleiben? Dann melden Sie sich unter [www.weingarten-online.de/newsletter](http://www.weingarten-online.de/newsletter) für den Newsletter der VHS an (ganz nach unten scrollen).

**Öffentliche Verkehrsmittel**

Die VHS-Geschäftsstelle und die anderen Veranstaltungsorte der VHS sind zentral in Weingarten gelegen und gut erreichbar. Die Bushaltestelle „Post“ liegt in unmittelbarer Nähe zur VHS-Geschäftsstelle und der Touristinfo, die Haltestelle „Evang. Stadtkirche“ direkt vor den Räumen der „Bücherei“. Die Hiltrudschule und die Schule am Martinsberg erreichen Sie über die Haltestelle „Longinusbrunnen“ (Rückweg ab Haltestelle Konrad-Huber-Straße). Für Kurse in der Realschule eignen sich die Haltestellen „Schulzentrum“ oder „Charlottenplatz“.

## Programmheft Herbst / Winter 2019



volkshochschule  
weingarten

### Inhaltsverzeichnis

Vorwort	1
Qualitätszertifikat ZBQ	2
Aktuelles aus der VHS	3
Inhaltsverzeichnis	4
Unsere Veranstaltungsorte	5
Ihr VHS-Team	6
Hinweise zur Anmeldung	7
Leitbild, Kooperationspartner	8
Anmeldeformular	9
Datenschutzhinweise	10
Allgemeine Geschäftsbedingungen	11
Fahrten und Betriebsbesichtigungen	12
Studienreisen	16
Junge VHS	18
Euregio-Veranstaltung	21
Politik, Gesellschaft, Umwelt	22
Kultur und Gestalten	28
Gesundheit	38
Deutsch als Fremdsprache/Zweitsprache	54
Sprachen	61
Berufliche Qualifikation und Weiterbildung	80
Bürger in Kontakt	93

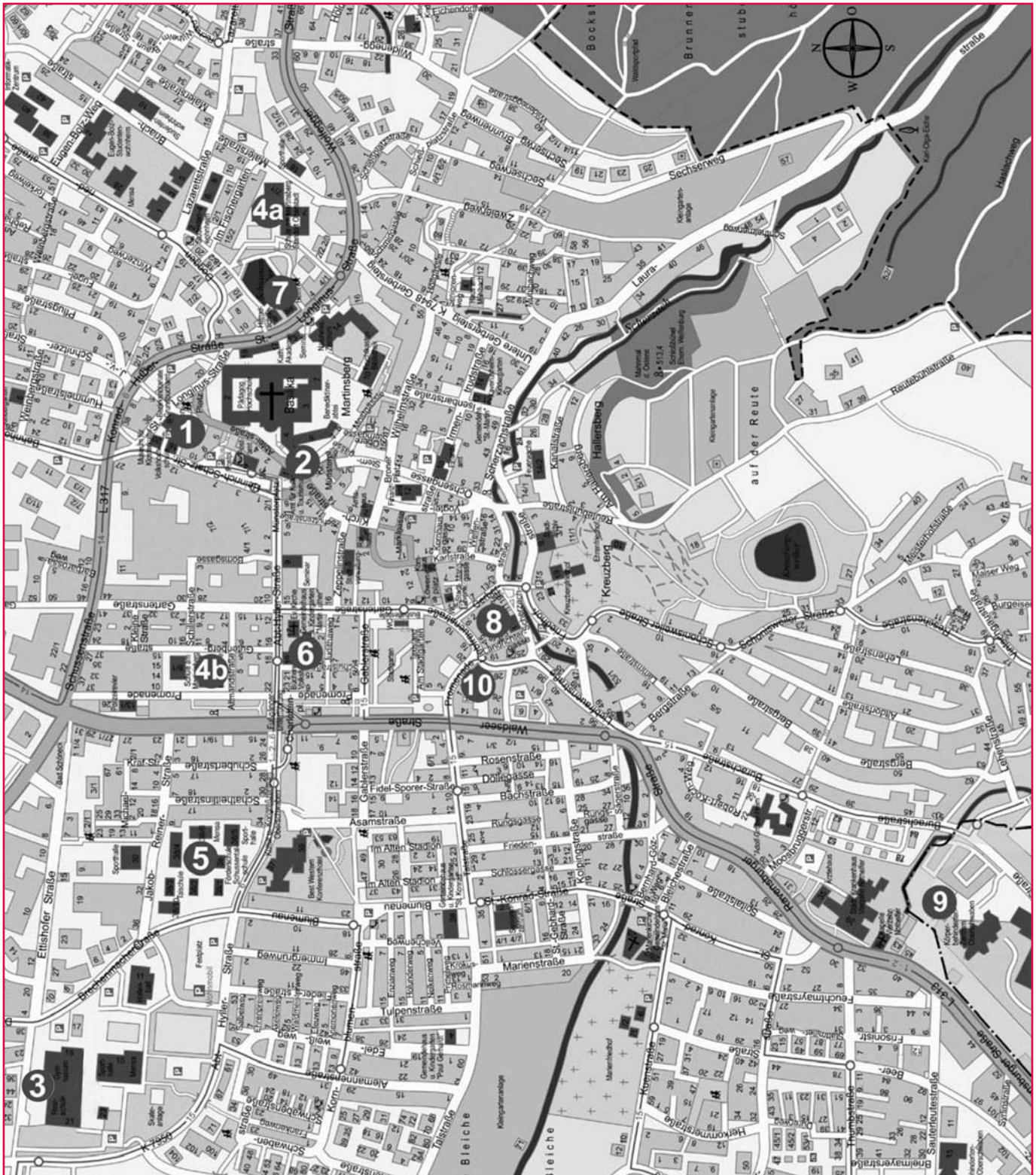
### Außenstellen

Baienfurt	94
Baindt	98
Berg	100
Fronreute	102
Schlier	105
Wolpertswende	107

Rückmeldeformular Kritik und Anregungen	79
Stichwortverzeichnis	110







### Stadtplan Weingarten (Ausschnitt) Veranstaltungsorte der VHS:

- |   |   |
|---|---|
| ① VHS-Geschäftsstelle, Heinrich-Schatz-Straße 16        | ⑥ VHS, Gebäude Bücherei, Abt-Hyller-Straße 19         |
| ② VHS, Gebäude Touristinfo, Münsterplatz 1              | ⑦ Hiltrudschule, St. Longinus-Straße 8                |
| ③ Realschule/Gymnasium, Eingang Ettishofer Straße       | ⑧ Stadtmuseum Schloßle, Scherzachstraße 1             |
| ④a Schule am Martinsberg, Malerstraße 7                 | ⑨ KBZO, Sporthalle Burachhöhe, St.-Martinus-Straße 83 |
| ④b Turnhalle an der Promenade, Promenade 8              | ⑩ Haus der Familie, Liebfrauenstraße 24               |
| ⑤ Schussentalschule und Talschule, Abt-Hyller-Straße 38 |   |



## LEITUNG VOLKSHOCHSCHULE

### N.N.

- Fremdsprachen
- VHS Business - Fit im Berufsleben
- Firmenschulungen

Telefon 0751 560 353-17

## VERWALTUNG UND ANMELDUNG

### Margit Dreher

- Buchhaltung
- Montessori-Diplomkurs
- Geopuls-Studienreisen
- Raumvermietungen

Telefon 0751 560 353-14

E-Mail [m.dreher@weingarten-online.de](mailto:m.dreher@weingarten-online.de)



## FACHBEREICHSLEITUNGEN

### Jürgen Bader Stellvertretende Leitung

- Qualitätsmanagement
- EUREGIO-Veranstaltungen
- Fahrten und Betriebsbesichtigungen
- Politik, Gesellschaft, Umwelt
- Kultur und Gestalten
- EDV / IT
- Junge VHS / VHS und Schulen

Telefon 0751 560 353-13

E-Mail [j.bader@weingarten-online.de](mailto:j.bader@weingarten-online.de)



### Silvia Halder

- Sekretariat
- Anmeldung und Auskünfte
- Weitermeldung von Kursen
- Schlüsselverwaltung
- Fundsachen
- Facility Management

Telefon 0751 560 353-10

Telefax 0751 560 35-40

E-Mail [s.halder@weingarten-online.de](mailto:s.halder@weingarten-online.de)



### Alper Gürses

bis 31.08.19 (Nachfolge stand zur Drucklegung noch nicht fest)

- Bundesfreiwilligendienst in der VHS Weingarten
- Sekretariat

Telefon 0751 560 353-15

E-Mail [a.guerses@weingarten-online.de](mailto:a.guerses@weingarten-online.de)



### Anna Geisler

- Alphabetisierung und Integration
- Deutsch als Fremdsprache
- Deutschprüfungen

Telefon 0751 560 353-12

E-Mail [a.geisler@weingarten-online.de](mailto:a.geisler@weingarten-online.de)



### Deutschberatung nach Terminvereinbarung

### Bianca Scherer

- Gesundheit und Sport
- Essen und Trinken

Telefon 0751 560 353-11

E-Mail [b.scherer@weingarten-online.de](mailto:b.scherer@weingarten-online.de)



### Eugenia Mallon

- Abrechnung Integrationskurse

E-Mail [e.mallon@weingarten-online.de](mailto:e.mallon@weingarten-online.de)



### Tobias Ganzmann

- Gesundheit und Sport
- Webseite und Facebook-Auftritt

Telefon 0751 560 353-11

E-Mail [t.ganzmann@weingarten-online.de](mailto:t.ganzmann@weingarten-online.de)



### VHS-Beirat

Vorsitzender: Thomas Pätzold,  
Realschulrektor/Staatliches Schulamt Markdorf

**Terminvereinbarungen bitte telefonisch oder per E-Mail**

## Außenstellen-Leitungen

Baienfurt:

Konstantin Hummel

Telefon 0751 4000-28

[agnes.rundel@baienfurt.de](mailto:agnes.rundel@baienfurt.de)

Baindt:

Martina Brei, Anette Hillebrand

Telefon 07502 9406-12

[info@baindt.de](mailto:info@baindt.de)

Berg:

Susanne Haudek

Telefon 0751 56084-12

[s.haudek@berg-schussental.de](mailto:s.haudek@berg-schussental.de)

Fronreute:

Evelyn Habnitt-Stohr

Telefon 07502 954-22 (-21)

[evelyn.stohr@fronreute.de](mailto:evelyn.stohr@fronreute.de)

Schlier:

Cornelia Böhme

Telefon 07529 977-48

[boehme@schlier.de](mailto:boehme@schlier.de)

Wolpertswende:

Claudia Kruspel

Telefon 07502 940-30

[c.kruspel@wolpertswende.de](mailto:c.kruspel@wolpertswende.de)



Foto: Reinhard Jakubek



volkshochschule  
weingarten

### Zusammengefasste Hinweise zur Anmeldung – siehe auch allgemeine Geschäftsbedingungen der VHS Weingarten in diesem Programmheft.

Die verfügbaren Plätze einer Veranstaltung werden in der Reihenfolge des Anmeldungseingangs belegt.

Bitte beachten Sie: **Sie erhalten keine Anmeldebestätigung!** Notieren Sie sich deshalb bitte Ihre Kurstermine. Sie erhalten nur eine Nachricht von uns, wenn alle Plätze eines Kurses bereits belegt sind, der Kurs nicht stattfindet oder sich die Kurszeit oder der Veranstaltungsort ändern.

### Bezahlung der Kursgebühr

Wir bitten um Teilnahme am SEPA-Basislastschriftverfahren. Geben Sie deshalb bitte schriftlich die genaue Kontoverbindung an. Die Abbuchung wird durch die VHS Weingarten veranlasst. Bei Rechnungszustellung wird eine Pauschale von 3,- EUR erhoben. Sollten durch fehlende oder falsche Angaben Kosten für die VHS entstehen, müssen wir diese an Sie weitergeben.

### Ermäßigung der Kursgebühr

Ermäßigungsberechtigt sind: Schüler/Schülerinnen, Kinder, Studierende, Auszubildende, freiwillig Wehr- und Zivildienstleistende, Teilnehmende am Bundesfreiwilligendienst und des freiwilligen sozialen Jahres, Alleinerziehende, kinderreiche Personen (ab 3 Kindern, für die Kindergeld bezahlt wird), Schwerbehinderte, Renter/Rentnerinnen, SGB II sowie SGB XII-Leistungsempfänger/Leistungsempfängerinnen, Mitarbeiter/Mitarbeiterinnen der Stadt Weingarten.

**Der Ermäßigungsanspruch muss bei der Anmeldung beantragt und nachgewiesen werden. Eine nachträgliche Ermäßigung ist nicht möglich.** Bei schriftlicher Anmeldung durch das Beifügen einer Kopie oder bei persönlicher Anmeldung durch die Vorlage entsprechender Nachweise (z. B. Schülerschein, Studierendenausweis, Rentenbescheid, etc.)

Die Ermäßigung beträgt 20 %. Ausgenommen sind nicht rabattierbare Veranstaltungen (ist im Kurstext vermerkt). Nicht ermäßigt werden Aufzahlungsbeträge/Staffelpreise bei Kleingruppen, gesondert ausgewiesene Materialkosten, Abbuchungs- und Aufwandpauschalen.

### Ferien und unterrichtsfreie Tage

siehe Umschlagseite 2

### Öffnungszeiten in den Schulferien

In den Schulferien finden grundsätzlich keine Kurse an der Volkshochschule statt. Ausnahmen oder spezielle Ferienkurse sind im Programm beim jeweiligen Kurs vermerkt. Einen Schulferienplan erhalten Sie gerne bei uns im Sekretariat oder auch per Post – bitte kurz anrufen.

### Rücktritt und Abmeldefristen

Eine kostenfreie Abmeldung ist bis zu 3 Werktagen vor Kursbeginn möglich. Ausgenommen sind Kurse mit Anmeldeschluss, z. B. Studienfahrten.

Die Abmeldung kann persönlich, per E-Mail, per Fax oder telefonisch bei der Geschäftsstelle zu den Öffnungszeiten erfolgen. Eine Abmeldung beim Dozenten gilt nicht als Abmeldung.

Bei Sprachkursen muss der Rücktritt spätestens 2 Werktagen nach dem 1. Kurstag erfolgen.

#### Geschäftsstelle

Heinrich-Schatz-Straße 16, 88250 Weingarten  
Telefon 0751 560 353-10, Telefax 0751 560 35-40

#### Öffnungszeiten

Montag, 8:30 bis 12:00 Uhr u.  
16:15 bis 18:15 Uhr (außerhalb der  
Schulferien)  
Dienstag, 8:30 bis 12:00 Uhr u. 14:00 bis 16:00 Uhr  
Mittwoch, 8:30 bis 12:00 Uhr  
Donnerstag, 9:00 bis 12:00 Uhr u. 14:00 bis 16:30 Uhr  
Freitag, 8:30 bis 11:30 Uhr

#### Internet

[www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

#### E-Mail

[vhs@weingarten-online.de](mailto:vhs@weingarten-online.de)

#### Bankverbindungen

Kreissparkasse Weingarten  
IBAN: DE78 6505 0110 0086 5002 70  
BIC: SOLADES1RVB  
VR Bank Ravensburg-Weingarten eG  
IBAN: DE85 6506 2577 0800 2380 01  
BIC: GENODES1RRV

**Bitte melden Sie sich vor Kursbeginn an.**

### Anmeldung



Persönlich während der Öffnungszeiten

oder



Einwurf der Anmeldung in den Briefkasten

oder



Über das Internet unter [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

oder



Telefonisch unter 0751 560 353-10  
während der Öffnungszeiten

oder



Durch Unterschrift auf dem Bogen „Weitermeldeliste“

## Leitbild der Volkshochschule Weingarten

### Unser Selbstverständnis – VHS als Partner

- Die Volkshochschule Weingarten fördert und begleitet den Prozess des lebensbegleitenden Lernens.
- Als zentrale kommunale Weiterbildungseinrichtung der Stadt Weingarten bieten wir ein qualitativ hochwertiges, vielfältiges und preiswertes Angebot für die gesamte Bevölkerung. Das Veranstaltungsangebot ist flächendeckend und umfasst neben der Stadt Weingarten auch die VHS-Außenstellen in den Gemeinden Baienfurt, Baidt, Berg, Fronreute, Schlier und Wolpertswende.
- Wir verstehen uns als verlässlicher Netzwerkpartner in der lokalen Bildungslandschaft.
- Die Volkshochschule Weingarten ist parteipolitisch und weltanschaulich neutral. Wir arbeiten unabhängig von Gruppeninteressen und treten ein für die freie und gleichberechtigte Entfaltung der Menschen in Wertschätzung ihrer Unterschiedlichkeit hinsichtlich besonderer Bedürfnisse, Geschlecht, sexueller Orientierung, Herkunft, Alter, Behinderung, Konfession und Weltanschauung.
- Uns ist wichtig, dass unsere Teilnehmenden Freude am Lernen haben und die Kurse und ihren Lernprozess aktiv mitgestalten.
- Mit unseren Dozentinnen und Dozenten pflegen wir einen kooperativen und wertschätzenden Umgang.
- Wir wirtschaften verantwortungsbewusst mit öffentlichen Mitteln.

### Unser Angebot

- Die Verwirklichung guter Bildungsangebote ist für uns und unsere Dozentinnen und Dozenten das zentrale Ziel. Lernerfolg und Zufriedenheit der Teilnehmenden sind hierfür unser Maßstab.
- Unsere Bildungsangebote verknüpfen bewährte und moderne Methoden in sinnvoller und angemessener Weise.
- Die Interessen der Teilnehmenden finden im Rahmen der Kursgestaltung Berücksichtigung.
- Unsere Angebote bieten den Teilnehmenden Möglichkeiten zur Weiterentwicklung der Persönlichkeit, zum Erwerb von Qualifikationen für Alltag und Beruf, zur Teilhabe am sozialen, politischen und kulturellen Leben, zur Verständigung von Menschen verschiedener Herkunft und Kulturen, zur Förderung von Kommunikation, Kreativität und Gesundheit.

### Unsere Kundenorientierung

- Als Kundinnen und Kunden verstehen wir alle Personen und Institutionen, mit denen die Volkshochschule Weingarten zusammen arbeitet, also Teilnehmerinnen und Teilnehmer, Interessentinnen und Interessenten an den Beratungsangeboten, Dozentinnen und Dozenten, Auftraggeber für Inhouse-Veranstaltungen und Kooperationspartner.
- Unser Umgang mit Kundinnen und Kunden ist wertschätzend und freundlich, unsere Beratung individuell und kompetent. Wir arbeiten nach den Grundsätzen der guten Erreichbarkeit, der Förderung des Austauschs und des sozialen Miteinanders, zeitgemäßen und erwachsenengerechten Lernbedingungen und der Offenheit gegenüber neuen Ideen und gesellschaftlichen Entwicklungen.

## Unsere Kooperationspartner



Bildung braucht Partner. Für die VHS Weingarten ist eine gute kommunale und regionale Vernetzung sehr wichtig. Um ein qualitativ hochwertiges und bedarfsgerechtes Angebot für alle Bevölkerungsgruppen bieten zu können, bündelt die VHS Weingarten ihre Kompetenzen und Ressourcen und arbeitet eng mit unterschiedlichen Institutionen zusammen. Die VHS Weingarten bedankt sich bei allen Kooperationspartnern und freut sich auf die weitere Zusammenarbeit mit ihnen. Im Einzelnen sind dies:



Akademie der Diözese Rottenburg-Stuttgart, BAMF, Bücherei Weingarten, Caritas Bodensee-Oberschwaben, CJD Bodensee-Oberschwaben, Denkstättenkuratorium NS-Dokumentation Oberschwaben, Deutsche Montessori Vereinigung, Donner & Partner, Engagement Global, Familientreff Weingarten, Freundeskreis Mantua-Weingarten, Friedrich-Naumann-Stiftung für die Freiheit, Geopuls Studienreisen, Gymnasium Weingarten, Hochschule Ravensburg-Weingarten, Integrations-Werkstätten Oberschwaben gGmbH (IWO), Körperbehinderten Zentrum Oberschwaben (KBZO), Kulturzentrum Linse, Museum für Klosterkultur, Pädagogische Hochschule Weingarten, Partnerschaftsgruppe Bron-Weingarten, Realschule Weingarten, Schule am Martinsberg, telc GmbH-Sprach-testanbieter, Stadtmarketing, Studentenwerk Weiße Rose, VHS Aulendorf, VHS Friedrichshafen, VHS Ravensburg, VHS Bad Waldsee, Volkshochschulverband Baden-Württemberg



**DATENSCHUTZHINWEISE**

Die Datenschutzhinweise der VHS Weingarten (siehe Rückseite) gemäß der EU-Datenschutzgrundverordnung sind mir bekannt und akzeptiere ich.

\_\_\_\_\_  
\* Name / Vorname

\_\_\_\_\_  
\* Datum / Unterschrift

**Anmeldung VHS Weingarten**

**ANMELDEHINWEISE** (Auszug aus den allgemeinen Geschäftsbedingungen)

- Die VHS Weingarten verschickt keine Anmeldebestätigung. Nur bei Änderung, Kursausfall oder Nichtberücksichtigung werden Sie benachrichtigt (s. AGB, Punkt 3).
- Wir bitten um Teilnahme am SEPA-Basislastschriftverfahren. In Ausnahmefällen ist eine Rechnungsstellung möglich. Zzgl. Pauschale von 3,00 EUR (s. AGB, Punkt 4).
- Die Gebührenermäßigung beträgt 20% für bestimmte Personengruppen und Kurse (s. AGB, Punkt 6).
- Ein gebührenfreier Rücktritt ist bis zu 3 Werktagen vor Kursbeginn möglich. Bei Sprachkursen muss der Rücktritt spätestens 2 Werktage nach dem 1. Kurstag erfolgen. Danach ist keine Rückerstattung der Kursgebühren möglich (s. AGB, Punkt 9).
- Programmänderungen gegenüber den Angaben im Programmheft und im Internet bleiben vorbehalten (s. AGB, Punkt 12).

**VHS Weingarten**  
**Heinrich-Schatz-Straße 16**  
**88250 Weingarten**

Tel. 0751 560 353-10, Fax 0751 560 35-40  
vhs@weingarten-online.de  
www.vhs-weingarten.de

\_\_\_\_\_  
Kurs-Nr.

\_\_\_\_\_  
Kurs-Nr.

\_\_\_\_\_  
Kurs-Nr.

*Hinweis gemäß der EU-Datenschutzgrundverordnung (siehe Datenschutzhinweise):  
Mit \* gekennzeichnete Felder sind zwingende Angaben. Alle nicht gekennzeichneten Felder sind freiwillige Angaben.*

\_\_\_\_\_  
\* Name

\_\_\_\_\_  
\* Vorname

\_\_\_\_\_  
\* Straße / Hausnummer

\_\_\_\_\_  
\* PLZ / Wohnort

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
Mobilnummer

\*       Geburtsjahr

\_\_\_\_\_  
\* E-Mail

weiblich  männlich

Ich bin damit einverstanden, von der VHS Weingarten regelmäßig (max. 2x pro Monat) über Neuigkeiten und Angebote per Newsletter informiert zu werden. Ich kann diese Einwilligung mit Wirkung für die Zukunft jederzeit widerrufen.

Ich stelle einen Antrag auf Ermäßigung

Nachweis lege ich in Kopie bei

Nachweis liegt der VHS Weingarten bereits vor

Ich bezahle (In Ausnahmefällen ist eine Rechnungsstellung möglich. Zzgl. Pauschale von 3,00 EUR)

Sepa-Basislastschriftmandat

Rechnung

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS Weingarten sind mir bekannt und akzeptiere ich.

\_\_\_\_\_  
\* Datum / Unterschrift

<b>SEPA-BASISLASTSCHRIFTMANDAT</b>	
IBAN	BIC
<input type="text"/>	<input type="text"/>
_____ * Name des Kontoinhabers/der Kontoinhaberin	_____ * Vorname
_____ * Straße / Hausnummer	_____ * PLZ / Wohnort
<p>Ich ermächtige die VHS Weingarten, für diese(n) Kurs(e) und nachfolgende Kursanmeldungen Zahlungen von meinem Konto mittels SEPA-Basislastschriftmandat einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Weingarten auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Dieses SEPA-Basislastschriftmandat gilt für einen Zeitraum von drei Jahren, kann aber jederzeit widerrufen werden. Gläubiger-ID der Stadt Weingarten: <b>DE61WGT00000694652.</b></p>	
_____ * Datum / Unterschrift des Kontoinhabers/der Kontoinhaberin	

## Datenschutzhinweise der VHS Weingarten gemäß der EU-Datenschutzgrundverordnung:

### Verantwortlicher für den Datenschutz

Stadt Weingarten  
Oberbürgermeister Markus Ewald  
Kirchstraße 1, 88250 Weingarten

### Kursanmeldung – Wofür verarbeiten wir Ihre Daten?

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, E-Mail, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z. B. Kinderkurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des/der Kontoinhabers/-inhaberin können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift. In diesem Fall erfolgt die Zahlung des Kursbeitrages nach Rechnungsstellung.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

### Informationen zum VHS-Angebot

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeeinblendungen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre Emailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z. B. Brief, Email) mitteilen.

### Weitergabe Ihrer Daten an Dritte

Wir geben Ihren Namen, Emailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den/die jeweiligen Kursleiter/in zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z. B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Daten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, wird das Sachgebiet Mahnwesen der Stadt Weingarten automatisch mit der Herbeiführung der Forderungsbegleichung beauftragt. Zur Einleitung weiterer Vollstreckungsmaßnahmen behalten wir uns gegebenenfalls vor, Ihre Daten an das Amtsgericht Ravensburg weiterzuleiten.

### Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS Weingarten die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent/in oder Kursteilnehmer/in zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

### Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrages bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

### Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS Weingarten gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Unsere Datenschutzbeauftragten erreichen Sie unter:  
**Email: [datenschutzbeauftragter@weingarten-online.de](mailto:datenschutzbeauftragter@weingarten-online.de)**

**1. Anmeldung**

Zu allen Veranstaltungen ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs wirksam. Unverbindliche Reservierungen sind nicht möglich. Die Anmeldung erfolgt:

- Schriftlich (Formulare finden Sie im VHS Programmheft oder in der Geschäftsstelle). Bei Neukunden/Neukundinnen, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung sowie eine Einwilligung zu den Datenschutzhinweisen gemäß der EU-Datenschutzgrundverordnung. Des Weiteren benötigen wir eine Mandatserteilung zur Abbuchung der Kursgebühren im Rahmen des SEPA-Basislastschriftverfahrens.
- Online über die Homepage der VHS Weingarten unter [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de). Hierzu ist das dort hinterlegte Anmeldeformular mit SEPA-Basislastschriftmandat auszufüllen und im Original an die VHS zurückzuschicken.
- Telefonisch, wenn Sie bereits Kunde/Kundin sind. Bei Neukunden/Neukundinnen benötigen wir eine schriftliche Anmeldung sowie eine Einwilligung zu den Datenschutzhinweisen gemäß der EU-Datenschutzgrundverordnung. Des Weiteren benötigen wir eine Mandatserteilung zur Abbuchung der Kursgebühren im Rahmen des SEPA-Basislastschriftverfahrens.
- Durch Unterschrift auf dem Bogen „Anmeldung zum Nachfolgesemester (Weitermeldeliste)“.
- Durch unangemeldete Teilnahme an einer Veranstaltung. Eine nachträgliche Anmeldung unter Angabe der erforderlichen Daten hat unverzüglich zu erfolgen. Jede Form der Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur vollen Entgeltzahlung.

**2. Außenstellen**

Anmeldungen für die Kurse der Außenstellen können bei der VHS Weingarten und bei allen Außenstellen vorgenommen werden.

**3. Anmeldebestätigung**

Die VHS Weingarten verschickt keine Anmeldebestätigungen. Die Veranstaltung findet statt, wenn Sie keine Nachricht erhalten. Nur bei Änderung, Kursabsage oder Nichtberücksichtigung wegen Überbelegung werden Sie benachrichtigt.

**4. Zahlung**

Wir bitten um Teilnahme am SEPA-Basislastschriftverfahren. Die Abbuchung wird durch die VHS veranlasst. In Ausnahmefällen ist eine Rechnungsstellung möglich. Hierfür wird eine Pauschale in Höhe von 3,- EUR erhoben. Abweichende Regelungen zu Anmeldung und Zahlung entnehmen Sie bitte dem Kurstext. Zahlungsverzug, Rücklastschrift etc. berechtigen die Volkshochschule zum Rücktritt und zur Berechnung von Schadensersatz.

**5. Gebühren und Materialkosten**

Die Gebühren sind in der Honorar-Gebührenordnung der Volkshochschulen Ravensburg und Weingarten geregelt. Die Gebühren für alle Veranstaltungen (Kurse, Seminare etc.) finden Sie unter dem Kurstext jeweils ausdrücklich angegeben. Die Kosten für Unterrichtsmaterial sind grundsätzlich von den Teilnehmenden aufzubringen. Die Anmeldung zu einem Kurs, für den im Programmheft explizit ausgewiesene Material-, Modell- oder Lebensmittelkosten anfallen, verpflichtet zur Bezahlung dieser Kosten. Diese sind entweder ausgewiesen, der Kursgebühr aufgeschlagen und werden mit abgebucht oder werden von der Kursleitung eingesammelt.

**6. Gebührenermäßigung**

Ermäßigungsberechtigt sind: Schüler/Schülerinnen, Kinder, Studierende, Auszubildende,

freiwillig Wehr- und Zivildienstleistende, Teilnehmende am Bundesfreiwilligendienst und des freiwilligen sozialen Jahres, Alleinerziehende, kinderreiche Personen (ab 3 Kindern, für die Kindergeld bezahlt wird), Schwerbehinderte, Rentner/Rentnerinnen, SGB II sowie SGB XII-Leistungsempfänger/Leistungsempfängerinnen, Mitarbeiter/Mitarbeiterinnen der Stadt Weingarten.

Der Ermäßigungsanspruch muss bei der Anmeldung beantragt und nachgewiesen werden. Bei schriftlicher Anmeldung durch das Beifügen einer Kopie oder bei persönlicher Anmeldung durch die Vorlage entsprechender Nachweise (z. B. Schülerschein, Studierendenausweis, Rentenbescheid etc.)

Die Ermäßigung beträgt 20 %. Ausgenommen sind nicht rabattierbare Veranstaltungen (ist im Kurstext vermerkt).

Nicht ermäßigt werden Aufzahlungsbeträge/Staffelpreise bei Kleingruppen, gesondert ausgewiesene Materialkosten, Abbuchungs- und Aufwandspauschalen.

Bei Kursen, die sich speziell an Gruppen richten, welche ermäßigungsberechtigt sind (z. B. Kinderkurse), ist bereits der ermäßigte Kurspreis angegeben. Eine weitergehende Ermäßigung ist nicht möglich. Bei Vorliegen mehrerer Ermäßigungstatbestände für eine Person wird nur eine Ermäßigung gewährt. Die Ermäßigung entfällt ebenfalls generell für Kleingruppenkurse des Sprachbereichs.

**7. Teilnahmebescheinigung**

Eine Teilnahmebescheinigung kann auf Wunsch ausgestellt werden. Hierfür kann eine Gebühr erhoben werden.

**8. Mindestteilnehmerzahl**

Die Mindestteilnehmerzahl variiert bei allen Kursen, Seminaren, Vorträgen und Studienfahrten und ist daher explizit am Ende des Kurstextes angegeben.

Bei Standard-Sprachkursen gibt es eine Differenzierung der Gebühr ab 7 Teilnehmenden, bei 6 Teilnehmenden und bei 5 Teilnehmenden. Die Staffelpreise sind bei jedem Kurs im Programm ausgewiesen. Bei 5 und 6 Teilnehmenden (Kleingruppe) ist eine Ermäßigung nicht möglich. Nach dem zweiten Kursabend kann die Gebühr für die Fremdsprachenkurse aus verwaltungstechnischen Gründen nicht mehr geändert werden.

Es besteht darüber hinaus grundsätzlich die Möglichkeit nach Rücksprache mit der VHS-Leitung, VHS-Espresso-Gruppen (Minigruppen mit 1 bis 4 Teilnehmenden) einzurichten.

**9. Rücktritt**

Die VHS kann wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall der Kursleitung oder aus anderen Gründen vom Vertrag zurücktreten. In diesen Fällen werden bereits erhobene Gebühren voll erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen die VHS sind ausgeschlossen. Ein Rücktritt des/der Teilnehmenden ist nur bis 3 Werktage vor Kursbeginn möglich. Die Abmeldung muss persönlich, schriftlich, per Fax, per E-Mail oder telefonisch bei der VHS Geschäftsstelle erfolgen. Absagen bei der Kursleitung oder das einfache Fernbleiben genügen nicht, da ansonsten die volle Kursgebühr fällig wird. Bei Abmeldung nach dem o. g. Fristen kann keine Entgelt Rückerstattung erfolgen. Abweichende Regelungen werden im Kurstext angegeben. Es gelten die angegebenen Anmelde- und Rücktrittsbedingungen. Ein Rücktritt wegen Änderung des Veranstaltungsortes oder Wechsel der Kursleitung ist nicht möglich. Kursgebühren können auch im Krankheitsfall der/des Teilnehmenden nicht erstattet werden, auch nicht anteilig. Bei Sprachkursen muss der Rücktritt spätestens 2 Werktage nach dem 1. Kurstag erfolgen.

**10. Hausordnung**

Die Hausordnung der Kursräume muss eingehalten werden. Innerhalb aller Kursräume, Gebäude und des Schulgeländes besteht Rauchverbot.

**11. Haftung und allgemeine Hinweise**

Die Haftung der Volkshochschule beschränkt sich auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz. Eine Haftung für fremdes Verschulden gemäß §§ 276, 278 BGB ist ausgeschlossen, soweit keine gesetzlichen Vorschriften dem entgegenstehen. Die Teilnehmenden sind verpflichtet, alles ihm Zumutbare zu tun, um zu einer Behebung von Störungen beizutragen und gegebenenfalls entstehende Schäden so gering wie möglich zu halten. Für Unfälle während der Veranstaltung und auf dem Weg zum oder vom Veranstaltungsort sowie für den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen aller Art übernimmt die Volkshochschule gegenüber den Teilnehmenden keinerlei Haftung. Beim Besuch von Veranstaltungen, die mit körperlicher Übung oder Anstrengung verbunden sind, setzt die Volkshochschule eine vorhergehende ärztliche Untersuchung voraus. Abweichende Regelungen bedürfen der schriftlichen Vereinbarung mit der Geschäftsleitung. Persönliche Daten werden – soweit für unsere Aufgabenstellung erforderlich – gemäß der EU-Datenschutzgrundverordnung (siehe Hinweise zum Datenschutz) gespeichert. Sollte ein Teil des Vertragswerkes nicht gültig sein, trifft dies nicht den Gesamtvertrag. Abweichend ausgehandelte Ergebnisse oder zusätzliche Vereinbarungen sind nur gültig, wenn sie schriftlich vereinbart worden sind. Während der Schulferien finden im Allgemeinen keine Kurse statt. Ausnahmen oder spezielle Ferienkurse sind im Programm beim jeweiligen Kurs vermerkt. Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen im Juli 2018 verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.

**12. Beginn und Ende der Aufsichtspflicht**

Die VHS Weingarten übt eine Dienstaufsicht für Kinder/Jugendliche, wie sie z. B. bei Kindergärten und Schulen Pflicht ist, nicht aus. Die Aufsicht als reine Organisationsaufsicht findet während der Kurszeiten im Kursraum und für die Gänge zur Toilette statt. Die Erziehungsberechtigten sind für Bringen und Holen selbst zuständig. Für alle Teilnehmenden unter 18 Jahren gilt, dass sie den Anweisungen der Kursleitung nachkommen und sich nicht ohne Abmeldung bei der Kursleitung vom Veranstaltungsort entfernen.

**13. Programmänderungen**

Änderungen gegenüber den Angaben im Programmheft und im Internet wie Beginn, Wochentag, Uhrzeit, Ort, Kursleitung bleiben vorbehalten. Bei Verhinderung der Kursleitung werden Sie unter Umständen erst bei Veranstaltungsbeginn informiert. Werden durch Krankheit einer Lehrkraft, Nichtverfügbarkeit des Unterrichtsraumes oder durch technische Probleme Termine verschoben und diese zu einem späteren Zeitpunkt nachgeholt, besteht kein Anspruch auf Erstattung der Gebühren.

**14. Studienfahrten/-reisen**

Für Studienreisen gelten spezielle Geschäftsbedingungen des jeweiligen Reiseveranstalters. Die Volkshochschule tritt in der Regel nur als Vermittler auf. Im Falle eines Rücktritts nach Verstreichen der Anmeldefrist fallen Kosten an. Wird eine Ersatzperson gefunden, ist eine Aufwandspauschale in Höhe von 5,- Euro zu entrichten. Ist das nicht der Fall, wird der Fahrpreis in voller Höhe fällig. Die Volkshochschule rät dringend zum Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung.

(Stand ab 2/2018)



## Studienfahrten und Exkursionen

Hier finden Sie sämtliche Studienfahrten und Exkursionen der VHS Weingarten auf einen Blick. Für unsere Planung ist es wichtig, dass Sie die Anmeldefristen beachten.

Die angegebenen Preise sind Circa-Preise, die noch variieren, da die endgültige Gebühr von der Anzahl der Teilnehmenden abhängt.

Sie erhalten eine Woche vor der Fahrt noch einen gesonderten Brief mit detaillierten Informationen zum Abfahrtsort, der Abfahrtszeit und zum Tagesablauf. Durchgeführt werden die Fahrten mit Busunternehmen der Region.

## Betriebsbesichtigungen

Bitte entnehmen Sie dem Informationstext die Anmeldefrist und die Regelung der Anfahrt zu den Betrieben.

auch der Besuch der Basilika St. Lorenz auf dem Programm, die als erste große Kirche im Süddeutschen nach dem Dreißigjährigen Krieg gilt.

Anmeldeschluss: 13.09.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich. Die Fahrt wird von der Firma Wegis Reisen, 88697 Bermatingen/Ahausen durchgeführt.

Abfahrt Ravensburg, Haltestelle Frauentor Fahrtrichtung Weingarten: 08:00 Uhr  
Abfahrt Weingarten, Festplatz: 08:10 Uhr

22 – 48 Personen  
Samstag, 12.10.2019, 08:00 - 18:00 Uhr  
Ausgewiesene Preise jeweils inkl. Fahrt, Eintritt Residenz Kempten und Führungen, keine Ermäßigung  
48,50 EUR  
(gültig bei 22-30 Teilnehmenden)  
42,00 EUR  
(gültig bei 31-40 Teilnehmenden)  
36,50 EUR (gültig ab 41 Teilnehmenden)

zeichnungen und Radierungen reicht. Ergänzend zu den Exponaten der Sonderausstellung werden ausgewählte Kunstwerke der Staatsgalerie die kulturgeschichtlichen Zusammenhänge des 17. und 18. Jahrhunderts nachmittags weiter veranschaulichen. Für diese zusätzliche Führung durch die Ständige Sammlung stehen maximal 25 Plätze zur Verfügung.

Anmeldeschluss: 18.10.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich. Die Fahrt wird von der Firma Omnibus Grabherr, 88289 Waldburg durchgeführt.

Abfahrt Ravensburg, Haltestelle Frauentor Fahrtrichtung Weingarten: 07:15 Uhr  
Abfahrt Weingarten, Festplatz: 07:25 Uhr

22 – 49 Personen  
Samstag, 16.11.2019, 07:15 - 19:00 Uhr  
Ausgewiesene Preise jeweils inkl. Fahrt, Eintritt Staatsgalerie Stuttgart und Führung, keine Ermäßigung  
54,80 EUR  
(gültig bei 22-30 Teilnehmenden)  
48,70 EUR  
(gültig bei 31-40 Teilnehmenden)  
43,00 EUR (gültig ab 41 Teilnehmenden)

## Kunsthfahrten



© Bayerische Schlösserverwaltung  
www.schloesser.bayern.de

### Nr. P2062-011-R **NEU** **Kempten: Metropole des Allgäus**

Rainer Michael Hepp

Das im Südwesten Bayerns gelegene Kempten darf auf eine mehr als 2000-jährige Geschichte zurückblicken. Aus der alten Römerstadt „Cambodunum“ entwickelte sich im Mittelalter eine bedeutende freie Reichsstadt, deren Bürger zunehmend in Konflikt mit den Fürst-äbten Kemptens gerieten. Auf den Spuren dieser spannenden Vergangenheit werden sich die Exkursionsteilnehmer bewegen, wenn sie die Residenz der Fürst-äbte in den Räumlichkeiten des 1803 aufgelösten Benediktinerklosters besichtigen. Im Laufe einer ergänzenden Stadtführung können die stattlichen Patrizierhäuser entlang der ehemaligen Marktstraße mit dem repräsentativen Rathausplatz bestaunt werden. Natürlich steht



Giovanni Battista Tiepolo, *Ruhe auf der Flucht nach Ägypten*, ca. 1762/70, Öl auf Leinwand, Staatsgalerie Stuttgart

### Nr. P2061-011-R **NEU** **Kunsthfahrt Staatsgalerie Stuttgart**

**Tiepolo: Der beste Maler Venedigs**

Rainer Michael Hepp

Als gebürtiger Venezianer steigt Tiepolo (1696-1770) zu einem der bedeutendsten Künstler des 18. Jahrhunderts auf, dessen Werke die Zeitgenossen nicht nur in Italien begeistern, sondern vor allem auch in Würzburg, wo er mit der Ausmalung des Treppenhauses der füstbischöflichen Residenz wohl sein legendärstes Werk erschafft. Anlässlich seines 250. Todestages widmet die Stuttgarter Staatsgalerie Tiepolo eine große Ausstellung, bei der hochgradige Werke aus dem eigenen Bestand im Kontext kostbarer internationaler Leihgaben aus Europa und Übersee gezeigt werden. Erstmals im deutschsprachigen Raum kann dabei ein Blick auf die Vielfalt von Tiepolos Schaffen geworfen werden, die von Gemälden zu Mythologie und Geschichte über dramatisch religiöse Bilder bis hin zu Karika-

### Nr. P2062-021-R **NEU** **Weihnachtskunstfahrt nach Maria Einsiedeln und Bischofszell**

Angelika Hermann

Auf unserer Weihnachtsfahrt können Sie in diesem Jahr gleich zwei Weihnachtsmärkte in der Schweiz erleben. Am Vormittag geht es nach Maria Einsiedeln, schon im Mittelalter einer der bedeutendsten Wallfahrtsorte ganz Europas. Wir erhalten eine Führung in der Stiftsbibliothek, anschließend in der berühmten Kirche der Brüder Asam und man kann über Mittag bereits den Weihnachtsmarkt genießen.

Am frühen Nachmittag sehen wir noch den großen Saal des Klosters, dann geht es weiter in das zauberhafte alte Städtchen Bischofszell, wo in der „blauen Stunde“ Altstadtflair und Weihnachtsmarkt erlebt werden kann. Große Kunst und viele Schönheiten sind zu sehen.



Anmeldeschluss: 25.10.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich. Die Fahrt wird von der Firma Omnibus Grabherr, 88289 Waldburg durchgeführt.

Abfahrt Weingarten, Festplatz: 06:15 Uhr  
Abfahrt Ravensburg, Haltestelle Frauentor Fahrtrichtung Bahnhof: 06:25 Uhr

22 – 49 Personen  
 Samstag, 30.11.2019, 06:15 - 19:15 Uhr  
 Ausgewiesene Preise jeweils inkl. Fahrt, Führung Stiftsbibliothek Einsiedeln, Kirchenführung und Eintritt Großer Klostersaal, keine Ermäßigung  
 58,50 EUR  
 (gültig bei 22-30 Teilnehmenden)  
 49,00 EUR  
 (gültig bei 31-40 Teilnehmenden)  
 42,00 EUR (gültig ab 41 Teilnehmenden)

### Opern- und Ballettfahrten

NEU

#### Oper: „Die verkaufte Braut“ von Bedřich Smetana

Nationaltheater München

Rainer Michael Hepp

Wohl am bekanntesten dürfte Friedrich Smetana (1824-1884) durch die sinfonische Dichtung „Die Moldau“ geworden sein, wo er der Geschichte und Landschaft seiner Heimat huldigt. Als Dirigent am Prager Nationaltheater schuf Smetana aber auch zahlreiche Opern, von denen die „Verkaufte Braut“ sicherlich die populärste ist. Dies mag wohl auch daran liegen, dass das 1866 in Prag uraufgeführte Meisterwerk heiterer Opernkunst komödiantischen Witz mit typisch böhmisch-tschechischen Kolorit verbindet. Die Liebesgeschichte um Marinka und Jenik wird dabei eingekleidet in die mitreißende Klangwelt von Polkas und schwungvollen Chören mit volksliedhaft wirkenden Melodien. Der von der Kritik begeistert aufgenommenen Inszenierung am Münchner Nationaltheater gelingt es in außerordentlicher Weise, die situationskomischen Elemente des Librettos originell herauszuarbeiten. Künstlerisch und musikalisch dürfen sich die teilnehmenden Opernfreunde wieder auf einen Hochgenuss freuen.



Foto: W. Hösl

**Bitte beachten Sie:** Für diese Oper gibt es Plätze in drei Preiskategorien. Die Buskosten betragen für alle Teilnehmer 44,- EUR, die Sitzplätze werden nach der jeweiligen Preiskategorie dazu gerechnet. Bitte beachten Sie die verschiedenen Angebote bei Ihrer Anmeldung. Aufgrund der frühzeitigen Kartenvergabe durch die Bayerischen Staatstheater ist eine rechtzeitige Anmeldung unbedingt erforderlich.

Anmeldeschluss: 20.09.2019 - danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich. Die Fahrt wird von der Firma Grabherr, 88289 Waldburg durchgeführt.

Freitag, 10.01.2020, 15:00 - 00:30 Uhr  
 Ausgewiesene Preise jeweils inkl. Fahrt, Karte und Einführung, keine Ermäßigung

Nr. P2121-011-R  
 139,00 EUR (Sitzplatzkarte für 95 EUR)

Nr. P2121-021-R  
 118,00 EUR (Sitzplatzkarte für 74 EUR)

Nr. P2121-031-R  
 96,00 EUR (Sitzplatzkarte für 52 EUR)

### Betriebsbesichtigungen



Nr. P5001-011-B **NEU**  
**Hinter die Kulissen geschaut –  
 Baubetriebshof Weingarten**

**Die Organisation des Winterdienstes**

Nicholas Tagliaferri

Der Baubetriebshof führt als Regiebetrieb technische Dienstleitungen für die Stadt aus. Untergliedert ist er in die Gebiete Hochbau, Tiefbau, Gärtnerei, Kraftfahrzeug- und Gerätewerkstatt sowie das Lager. In seine Verantwortung fallen die Verkehrssicherungspflicht, die Straßenreinigung sowie der Winterdienst. Außerdem unterhält er im Auftrag der städtischen Abteilungen das Verkehrsnetz, die Grünanlagen, Spielplätze, Kanäle und Gewässer, ebenso wie die städtischen Gebäude und Einrichtungen. Zum Aufgabenbereich des Baubetriebshofs gehört auch die Unterstützung von Veranstaltungen wie Blutfreitag, Welfenfest, Stadtfest und Nikolausmarkt.

Bei der heutigen Besichtigung widmen Sie sich gemeinsam mit dem Baubetriebshofleiter Paul Schorner dem Thema Winterdienst. Wer organisiert den Winterdienst in Weingarten und wer bestimmt, wo geräumt wird? Wie sind die gesetzlichen Vorgaben und wie sieht es mit der Rechtsprechung aus? Wie unterscheiden sich „Gehweg“, „Gehweg Radfahrer frei“, „kombinierter Geh- und Radweg“ und „Radweg“ und was bedeutet dies für Anlieger? Zudem nehmen Sie natürlich die entsprechenden Gerätschaften in Augenschein.



Aufgrund der Besonderheit dieses Betriebs beachten Sie bitte folgenden Hinweis: Es kann keine Gewähr dafür übernommen werden, dass diese Be-

sichtigung auch im beschriebenen Umfang durchgeführt werden kann. Sollte aufgrund der Wetterlage der Winterdienst größtenteils im Einsatz sein, muss die Besichtigung ggf. kurzfristig abgesagt werden. Der Winterdienst hat selbstverständlich Vorrang.

Anmeldeschluss: 20.11.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.

Treffpunkt: 16:50 Uhr, Baubetriebshof, Lägerstr. 108, Weingarten. Bitte organisieren Sie Ihre Anfahrt selbst. Parkmöglichkeiten im Baubetriebshof sind vorhanden.

8 – 25 Personen  
 Dienstag, 03.12.2019, 17:00 - 19:00 Uhr  
 Lägerstr. 108,  
 Baubetriebshof Weingarten  
 6,00 EUR (keine Ermäßigung)



Foto: Parlamentsdienste

Nr. P1021-021-R **NEU**  
**Hinter die Kulissen geschaut –  
 Bundeshaus Bern und  
 Kantonspolizei Bern**

Jürgen Bader

Hinter dem Länderkürzel CH, der Confoederatio Helvetica, verbirgt sich unser Nachbarland die Schweiz. 8,4 Millionen Menschen leben derzeit zwischen Bodensee und Genfer See, Jura und Alpen. Neben einem ausgeprägten Föderalismus und vielen Elementen der direkten Demokratie, entscheiden aber auch in der Schweiz Volksvertreter aus allen Landesteilen in vier offiziellen Amtssprachen über die Politik der Eidgenossenschaft.

Aus diesem Grund führt Sie die heutige Fahrt in die Bundesstadt Bern. Zunächst verfolgen Sie zwischen 12:00 und 13:00 Uhr von der Besuchertribüne aus die Nationalratssitzung und blicken den Abgeordneten über die Schulter. Anschließend sind ein Gespräch mit einem Ratsmitglied und eine halbstündige Führung in der Kuppelhalle des Bundeshauses geplant.

Im Anschluss empfängt Sie noch die Kantonspolizei Bern in ihrer Wache am Waisenhausplatz. Bei einer Kasernenführung erhalten Sie einen Einblick in die schweizerische Polizeiarbeit.

Bitte beachten Sie, dass sich das geplante Programm aufgrund politischer Umstände auch kurzfristig ändern kann. Aufgrund der schweizerischen Parlaments-



wahlen Ende Oktober kann das Abgeordnetengespräch nicht garantiert werden. Zwischen dem Besuch im Bundeshaus und der Kantonspolizei und nach Abschluss des Programms ist aufgrund der Fahrzeit nach/von Bern keine Zeit zur freien Verfügung möglich.

Ausweisdokumente (Personalausweis oder Reisepass) sind für diese Fahrt zwingend erforderlich. Ein entsprechendes Ausweisdokument muss während des Besuchs im Bundeshaus auch hinterlegt werden.

Anmeldeschluss: 15.11.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich. Die Fahrt wird von der Firma Omnibus Müller, 88339 Bad Waldsee durchgeführt.

Abfahrt: 07:00 Uhr, Festplatz Weingarten

25 – 39 Personen  
Mittwoch, 18.12.2019, 07:00 - 21:00 Uhr  
Bundeshaus Bern (CH)  
54,90 EUR (keine Ermäßigung)



Nr. P5001-021-B **NEU**  
**Hinter die Kulissen geschaut –  
RAFI GmbH & Co. KG**

Nicholas Tagliaferri

Die RAFI GmbH & Co. KG ist mit über 1000 Mitarbeitern in Berg bei Ravensburg und 2600 Mitarbeitern in der internationalen RAFI-Gruppe einer der größten Arbeitgeber im Raum Ravensburg. Das im Jahr 1900 als „Elektrotechnisches Institut“ gegründete Unternehmen entwickelt und produziert heute elektromechanische Bauelemente wie z. B. Taster und Schalter, Bediensysteme, wie z. B. Touch Screens und Tastaturen sowie elektronische Baugruppen und Systeme für die Mensch-Maschine-Kommunikation. RAFI-Produkte werden in mehr als 30 Branchen eingesetzt, z. B. in der Elektromedizin, im Maschinenbau, in Straßen- und Schienenfahrzeugen, in Haushaltsgeräten sowie in der Telekommunikation. Im Rahmen dieser Betriebsbesichtigung lernen Sie die Geschichte und Hintergründe von RAFI kennen und erhalten außerdem in geführten Kleingruppen exklusive Einblicke in die Kunststoffspritzerei sowie in die Automaten-, System- und Elektronikproduktion.



Anmeldeschluss: 18.12.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.

Treffpunkt: 13:45 Uhr, Besucherparkplatz RAFI GmbH & Co. KG, Ravensburger Straße 128-134, 88276 Berg. Bitte organisieren Sie Ihre Anfahrt selbst.

5 – 39 Personen  
Mittwoch, 15.01.2020, 14:00 - 17:00 Uhr  
Berg, Ravensburger Straße 128-134, RAFI GmbH & Co. KG  
6,00 EUR (keine Ermäßigung)



Zweckverband Bodensee-Wasserversorgung

Nr. P5001-031-B **NEU**  
**Hinter die Kulissen geschaut –  
Zweckverband Bodensee-  
Wasserversorgung**

**Wasserwerk auf dem Sipplinger Berg**  
Jürgen Bader

Seit 60 Jahren liefert der Zweckverband Bodensee-Wasserversorgung Trinkwasser aus dem Bodensee. Insgesamt sind im Zweckverband 149 Kommunen und 34 Wasserversorgungszweckverbände zusammengeschlossen und sorgen dafür, dass etwa vier Millionen Baden-Württemberger das Wasser, das aus ihrem Hahn kommt, jederzeit bedenkenlos nutzen und genießen können. Der Bodensee ist dank seiner Größe, Tiefe, der Durchströmung und des besonderen Schutzes der ideale Trinkwasserspeicher. Das Rohwasser wird zunächst in 60 Meter Tiefe entnommen. Dort ist es rein, klar und hat ganzjährig eine gleichbleibend niedrige Temperatur von etwa 5 °C. Im Anschluss wird es in das Wasserwerk auf dem Sipplinger Berg gepumpt und tritt im Quellbecken erstmals ans Tageslicht. Faszinierend ist der Wasserausstoß, wenn mehrere tausend Liter in der Sekunde zu Tage treten. Bei der Führung im Wasserwerk Sipplinger Berg können Sie die Anlagen besichtigen. Bei dem geführten Rundgang erfahren Sie zudem, wie aus Bodenseewasser reinstes Trinkwasser entsteht.

Bitte beachten Sie, dass für die Besichtigung vorab eine Sicherheitsüberprüfung durch den Zweckverband Bodensee-Wasserversorgung durchgeführt wird. Aus diesem Grund benötigen wir bei der Anmeldung die Mitteilung Ihrer Nationalität und zwingend die Ausweisnummer.

Anmeldeschluss: 16.12.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.

Abfahrt: 14:00 Uhr, Festplatz Weingarten. Die Fahrt wird von der Firma Grabherr, 88289 Waldburg durchgeführt.

20 – 29 Personen  
Freitag, 31.01.2020, 14:00 - 18:45 Uhr  
Überlingen, Wasserwerk Sipplinger Berg  
25,50 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P5001-01W2 **NEU**  
**Verallia Deutschland AG  
in Bad Wurzach**

Die Verallia Deutschland AG ist mit ihren insgesamt 7 Werken in Deutschland, Russland und in der Ukraine Teil der unabhängigen Verallia Gruppe, die zu den drei weltweit führenden Herstellern von Glasverpackungen für Getränke und Lebensmittel gehört. Sie bietet innovative, maßgeschneiderte und umweltfreundliche Lösungen. Verallia produziert rund 16 Milliarden Flaschen und Gläser. Das Geschäftsmodell von Verallia basiert auf der Kombination der Stärke ihres internationalen Netzwerks (Produktionsstätten in 13 Ländern, Vertriebsstandorte in 45 Ländern mit 5 technischen Zentren und 12 Zentren für Produktentwicklung) und den engen Kundenbeziehungen in allen Regionen. Verallia hat einen Umsatz von 2,4 Milliarden Euro. Bei dieser Führung durch die Firma wird das komplette Herstellungsverfahren für Glasverpackungen gezeigt. Die Teilnehmer/innen sollten festes Schuhwerk tragen.

Anmeldeschluss Montag, 07.10.2019. Telefonische Anmeldungen sind im Rathaus Baienfurt bei Frau Rundel unter 0751 4000 28 möglich.

Treffpunkt auf dem Parkplatz der Firma Verallia, Oberlandstraße, Bad Wurzach.

5 – 30 Personen  
Freitag, 11.10.2019, 17:00 - 19:00 Uhr  
Bad Wurzach, Oberlandstraße, Verallia  
Bad Wurzach  
3,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Sportausflüge

### Wochenendkurs

Nr. P3001-011-R  
**Mondschein-  
Schneeschuwanderung**

Franz Ressimann

Schneeschuwandern in unberührten Winterlandschaften ist am Tag bereits ein wunderschönes Erlebnis. Eine Schneeschuwanderung in einer Mondnacht ist einfach unbeschreiblich! Tief verschneite Wälder, die Stille der Nacht und das Glitzern der Schneekristalle im Mondlicht. Ideal, um abzuschalten, die Seele baumeln zu lassen und neue Kräfte zu tanken. Schon nach wenigen Gehminuten werden sich die Augen an das Licht gewöhnen, jede künstliche Beleuchtung würde nur stören. Unterwegs wird eine Pause eingelegt, auf einer Lichtung werden einige Fackeln entzündet und Glühwein oder Früchtepunsch ohne Alkohol getrunken, bevor es weitergeht. Es ist keine spezielle, teure Ausrüstung erforderlich, sondern normale Wanderkleidung und feste hohe Wanderschuhe. Eine solide Grund-



Kondition sollten Sie allerdings schon haben, denn die Wanderung führt nicht nur durch flaches Gelände! Nähere Informationen, was sinnvollerweise mitgenommen werden sollte, erhalten Sie bei der Anmeldung. Schneeschuhe werden zur Verfügung gestellt, Stöcke bei Bedarf ebenso.

Anmeldeschluss: 07.01.2020, danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.

Treffpunkt: Busparkplatz Weingarten Festplatz – Abfahrt ans Bödele oder nach Balderschwang um 16.00 Uhr, Ankunft in Weingarten ca. 23.00 Uhr.

35 – 40 Personen  
Samstag, 08.02.2020, 16:00 - 23:30 Uhr  
39,00 EUR (keine Ermäßigung)

### Wochenendkurs

#### Nr. P3001-041-R Iglubau und -übernachtung mit Schneeschuh-trekking

Thomas Bonasera

Haben Sie schon einmal in einem Iglu übernachtet? Nein! Dann dürfen Sie auf die Plusgrade, die im Iglu herrschen, gespannt sein!

#### Programmablauf:

Der Tag beginnt mit einer Einweisung im Umgang mit dem Lawinenschütteten-Suchgerät und der Lawinensonde. Anschließend machen Sie sich mit Schneeschuhen auf den Weg. Das erste Etappenziel ist das auf 1787 Meter hoch gelegene „Riedberger Horn“. Entlang des „Riedberger-Horn-Grates“ wandern wir

ein Stück weiter, bis der geeignete Platz für die Errichtung unseres „Igludorfes“ erreicht ist. Unter professioneller Anweisung bauen Sie nun Ihr eigenes Iglu für die kommende Nacht. Nach der Anstrengung des Iglubaus wandern wir in ca. 15 Minuten zu einer nahe gelegenen Berghütte und wärmen uns bei Glühwein und einer kräftigen Mahlzeit (nicht im Preis inbegriffen) wieder auf.

Nach einem lustigen Hüttenabend geht es dann in Richtung selbstgebautes Eigenheim, wo alles für die bevorstehende Nacht vorbereitet wird. Bei einem warmen Getränk aus dem Expeditionszelt genießen wir gemeinsam die Stille und das einmalige Ambiente der winterlichen Nacht. Am nächsten Morgen genießen unsere Gäste bei einer Tasse Kaffee und einem einfachen Outdoor Frühstück den (hoffentlich) Sonnenaufgang vom warmen Iglu bzw. Expeditionszelt aus und bereiten sich für ein Schneeschuh Gipfelerlebnis vor, oder machen sich langsam wieder auf den Weg zum Treffpunkt des ersten Tages.



Ende der Tour wird gegen 14.00 Uhr sein. Sie sollten gesund sein und eine gute Fitness besitzen.

In den Kosten sind enthalten: Schneeschuhe inkl. Stöcke, Expeditionsschlafsack und Biwacksack, Lawinenschütteten-Suchgerät, Lawinensonde, Snacks und Getränke für den Anstieg, kleines Frühstück.

Bitte organisieren Sie die Anreise selbst. Treffpunkt: 8.30 Uhr Skigebiet Grasgehren bei Balderschwang, Parkplatz. Ende der Veranstaltung: Sonntag ca. 14.00 Uhr.

Anmeldeschluss: 10.01.2020 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.

8 – 12 Personen  
2 Tage, 22.02.2020, 23.02.2020  
Samstag, 08:30 - 14:00 Uhr  
Sonntag, 08:30 - 14:00 Uhr  
Grasgehren (Grasgehrenlifte)  
Riedbergpass 1, 87538 Obermaiselstein  
113,00 EUR (keine Ermäßigung)

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

Volkshochschule



Weiterbildung  
beflügelt.

# vhs



mit Geographen unterwegs

## Geopuls-Studienreisen

GEOPULS als Reiseveranstalter für alle Menschen, die gerne Reisen und etwas mehr von einem fremden Land mitbekommen möchten, wurde 2004 von Dozenten des Geographischen Instituts in Tübingen gegründet. Seitdem arbeitet Geopuls exklusiv mit der VHS zusammen. Begeisterte Geographen und Landeskundler, die Kultur und Natur eines Ziellandes bestens vermitteln können, führen Sie bei diesen Studienreisen. Ausflüge, Spaziergänge und kleine Wanderungen hinaus in die Natur gehören deshalb immer mit dazu. In jedem Fall gilt es, auch die oft übersehenen kleinen Dinge abseits der touristischen Haupttrouten nicht zu übersehen. Am besten funktioniert das in einer überschaubaren Gruppengröße, weshalb die Teilnehmerzahl für alle Reisen auf 16 oder weniger Personen begrenzt ist.

### IRAN

#### Landschaften und historische Perlen des alten Persiens

14 Tage,  
04. – 17.04 & 25.04. – 08.05.2020

GEOPULS-Reiseleitung: Dr. Harald Borger & Kazem Hamidzadeh



Minarette der Medrese-ye Chahar Baq / Isfahan

Die bedeutendsten Orte des klassischen alten Persiens erwarten Sie, aufgereiht wie an einer Perlenschnur entlang traditionsreicher Handelsrouten: Shiraz, Persepolis, Kerman, Nain und Isfahan offenbaren dem aufmerksamen Beobachter die historischen Ereignisse von den antiken Reichen der Achämeniden und Sasaniden über die islamischen Reiche bis hin zur jüngsten Vergangenheit. Die pulsierende Metropole Teheran entführt ihre Besucher in das moderne Leben einer Millionenstadt. In Qom, eines der bedeutend-

sten religiösen Zentren des schiitischen Islam dagegen, tauchen wir in eine uns unbekanntere Kultur ein, die sich nur in einheimischer Begleitung wirklich erfahren lässt. Deshalb werden Sie auf dieser Exkursion nicht nur von den Geographen Dr. Harald Borger (Termin 2), bzw. Joachim Graf (Termin 1) sondern auch vom deutschsprachig iranischen Landeskundler Kazem Hamidzadeh begleitet. Die historischen Stätten und kulturellen Zentren machen dabei einen besonderen Reiz aus – die faszinierenden Naturlandschaften stehen dem nicht nach. Von den Gebirgsketten des Zagros und Kuhrud, über Steppen und Halbwüsten bis zu den Vollwüsten Lut und Kavir, bietet diese Reise unglaublich viele und schöne Eindrücke, sowohl für den Natur- als auch für den Kulturliebhaber. Ausschreibung im Detail bitte anfordern.

*Leistungen: Flugreise ab Frankfurt, 13 Ü/HP, komplettes Exkursionsprogramm inkl. Inlandsflug, allen Fahrten, Ausflügen, Führungen, Besichtigungen und Eintrittten. Preis im DZ 2840,- EUR, EZ-Zuschlag 410,- EUR. Begrenzt auf max. 16 Teilnehmende.*

### ALBANIEN

12 Tage, 15. – 26.04.2020

Geopuls-Reiseleitung:  
Prof. Dr. Dhimitër Doka

Nach langer Abgeschlossenheit wird Albanien und dessen angrenzende Regionen heute touristisch erst ganz langsam entdeckt. Massentourismus ist ein unbekanntes Phänomen. Für den Reisenden öffnen sich teils großartige Landschaften mit einer nahezu unberührten Natur in den Albanischen Alpen, lange Sandstrände an der Adria und eine wechselvolle Geschichte bis zurück in die Antike – Albanien hat viel zu bieten!



unterwegs in Albanien

Auf unserer Route warten allein 5 UNESCO-Welterbestätten (und 3 Anwärter darauf) auf Ihren Besuch. Mit einem hervorragenden Deutsch sprechenden albanischen Geographen, der seine Heimat bis in den hintersten Winkel wie seine Westentasche kennt und mitunter auch sehr humorvoll die Eigenheiten der Region zu vermitteln weiß, wird diese Reise zu einem ganz besonderen Erlebnis. Unterkunft nehmen wir, wo möglich in hochwertigen Hotels, aber auch einmal ganz authentisch in guten Landgasthöfen und

genießen die ausgezeichnete lokale Küche. Sehr schnell wird Sie die herzliche Gastfreundschaft und lebensfrohe Art der Albaner begeistern und eventuelle Vorurteile als vollkommen unberechtigt verpuffen lassen. Die gesamte Region gilt heute als äußerst sicher. Die Route führt von der farbenprächtigen Hauptstadt Tirana über Krujë und Skodra nach Montenegro, in den Biogradska Gora Nationalpark sowie über Peja und Prizren in die Albanischen Alpen, die wir u.a. auf einer 40 km langen Bootsfahrt sehr intensiv erleben werden. In Südalbanien führt die Route u. a. nach Berat, entlang der Adria bis nach Butrint sowie über Girokastro bis nach Ohrid in Mazedonien. Ihren Abschluss findet die abwechslungsreiche Exkursion in einem schönen Strandhotel in der Hafenstadt Durres. Ausschreibung im Detail bitte anfordern.

*Leistungen: Flugreise ab Stuttgart, 11 Ü/HP, komplettes Exkursionsprogramm mit allen Ausflügen, Führungen, Besichtigungen, Eintrittten und Bootsfahrten 1990,- EUR, EZ +180,- EUR. Begrenzt auf max. 16 Teilnehmende*

### APULIEN

10 Tage, 04. – 13.05.2020

GEOPULS-Exkursionsleitung:  
M.A. Maurizio Rotolo



Castel del Monte

Apulien ist eine ganz besondere Region innerhalb Italiens. Es gilt als die am Wenigsten italienische Region des Landes. Dies liegt freilich weniger an der Kultur als am ganz andersartigen Landschaftsbild. Die Erklärung dafür ist geologischer Natur. Apulien ist, im Gegensatz zum Rest Italiens, Teil der Afrikanischen Kontinentalplatte. Es ist ein zerbrochenes Tafelland, das durch seine unterschiedlichen Höhenlagen aber zum Teil atemberaubende Landschaften hervorgebracht hat. Das Spektrum reicht von der Hochebene der Alta Murgia, die von gewaltigen Canyons durchzogen wird über sanftwellige Hügelländer, bis zu den weiten Ebenen des Salento und herrlichen Küstenabschnitten. Das Kennenlernen von Natur und Landschaft Apuliens spielt bei dieser Reise deshalb eine wichtige Rolle (kleine, gut zu bewältigende Wanderungen inklusive), genauso wie das Erleben der kulturellen Höhepunkte. Begonnen beim Castel del Monte Kaiser Friedrich II über die, nur in Apulien vorkommenden Trullibauten um Albero-



bello (UNESCO-Welterbe), bis zur weißen Barockstadt Lecce und manchem mehr. Ein Abstecher in die Nachbarregion Basilikata zum UNESCO-Welterbe Matera (Europäische Kulturhauptstadt 2019) rundet diese einmalige Reise genauso ab, wie die drei individuellen Unterkünfte. 4 Nächte auf einem schönen historischen Landgut, das heute in ein 4-Sterne Hotel inmitten von Olivenhainen umgewandelt ist, zwei Tage in einem kleinen Stadthotel inmitten der historischen Altstadt von Matera und drei weitere Tage in dem bezaubernden mittelalterlichen Meeresstädtchen Monopoli.

*Leistungen: Flugreise ab Stuttgart, 9 Ü/HP, komplettes Rundreiseprogramm mit allen Fahrten, Besichtigungen, Führungen und Eintritten. Reisepreis im DZ 2120,- EUR, EZ + 380,- EUR. Begrenzt auf max. 16 Teilnehmende*

## PORTUGAL

### Weltkulturerbe & Landschaftsräume von der Algarve bis Porto

14 Tage, 05. – 18.05.2020

Geopuls-Reiseleitung: Anabela Ferreira



Detail Azulejo-Fassade in Porto

Wer die großartigen Kulturgüter und gleichzeitig auch die beeindruckende Natur- und Landschaftsvielfalt Portugals umfassend kennen lernen möchte, trifft mit dieser Reise eine gute Wahl. Lissabon, Sintra, Evora, Tomar, Porto und Guimaraes sind nur die prominentesten kulturellen Höhepunkte mit Welterbestatus, die auf dieser Rundreise unter Leitung der berufenen Landeskundlerin und gebürtigen Portugiesin Anabela Ferreira zu genießen sind. Nicht weniger intensiv erleben Sie einige der schönsten Naturlandschaften Portugals inklusive einiger kleiner, leicht zu bewältigender, Wanderungen und Spaziergänge: die Küste der Algarve und des Atlantiks, die Flusslandschaften des Tejo und Douro (letzteres inkl. einer mehrstündigen herrlichen Schifffahrt im schönsten Flussabschnitt),

die Estremadura sowie die Gebirgsländer der Serra de Estrella, des Nationalparks Serras de Aire und des Alentejo. Die Reisezeit im Frühjahr ist im klimatisch vom Atlantik beeinflussten Portugal, ideal und das Land zeigt sich von seiner aller schönsten Seite. Ein weiteres Plus der Reise ist die kleine Gruppe, von max. 16 Personen, die eine Unterbringung inmitten der historischen Altstädte möglich macht, so dass Sie das Flair der Orte, insbesondere von Lissabon und Porto, auch wirklich hautnah und nach dem Programm auch einmal nach eigenem Belieben genießen können. Ausschreibung im Detail bitte anfordern.

*Leistungen: Flugreise ab Stuttgart, 13 Ü/HP, komplettes Rundreiseprogramm mit allen Fahrten, Besichtigungen, Führungen und Eintritten, Schifffahrt auf dem Douro. Reisepreis im DZ 2280,- EUR, EZ + 440,- EUR. Begrenzt auf max. 16 Teilnehmende*

## TAIWAN

### Das „andere, demokratische“ China

16 Tage, 11. - 24.10. 2020

GEOPULS-Reiseleitung:

Dipl.-Geographin Weihsuan Lin (Taiwan) & Dr. Harald Borger

Taiwan, das frühere Formosa, wird vom kommunistischen China bis heute als abtrünniger Teil betrachtet. Im Gegensatz zu China hat das demokratische Land bereits früh eine enorme wirtschaftliche Entwicklung durchgemacht und gehört heute zu den 30 Ländern mit dem höchsten Lebensstandard weltweit. Von den portugiesischen Kolonialherren zu recht Ilha Formosa (die schöne Insel) genannt, lockt Taiwan mit einer einzigartigen subtropischen Natur. Bereits vor 10.000 Jahren besiedelten malaio-polynesische Ureinwohner, die zu einem großen Teil immer noch in traditionellen Dörfern des Gebirges leben, die Insel. Im Mittelalter folgten Stadtgründungen der Hakka- und Fujian-Chinesen. Erst am Ende des chinesischen Bürgerkriegs entstand die heutige Mehrheit aus chinesischen Einwanderern des 20. Jahrhunderts. Mit dem Beitritt der VR China trat Taiwan 1971 aus der UNO aus. Deswegen hat Taiwan bis heute keine Einträge in der UNESCO-Welterbeliste, obwohl das Land unglaubliche Kulturgüter zu bieten hat. Auch die Naturlandschaften, darunter die atemberaubende Taro-Koschlucht, das Alishan-Gebirge und der Yangmingshan Nationalpark mit seinen Vulkanformen bieten einmalige Naturschauspiele, die wir uns nicht entgehen lassen. Die bedeutendste kunsthistorische Sammlung der gesamten chinesischen Welt, einst in der verbotenen Stadt in Peking beheimatet, befindet sich heute in Taiwan. Auf der Rundreise werden Sie deshalb nicht nur einmalige Naturräume erleben, sondern gleichermaßen eine chinesische Kultur, wie Sie heute in der VR China nicht vorhanden ist. Die Reise führt Sie von den Dörfern der Ureinwohner bis zu den modernen Metropolen, von

chinesischen Tempeln vergangener Jahrhunderte bis hin zu den Wolkenkratzern der Hauptstadt Taipei.

*Leistungen: Flugreise ab Frankfurt, 13 Ü/HP, komplettes Exkursionsprogramm mit allen Fahrten, Ausflügen, Besichtigungen, Führungen und Eintritten 3120,- EUR, EZ + 680,- EUR. Begrenzt auf max. 16 Teilnehmende*



Bishan-Tempel in Taipei



Hier finden Sie ein abwechslungsreiches Kursprogramm für die ganz Kleinen, die Größeren, für Jugendliche, Studierende und für die ganze Familie.

## Musik und Tanz

Nr. P2051-011-K  
**Kunterbunte Tanzkiste**



**Kreativer Tanz, Bewegung und Spiel für Kids von 4 – 6 Jahren**

Anja Kron, Heilpädagogin/  
Tanz- und Bewegungstherapeutin

Fantasievoll und mit jeder Menge bunter Ideen werden wir tänzerisch, spielerisch und bewegungsorientiert die Welt der Zauberer, Märchenfeen, Piraten und Ritter entdecken. Eingebettet in viele spannende Geschichten, unterstützt von verschiedenen Materialien, toller Musik und Rhythmen kannst du dich auf deine Entdeckungsreisen machen. Dabei kannst du viel Neues entdecken, Bilder und Geschichten entstehen lassen und in verschiedene Rollen schlüpfen. Der Spaß und die Freude stehen dabei im Vordergrund. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Lieblingskuscheltier, -decke, Getränk, Tanzkleidung

7 – 12 Kinder  
8 Nachmittage, 11.10.2019 - 06.12.2019  
Freitag, 15:15 - 16:45 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
56,60 EUR (keine Ermäßigung, inkl. 3,00 EUR Materialkosten)



**Flöten für Zweitklässler**



In diesem Kurs für Zweitklässler lernen die Schüler/innen den Oktavbereich vom hohen d bis zum tiefen C. Zudem werden Noten und Notenwerte kennengelernt und mit ausgewählten Kinderliedern auf der Barockflöte geübt.

5 – 11 Kinder  
17 Vormittage, 17.09.2019 - 28.01.2020  
Dienstag, 11:00 - 11:45 Uhr  
Malerstraße 7, Schule am Martinsberg  
90,00 EUR (keine Ermäßigung, entspricht einem Monatsbeitrag von 18,00 EUR)

**Kurs Renate Marpert**

Nr. P2132-011-K

**Kurs Isa Mackeprang**

Nr. P2132-021-K

Nr. P2133-031-K  
**Gitarre für Anfänger/innen**



**Altersstufe Klasse 3 und 4**

Isa Mackeprang

Dieser Kurs für Dritt- und Viertklässler richtet sich an Anfänger/innen. Die Schüler/innen lernen das richtige Halten und Stimmen der Gitarre, die Grundgriffe: D, G, A, D, E, Emoll und Amoll sowie Kinderlieder in diesen Tonarten und Tonbereichen. Die Gitarre wird gestellt. Wer eine eigene Gitarre besitzt, kann diese gerne mitbringen.

6 – 8 Kinder  
16 Nachmittage,  
25.09.2019 - 29.01.2020  
Mittwoch, 14:30 - 15:15 Uhr  
Malerstraße 7, Schule am Martinsberg  
57,70 EUR (keine Ermäßigung, entspricht einem Monatsbeitrag von 11,55 EUR)

Nr. P2133-041-K  
**Gitarre für Fortgeschrittene**



**Altersstufe Klasse 3 und 4**

Isa Mackeprang

Dieser Kurs für Dritt- und Viertklässler ist nur für Fortgeschrittene geeignet. Die Schüler/innen lernen den Umgang mit Kapo und Stimmgerät. Zudem kommen weitere Griffe wie z. B. H7 und Dmoll hinzu. Geübt werden die neuen Griffe mit speziell dafür ausgesuchten Kinderliedern. Die Gitarre wird gestellt. Wer eine eigene Gitarre besitzt, kann diese gerne mitbringen.

6 – 8 Kinder  
16 Nachmittage,  
25.09.2019 - 29.01.2020  
Mittwoch, 15:15 - 16:00 Uhr  
Malerstraße 7, Schule am Martinsberg  
57,70 EUR (keine Ermäßigung, entspricht einem Monatsbeitrag von 11,55 EUR)

## Kreatives Arbeiten

Nr. P2091-02W5-K  
**Nähkurs in den Herbstferien**



**Für Kinder ab 9 Jahren**

Birgit Stern

Wenn du Lust zum Nähen hast, aber noch nicht genau weißt wie es geht, oder du es schon ein wenig ausprobiert hast, aber einfach mehr dazu lernen möchtest: Dann bist du hier genau richtig. Im Kurs kannst du deine Ideen umsetzen, dir aber auch neue Inspirationen holen oder auch erst mal einen Näh-Einstieg finden. Gemeinsam nähen wir Taschen und Täschchen (Kosmetik, .....), Turnbeutel und Kissen. Ihr könnt eure eigenen Stoffe mitbringen oder aber auch passende Stoffe im Kurs erwerben.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Schere, Nähgarn, Näh- und Stecknadeln, Maßband.  
Die Mittagspause findet von 12:00 - 12:45 Uhr im Kursraum statt. Bitte entsprechend ausreichend Essen und Trinken mitbringen.

6 Kinder/Jugendliche  
Dienstag, 29.10.2019, 09:00 - 15:30 Uhr  
Fronreute, Mochenwanger Str. 14,  
Bürgerhaus Staig  
33,80 EUR (keine Ermäßigung, ggf. zzgl. Materialkosten nach Verbrauch)

## Styling



Nr. P2001-011-K  
**Naturkosmetik aus der Küche**

NEU

**Für Jugendliche ab 12 Jahren**



Theresia Jakob

Gerade die junge, oft zu Pickeln neigende Haut sollte nicht mit Chemie belastet werden. Wir sprechen in diesem Kurs über Möglichkeiten, mit einfachen Mitteln die Haut zu pflegen. In der Küche finden wir wertvolle Zutaten für die Gesicht- und Körperpflege. Außerdem bereiten wir ein Gesichtswasser, eine Gesichtscrème und Dusch- und Badepräparate zu.

6 – 10 Jugendliche  
Donnerstag, 17.10.2019,  
17:00 - 19:15 Uhr  
Hilfrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche  
18,70 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Skript und Material)

## Entspannung

Nr. P3011-001-K  
**Entspannung und Konzentration**

NEU

**Für Kinder von 8 bis 10 Jahren**



Irmgard Lohmüller

Auch Kinder leiden schon unter Stress und Unruhe. Nicht selten wird dies durch Druck in der Schule, Freizeitgestaltung oder Hobbys ausgelöst. Die Folgen sind Nervosität und Gereiztheit. Die Kinder können sich nicht mehr gut konzentrieren und verlieren schnell die Lust und Ausdauer an Aufgaben, die ihnen sonst immer Spaß bereitet haben. Deshalb ist es wichtig, auch Kinder schon in die Entspannung zu führen und ihnen Raum, Zeit und Ruhe zu geben.

In diesem Kurs gibt es abwechslungsreiche Entspannung- und Konzentrationsübungen, die auf spielerische Art dem Alter entsprechend gestaltet sind. Die Elemente des Autogenen Trainings sind kindgerecht verpackt. Kreative Phasen und Spiele der Entspannung geben den Kindern auf verschiedene Weise die Möglichkeit, bei sich selbst anzukommen und sich gestalterisch auszudrücken.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Matte, Decke, Socken.  
Die Kursgebühr wird von einigen Krankenkassen übernommen.

7 – 8 Kinder

7 Abende, 11.09.2019 - 23.10.2019

Mittwoch, 17:00 - 18:00 Uhr

Baienfurt, Achtschule, Primarstufe,

Ravensburger Str. 18, Musiksaal

28,90 EUR (keine Ermäßigung)

## Reiten

Nr. P3024-051-K

### Schatzsuche mit Pony

Für Kinder ab 7 Jahren

Nicole Hugger

Das erwartet Dich: Ponies putzen und pflegen. Danach machen wir uns auf die Suche nach dem „Schatz der HIPPOLINI“. Wir machen einen geführten Ausritt auf dem Du ein paar Spiele und Aufgaben machen darfst. Wer findet den richtigen Weg und hilft damit den verlorenen Schatz zu finden?

Hinweis für die Eltern: Die Ponies werden von UNS geführt! Es sind KEINE Reiterfahrten notwendig.

Bitte mitbringen: Getränke und kleines Vesper, Kleidung, die dreckig werden darf, geschlossene Schuhe, Reithelme werden gestellt.

6 – 8 Kinder

Freitag, 04.10.2019, 14:30 - 16:00 Uhr

Altshausen-Stuben, Altshaus Weg 11,

Reitschule Nicole Hugger

16,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Zirkus



### Wochenendkurs

Nr. P3024-001-K

### Zirkusschule

Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Theater Ravensburg e. V.

Wollt Ihr mal was Neues kennenlernen, eintauchen in eine ganz andere Welt? Ein Hobby der ganz besonderen Art entdecken? Dann probiert und erlernt mit uns Jonglage, Clownerie, Akrobatik, Hochseil, Einrad, Äquilibristik, Feuer, Poi, Lufttechniken wie Trapez oder Vertikal-seil und Theater und meldet Euch für unseren zweitägigen Zirkusschnupperkurs in Kooperation mit Moskito an!

Bitte mitbringen: Bequeme Sportkleidung, etwas zu Trinken und zum Vespern.

8 – 15 Kinder

Samstag, 16.11.2019, 09:00 - 16:00 Uhr

Turnhalle an der Promenade,

Promenade 8

35,50 EUR (keine Ermäßigung)

## Schwimmen

### Wochenendkurs

Nr. P3001-001-K

### Schwimmtechnik für Kinder

Ab 8 Jahren

Bianca Scherer

Du bist gerne im Wasser, kannst schon sicher schwimmen und möchtest jetzt lernen, wie man Kraul schwimmt? Dann ist dieser Kurs eine ideale Gelegenheit. Schwimmen ist ein sehr gesunder Sport, dabei ist jedoch die richtige Schwimmart wichtig. Viele von Euch haben im Schwimmkurs das Brustschwimmen gelernt. Das Brustschwimmen ist aber nicht besonders gut für Eure Knie, außerdem kann man in dieser Schwimmart auch nicht so schnell schwimmen. Deshalb wollen Wir in diesem Kurs gemeinsam das Kraulschwimmen lernen. Damit könnt Ihr dann schnell wie die Fische durchs Wasser gleiten.

Voraussetzungen: Sicheres Schwimmen über mind. 2 Bahnen.

Bitte mitbringen: Badebekleidung, Schwimmbrille, Badelatschen, Handtuch.

7 – 10 Kinder

10 Vormittage, 13.10.2019 - 15.12.2019

Sonntag, 09:30 - 10:30 Uhr

PH Weingarten, Sportzentrum,

Bauernjörgstr. 7, Hallenbad

68,70 EUR (keine Ermäßigung)

## Kochen

### Wochenendkurs

Nr. P3051-051-K

### Kinder ab 5 Jahren kochen mit ihren Vätern

Waltraud Leuthold

Gemeinsam kochen macht doch am meisten Spaß. Darum Kinder, schnappt Euch euren Papa und nichts wie ab ins VHS-Kochstudio. Heute feiern wir eine große Geburtstagsparty.

Bitte mitbringen: Getränk, Geschirrtücher, Kugelschreiber, Schürze, Klarsichtfolie, Haargummi (Mädchen mit langen Haaren) und Behälter für die Reste.

Beachten: Bitte alle Personen also Vater und Kinder einzeln anmelden.

10 – 14 Kinder

Samstag, 09.11.2019, 10:00 - 13:00 Uhr

Hiltrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche

14,50 EUR (Lebensmittelkosten sind in der Gebühr enthalten)

## Sprachen

Nr. P4061-01W7-K

### NEU Spielerisch Englisch Lernen – für Kinder der Grundschule Für Kinder der Klassen 1 und 2



Manuela Brellenthin

Dieser Kurs führt die Kinder spielerisch in die Welt der englischen Sprache ein. Auf natürliche und zwanglose Weise lernen die Kinder im „Sprachenbad“ den Umgang mit der Sprache durch Spiele, Lieder, Reime, Erzählen und Zuhören. Alltägliche Themen werden in den Mittelpunkt gerückt: Kleidung, Tiere, Geburtstag, etc.. Ein spannender Kurs für Kinder!

8 – 16 Kinder

6 Nachmittage, 18.09.2019 - 23.10.2019

Mittwoch, wöchentlich, 16:00 - 17:00 Uhr

Eugen-Bolz-Schule Mochenwangen,

Sportplatzweg 3

24,80 EUR (gültig ab 8 Teilnehmenden)

## Lernen

### Computer

Nr. P5021-011-K

### Computerkurs in den Herbstferien Tolle Ideen mit Word und PowerPoint für Kinder ab 9 Jahren

Elke Weise

In diesem Kurs geht es um einen kreativen und fantasievollen Umgang mit Word und PowerPoint. Wir erstellen eigene Namensetiketten und gestalten Postkarten für Einladungen usw. Außerdem lernen wir, wie wir mit PowerPoint animierte Einladungen, kleine Bildergeschichten, Comics und vieles mehr erstellen können.

Teilnahmevoraussetzung:  
Windows-Grundkenntnisse

7 – 9 Kinder/Jugendliche

2 Vormittage, 28.10.2019, 29.10.2019

Montag und Dienstag,

jeweils 09:30 - 13:30 Uhr

Realschule, EG, Eingang

Ettishofer Straße, Raum 12 (EDV)

39,50 EUR (keine Ermäßigung)



Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

## Fit für die Prüfung

Nr. P6073-011-K  
**Fit für das Mathe-Abitur!**



**Trainingskurs für Schüler/innen des allgemein bildenden Gymnasiums**

Uli Armbruster

Der Kurs richtet sich an alle Schüler/innen an den allgemein bildenden Gymnasien, die sich auf die Abiturprüfung am 5. Mai 2020 vorbereiten und die wichtigsten Inhalte der Analysis, Geometrie und Stochastik wiederholen wollen. Für Schüler/innen der beruflichen Gymnasien ist dieser Kurs nicht geeignet.

Im Mittelpunkt stehen abiturähnliche Aufgaben und das Einüben der notwendigen Methoden, um sie lösen zu können und Sicherheit im Rechnen zu erlangen. Selbstverständlich werden auch Fragen zum aktuellen Unterricht aufgegriffen und beantwortet.

Dieser Vorbereitungskurs umfasst 7 Samstagstermine von November 2019 bis Januar 2020. Im Anschluss an diesen

Vorbereitungskurs kann bei Interesse von Februar bis April 2020 ein Fortsetzungskurs angeboten werden.

Bitte Rechenpapier, Taschenrechner und die Formelsammlung mitbringen.

5 – 16 Schüler/innen  
 7 Vormittage, 09.11.2019 - 25.01.2020  
 Samstag, 09:30 - 12:00 Uhr,  
 15 Min. Pause  
 VHS-Geschäftsstelle,  
 Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
 96,60 EUR (keine Ermäßigung)



## Neue Medien



Nr. P1112-011-K  
**Generation ON**

**Eltern und Kinder gemeinsam unterwegs im Netz (Whatsapp, Facebook und mehr)**

Vera Engelbart, Christian Schmidt

Das Internet und Smartphones bieten umfangreiche Möglichkeiten sich selbst zu präsentieren und mit anderen zu

kommunizieren. Jugendliche nutzen das Internet und ihr Smartphone vor allem, um Bilder, Musik oder persönliche Informationen zu teilen.

Zu der Veranstaltung sind Eltern mit ihren Kindern eingeladen. Miteinander und in getrennten Gruppen bieten wir Gelegenheit zu erfahren, was den digitalen Austausch so spannend macht und was daran riskant sein kann.

Der Kurs „Generation ON“ ist als Duo-Kurs konzipiert. So meldet sich ein Elternteil zusammen mit seiner Tochter oder seinem Sohn (Zielgruppe 11-13 Jahre) an. Der Kurs ist ein Kooperationsprojekt zwischen der Initiative Kindermedienland, der Realschule Weingarten und der Volkshochschule Weingarten.

Das Eltern-Medienmentoren-Programm ist Teil der Initiative Kindermedienland Baden-Württemberg und wird vom Landesmedienzentrum Baden-Württemberg im Auftrag des Staatsministeriums Baden-Württemberg durchgeführt. Das Ziel der breit angelegten Initiative der Landesregierung ist es, die IT- und Medienkompetenz von Kindern, Jugendlichen, Eltern und anderen Erziehungsverantwortlichen im Land zu stärken. Mit der Initiative werden die zahlreichen Projekte, Aktivitäten und Akteure im Land gebündelt, vernetzt und durch feste Unterstützungsangebote ergänzt sowie

eine breite öffentliche Aufmerksamkeit für die Themen Medienbildung und -erziehung geschaffen. Träger sind neben der Medien und Filmgesellschaft Baden-Württemberg (MFG) die Landesanstalt für Kommunikation (LFK) und das Landesmedienzentrum (LMZ).

Bitte alle Personen, also Elternteil und Kind, einzeln anmelden.

8 – 16 Personen  
 Samstag, 12.10.2019, 14:30 - 18:00 Uhr  
 VHS-Geschäftsstelle,  
 Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
 Kostenfreie Veranstaltung, Anmeldung erforderlich

**KINDER  
 MEDIEN  
 LAND**

Baden-Württemberg

**LMZ** Landesmedienzentrum  
 Baden-Württemberg



## Euregio-Veranstaltung

## DIE VOLKSHOCHSCHULEN



**Frauenpersönlichkeiten in/  
aus der Bodenseeregion**

**Lesung  
NEU**

Nr. P2013-011

**Oberschwäbische Chronistin  
des zwanzigsten Jahrhunderts:  
Maria Müller-Gögler**

In Kooperation mit der  
Bücherei Weingarten



Oswald Burger


„Die Dichtere“ sagte man in Weingarten bloß über sie, wie sich Peter Renz erinnert. Auch für Siegfried Unseld war sie „die erste Dichterin, der ich persönlich begegnet bin“. Am Beginn des Jahrhunderts im Jahr 1900 in Leutkirch geboren, unterrichtete Maria Müller-Gögler als Lehrerin im ganzen Oberland. Aber nebenbei schrieb sie seit den zwanziger Jahren Romane, Erzählungen und Gedichte. Ihr Lebensthema war „die Menschwerdung der Frau“, wie Winfried Wild es auf den Begriff brachte. Martin Walser formulierte treffend, sie erzähle von der „Menschwerdung auf oberschwäbische Art“. Es dauerte lange, bis sie als Dichterin anerkannt wurde. Beim Gründungstreffen des

Literarischen Forums Oberschwaben 1967 las sie in Wangen im Allgäu. Zum achtzigsten Geburtstag 1980 erschien eine große Werkausgabe, ermöglicht, befördert und begleitet von zahlreichen Freunden. In den letzten beiden Jahrzehnten ihres Lebens verfasste sie ihre lesenswerten Lebenserinnerungen in drei Bänden. Die „Dichtere“ starb 1987 in Weingarten.

Oswald Burger, der heute das Literarische Forum Oberschwaben leitet, stellt Maria Müller-Gögler vor und liest aus ihrem Werk.

10 – 40 Personen  
Mittwoch, 20.11.2019, 20:00 - 21:30 Uhr  
Abt-Hyller-Straße 19,  
Bücherei Weingarten  
Bei Anmeldung vorab: 5,00 EUR  
(keine Ermäßigung, Abendkasse  
8,00 EUR, bitte passend bezahlen)



**vhs**  Gemeinsam  
für mehr Bildung

**Wer immer tut,  
was er schon kann,  
bleibt immer das,  
was er schon ist.**

Henry Ford I. (1863-1947)  
US-amerikanischer Automobilindustrieller

## Programmbereich 1

# Politik, Gesellschaft, Umwelt

Geschichte

Politik

Weingarten engagiert

Recht

Finanzen

**Globales Lernen/  
Bildung für nachhaltige  
Entwicklung**
**Persönlichkeits-  
entwicklung/  
Psychologie**
**Länder- u. Heimatkunde  
Kommunikation/Medien  
Knigge**

Volkshochschule  
Weingarten  
Heinrich-Schatz-Straße 16  
88250 Weingarten  
Telefon 0751 560 353-10  
Telefax 0751 560 35-40  
vhs@weingarten-online.de  
www.vhs-weingarten.de

Fachbereichsleitung:  
Jürgen Bader  
Telefon 0751 560 353-13  
j.bader@weingarten-online.de

## Geschichte

Nationalsozialismus vor Ort  
Nr. P1011-011  
**Stadt Rundgang durch die  
Weingartener NS-Geschichte**

In Kooperation mit dem Denkstätten-  
kuratorium NS-Dokumentation  
Oberschwaben und dem Studenten-  
werk Weiße Rose



Uwe Hertrampf, Wilhelm Reinhold

Die NS-Geschichte fand nicht nur im Großen in Berlin statt, sondern im Kleinen auch in Weingarten. Die Regional- und Lokalgeschichte ist somit ein gutes Mittel, um geschichtliche Vorgänge aus dieser Zeit anschaulich und ansprechend darzustellen. Immerhin war Weingarten – zumindest nach dem Wahlergebnis vom 5. März 1933 – Nazi-Hochburg in der Region und die einzige Stadt in der Umgebung, in der die NSDAP das katholische Zentrum überflügelt hatte. Die Nazi-Prominenz aus Weingarten unterstützte Aufbau und Aktivitäten von anderen Ortsgruppen in der Region. Und natürlich finden sich in der heutigen Stadt noch viele Orte, die an Vorgänge und beteiligte Menschen dieser Zeit erinnern, wenn man sie zum Sprechen bringt.

Das Studentenwerk Weiße Rose und das Denkstättensekretariat des Denkstättenkuratoriums mit Sitz in Weingarten haben es sich zur Aufgabe gemacht, die Erinnerungskultur vor Ort zu pflegen. Dadurch soll den Opfern Gerechtigkeit widerfahren und anhand des Handelns der Täter durch den Gegensatz unsere heutigen gesellschaftlichen und politischen Werte verdeutlicht werden.

So sollen auf dem Rundgang durch den Besuch von Stolpersteinen bzw. Stolperschwellen und anderen Orten in der Innenstadt die Opfer gewürdigt und am Handeln der Täter und dem Leiden von Menschen das unmenschliche Wesen und die Unterdrückung der NS-Gewaltherrschaft verdeutlicht werden.

10 – 30 Personen  
Samstag, 09.11.2019, 14:00 - 16:30 Uhr  
Münsterplatz 1, VHS,  
Gebäude Touristinfo  
6,00 EUR (keine Ermäßigung, Anmeldung erforderlich)



Weingarten Rathaus, 1933  
(Stadtarchiv Weingarten)

## Politik

**zusammenhalten. zusammengestalten**  
Nr. P1021-011-V **NEU**

**Menschenrechte in Südostasien:  
Der tiefe Fall  
der Aung San Suu Kyi**

Eine Veranstaltung in Kooperation  
mit der Friedrich-Naumann-Stiftung  
für die Freiheit und dem Gymnasium  
Weingarten



FRIEDRICH NAUMANN  
STIFTUNG Für die Freiheit.



Moritz Kleine-Brockhoff

Myanmars Aung San Suu Kyi war Jahrzehnte lang Menschenrechts-Ikone. Sie gewann den Friedensnobelpreis, weil sie unter Hausarrest einem brutalen Militärregime die Stirn bot. Seit 2010 ist sie frei, seit 2015 regiert sie. Und nun schweigt Suu Kyi, wenn das Militär in Myanmar gegen Minderheiten vorgeht, besonders gegen die Rohingya. Nach ethnischen Säuberungen mussten mehr als 700.000 Menschen fliehen. Suu Kyi relativiert die Gewalt und vermittelt sogar den Eindruck, Verständnis zu haben. Deshalb hat sie mehrere Menschenrechtspreise und die Ehrenbürgerschaft Kanadas verloren. Warum schweigt Suu Kyi? Wie konnte sie so tief fallen? Warum findet die Staatengemeinschaft keinen Weg, die Rohingya-Krise beizulegen?



Aung San Suu Kyi und M. Kleine-Brockhoff

Moritz Kleine-Brockhoff leitet das Regionalbüro Südost- und Ostasien der Friedrich-Naumann-Stiftung für die Freiheit in Bangkok. Er lebt seit 20 Jahren in Südostasien. Kleine-Brockhoff war Korrespondent deutscher Zeitungen und ist seit 2009 bei der Naumann-Stiftung. Als Journalist oder als Stiftungsmitarbeiter reiste er regelmäßig nach Myanmar und traf Aung San Suu Kyi mehrfach.

Nach dem Vortrag steht der Referent für Fragen und für eine Diskussion zur Verfügung.

Anmeldungen sind nur direkt bei der Friedrich-Naumann-Stiftung für die Freiheit unter <https://shop.freiheit.org#!/Veranstaltung/CJY1L> möglich.

max. 60 Personen  
Montag, 30.09.2019, 19:00 - 20:30 Uhr  
Gymnasium Weingarten, Raum 36,  
Erdgeschoss, Brechenmacherstr. 19,  
Musiksaal



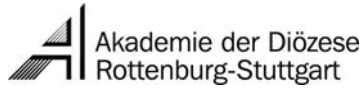
Kostenfreie Veranstaltung, Anmeldung bei der Friedrich-Naumann-Stiftung für die Freiheit erforderlich



Nr. P1041-011-V **NEU**  
**Vom Süden lernen: Indigenes Wissen und Leben im Amazonasgebiet**

**Impulse junger Leute, die sich von Weingarten zu einem interkulturellen Jugenddialog in den bolivianischen Regenwald aufmachten**

In Kooperation mit der Akademie der Diözese Rottenburg-Stuttgart und Engagement Global, Außenstelle Stuttgart



Dr. Heike Wagner

Ein Abend mit Bildern, Videos, Erzählungen sowie Impulsen zu indigenem Leben und Wissen im Regenwald; was dies mit uns in Deutschland zu tun hat und bewirken kann. Sie lernen „Kawsak Sacha“ kennen, die Sicht der Kichwa aus Sarayaku auf den Schutz der Mutter Erde als „lebendigen Wald“, den Mut, den Kampf und das Selbstbewusstsein, aber auch, wie gefährdet dieses Leben ist. Es wird deutlich, wie durch interkulturelle Begegnung und Austauschprozesse gemeinschaftliches Bewusstsein, globale Verantwortung für das Bemühen um ein friedliches, demokratisches Gemeinwohl mit Wertschätzung des Lebensrhythmus der Natur und Kultur entstehen kann. Ein Abend, der bewegt, motiviert und anregt. Mit Miriam Allgaier, Leon Meyer zu Ermgassen, Stefanie Richter, Nicole Sohnle und Dr. Heike Wagner.



Die Veranstaltung wird im Rahmen des Programms Entwicklungsbezogene Bildung in Deutschland (EBD) durchgeführt.

max. 120 Personen  
 Donnerstag, 14.11.2019,  
 19:00 - 20:30 Uhr  
 Kirchplatz 7, Akademie – Tagungshaus Weingarten. Kostenfreie Veranstaltung, Anmeldung vorab möglich



Foto Stefanie Richter



Foto Parlamentsdienste

Nr. P1021-021-R **NEU**  
**Hinter die Kulissen geschaut – Bundeshaus Bern und Kantonspolizei Bern**

Jürgen Bader

Hinter dem Länderkürzel CH, der Confoederatio Helvetica, verbirgt sich unser Nachbarland die Schweiz. 8,4 Millionen Menschen leben derzeit zwischen Bodensee und Genfer See, Jura und Alpen. Neben einem ausgeprägten Föderalismus und vielen Elementen der direkten Demokratie, entscheiden aber auch in der Schweiz Volksvertreter aus allen Landesteilen in vier offiziellen Amtssprachen über die Politik der Eidgenossenschaft.

Aus diesem Grund führt Sie die heutige Fahrt in die Bundesstadt Bern. Zunächst verfolgen Sie zwischen 12:00 und 13:00 Uhr von der Besuchertribüne aus die Nationalratssitzung und blicken den Abgeordneten über die Schulter. Anschließend sind ein Gespräch mit einem Ratsmitglied und eine halbstündige Führung in der Kuppelhalle des Bundeshauses geplant.

Im Anschluss empfängt Sie noch die Kantonspolizei Bern in ihrer Wache am Waisenhausplatz. Bei einer Kasernenführung erhalten Sie einen Einblick in die schweizerische Polizeiarbeit.

Bitte beachten Sie, dass sich das geplante Programm aufgrund politischer Umstände auch kurzfristig ändern kann. Aufgrund der schweizerischen Parlamentswahlen Ende Oktober kann das Abgeordnetengespräch nicht garantiert werden. Zwischen dem Besuch im Bundeshaus und der Kantonspolizei und nach Abschluss des Programms ist aufgrund der Fahrzeit nach/von Bern keine Zeit zur freien Verfügung möglich.

Ausweisdokumente (Personalausweis oder Reisepass) sind für diese Fahrt zwingend erforderlich. Ein entsprechendes Ausweisdokument muss während des Besuchs im Bundeshaus auch hinterlegt werden.

Anmeldeschluss: 15.11.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich. Die Fahrt wird von der Firma Omnibus Müller, 88339 Bad Waldsee durchgeführt.

Abfahrt: 07:00 Uhr, Festplatz Weingarten  
 25 – 39 Personen  
 Mittwoch, 18.12.2019, 07:00 - 21:00 Uhr  
 Bundeshaus Bern (CH)  
 54,90 EUR (keine Ermäßigung)

Globales Lernen/Bildung für nachhaltige Entwicklung



Smart Democracy **NEU**

Nr. P1043-011 **NEU**  
**Letzte Rettung fürs Klima? Hinter den Kulissen des Weltklimagipfels Live-Webinar**

Vom 2. bis zum 13. Dezember findet die nächste Weltklimakonferenz (COP) in der chilenischen Hauptstadt Santiago statt. Ziel der Konferenz ist es, den Klimaschutz weltweit voranzutreiben und ärmeren Ländern Unterstützung bei der Anpassung an die Erderwärmung und im Kampf gegen den Klimawandel zu bieten.

Ende 2015 hat sich in Paris die Weltgemeinschaft geeinigt, die Erderwärmung auf deutlich unter 2°C – möglichst 1,5°C – zu begrenzen. Dazu müssen alle Länder ambitionierte Schritte unternehmen. Es klafft jedoch eine Lücke zwischen den Klimazielen der Länder und den tatsächlich notwendigen Maßnahmen – die sogenannte „Minderungslücke“. Das bedeutet: selbst wenn die Vertragsländer alle geplanten Klimaschutzmaßnahmen umsetzen, würde dies nicht ausreichen, um den Temperaturanstieg auf zwei – und schon gar nicht auf 1,5 Grad – zu begrenzen. Die Ziele der Pariser Klimakonferenz von 2015 wären damit verfehlt. Wie geht es weiter? Welche Ziele werden mit der Klimakonferenz in Chile verfolgt?

Im Rahmen der Veranstaltung berichten die Referenten/innen über die Ziele und aktuellen Ergebnisse der Klimakonferenz in Chile und informieren über die nächsten Schritte.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem WWF. Die Veranstaltung wird an die Volkshochschule Weingarten per Internetstream übertragen.

5 – 16 Personen  
 Mittwoch, 11.12.2019, 18:55 - 20:30 Uhr  
 VHS-Geschäftsstelle,  
 Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
 Kostenfreie Veranstaltung, Anmeldung erforderlich







**Fortbildungsprogramm für Bürgerschaftlich Engagierte in Weingarten**

Die Stadt Weingarten lebt vom vielfältigen Engagement ihrer Bürgerinnen und Bürger. Im Sportverein, bei den Sammlern und Tauschern, in der Begleitung von Kranken, in der Flüchtlingshilfe – überall findet Bürgerschaftliches Engagement statt. In seinen vielfältigen Formen leistet es einen wichtigen Beitrag zur Gestaltung der Gesellschaft und des sozialen Miteinanders. Wer am gesellschaftlichen Leben teilnimmt, übernimmt Verantwortung und identifiziert sich mit seiner Heimatstadt. Um das Bürgerschaftliche Engagement in Weingarten zu stärken und die Rahmenbedingungen für Engagierte zu verbessern, bietet die Stadt Weingarten in Kooperation mit der Volkshochschule Weingarten auch weiterhin verschiedene Fortbildungen an. Die Kosten dafür werden von der Stadt übernommen.

**So funktioniert es:**

Sie melden sich per Internet, Telefon oder schriftlich bei der VHS für einen der Kurse an. Um kostenlos teilnehmen zu können, müssen Sie sich seit mindestens einem Jahr in Weingarten ehrenamtlich engagieren. Der Nachweis Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit ist mit der Anmeldung bei der VHS vorzulegen. Die Kosten werden direkt über die Stadt abgewickelt. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und hoffen, dass Sie von den Inhalten profitieren und diese umsetzen können.

**Kontakt für Rückfragen:**

Stadt Weingarten  
 Carolin Schattmann  
 Referentin für Bürgerschaftliches Engagement  
 Kirchstraße 1, 88250 Weingarten  
 Telefon: 0751 405-107  
 E-Mail: c.schattmann@weingarten-online.de

VHS Weingarten, Heinrich-Schatz-Str. 16, 88250 Weingarten  
 Telefon: 0751 560 353-10  
 E-Mail: vhs@weingarten-online.de, www.vhs-weingarten.de  
 Programmplanung und Zusammenstellung:  
 Jürgen Bader, VHS Weingarten  
 Carolin Schattmann, Stadt Weingarten

Nr. P1022-011 **NEU**  
**YouTube kann jeder Eine Einführung in das Arbeiten mit Film**

Alexander Beer  
 Durch Videoplattformen wie YouTube oder Vimeo und die preiswerte, immer unkomplizierter werdende Technik bei hochwertigen Kameras, Tablets und Smartphones ist es heute einfach, eigene Filme aufzuzeichnen und zu produzieren. Gerade auch im Ehrenamt entsteht so ein völlig neuer Verarbeitungs- und Verbreitungskanal der eigenen Arbeit und der Veranstaltungen. Im dreiteiligen Workshop erfahren Sie, welche gestalterischen Grundlagen beim Filmen zu beachten sind. Einstellungsgrößen, Perspektiven und Schwenks gehören nach dem Kurs zu Ihrem Vokabular und helfen Ihnen dabei, bessere Produkte zu erstellen. Auf dem Tablet werden wir im nächsten Schritt Grundlagen des Videoschnittes praktisch umsetzen und uns dabei über die Möglichkeiten der Wirkungsveränderungen austauschen. Im dritten und letzten Teil geht es um die Fertigstellung und Bereitstellung des Materials. Dabei sind technische Grundlagen, Kompression oder Codecs genauso unser Thema wie rechtliche Fragestellungen zum Urheber- und Persönlichkeitsrecht. Für die Arbeit werden Tablets zur Verfügung gestellt. Wenn Sie einen USB-Stick mitbringen, dann können Sie die erstellten Beispielfilme mitnehmen.

5 – 12 Personen  
 3 Abende, 10.10.2019 - 24.10.2019  
 Donnerstag, 17:30 - 21:30 Uhr  
 VHS, Gebäude Bücherei,  
 Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
 10,00 EUR (keine Ermäßigung)  
 Kostenfreie Veranstaltung für Ehrenamtliche aus Weingarten und den Außenstellen der VHS Weingarten

Nr. P1022-021 **NEU**  
**Bessere Fotos: Grundkurs Bildgestaltung**

Klaus Bauer, Fotografenmeister  
 Ob auf der Homepage oder in der Pressemitteilung – gute Fotos sind in der Vereinsarbeit unverzichtbar. In diesem Workshop erlernen Sie die grundlegenden Techniken der Bildgestaltung. Mit dem Programm Affinity Photo können Sie Bilder sowohl für das Internet als auch für den Druck optimieren.

- Kursinhalte:
- Kurze Einführung in Affinity Photo
  - Goldener Schnitt und Horizont
  - Hoch-, Quer- oder Panoramaformat
  - Beispiele an Porträt, Landschaft usw.
  - Schärfe und Tiefenschärfe
  - Licht und Schatten
  - Dateiformate Raw, Tiff, Jpg und PNG

Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen und Fortgeschrittene gleichermaßen. Besondere Vorkenntnisse sind nicht nötig. Einige Gestaltungsmöglichkeiten lassen sich nur nutzen, wenn Belichtungszeit und Blendenzahl an der Kamera manuell eingestellt werden können.

Bitte bringen Sie Ihre eigene Kamera mit aufgeladenem Akku und einen Laptop mit sowie, wenn vorhanden, Stativ und Blitz. Installieren Sie auf Ihrem Laptop die kostenlose Testversion von Affinity Photo: <https://affinity.serif.com/de/photo/desktop>

5 – 12 Personen  
 Samstag, 23.11.2019, 09:00 - 13:00 Uhr  
 VHS-Geschäftsstelle,  
 Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
 5,00 EUR (keine Ermäßigung)  
 Kostenfreie Veranstaltung für Ehrenamtliche aus Weingarten und den Außenstellen der VHS Weingarten

Nr. P1022-031  
**Infoveranstaltung: Öffentliche Musikwiedergaben und GEMA**

GEMA Geschäftsstelle Stuttgart  
 Organisieren Sie in Ihrem Verein oder Ihrer Initiative eine große oder auch kleine Veranstaltung, bei der Musik gespielt werden soll? Dann stellen sich die Fragen: Müssen Sie das Fest bei der GEMA anmelden? Wie funktioniert dies? Und welche Kosten kommen auf den Verein zu?

Andreas Binnig von der Stuttgarter Geschäftsstelle der GEMA vermittelt in diesem Kurs Grundwissen rund um das Thema öffentliche Musikwiedergaben und GEMA. Nach seinem Vortrag beantwortet der Referent gerne die Fragen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Die GEMA – Gesellschaft für musikalische Aufführungs- und mechanische Vervielfältigungsrechte – ist weltweit eine der größten Autoren-gesellschaften für Werke der Musik. In Deutschland vertritt sie die Vergütungsansprüche ihrer 70.000 Mitglieder (Komponisten, Textdichter, Musikverleger), wenn deren urheberrechtlich geschützte Musikwerke genutzt werden.

10 - 16 Personen  
 Donnerstag, 16.01.2020,  
 19:00 - 21:00 Uhr  
 VHS-Geschäftsstelle,  
 Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
 5,00 (keine Ermäßigung)  
 Kostenfreie Veranstaltung für Ehrenamtliche aus Weingarten und den Außenstellen der VHS Weingarten

**Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)**

## Recht



## Vortrag

Nr. P1032-011-V

**Elternunterhalt****Wenn Kinder in die wirtschaftliche Verantwortung genommen werden**

Stephanie Wieland, Rechtsanwältin

Spätestens, wenn die Eltern ins Pflegeheim kommen, stellt sich die Frage der Finanzierung. Die normale Rente reicht meist nicht aus und auch die Ansparungen sind meist schnell aufgebraucht. Sozialhilfe muss so auch oft in der wirtschaftlichen Mittelschicht beantragt werden. Der Vortrag beschäftigt sich allgemein mit den Voraussetzungen der Unterhaltsverpflichtung der Kinder gegenüber ihren Eltern, aber auch der Haftungsquote unter Geschwistern und wie eine solche Unterhaltspflicht grundsätzlich berechnet wird.

8 – 16 Personen

Mittwoch, 23.10.2019, 19:00 - 20:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
6,90 EUR (keine Ermäßigung, keine Abendkasse, Anmeldung erforderlich)

## Vortrag

Nr. P1032-021-V

**Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht Handlungsfähig bleiben – Würde bewahren**

Stephanie Wieland, Rechtsanwältin

Verantwortungsbewusste Eigenvorsorge umfasst nicht nur den Todesfall. Gerade im Hinblick auf schwere Krankheit und Pflegebedürftigkeit ist es dringend angeraten, vorausschauend für den Fall vorzusorgen, dass man eines Tages nicht mehr selber handeln kann. Durch eine auf die persönliche Situation zugeschnittene General- und Vorsorgevollmacht kann der Vollmachtgeber sicherstellen, dass eine Person seines Vertrauens im Notfall seine finanziellen und persönlichen Angelegenheiten schnell und flexibel regeln kann. Mit der gleichzeitig zu empfehlenden Patientenverfügung wird gewährleistet, dass unverhältnismäßige Intensivmedizin vermieden und beendet wird. Es können Maßnahmen ergriffen werden, die schmerzlindernd wirken. Für den Pflegefall sind klare Richtlinien gegeben. Die Betreuungsverfügung als dritter Baustein vermeidet möglicherweise eine Fremdbetreuung. Die Seminarveranstaltung zeigt den Teilnehmern/innen in verständlicher und nachvollziehbarer Weise,

welche Möglichkeiten sich eröffnen, in gesunden Zeiten für Krankheit und Pflege vorzusorgen. Praxisbeispiele der Referentin erleichtern das Verständnis und vertiefen die vorgetragenen Inhalte.

8 – 34 Personen

Donnerstag, 28.11.2019,  
19:30 - 21:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
6,90 EUR (keine Ermäßigung, keine Abendkasse, Anmeldung erforderlich)



Nr. P1032-031-V

**Das Wohnraummietrecht für Mieter und Vermieter**

Marco Linse, Rechtsanwalt

Im Rahmen des Vortrags, welcher sich sowohl an Mieter als auch Vermieter richtet, sollen die Grundzüge des Wohnraummietrechts beleuchtet werden. Themen sind unter anderem die Begründung und Beendigung von Wohnraummietverhältnissen, die Nebenkostenabrechnung, Schönheitsreparaturen und Mieterhöhungen.

8 - 34 Personen

Dienstag, 10.12.2019, 19:00 - 21:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
6,90 EUR (keine Ermäßigung, keine Abendkasse, Anmeldung erforderlich)

## Finanzen



Nr. P1033-011

**Steuererklärung leicht gemacht**

Markus Kieble, Dipl. Finanzwirt (FH)

Die Teilnehmer/innen lernen in diesem Kurs ihre Einkommenssteuererklärung selbst zu erstellen. Themenschwerpunkte sind die 7 Einkunftsarten im Einkommenssteuerrecht. Hierbei werden vorwiegend die Einkünfte aus selbständiger Arbeit (Einnahme-Überschussrechnung),

die Einkünfte aus nichtselbständiger Arbeit mit der Abzugsfähigkeit der hierzu gehörenden Werbungskosten, die Einkünfte aus Vermietung und Verpachtung, die Einkünfte aus Kapitalvermögen sowie die Besteuerung der Renten behandelt. Des Weiteren wird auf die Abzugsfähigkeit der Sonderausgaben, der außergewöhnlichen Belastungen, die Berücksichtigung von Kindern, die Berücksichtigung haushaltsnaher Dienstleistungen/Handwerkerleistungen sowie auf die Riesterförderung eingegangen. Weitere Themenschwerpunkte sind die elektronische Steuererklärung „ELSTER“ sowie die Erklärung eines Steuerbescheides.

5 – 16 Personen

Samstag, 01.02.2020,  
09:00 - 18:00 Uhr, 60 Min. Pause  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
58,70 EUR (keine Ermäßigung)

**Globales Lernen/Bildung für nachhaltige Entwicklung**



Hochschule Ravensburg-Weingarten

Technik | Wirtschaft | Sozialwesen

Die Akademie für Wissenschaftliche Weiterbildung Bodensee-Oberschwaben (AWW) bietet auch im Wintersemester 2019/20 wieder die bekanntesten „Mittwochseminare: Wissen aus Wirtschaft und Wissenschaft - Informationen, Erkenntnisse und interdisziplinäre Eindrücke“ an. Die VHS Weingarten freut sich sehr, auf diese Reihe aufmerksam machen zu dürfen. Referenten der Mittwochseminare sind Wissenschaftler der Hochschule Ravensburg-Weingarten, Gastredner und Referenten aus der Praxis. Der Eintritt ist frei.

Zielgruppe der Reihe sind Berufstätige mit Hochschulabschluss, Gäste mit allgemeinem Bildungsinteresse, Mitarbeiter in Hochschule und Institutionen und (angehende) Studierende. Sie sind herzlich eingeladen!

Weitere Informationen zur Reihe finden Sie unter:

[www.hs-weingarten.de/web/akademie-fuer-wissenschaftliche-weiterbildung/mittwochseminare](http://www.hs-weingarten.de/web/akademie-fuer-wissenschaftliche-weiterbildung/mittwochseminare)

**Vortrag NEU**

Nr. P1041-021  
**Generation Z – Wie gesellschaftliche Rahmenbedingungen junge Menschen beeinflussen**

Prof. Dr. phil. Jörg Wendorff

Die meisten der heutigen Schüler/innen, Studierenden und Berufseinsteiger/innen gehören der sogenannten „Generation Z“ an. Sie wachsen in einer Umwelt der vielen Optionen auf, die stetiges Entscheidungstreffen erfordert. Viele von ihnen erleben schon früh, dass ihre Eltern sie in familiäre Entscheidungsprozesse einbeziehen und sie gleichzeitig stark auf ihrem Lebensweg unterstützen. Das kann dazu führen, dass sie besondere Ansprüche an die Ausbildungseinrichtungen und Arbeitsgeber stellen. Für die meisten von ihnen ist es zudem wichtig, permanent über ihr Smartphone online kommunizieren zu können. Die Mitglieder der älteren Generationen, die in Ausbildung und Beruf mit ihnen zu tun haben, stehen zum Teil vor der Herausforderung, einen angemessenen Umgang mit den Einstellungen, Verhaltensweisen und Ansprüchen der jungen Menschen zu finden.

In dem Vortrag wird zunächst darauf eingegangen, inwieweit es überhaupt sinnvoll ist, Altersgruppen bestimmten Generationen zuzuordnen. Danach werden zentrale Ergebnisse verschiedener Jugendstudien vorgestellt die helfen, Einstellungen und Verhaltensweisen der heutigen jungen Generation besser zu verstehen.

Prof. Dr. Jörg Wendorff ist Diplom-Pädagoge und seit dem Jahr 2000 als Moderator und Kommunikationstrainer tätig. Er promovierte zum Thema E-Learning in der Hochschullehre. Von 2004 bis 2009 war er Leiter des Fortbildungszentrums Hochschullehre der vier nordbayerischen Universitäten. Seit 2010 ist er Professor für Erziehungswissenschaft und Berufspädagogik an der Hochschule Ravensburg-Weingarten.

Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
Mittwoch, 13.11.2019,  
18:00 - 19:30 Uhr  
Hochschule Ravensburg-Weingarten,  
Hauptgebäude, Doggenriedstraße,  
H002  
Kostenfreie Veranstaltung

**Persönlichkeitsentwicklung/ Psychologie**

**Wochenendkurs**

Nr. P1061-011

**Erfolgreich kommunizieren – mit Ihrer Stimme begeistern**

**Atem-, Stimm-, und Kommunikationstraining**

Elisabeth-Maria Wachutka,  
Opern- und Konzertsängerin

Sie möchten:

- Ihren ureigenen Atem (wieder-)entdecken?
- Mit geschulter Atmung ein stabileres Körperempfinden erlangen und Ihre Selbstsicherheit erhöhen?
- Den richtigen Ton für eine überzeugende Kommunikation finden?
- Lernen, bei Vorträgen sich und Ihre Botschaft überzeugend zu präsentieren?
- Zu Ihrem eigenen Charisma finden?
- Durch Ihren eigenen Atem jederzeit Ruhe und Gelassenheit herbeiführen können und Ihre eigenen Ressourcen entdecken?

Dann besuchen Sie dieses Atem-, Stimm- und Kommunikationstraining. Dieses Angebot richtet sich an alle, die lernen möchten, aus einer inneren Balance heraus mit ihrer Stimme zu überzeugen.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, rutschfeste Socken, selbstgewähltes Gedicht oder Textpassage

5 – 8 Personen  
Samstag, 25.01.2020 und Sonntag, 26.01.2020, jeweils 10:00 - 17:00 Uhr, 60 Min. Pause  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
77,20 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Skript)

**Länder- und Heimatkunde**



Foto Reinhard Jakubek

Nr. P1091-011-V

**KLösterliche Kostbarkeiten – Ein Streifzug durch oberschwäbische Frauenklöster**

**In Kooperation mit dem Museum für Klosterkultur Weingarten**

weingarten

Jürgen Hohl

An diesem Abend präsentiert Ihnen Jürgen Hohl reiche Handwerkskunst der oberschwäbischen Frauenklöster. Was in Gutenzell, Heggbach, Heiligkreuztal, Wald und Baidnt mit Nadel und Faden sowie Stift und Pinsel entstanden ist, fasziniert bis heute. Auch Spickel- und Spitzenbilder, sogenannte „Schöne Arbeiten“ und bekleidete Figuren gehören zu diesem abwechslungsreichen Vortrag. Der Dozent ist gelernter Dekorateur, Friiseur, Damenhutmacher, Florist und ein absoluter Experte im Bereich der oberschwäbischen Klosterkultur und des heimatischen Brauchtums. Aufgrund seiner großen Verdienste ist er Träger der Heimatmedaille der Heimatpflege Baden-Württemberg und der Verdienstmedaille des Landes Baden-Württemberg.



10 – 40 Personen  
 Dienstag, 15.10.2019, 19:00 - 21:00 Uhr  
 VHS, Gebäude Bücherei,  
 Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
 Bei Anmeldung vorab: 5,00 EUR (keine  
 Ermäßigung, Abendkasse 8,00 EUR,  
 bitte passend bezahlen)

**Vortrag  
 NEU**

Nr. P1091-021-V  
**Zu den Eisbergen Grönlands**  
**Bebildeter Reisebericht**

Helga Bayha

Lassen Sie sich einladen zu einer Reise in den Norden, zu Fjorden und Eisbergen, nach Grönland, der größten Insel der Erde.

Obwohl das Inlandeis und die Gletscher auch hier durch den Klimawandel schmelzen, werden Sie über die Schönheit der Eisberge staunen. Folgen Sie der Reiseroute über Island und der Begegnung mit einem jungen Polarfuchs an die Ostküste Grönlands nach Ammassalik. Anschließend geht es weiter durch den Prinz Christian Sund mit den ältesten Gebirgen der Erde zur Westküste. Machen Sie Station in der Diskobucht mit seiner Straße der Eisberge aus dem Eisfjord, dem größten Gletscher Grönlands, dessen gigantische Eisberge bis zu 100 Meter aus dem Wasser ragen und einer von hier zum Schicksal der Titanic wurde. Auch Ummanaq, wo der berühmte deutsche Geologe und Polarforscher Alfred Wegener bei seiner letzten Inlandeis-Expedition verschollen ist, steht auf dieser Route. Halten Sie Ausschau nach Walen und lassen Sie sich beim Kaffeebesuch bei Sofie, einer 80jährigen Inuit-Frau, überraschen. Zum Abschied können Sie noch die Faszination eines Polarlichtes erleben, bevor sie in Schottland das Castle of Mey, das Schloss der Queen-Mum, besichtigen.

10 – 40 Personen  
 Dienstag, 28.01.2020, 19:30 - 21:15 Uhr  
 VHS, Gebäude Bücherei,  
 Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
 Bei Anmeldung vorab: 5,00 EUR (keine  
 Ermäßigung, Abendkasse 8,00 EUR,  
 bitte passend bezahlen)



### Kommunikation/Medien

Nr. P1112-011-K  
**Generation ON**

#### Eltern und Kinder gemeinsam unterwegs im Netz (Whatsapp, Facebook und mehr)

Vera Engelbart, Christian Schmidt

Das Internet und Smartphones bieten umfangreiche Möglichkeiten sich selbst zu präsentieren und mit anderen zu kommunizieren. Jugendliche nutzen das Internet und ihr Smartphone vor allem, um Bilder, Musik oder persönliche Informationen zu teilen.

Zu der Veranstaltung sind Eltern mit ihren Kindern eingeladen. Miteinander und in getrennten Gruppen bieten wir Gelegenheit zu erfahren, was den digitalen Austausch so spannend macht und was daran riskant sein kann.

Der Kurs „Generation ON“ ist als Duo-Kurs konzipiert. So meldet sich ein Elternteil zusammen mit seiner Tochter oder seinem Sohn (Zielgruppe 11-13 Jahre) an. Bitte alle Personen, also Elternteil und Kind, einzeln anmelden.

8 – 16 Personen  
 Samstag, 12.10.2019, 14:30 - 18:00 Uhr  
 VHS-Geschäftsstelle,  
 Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
 Kostenfreie Veranstaltung, Anmeldung erforderlich

### Knigge



#### Knigge-Kurse mit Petra Schnierle

Nr. P5061-151  
**Knigge Dinner**

In lockerer Runde gemeinsam essen und sich zwischen den Gängen über derzeit angesagte Tischregeln updaten lassen. Der Abend findet im Hotel Altdorfer Hof, Burachstr. 12, 88250 Weingarten statt.

Freitag, 04.10.2019, 18:30 - 22:00 Uhr  
 Burachstr. 12, Hotel Altdorfer Hof  
 69,00 EUR (keine Ermäßigung) inkl. 4-Gang-Menü, wahlweise Fleischgericht oder vegetarisch, exkl. Tischgetränke

Nr. P5061-131  
**Mit Knigge Türen öffnen –  
 Moderne Umgangsformen für  
 Business und Ehrenamt**

Geht es Ihnen auch so? Wenn Sie Knigge hören, denken Sie an Benimm, Manieren und schulmeisterliche Belehrungen? Schade, denn Knigges Idee ist eine Möglichkeit auf gesellschaftliche Veränderungen

gen angemessen zu reagieren. Erlernen Sie im Workshop Kompetenzen, die Sie benötigen um sich in allen Situationen und gesellschaftlichen Anlässen sicher zu bewegen.

Donnerstag, 14.11.2019,  
 19:00 - 22:00 Uhr  
 VHS-Geschäftsstelle,  
 Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
 34,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Handouts)

**Die ausführliche Beschreibung der Knigge-Kurse finden Sie im Programmbereich 5 unter Berufliche Qualifikation und Weiterbildung.**

## Programmbereich 2

# Kultur und Gestalten

### Literatur

### Theater

### Tanz

### Kunst- und Kulturgeschichte, Oper und Ballett

### Bildnerisches Gestalten

- Malwerkstatt
- Ausdrucksmalen
- Zeichnen

### Plastisches Gestalten

- Glas
- Holz
- Papier
- Ton

### Textiles Gestalten

- Nähen
- Klöppeln

### Handwerkliches Gestalten

- Garten
- Kreative Aktionen

### Fotografie

### Musikalische Praxis

- Gesang
- Gitarre
- Mundharmonika

### Styling

Volkshochschule  
Weingarten  
88250 Weingarten  
Telefon 0751 560 353-10  
Telefax 0751 560 35-40  
vhs@weingarten-online.de  
www.vhs-weingarten.de

Fachbereichsleitung:  
Jürgen Bader  
Telefon 0751 560 353-13  
j.bader@weingarten-online.de

## Literatur

Nr. P2013-011

### Oberschwäbische Chronistin des zwanzigsten Jahrhunderts: Maria Müller-Gögler

In Kooperation mit der Bücherei Weingarten

Oswald Burger



„Die Dichtere“ sagte man in Weingarten bloß über sie, wie sich Peter Renz erinnert. Auch für Siegfried Unseld war sie „die erste Dichterin, der ich persönlich begegnet bin“. Am Beginn des Jahrhunderts im Jahr 1900 in Leutkirch geboren, unterrichtete Maria Müller-Gögler als Lehrerin im ganzen Oberland. Aber nebenbei schrieb sie seit den zwanziger Jahren Romane, Erzählungen und Gedichte. Ihr Lebensthema war „die Menschwerdung der Frau“, wie Winfried Wild es auf den Begriff brachte. Martin Walser formulierte treffend, sie erzähle von der „Menschwerdung auf ober-schwäbische Art“. Es dauerte lange, bis sie als Dichterin anerkannt wurde. Beim Gründungstreffen des Literarischen Forums Oberschwaben 1967 las sie in Wangen im Allgäu. Zum achtzigsten Geburtstag 1980 erschien eine große Werkausgabe, ermöglicht, befördert und begleitet von zahlreichen Freunden. In den letzten beiden Jahrzehnten ihres Lebens verfasste sie ihre lesenswerten Lebenserinnerungen in drei Bänden. Die „Dichtere“ starb 1987 in Weingarten.

Oswald Burger, der heute das Literarische Forum Oberschwaben leitet, stellt Maria Müller-Gögler vor und liest aus ihrem Werk.

10 – 40 Personen  
Mittwoch, 20.11.2019, 20:00 - 21:30 Uhr  
Abt-Hyller-Straße 19,  
Bücherei Weingarten  
Bei Anmeldung vorab: 5,00 EUR (keine Ermäßigung, Abendkasse 8,00 EUR, bitte passend bezahlen)



Nr. P2011-011

### Literatur-Cafe im Best Western Hotel Anton Tschechow

Renate Weber

„Er war ein unvergleichbarer Künstler ... Künstler des Lebens... Der Wert seiner

Lesung  
NEU

Schöpfung liegt darin, dass sein Werk nicht nur für jeden Russen, sondern für jeden Menschen überhaupt verständlich und erlebbar ist.“ (Leo Nikolajewitsch Tolstoi)

Der große russische Schriftsteller Anton Tschechow, geboren 1860, starb bereits im Alter von 44 Jahren an Tuberkulose. Seine literarische Arbeit wurde für den Arzt zur Berufung, aber er ist immer auch der Medizin treu geblieben. Neben berühmten Dramen verfasste er in seinem kurzen Leben mehrere hundert Erzählungen und Kurzgeschichten. Themen des Schriftstellers sind die russische Provinz, menschliche Vereinzelung und Langlebigkeit sowie das Verhältnis des Menschen zur Arbeit. Sein Stil ist von unnachahmlicher Präzision und Kürze, hinter Humor und Satire ist in seinem Werk die Tragik zu spüren.

Anhand der Erzählungen „Die Dame mit dem Hündchen“, „Das Haus mit dem Mezzanin“, „Angst“ und „Der Kirschgarten“ befassen wir uns mit dem Leben und Werk dieses feinfühligsten Erzählers und Dramatikers.

7 – 25 Personen  
5 Vormittage, 04.11.2019 - 02.12.2019  
Montag, 10:30 - 12:00 Uhr  
Abt-Hyller-Str. 37,  
Best Western Parkhotel  
35,00 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P2021-011

### Federleicht – das kreative Schreibatelier

Sabine Frangoul-Schöning,  
Freie Redakteurin

Jeder kann schreiben und das richtig gut! Schon mal ein Gedicht gestickt? Oder eine Geschichte aus der Sicht einer Topfpflanze erzählt? Mit eiskalten Fingern im Schnee ein Elfchen geschrieben? Eigene Prosa verfasst? Oder wollten Sie schon immer eine Rede als Nobel- oder Oscar-Preisträger(in) schreiben und vortragen? Wie wäre es, Umberto Eco nachzueifern und einen mittelalterlichen Roman zu schreiben? Lassen Sie sich in meiner Schreib-Werkstatt inspirieren von kreativen Impulsen zum Schreiben – Jeder hat ein Schreibtalent!

Ich biete Ihnen eine bunte Mischung aus Bildern, Texten und Collagen mit praktisch und sachlich fundierten Erklärungen von Stilmitteln und Erzählstrukturen, von Titelfindung bis zur Überarbeitung der eigenen Geschichte. Erleben Sie eine lebendige Einführung in das Handwerk des Schreibens von Kurzgeschichten und Romanen, von Gedichten und Songtexten bis zum Rap mit vielen praktischen Tipps zur Veröffentlichung. Außerdem können Sie Ihre eigenen Schreibideen kreativ und passend umsetzen!

Bitte mitbringen: Schreibmaterialien

5 – 15 Personen  
3 Abende, 22.01.2020 - 05.02.2020  
Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
29,60 EUR (inkl. 2,00 EUR Kopierkosten)

Vormittagskurs

## Theater

Nr. P2041-011

### Theater spielen für alle

Robert Bagehorn

Gönnen Sie sich doch einmal zwei spannende Tage, um in das Theaterspiel hinein zu schnuppern, egal ob mit oder ohne Vorkenntnisse. Hauptfokus ist es, die Lust und den Spaß am Spiel und die Freude an der eigenen Kreativität zu entdecken und gemeinsam zu proben. Mit Übungen und Spielen aus der Theaterwelt improvisieren wir kleine, witzige, traurige, melancholische oder spannenden Geschichten.

Bitte Neugier, bequeme Kleidung und rutschfeste Socken mitbringen.

7 – 16 Personen

2 Tage, 16.11.2019, 23.11.2019

Samstag, 10:00 - 17:00 Uhr,

30 Min. Pause

VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
59,80 EUR



## Tanz

Nr. P2053-011

### Linedance für Einsteiger

Margarethe Schäfer

Wer gerne tanzt, ist hier genau richtig: Sie brauchen keinen Partner, denn es wird in Linien vor- und nebeneinander getanzt. Linedance ist außerdem altersunabhängig.



Wir fangen mit einfachen Choreographien an und so können mit nur wenigen Schritten einige Tänze erlernt werden. Diese Tanzart hält fit, der Gleichgewichtssinn und die Koordination werden geschult. Durch das Auswendiglernen der Schritte wird auch die Konzentration gefördert. Alle Tänze haben einen bestimmten Namen und werden auf der ganzen Welt auf die gleiche Weise getanzt. Zum Nachtanzen können Sie eine Tanzbeschreibung mit nach Hause nehmen.

Mitzubringen sind bequemes Schuhwerk mit glatter Sohle, legere Kleidung und eine Flasche Wasser.

9 – 15 Personen

7 Abende, 11.10.2019 - 29.11.2019

Freitag, 18:30 - 19:30 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
30,80 EUR

### Wochenend-Workshop

Nr. P2054-011

### Come and dance

#### Freier Tanzabend für Frauen

Anja Kron, Heilpädagogin/  
Tanz- und Bewegungstherapeutin

Einfach losstanzen, sich treiben lassen, den Körper entdecken und neue Möglichkeiten der Bewegung entwickeln. Wir stampfen, drehen, rollen und schweben durch den Raum, sind mal kraftvoll, mal zart, mal laut, mal leise, schnell oder langsam, kommen in Kontakt oder sind nur für uns. Wir experimentieren, begleitet von spannender Musik, vielen interessanten Materialien, Anregungen und Tanzimpulsen aus verschiedenen Tanzrichtungen (Flamenco, Afro-Dance, Salsa, Orientalischer Tanz u. a.).

Bitte bequeme Tanzkleidung und Getränk mitbringen.

6 – 12 Personen

Samstag, 12.10.2019, 19:00 - 21:30 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
16,80 EUR

(keine Ermäßigung, inkl. Materialkosten)

### Wochenend-Workshop

Nr. P2055-011

### Tango Argentino

Michaela Berg, Günter Späth

Du willst tanzen und dabei kreativ sein? Du hast Interesse an Körperarbeit, die ins Detail geht? Du möchtest dich zusammen mit deinem Partner anmutig bewegen? Unterrichtsinhalte werden sein:

- Körperübungen zu Wahrnehmung, Achse, Bewegung zur Musik, Körperimpulse spüren
  - Kultur des Tango Argentino
  - Schritttechnik und Grundschrift des Tango Argentino
  - Grundelemente des Tango Argentino
  - Fragen der Teilnehmer
- Darüber hinaus gibt es eine Vorführung der drei verschiedenen Tanzstile des Tango Argentino (Tango, Milonga, Vals).

Bitte mitbringen: Schuhe mit glatten Sohlen, Damen-Schuhe mit Riemchen, Erfrischung/Imbiss. Single Anmeldungen sind möglich!

6 – 10 Personen

Sonntag, 29.09.2019, 14:00 - 18:00 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
28,50 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P2055-01W4

### Tango Argentino für Einsteiger und Anfänger

Michaela Berg, Günter Späth

Jeder kann Tango Argentino tanzen, unabhängig vom Alter und den Vorkenntnissen. Um die Begeisterung am Tango näher zu bringen, werden im Kurs mit Einsteigern und Anfängern Strukturen und Schritte entwickelt, die das „Rüstzeug“ für diesen Tanz an die Hand geben. Weitere Kursinhalte sind die Arbeit an der Körperhaltung, Führungsübungen und Musikalität.

Bitte mitbringen: Schuhe mit glatten Sohlen, Damen-Schuhe mit Riemchen und ein Getränk. Single Anmeldungen sind möglich!

7 – 12 Personen

6 Nachmittage, 13.10.2019 - 15.12.2019

Sonntag, 15:30 - 17:00 Uhr

Berg, Schule Berg, Bergstr. 10, Atelier  
68,40 EUR (keine Ermäßigung)



Nr. P2055-02W4

**NEU**

### Tango Argentino für mittleres und fortgeschrittenes Niveau

Michaela Berg, Günter Späth

Für diesen Kurs im mittleren und fortgeschrittenen Niveau sind Vorkenntnisse im Tango Argentino erforderlich. Unterrichtet werden Tango/Milonga/Vals, Musikalität, Schritt-Kombinationen und Figuren. Das Niveau des Kurses richtet sich nach den Kenntnissen der Teilnehmer/innen.

Bitte mitbringen: Schuhe mit glatten Sohlen, Damen-Schuhe mit Riemchen und ein Getränk. Single Anmeldungen sind möglich!

7 – 12 Personen

6 Abende, 13.10.2019 - 15.12.2019

Sonntag, 17:15 - 18:45 Uhr

Berg, Schule Berg, Bergstr. 10, Atelier  
68,40 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P2058-011

**NEU**

### Tribal Fusion Bellydance

Leonie Plachtzik

Tribal Fusion Bellydance ist eine moderne, westliche Form des orientalischen Bauchtanzes. Dabei verschmelzen traditionelle Klänge mit modernen Beats und bilden eine komplett neue Form, bei der es keine Grenzen in der tänzerischen Entfaltung gibt. Dieser Tanzstil beinhaltet beispielsweise Elemente aus dem orientalischen Tanz, Bollywood und HipHop.



Politik, Gesellschaft,  
Umwelt

Kultur und Gestalten

Gesundheit

Deutsch

Sprachen

Arbeit und Beruf

Außenstellen  
Weingarten

Tribal Fusion stellt ein Ganzkörpertraining dar, bei dem bestimmte Körperpartien isoliert zur Musik bewegt werden, was ein hohes Maß an Körperbeherrschung erfordert. Zu Beginn erwärmen wir uns mit einer Yoga-Einheit. Im Laufe der Kurse werden die Basics dieses Tanzstils erarbeitet und abschließend in einer kleinen Choreografie eingebaut. Dieser Kurs erfordert keine Vorkenntnisse und ist für junge wie auch ältere Frauen geeignet, die Spaß am Tanzen haben und ihren Körper näher kennen lernen wollen. Benötigt wird bequeme Kleidung, ein Handtuch, etwas zu Trinken und wenn vorhanden ein Hüfttuch. Getanz wird wahlweise barfuß, mit Socken oder Schläppchen.



5 – 10 Personen  
4 Nachmittage, 08.11.2019 - 29.11.2019  
Freitag, 16:15 - 17:45 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
37,60 EUR

## Kunst- und Kulturgeschichte, Oper und Ballett

Nr. P2061-021 **NEU**  
**Deutsche Romantik**  
**Deutsche Maler und Deutschland  
in Darstellungen**

Angelika Hermann

Ein besonderes deutsches Phänomen ist die Romantik und die folgende Biedermeierzeit, zu der es nirgends sonst in der Kunst anderer Länder eine Entsprechung gibt.

Im ersten Teil gibt es einen Überblick über die wichtigsten Maler der Romantik wie Runge, C.D. Friedrich, Ludwig Richter, Schwind und Schnorr v. Carolsfeld mit ihren schönsten Bildern.

Im zweiten Teil erleben wir Ansichten Deutschlands, von Städten, Dörfern, Landschaften, Mühlen, Schlössern und Burgen, wie sie bis in Spitzwegs Zeiten von Künstlern gesehen und erlebt wurden – Ausflüge in Schönheit und Harmonie, wurden aber auch schon damals hinterfragt.



© Hamburger Kunsthalle / bpk  
Fotonachweis: Elke Walford

6 – 14 Personen  
2 Abende, 23.01.2020, 30.01.2020  
Donnerstag, 19:00 - 20:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
20,00 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P2062-011-R **NEU**  
**Kempten: Metropole des Allgäus**

Rainer Michael Hepp

Das im Südwesten Bayerns gelegene Kempten darf auf eine mehr als 2000-jährige Geschichte zurückblicken. Aus der alten Römerstadt „Cambodunum“ entwickelte sich im Mittelalter eine bedeutende freie Reichsstadt, deren Bürger zunehmend in Konflikt mit den Fürst-äbten Kemptens gerieten. Auf den Spuren dieser spannenden Vergangenheit werden sich die Exkursionsteilnehmer bewegen, wenn sie die Residenz der Fürstäbte in den Räumlichkeiten des 1803 aufgelösten Benediktinerklosters besichtigen. Im Laufe einer ergänzenden Stadtführung können die stattlichen Patrizierhäuser entlang der ehemaligen Markt- straße mit dem repräsentativen Rathausplatz bestaunt werden. Natürlich steht auch der Besuch der Basilika St. Lorenz auf dem Programm, die als erste große Kirche im Süddeutschen nach dem Dreißigjährigen Krieg gilt.

Anmeldeschluss: 13.09.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich. Die Fahrt wird von der Firma Wegis Reisen, 88697 Bermatingen/Ahausen durchgeführt.

Abfahrt Ravensburg, Haltestelle Frauentor Fahrtrichtung Weingarten: 08:00 Uhr  
Abfahrt Weingarten, Festplatz: 08:10 Uhr

22 – 48 Personen  
Samstag, 12.10.2019, 08:00 - 18:00 Uhr  
Ausgewiesene Preise jeweils inkl. Fahrt, Eintritt Residenz Kempten und Führungen, keine Ermäßigung  
48,50 EUR  
(gültig bei 22-30 Teilnehmenden)  
42,00 EUR  
(gültig bei 31-40 Teilnehmenden)  
36,50 EUR (gültig ab 41 Teilnehmenden)

Nr. P2061-011-R **NEU**  
**Kunsthfahrt Staatsgalerie Stuttgart**  
**Tiepolo: Der beste Maler Venedigs**

Rainer Michael Hepp

Als gebürtiger Venezianer steigt Tiepolo (1696-1770) zu einem der bedeutendsten Künstler des 18. Jahrhunderts auf, dessen Werke die Zeitgenossen nicht nur in Italien begeistern, sondern vor allem auch in Würzburg, wo er mit der Ausmalung des Treppenhauses der fürstbischöflichen Residenz wohl sein legendärstes Werk erschafft. Anlässlich seines 250.Todestages widmet die Stuttgarter Staatsgalerie Tiepolo eine große Ausstellung, bei der hochgradige Werke aus dem eigenen Bestand im Kontext kostbarer internationaler Leihgaben aus Europa und Übersee gezeigt werden. Erstmals im deutschsprachigen Raum kann dabei ein Blick auf die Vielfalt von Tiepolos Schaffen geworfen werden, die von Gemälden zu Mythologie und Geschichte über dramatisch religiöse Bilder bis hin zu Karikaturzeichnungen und Radierungen reicht. Ergänzend zu den Exponaten der Sonderausstellung werden ausgewählte Kunstwerke der Staatsgalerie die kulturgeschichtlichen Zusammenhänge des 17. und 18. Jahrhunderts nachmittags weiter veranschaulichen. Für diese zusätzliche Führung durch die Ständige Sammlung stehen maximal 25 Plätze zur Verfügung.



Giovanni Battista Tiepolo, Ruhe auf der Flucht nach Ägypten, ca. 1762/70, Öl auf Leinwand, Staatsgalerie Stuttgart

Anmeldeschluss: 18.10.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich. Die Fahrt wird von der Firma Omnibus Grabherr, 88289 Waldburg durchgeführt.

Abfahrt Ravensburg, Haltestelle Frauentor Fahrtrichtung Weingarten: 07:15 Uhr  
Abfahrt Weingarten, Festplatz: 07:25 Uhr

22 – 49 Personen  
Samstag, 16.11.2019, 07:15 - 19:00 Uhr  
Ausgewiesene Preise jeweils inkl. Fahrt, Eintritt Staatsgalerie Stuttgart und Führung, keine Ermäßigung  
54,80 EUR  
(gültig bei 22-30 Teilnehmenden)  
48,70 EUR  
(gültig bei 31-40 Teilnehmenden)  
43,00 EUR (gültig ab 41 Teilnehmenden)

Nr. P2062-021-R

## **Weihnachtskunstfahrt nach Maria Einsiedeln und Bischofszell**

**NEU**

Angelika Hermann

Auf unserer Weihnachtsfahrt können Sie in diesem Jahr gleich zwei Weihnachtsmärkte in der Schweiz erleben. Am Vormittag geht es nach Maria Einsiedeln, schon im Mittelalter einer der bedeutendsten Wallfahrtsorte ganz Europas. Wir erhalten eine Führung in der Stiftsbibliothek, anschließend in der berühmten Kirche der Brüder Asam und man kann über Mittag bereits den Weihnachtsmarkt genießen.

Am frühen Nachmittag sehen wir noch den großen Saal des Klosters, dann geht es weiter in das zauberhafte alte Städtchen Bischofszell, wo in der „blauen Stunde“ Altstadtflair und Weihnachtsmarkt erlebt werden kann. Große Kunst und viele Schönheiten sind zu sehen.

Anmeldeschluss: 25.10.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich. Die Fahrt wird von der Firma Omnibus Grabherr, 88289 Waldburg durchgeführt.

Abfahrt Weingarten, Festplatz: 06:15 Uhr  
Abfahrt Ravensburg, Haltestelle Frauen-  
tor Fahrtrichtung Bahnhof: 06:25 Uhr

22 – 49 Personen

Samstag, 30.11.2019, 06:15 - 19:15 Uhr  
Ausgewiesene Preise jeweils inkl. Fahrt, Führung Stiftsbibliothek Einsiedeln, Kirchenführung und Eintritt Großer Kloster-  
saal, keine Ermäßigung

58,50 EUR

(gültig bei 22-30 Teilnehmenden)

49,00 EUR

(gültig bei 31-40 Teilnehmenden)

42,00 EUR (gültig ab 41 Teilnehmenden)

## **Oper: „Die verkaufte Braut“**

**NEU**

**Nationaltheater München**

Rainer Michael Hepp

Wohl am bekanntesten dürfte Friedrich Smetana (1824-1884) durch die sinfonische Dichtung „Die Moldau“ geworden sein, wo er der Geschichte und Landschaft seiner Heimat huldigt. Als Dirigent am Prager Nationaltheater schuf Smetana aber auch zahlreiche Opern, von denen die „Verkaufte Braut“ sicherlich die populärste ist. Dies mag wohl auch daran liegen, dass das 1866 in Prag uraufgeführte Meisterwerk heiterer Opernkunst komödiantischen Witz mit typisch böhmisch-tschechischen Kolorit verbindet. Die Liebesgeschichte um Marinka und Jenik wird dabei eingekleidet in die mitreißende Klangwelt von Polkas und schwungvollen Chören mit volksliedhaft wirkenden Melodien. Der von der Kritik begeistert aufgenommenen Inszenierung am Münchner Nationaltheater gelingt es in außerordentlicher Weise, die situati-

onksomischen Elemente des Librettos originell herauszuarbeiten. Künstlerisch und musikalisch dürfen sich die teilnehmenden Opernfreunde wieder auf einen Hochgenuss freuen.

**Bitte beachten Sie: Für diese Oper gibt es Plätze in drei Preiskategorien. Die Buskosten betragen für alle Teilnehmer 44,- EUR die Sitzplätze werden nach der jeweiligen Preiskategorie dazu gerechnet. Bitte beachten Sie die verschiedenen Angebote bei Ihrer Anmeldung. Aufgrund der frühzeitigen Kartenvergabe durch die Bayerischen Staatstheater ist eine rechtzeitige Anmeldung unbedingt erforderlich.**

Anmeldeschluss: 20.09.2019 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich. Die Fahrt wird von der Firma Grabherr, 88289 Waldburg durchgeführt.

Freitag, 10.01.2020, 15:00 - 00:30 Uhr  
Ausgewiesene Preise jeweils inkl. Fahrt, Karte und Einführung, keine Ermäßigung

Nr. P2121-011-R  
139,00 EUR (Sitzplatzkarte für 95 EUR)

Nr. P2121-021-R  
118,00 EUR (Sitzplatzkarte für 74 EUR)

Nr. P2121-031-R  
96,00 EUR (Sitzplatzkarte für 52 EUR)



Foto: W. Hösl

## **Bildnerisches Gestalten**

### **Malwerkstatt**

## **Experimentieren mit Struktur und Pigment – Abstraktes Malen**

### **Mischkurs für Einsteiger und Fortgeschrittene**

Anika Allgaier

„Kreativität kennt keine Grenzen, Kreativität ist ein Handeln aus dem Unbewussten, ein Fließen, ein intuitives Tun, was dadurch auch seine Kraft erhält.“ Unter diesem Motto wird im Kurs der Kreativität mit Hilfe von Spachteltechniken freien Lauf gelassen. Gearbeitet und experimentiert wird mit besonderen Materialien, die während des Trocknungsprozesses ein Eigenleben entwickeln: Marmor-  
mehl, Haftgrund, Binder und leuchtende Farbpigmente. Auch Sande, Erden und

andere „kleine Fundstücke“ geben jedem Bild seine unverwechselbare dreidimensionale Optik. Als Malträger dient eine speziell von einem Schreiner für Sie angefertigte Hartfaserplatte.

Jeder Interessierte hat in diesem Kurs die Chance sein „schlummerndes Potential“ zu entdecken und neue Materialien für sich zu entdecken. Melden Sie sich an zum Kurs mit „Gelinggarantie“! Eine Technik mit Suchtpotential.

Bitte mitbringen: Föhn, Verlängerungskabel/Mehrfachstecker, Satz Japan-  
Spachtel (Metall), 3 verschieden breite Pinsel (4, 6, 8 cm), Arbeitskleidung, Wassersprühflasche, Küchenrolle oder saugfähige Lappen und evtl. Atemschutz.

Sämtliche weitere Kursmaterialien werden von der Dozentin für Sie vorbereitet. Die Abrechnung für diese Materialien erfolgt direkt im Kurs (40,- EUR für Materialien zusätzlich ca. 13,- EUR bis 20,- EUR für die Hartfaserplatte, je nach Größe).

5 – 7/8 Personen  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2

### **Kurs 1**

Nr. P2079-011  
4 Abende, 09.10.2019 - 06.11.2019  
Mittwoch, 18:45 - 21:45 Uhr  
71,20 EUR

### **Kurs 2**

Nr. P2079-021  
4 Abende, 09.01.2020 - 30.01.2020  
Donnerstag, 18:45 - 21:45 Uhr  
71,20 EUR

### **Wochenend-Workshop Ateliernacht**

### **Kurs 3**

Nr. P2079-031  
2 Tage, 29.11.2019, 07.12.2019  
Freitag, 18:30 - 21:30 Uhr  
Samstag, 16:00 - 23:00 Uhr,  
30 Min. Pause  
56,40 EUR (keine Ermäßigung)



### **Vormittagskurs**

Nr. P2071-01W5  
**Malen im Atelier**  
**Stillleben und Landschaften**

Elisabeth Duelli

Malen beflügelt Geist und Seele. Dieser Kurs ist auch für Neu- oder Wiedereinsteiger als Anregung und Auffrischung

**Weitere Fahrten und Betriebsbesichtigungen finden Sie ab Seite 12.**



gedacht. Wir malen Stillleben nach auf-gebauten Gegenständen sowie Land-schaften nach Vorlagen oder aus dem Kopf. Ziel ist es, die eigene Kreativität anzuregen und das Formgefühl zu stär-ken. Maltechniken sind Aquarell und Gouache.

Bitte mitbringen: Aquarellblock, Aquarell-farben, Gouachefarben, festes Tonpa-pier, Flachpinsel z. B. Nr. 12 und Nr. 16.

5 – 8 Personen  
6 Vormittage, 17.10.2019 - 28.11.2019  
Donnerstag, 09:00 - 11:30 Uhr  
Fronreute, Im Kalkofen 6, Atelier Duelli  
92,00 EUR (keine Ermäßigung)



## Nr. P2071-011 Aquarellieren

Silvia Greiner

Das Aquarell ist unter den Maltechniken am anspruchsvollsten, jedoch in seinem Einsatz sehr einfach. Jederzeit kann etwas Farbe und Papier mitgenommen werden, sodass beispielsweise schöne Urlaubsbilder entstehen. Das Aquarell muss aber überlegt sein, es verzeiht kaum Fehler. Und man muss sich schon vorher überlegen, welche Bildaussage man zeigen will. Das Bild soll eine Leichtigkeit ausstrahlen und eine Stimmung übertragen.

Der Aquarellkurs soll dabei helfen, die ersten Schritte zu wagen und die Grund-lagen zu erlernen. Dabei ist es hilfreich ein kleines Skizzenbuch zu führen, in wel-ches man wichtige Infos über Papier, Far-be usw. notiert und die Bildskizze zum Aquarell anlegt. Themen, die wir künstle-risch bearbeiten, werden Stillleben, Stadtansichten und Blumen sein.

Am ersten Abend stehen geeignetes Papier, Aquarellfarben und Pinsel zur Verfügung. Eigene Materialien können auch bereits mitgebracht werden. Mitzu-bringen sind außerdem: Wassergläser, Lappen, Pinsel, sofern bereits vorhan-den, ein Skizzenbuch, Bleistift und Radiergummi

5 – 10 Personen  
4 Abende, 07.11.2019 - 05.12.2019  
Donnerstag, 17:30 - 20:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
59,70 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Mate-rial am 1. Kursabend)

## Ausdrucks-malen

### Nr. P2073-011 Begleitetes Ausdrucks-malen Farbe in den Alltag bringen

Heidelinde Notter, Dipl. Pädagogin  
und Malleiterin für Ausdrucks-malen

Vergessen Sie in ruhiger und angenehmer Atmosphäre die Hektik des Alltags. Ent-decken Sie den Reichtum Ihrer inneren Bilder und lassen Sie sich von Ihren eigen-ten Gestaltungsideen überraschen. Aus-probieren, statt grübeln – malen kann, wer sich traut!

Bringen Sie Neugier und etwas Mut mit, um sich auf eine spannende Reise ins Land der Farben und Formen zu bege-ben. Lassen Sie sich ohne Leistungs-druck auf den Prozess des Malens ein. Die fertigen Bilder werden weder analy-siert noch beurteilt. Unter diesen Bedin-gungen entdecken auch Menschen, die bislang von sich glaubten, nicht malen zu können, Freude am bildnerischen Gestal-ten. Ausdrucks-malen ist spannend und entspannend zugleich. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich.

5 – 8 Personen  
Samstag, 07.12.2019, 10:00 - 15:00 Uhr,  
60 Min. Pause  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
26,20 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Mate-rialkosten)

## Zeichnen

### Nr. P2074-011 Zeichnen richtig lernen Die Zeichnung – Kunst des Augenblicks

Michael Buch

In einer Mischung von klassischer Zei-chenschule und intuitiven Zeichenübun-gen werden Grundlagen des Zeichnens vermittelt. Ausgehend von Objekten, der Auseinandersetzung mit Perspektive und dem Thema „Kopf“ wird besonderer Wert auf das plastische Zeichnen gelegt.

Bitte mitbringen: Kohle und Bleistifte (Härtegrade H - 3B), Spitzer, Radiergum-mi und Knet-Radiergummi, Zeichenblock DIN A3, Papier DIN A2 ab 200 gr.

6 – 8 Personen  
5 Abende, 13.11.2019 - 11.12.2019  
Mittwoch, 18:00 - 20:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
54,70 EUR (keine Ermäßigung)



### Nr. P2074-021 Aktzeichnen Lernen mit professioneller Anleitung

Michael Buch

Dieser Kurs ist geeignet für Anfänger, Fortgeschrittene und Profis. Aktzeichnen ist nach wie vor die Grundlage nicht nur für alle, die mit dem menschlichen Körper gestalterisch in Bild oder Form arbeiten, sondern es ist die Basis für jede Art von künstlerischer Tätigkeit. Proportion, Be-wegung, Geste, Haltung, Form, Licht und Schatten – es gibt viele Faktoren, aus wel-cher die Gestalt des Menschen entsteht. Der Dozent Michael Buch bietet Ihnen, wenn gewünscht, eine professionelle Anleitung und Korrektur und steht Ihnen für Ihre Fragen zur Verfügung.

Das Aktmodell steht 1 Stunde 45 Minuten (integrierte Pause von 15 Minuten) zur Verfügung. Es gibt anfangs kurze Stellun-gen (3 – 5 Minuten), später dann längere Stellungen (10/15/20/bis maximal 25 Minuten).

Sie entscheiden selbst, was Sie alles mit-bringen wollen z. B. Bleistifte HB, B2, B3, B8, Radiergummi, Knetgummi, Spitzer, Zeichenblock z. B. A4, A3, A2 oder ein-zelne Blätter. Staffeleien stehen kosten-frei zur Verfügung.

6 – 8 Personen  
4 Abende, 08.01.2020 - 29.01.2020  
Mittwoch, 19:00 - 21:15 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
72,80 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Kosten für das Aktmodell)

### Nr. P2074-031 Freude am Skizzenbuch

Eva Klejmon

Schon immer haben Künstler/innen Skiz-zenbücher geführt, um ihre Kreativität frei ausleben zu können, Ideen festzuhalten, Fortschritte zu dokumentieren oder neue Projekte zu entwickeln. Der Fantasie sind hier keine Grenzen gesetzt. Im Skizzen-buch kann nach Lust und Laune gemalt, gezeichnet, geklebt oder geschrieben werden, ohne Regeln befolgen zu müs-sen. Der Kurs richtet sich sowohl an



Anfänger als auch an fortgeschrittene Kunstfertige, welche noch nie ein Skizzenbuch geführt haben oder lernen möchten, was damit alles möglich ist.

Die möglichen Materialien werden am ersten Kursabend besprochen. Jede/r Teilnehmer/in kann danach je nach eigenem Bedürfnis das entsprechende Material selbst besorgen.

5 – 8 Personen  
4 Abende, 07.01.2020 - 28.01.2020  
Dienstag, 18:00 - 19:45 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
41,50 EUR (keine Ermäßigung)



## Plastisches Gestalten

### Glas

#### Nr. P2087-011 **Upcycling – Design aus Flaschenglas**

**NEU**

Alex Habisreutinger

Aus Flaschenglas entstehen außergewöhnliche Objekte wie z. B. Vasen, Gläser, Kerzenhalter u. a.

Das Schneiden der Flaschen und der anschließende Schliff können in diesem Kurs erlernt werden und sind auch für Laien mit etwas Übung beherrschbar. Die Herstellung erfolgt von Hand und auf rein mechanischem Weg. Wer möchte kann die fertigen Objekte noch mit Hilfe eines (manuellen) Gravierstiftes verzieren.

Bitte Arbeitskleidung oder Schürze und etwas Altglas (idealerweise Weinflaschen) mitbringen.

5 Personen  
Freitag, 22.11.2019, 19:00 - 22:00 Uhr  
Lessingstr. 21, Atelier Habisreutinger  
23,40 EUR (keine Ermäßigung, inkl. 5 EUR Materialkosten)

### Holz

#### Wochenend-Workshops

#### Holzschnitzen

#### Anfänger und Fortgeschrittene

Jolanta Switajski-Schaefer

Holzskulpturen oder Holzobjekte mit den eigenen Händen erschaffen ist schon immer ein Wunsch von Ihnen gewesen? Unter fachmännischer Anleitung geht das bestimmt einfacher. Wir arbeiten mit Lin-

denholz und lassen uns von Beispielen bekannter Künstler inspirieren. In diesem Kurs werden die Grundtechniken des Holzschnitzens sowie Kenntnisse über Holz, Werkzeuge, Pflege und das Schärfen der Schnitzwerkzeuge vermittelt. Erleben Sie die Spannung zwischen Idee und der Umsetzung derselben bei der Bearbeitung des faszinierenden Werkstoffes Holz.

Das Holz kann mitgebracht oder im Kurs erworben werden. Werkzeug steht zur Verfügung.



6 – 8 Personen  
Baindt, Klosterwiesenschule,  
Boschstr. 1, Werkraum  
55,30 EUR (keine Ermäßigung)

#### Kurs 1

Nr. P2081-01W3  
Samstag, 19.10.2019 und Sonntag,  
20.10.2019, jeweils 10:00 - 15:00 Uhr

#### Kurs 2

Nr. P2081-02W3  
Samstag, 09.11.2019 und Sonntag,  
10.11.2019, jeweils 10:00 - 15:00 Uhr

#### Kurs 3

Nr. P2081-03W3  
Samstag, 25.01.2020 und Sonntag,  
26.01.2020, jeweils 10:00 - 15:00 Uhr

## Papier

#### Nr. P2086-011 **Wandarbeiten aus Papier**

Carola Weber-Schlak

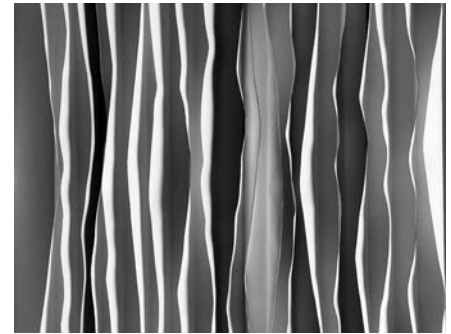
Die Vielfalt des Werkstoffs Papier lässt auch jenseits von Bemalen oder Beschriften vielfältige Bearbeitungsmöglichkeiten zu: Durch Schneiden, Flechten oder Knoten, durch Falten oder Drehen entstehen Wandobjekte, die überraschende Durch- und Seitenblicke erlauben. Geometrisch geschnittene Muster und Durchbrüche, zarte Faltungen oder geknotete Papierstreifen, sie alle lassen einen ganz neuen Blick auf das Material Papier zu und laden zu Licht- und Schattenspielen ein. Jenseits von Origami gibt es viel auszuprobieren! Der Kurs gibt Anregungen und Tipps und macht Lust, wieder ein Blatt Papier in die Hand zu nehmen. Für Anfänger und Fortgeschrittene mit einem Hang zu Handarbeit.

Bitte mitbringen: Schürze, Klebestift, Cutter, interessante Papierreste, Tapes, Lineal (möglichst 40-50 cm), Ge-

Bitte mitbringen: Eigene Nähmaschine, wenn vorhanden, Schreibzeug und Nähutensilien.

schenpapier, Zeitung,...), Wäscheklammern

5 – 8 Personen  
2 Abende, 12.11.2019, 19.11.2019  
Dienstag, 19:00 - 21:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
30,90 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Malkarton als Trägerplatte)



#### Nr. P2082-01W2 **Tonkurs für Anfänger und Fortgeschrittene**

Agnes Rundel

Kreatives Arbeiten mit Ton macht Spaß. Dem vielfältigen schöpferischen Gestalten sind kaum Grenzen gesetzt. In diesem Kurs werden dazu die nötigen Fertigkeiten im Umgang mit Ton und Glasuren vermittelt, sodass Sie Ihre eigenen Kunstwerke mit nach Hause nehmen können. Gearbeitet wird ohne Drehscheibe in Aufbautechnik.

6 – 8 Personen  
6 Abende, 17.09.2019 - 22.10.2019  
Dienstag, 19:00 - 21:30 Uhr  
Baienfurt, Achtschule, Sekundarstufe,  
Nebengebäude, Ravensburger Str. 10/4,  
Technikraum  
88,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. 6,00 EUR Brennofengebühr; zzgl. Materialkosten für Ton und Glasur nach Verbrauch)

## Textiles Gestalten

### Nähen

#### **Nähkurs für Hobbyschneider/innen**

Maria Madlener,  
Damenschneidermeisterin

Die Teilnehmenden können unter Anleitung für sich und ihre Familie modische Kleidungsstücke schneiden. Gearbeitet wird nach Fertigschnitten. Individuelle Abänderungen, Maßnehmen, Auswahl der Stoffe und Schnitte sowie fachgerechter Zuschnitt werden gelehrt. Rationelle Verarbeitungstechniken in Stoff, Leder oder Wirkware sind so selbstständig wie die Haute-Couture-Verarbeitung. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen: Eigene Nähmaschine, wenn vorhanden, Schreibzeug und Nähutensilien.

6 – 8 Personen  
Hiltrudschule, St.-Longinus-Str. 8,  
Raum 1  
99,90 EUR (keine Ermäßigung, inkl. 1,50  
EUR Materialkosten)

## Kurs 1

Nr. P2091-011  
8 Abende, 18.09.2019 - 13.11.2019  
Mittwoch, 19:30 - 21:45 Uhr

## Kurs 2

Nr. P2091-021  
8 Nachmittage, 19.09.2019 - 21.11.2019  
Donnerstag, 14:30 - 16:45 Uhr

## Kurs 3

Nr. P2091-031  
8 Abende, 19.09.2019 - 21.11.2019  
Donnerstag, 19:00 - 21:15 Uhr

## Klöppeln



## Klöppeln

Monika Rödel

Klöppeln ist eine sehr alte Handarbeits-  
technik, die zwar schwierig aussieht, aber  
wie Stricken und Häkeln erlernt werden  
kann. Durch Drehen und Kreuzen der  
Fäden können Spitzen, Deckchen, Kra-  
gen und Bilder hergestellt werden.

Bitte mitbringen: Stecknadeln und Sche-  
re. Das Anfangsmaterial wird gestellt.

7 – 10 Personen  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
56,70 EUR (keine Ermäßigung)

## Kurs 1

Nr. P2092-011  
6 Abende, 19.09.2019 - 07.11.2019  
Donnerstag, 19:00 - 21:15 Uhr

## Kurs 2

Nr. P2092-021  
6 Abende, 27.09.2019 - 15.11.2019  
Freitag, 19:00 - 21:15 Uhr

## Handwerkliches Gestalten

### Garten

#### Wochenendkurs

## Nr. P2101-01W6 Winterschnitt von Ziersträuchern, Obstbäumen und Rosen

Kai Wilde, Gärtnermeister

Bäume und Sträucher bilden das Gerüst  
in einem Garten. Sie gliedern den Raum  
und setzen Akzente. Damit sich Obst,  
Sträucher und Gehölze gut entwickeln  
können, ist der richtige Schnitt zum rich-  
tigen Zeitpunkt wichtig. Die Teilnehme-  
nden sollen im Kurs die Grundregeln des  
Gehölzschnitts lernen und später mit  
Erfolg im eigenen Garten anwenden kön-  
nen. Themen des Kurses sind:

- Aufbau- und Verjüngungsschnitt bei  
Obstbäumen und Beerensträuchern
- Erhaltungs- und Verjüngungsschnitt  
bei Laubgehölzen und Sträuchern
- Erhaltungs- und Verjüngungsschnitt  
bei Klettergehölzen
- Winterschnitt

Nach der Theorie am ersten Abend wer-  
den die erlernten Kenntnisse am folgen-  
den Tag in den Gärten der Teilnehme-  
nden und des Kursleiters praktisch um-  
gesetzt.

5 – 8 Personen  
2 Tage, 25.10.2019, 26.10.2019  
Freitag, 18:00 - 20:30 Uhr  
Samstag, 09:00 - 16:00 Uhr  
Schlier, Laurentiusstr. 6, Dorfgemein-  
schaftshaus Unterankenreute  
54,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Kreative Aktionen



## Nr. P2102-011 Bienenwachtücher selbst herstellen

IWO Integrations-Werkstätten  
Oberschwaben gGmbH

Mit Bienenwachtüchern lässt sich der  
Gebrauch von Alu- und Frischhaltefolie in  
der eigenen Küche vermeiden oder redu-  
zieren. Die Teilnehmenden lernen an die-  
sem Nachmittag, wozu sich die Tücher im  
Gebrauch eignen und wie man diese mit  
einfachen Mitteln selbst herstellen kann.

Bitte mitbringen: Sauberen, gewasche-  
nen Baumwollstoff, möglichst knitterfrei:  
entweder als Meterware (kann im Kurs  
zugeschnitten werden) oder Baumwoll-  
stoffreste in geeigneter Größe

Anmeldeschluss:  
Donnerstag, 14.11.2019

2 – 5 Personen  
Donnerstag, 28.11.2019,  
13:30 - 15:30 Uhr  
IWO-Integrationswerkstätten

Oberschwaben, Schulungsraum, Stefan-  
Rahl-Straße 2, Schulungsraum EG  
12,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Bie-  
nenwachs)



## Nr. P2108-011 Seifen gießen

IWO Integrations-Werkstätten  
Oberschwaben gGmbH

An diesem Nachmittag stellen wir in  
einem inklusiven Angebot selbst kleine  
Seifen her. Diese gießen wir, je nach  
Wunsch mit Zugabe von Duftölen und/  
oder getrockneten Blüten, in verschiede-  
ne Formen. Anschließend werden die  
Seifen hübsch verpackt. Dadurch eignen  
sie sich gut als kleines Weihnachtsges-  
chenk oder Mitbringsel. Dies ist kein  
Kurs zum Sieden von Seifen.

2 – 4 Personen  
Montag, 02.12.2019, 13:30 - 15:00 Uhr  
IWO-Integrationswerkstätten  
Oberschwaben, Schulungsraum, Stefan-  
Rahl-Straße 2, Schulungsraum EG  
8,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Nr. P2102-021 Weihnachtssterne aus Viskosebast

Filigrane Weihnachtsdeko selbst  
herstellen

Mathilde Berger

Sie fertigen unter Anleitung filigrane  
Weihnachtssterne in Viskosebast mit  
einem Holz-Model – eine längst verges-  
sene Technik. Die kunstvollen Weih-  
nachtssterne schmücken den Christ-  
baum und Zweige. Auch am Fenster  
sehen sie zauberhaft aus. Sie entschei-  
den selbst, ob golden, weiß oder in einer  
anderen Farbe.

Die Kursgebühr beinhaltet den Viskose-  
bast und die Nutzung des Holz-Models.  
Dieses kann im Kurs sofern gewünscht  
gegen einen Unkostenbeitrag erworben  
werden.

Bitte mitbringen: Stopfnadel stumpf  
Größe 6/7, Schere, wenn möglich Bastel-  
Quetschzange und Föhn.

5 – 10 Personen  
Freitag, 29.11.2019, 18:30 - 20:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
12,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Mate-  
rialkosten)



## Fotografie

Nr. P2111-011

**Fotobücher gekonnt gestalten**

Renate Klein, Betriebswirtin VWA

Mit Hilfe der kostenlosen CEWE Gestaltungssoftware lernen Sie tolle Fotobücher zu erstellen. Das professionell gedruckte Buch kommt auch als besonderes und persönliches Geschenk beispielsweise zu Weihnachten sehr gut an. Es gibt unzählige Momente, die Sie mit digitalen Fotos festhalten und ansprechend präsentieren können wie z. B. private Erlebnisse, Urlaub, Familienfeste, Hochzeiten oder Kinder. Ein Fotobuch eignet sich aber auch für geschäftliche Ereignisse, Firmenpräsentationen oder eine Firmenchronik. Im Kurs lernen Sie, wie Sie Bildkorrekturen durchführen, ein Fotobuch arrangieren, mit Texten versehen und Ihre Fotos künstlerisch attraktiv bearbeiten.

Bringen Sie bitte Ihren eigenen Laptop mit Ihren Digitalfotos mit (auf USB-Stick oder CD/DVD), damit Sie im Kurs bereits aktiv mitarbeiten können. Die kostenlose Software bitte vorher downloaden unter [www.mueller.de](http://www.mueller.de) oder [www.cewe-fotobuch.de](http://www.cewe-fotobuch.de)

Alle Teilnehmenden erhalten zusätzlich einen Fotobuch-Gutschein der Firma CEWE in Höhe von 10,00 EUR.

6 – 12 Personen

Freitag, 22.11.2019, 18:00 - 21:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
24,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Musikalische Praxis

## Gesang

Nr. P2131-011

**Schulung der eigenen Singstimme****Gesangskurs**

Katrin Silbereisen

Stimme erzeugt Stimmung! Singen führt zu einem seelischen Wohlbefinden und hat eine befreiende Wirkung auf uns. Im Singen drücken wir aus, was uns im Inneren bewegt. Wir kommen automatisch in Kontakt mit unseren Gefühlen. Innere Kräfte wie Freude und Glück werden mobilisiert und aktiviert. Unser Selbstbewusstsein wird gestärkt. Wir lernen, unseren Körper bewusster und differenzierter wahrzunehmen, denn der Körper selbst ist beim Singen das Instrument, auf dem wir „spielen“.

Zum Singen gehört der Atem. Diesen werden wir achtsam und tief führen. Wir lernen anhand praktischer Übungen, den sängerischen Atem getreu dem Motto „Wir haben alle genügend Luft zum Singen“ bewusst zu führen. Die Dozentin wird den Kurs unter Anwendung von Übungen, die wir gemeinsam erarbeiten und üben, gestalten und leiten. Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs

ist in erster Linie die Freude an der Musik und am Singen.

5 – 10 Personen

5 Abende, 07.11.2019 - 05.12.2019  
Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr  
Schule am Martinsberg, Malerstraße 7,  
Musikraum (Haus B, 1. OG)  
46,50 EUR (keine Ermäßigung)



## Wochenend-Workshop

Nr. P2131-021

**Improgesang****Einfach mal drauflos singen ...**

Niko Andresen

Für alle, die Freude am Singen haben, egal wie lange schon. Für alle, die offen für neue Gesangserfahrungen in der Gruppe und ohne Noten sind. Für alle, die freier Musik machen wollen. Wir werden uns zunächst ungezwungen als musikalische Gruppe kennenlernen. Nach und nach machen wir verschiedene Spiele und Übungen, um schließlich mit der Gruppe eigene „Lieder“ zu singen. Dabei kann jeder seinen ganz eigenen Beitrag zu beisteuern. Nebenbei trainieren wir dabei das aufeinander Hören, unser Gefühl und unseren Ausdruck sowie das Erfinden von Melodien und freien Texten. Alle Lieder entstehen spontan aus dem Moment heraus und sind einzigartig. Es sind keine speziellen Voraussetzungen erforderlich, außer der Lust auf Musik und „sich auszudrücken“.

Der Kursleiter spielt Keyboard und hat mehrjährige Erfahrung in der musikalischen Gruppenimprovisation und der Begleitung von improvisiertem Theater.

Getränke für die Pausen bitte selber mitbringen.

6 – 12 Personen

Samstag, 09.11.2019, 09:30 - 15:30 Uhr,  
60 Min. Pause  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
27,30 EUR

## Gitarre

Nr. P2133-011

**Gitarre spielen für Anfänger**

Isa Mackeprang

Dieser Kurs bietet eine Einführung in das Gitarrenspiel: Die wichtigsten Griffe und Techniken werden vermittelt. Sie müssen dafür keine Noten lesen können. Nach

dem Kurs können Sie einfache Pop-Songs und Lieder für alle Gelegenheiten spielen.

Für den Kurs benötigen Sie eine Gitarre, ein Stimmgerät und ein Capodastro (dieses kann auch von der Dozentin besorgt werden).

5 – 8 Personen

10 Nachmittage,  
24.09.2019 - 10.12.2019  
Dienstag, 16:00 - 16:45 Uhr  
Schule am Martinsberg, Malerstraße 7,  
Musikraum (Haus B, 1. OG)  
50,00 EUR



Nr. P2133-021

**Gitarre spielen für Fortgeschrittene**

Isa Mackeprang

Dieser Kurs ist eine Fortführung für alle, die bereits bei der Dozentin einen Anfängerkurs besucht haben bzw. Gitarre spielen können. Es wird vertiefend an den Griffen und Techniken des Gitarrenspiels gearbeitet. Sie müssen dafür keine Noten lesen können.

Für den Kurs benötigen Sie eine Gitarre und ein Stimmgerät.

5 – 8 Personen

10 Abende, 24.09.2019 - 10.12.2019  
Dienstag, 17:00 - 17:45 Uhr  
Schule am Martinsberg, Malerstraße 7,  
Musikraum (Haus B, 1. OG)  
50,00 EUR

## Mundharmonika

Nr. P2135-01W7

**Mundharmonika spielen für Anfänger****Das Orchester in der Hosentasche**

Eberhard Luedecke

In froher Runde und bei Wanderungen, ist sie immer dabei: Mit der chromatischen Mundharmonika können Sie für Stimmung und Unterhaltung sorgen. Auch ohne Vorkenntnisse lernen Sie schnell mit einer einfachen Methode die Grundlagen des Spielens nach Noten. Vorhandene chromatische Mundharmonikas in Tonart „C“ bitte mitbringen.

Empfehlung des Dozenten für Anfänger: „Discovery 48“ von Hohner (Verkaufspreis 125,00 EUR). Nach Rücksprache



können Instrumente (auch gebrauchte) beim Kursleiter (Tel. 07542 21988) erworben werden.

6 – 10 Personen  
6 Nachmittage, 11.10.2019 - 29.11.2019  
Freitag, 16:00 - 17:30 Uhr  
Wolpertswende, Niedersweiler Str. 5,  
Pfarrhaus Wolpertswende  
56,40 EUR (keine Ermäßigung)



Nr. P2135-02W7 **NEU**  
**Chromatische Mundharmonika für Fortgeschrittene**

Eberhard Luedecke

Wer das Spielen in Einzeltönen und nach Noten in der Tonart C schon gelernt hat, ist fit für den Folgekurs. Wir spielen auch in den Tonarten G und F, lernen das Hinzufügen von Akkorden und spielen taktvoll, auch mehrstimmig in der Gruppe in Dur und Moll, nach Noten.

6 – 12 Personen  
6 Abende, 11.10.2019 - 29.11.2019  
Freitag, 18:00 - 19:30 Uhr  
Wolpertswende, Niedersweiler Str. 5,  
Pfarrhaus Wolpertswende  
56,40 EUR (keine Ermäßigung)

## Styling



Nr. P2001-021  
**Biokosmetik für die reife Haut**

Theresia Jakob

Die Natur und die Küche liefern uns viele Schätze, die uns nicht nur innerlich gut tun. Wir können sie auch nutzen, um

wertvolle Kosmetik daraus zu machen. Wir besprechen im Kurs Möglichkeiten mit einfachen Mitteln die Haut zu pflegen. Außerdem bereiten wir eine Zahncreme, ein Shampoo und eine Gesichtsbalsam zu.

6 – 10 Personen  
Donnerstag, 10.10.2019,  
18:30 - 21:00 Uhr  
Hiltrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche  
23,50 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Skript und Material)

## Wochenend-Workshop

Nr. P2001-031  
**Hochsteckfrisuren**

Aliz Kiss

Das Jahresende und die damit verbundenen Feiertage rücken näher. Haben Sie Lust, Ihre Haare für die Festtage selber attraktiv zu stylen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Im Hochsteckkurs zeigt die erfahrene Beraterin moderne, einfach erlernbare Hochsteckfrisuren und Frisuren mit Raffinesse für den Alltag und für besondere Anlässe, Partys und Feste.

Bitte mitbringen: Stehspiegel, Bürste, Kamm

5 – 10 Personen  
Samstag, 19.10.2019, 10:00 - 13:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
29,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. 5 EUR Materialkosten)



## Wochenend-Workshop

Nr. P2001-041  
**Make-up kann vieles**

Aliz Kiss

Das Jahresende und die damit verbundenen Feiertage rücken näher. Haben Sie Lust, ein gelungenes Make-up an den Festtagen zu tragen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Im Kurs lernen Sie die passenden Farben und deren Kombinationen zu bestimmten Anlässen, Tages-, oder Jahreszeiten kennen und Sie erfahren, ob für Sie dunkle, helle, matte, pastellfarbige, kräftigere oder glänzende Töne vorteilhafter sind. Aktuelle 5-Minuten Make-ups für den Alltag, aufwendiges Abendschminken für das Weihnachtsfest und die Silvesterparty oder die Verwandlung eines Tages-Make-up in ein Make-Up für den Abend sind somit keine Probleme mehr.

Bitte mitbringen: Stehspiegel, Puderpinsel

5 – 8 Personen  
Samstag, 19.10.2019, 13:45 - 16:45 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
29,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. 5 EUR Materialkosten)

## Wochenend-Workshop

Nr. P2001-051  
**Frisurencoaching**

Jutta Wieder, Friseurmeisterin

Das Seminar richtet sich an Frauen, die wissen wollen, was mit ihren Haaren alles möglich ist. An diesem Nachmittag zeigt Ihnen die Friseurmeisterin Jutta Wieder wie Sie durch die Frisur Körperproportionen und Gesichtsform positiv beeinflussen können, welche Frisur bzw. welcher Haarschnitt Ihren Typ unterstreicht und welche Möglichkeiten es gibt, glatten Haaren mehr Pepp zu verleihen.

Außerdem geht es um Möglichkeiten, dünne Haare massiger erscheinen zu lassen und umgekehrt dicke, schwere Haare leichter, strukturierter und bewegter zu machen. Jutta Wieder verrät Ihnen, welche Haarschneidetechniken es derzeit gibt, um aus vorhandenen leichten Naturwellen monatelang definierte Locken und doppeltes Volumen zu erhalten sowie sehr krauses Haar zu definieren und Fülle zu reduzieren, ohne dass Sie täglich selbst viel Aufwand betreiben müssen.

5 – 6 Personen  
Samstag, 23.11.2019, 14:00 - 17:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
39,20 EUR (keine Ermäßigung)

# WEINGARTENER SPIELZEIT

September 2019 bis Juni 2020

*Weingartener Spielzeit 2019/2020  
mit erstklassigen Veranstaltungen  
und international renommierten  
Interpreten.*

Khatia Buniatishvili Klavier

Martin Grubinger Schlagzeug &  
Belgian National Orchestra

Patricia Kopatchinskaja Violine &  
Münchener Kammerorchester

Giuliano Carmignola Violine &  
Heidelberger Sinfoniker

Regensburger Domspatzen

Asya Fateyeva Saxophon &  
Stuttgarter Kammerorchester

Arabella Steinbacher Violine und  
Matthias Kirschnereit Klavier &  
Württembergisches Kammer-  
orchester Heilbronn

Beethoven: 9. Sinfonie –  
Deutsche Radiophilharmonie  
Saarbrücken & Gaechinger Cantorey

u. a.



Stadt Weingarten  
Abteilung Kultur und Tourismus  
Münsterplatz 1, 88250 Weingarten  
Tel. + 49 (0) 751 405-232

akt@weingarten-online.de  
www.weingarten-online.de  
www.reservix.de

kulturkreis  
weingarten

Medienpartner  
Schwäbische Zeitung Südfinder

Foto: Khatia Buniatishvili  
Konzertpatenschaft  
Dr. Jörg Thome

Politik, Gesellschaft,  
Umwelt

Kultur und Gestalten

Gesundheit

Deutsch

Sprachen

Arbeit und Beruf

Außenstellen  
Weingarten

Programmbereich 3

# Gesundheit

**Entspannung**

- Atemtraining
- Autogenes Training
- Massage
- Muskelentspannung
- Dynamische Integration
- Entspannung mit Klang
- Stress
- Waldbaden

**Östliche Entspannungstechniken**

- Yoga
- Qigong
- Shinrin Yoku

**Gymnastik und Fitness**

- Ausdauer-, Fitness- und Gymnastikangebote
- Pilates
- Rund um den Rücken
- Zielgruppenangebote

**Erkrankungen, Heilmethoden**

- Heilmittel
- Augentraining
- Rückengesundheit Büro-Arbeitsplatz
- NeuroScanBalance®

**Sport-Spezial**

- Schnee
- Wasser
- Ballspiele
- Laufen
- Reiten
- Kinsporth®

**Essen, Trinken**

- Arabische Küche
- Asiatische Küche
- Kochen mit dem Thermomix
- Kochen für bestimmte Zielgruppen
- Ernährung
- Gewürze
- Wein
- Champagner, Sekt & Co

**VolkshochschuleWeingarten**  
**Heinrich-Schatz-Straße 16**  
**88250 Weingarten**  
**Telefon 07 51 5 60 353-10**  
**Telefax 07 51 5 60 35-40**  
**vhs@weingarten-online.de**  
**www.vhs-weingarten.de**

**Fachbereichsleitung:**  
**Bianca Scherer und**  
**Tobias Ganzmann**  
**Telefon 07 51 5 60 353-11**  
**b.scherer@weingarten-online.de**  
**t.ganzmann@weingarten-online.de**

**Entspannung**

**Atemtraining**

Nr. P3019-011

**Atemtraining**

**Atem: Die Quelle in uns wird Fluss nach außen.**

Elisabeth-Maria Wachutka

Keiner kann uns und unseren Atem besser verstehen, als wir selbst, wenn wir ihn wahrnehmen, empfinden und zulassen, so wie er ist. Wir haben oft durch viele äußere Bedingungen verlernt, ganz auf uns selbst und unseren ureigenen Atemrhythmus zu hören. Diesen lebensnotwendigen, unabdingbaren Atemfluss in uns gilt es neu zu entdecken und zu erfahren.

In sechs Abenden legt Elisabeth-Maria Wachutka mit Übungen nach der Lehre von Prof. Ilse Middendorf „Der Erfahrbare Atem“ mit Ihnen dazu die Grundlagen. Ein gesunder Atem lässt Sie in sich ruhen und vitalisiert Sie von innen nach außen. Er stabilisiert Sie in vielen Lebenslagen, in jedem Alter und gibt Ihnen die Kraft für das tägliche Tun.

Elisabeth-Maria Wachutka ist AFA®-zertifizierte Atempädagogin und Atemtherapeutin (Mitglied im Berufsverband BV-ATEM e.V.). Auch hat sie durch ihre jahrelange, professionelle Arbeit als Sängerin und Gesangspädagogin (Mitglied im BDG – Bundesverband Deutscher Gesangspädagogen e.V. und in der EVTA – European Voice Teachers Association e.V.) selbst die Wechselwirkungen des Unbewussten, des Willentlichen und eben dieses „erfahrbaren“ Atems kennengelernt.

6 – 10 Personen

6 Abende, 07.10.2019 - 18.11.2019

Montag, 17:45 - 19:15 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3

59,00 EUR

(keine Ermäßigung, inkl. Skript)

Nr. P3019-021

**Besserer Schlaf, Wohlfühlen am Tag mit mehr Energie durch Atmen mit der Buteyko-Methode**

Sabine Batzill

Wussten Sie, dass Atmung nicht nur mit der Sauerstoffversorgung zu tun hat?

Die Art und Weise, wie Sie atmen beeinflusst Ihr Immunsystem, verändert Spannungszustände im Körper, kann das Nervensystem beruhigen und kann Ihnen mehr Energie und Leichtigkeit schenken. Prof.Dr. Buteyko entwickelte in jahrzehntelanger Forschung eine effektive Atemmethode, die für Menschen mit Asthma und anderen Atemproblemen sehr hilfreich ist. Auch bei Heuschnupfen, Allergien, Stress, Bluthochdruck oder Migräne ist diese Methode wirksam.

**Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)**

Bitte mitbringen: Papier und Stift, Materialkosten ca. 4,- EUR (Kopien, Leukopor).

6 – 8 Personen

5 Abende, 14.10.2019 - 18.11.2019

Montag, 19:30 - 21:00 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 6

38,00 EUR zzgl. Materialkosten ca. 4,- EUR (Kopien, Leukopor)

**Autogenes Training**

Nr. P3010-031

**Autogenes Training – Übungsabende**

**Wiedereinsteiger und Fortgeschrittene**

Angela Wörz

Sie haben bereits Autogenes Training gelernt und sind aus dem Übungsrhythmus gekommen oder verspüren den Wunsch, wieder regelmäßig zu üben? Sie möchten gelernte Kenntnisse wieder auffrischen und unter Anleitung üben, gleichzeitig zur Ruhe kommen, einfach abschalten und auftanken? In dieser Übungsgruppe haben Sie die Gelegenheit dazu.

Es wird die Grundstufe nach Prof. Dr. Schultz geübt. Zusätzlich werden die Übungsabende durch Entspannungsgeschichten und Kurzübungen abgerundet. Erleben Sie die Abende als eine Auszeit vom Alltag.

Dieser Kurs ist für Teilnehmerinnen und Teilnehmer geeignet, die bereits die Grundstufe des Autogenen Trainings erlernt haben, die vorhandene Kenntnisse auffrischen und die Technik vertiefen möchten.

Die Übungen können im Sitzen oder Liegen durchgeführt werden. Bitte eine Matte, Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

Folgende Kurstermine: 1. Abend – 26.09.2019, 2. Abend – 24.10.2019, 3. Abend – 28.11.2019, 4. Abend – 30.01.2020

7 – 15 Personen

4 Abende, 26.09.2019 - 30.01.2020

Donnerstag, 19:15 - 20:00 Uhr

VHS, Gebäude Touristinfo,

Münsterplatz 1, Seminarraum

12,80 EUR

**Massage**

Nr. P3014-051

**Qi-Akupressur der Vier Jahreszeiten Herbst**

Angela Wörz

Akupressur ist eine alte chinesische Heilkunst, bei der man mit den Fingern bestimmte Punkte auf der Hautoberfläche drückt, um die Selbstheilungskräfte des Körpers und das Immunsystems anzuregen.

Die Übungen der Qi Akupressur der Vier Jahreszeiten wurden von Meister Zheng Yi entwickelt. Sie bestehen aus mehreren

Politik, Gesellschaft, Umwelt  
 Kultur und Gestalten  
 Gesundheit  
 Deutsch  
 Sprachen  
 Arbeit und Beruf  
 Außenstellen Weingarten



Elementen der Traditionellen Chinesischen Medizin, wie Qi Gong, Tuina Massage und Akupressur.

Wir erlernen unter anderem die Methoden des Reibens, Drückens und Streichens. Die harmonischen und fließenden Bewegungen führen zu Ruhe und Entspannung. Die Übungen werden so anschaulich vermittelt, dass man mit einem geringen Zeitaufwand neue Energie und Kraft tanken kann.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Schuhe ohne Absätze oder dicke Socken.

7 – 15 Personen  
4 Abende, 14.10.2019 - 11.11.2019  
Montag, 18:00 - 19:00 Uhr  
VHS, Gebäude Touristinfo, Münsterplatz 1, Seminarraum  
17,10 EUR



### Wochenendkurs

#### Nr. P3014-071 Nuad Phaen Boran (Thai Yoga Massage)

Andreas Pfletschinger

Nuad Phaen Boran wird seit über 2500 Jahren überliefert. Es ist eine meditative Behandlungsform die am bekleideten Körper auf einer Bodenmatte ausgeführt wird. Die sanften Mobilisationen führten zum Spitznamen „Yoga des faulen Menschen“. Erlernen Sie an zwei Nachmittagen im wechselseitigen Üben eine kleine Behandlungseinheit. Sie sollten gesund und normal beweglich sein.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken und ein Bettlaken.

6 – 14 Personen  
Samstag, 11.01.2020 und  
18.01.2020, 14:00 - 18:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
39,50 EUR

### Muskelentspannung

#### Nr. P3011-001 Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen

Kerstin Schote

Die Progressive Muskelentspannung stellt eine einfache, sehr direkte körperbezogene Form dar Entspannung zu erlernen. Wir lernen schrittweise, alle wich-

tigen Muskelgruppen des Körpers wahrzunehmen und zu entspannen. Die Balance zwischen An- und Entspannung wieder herzustellen, um längerfristig unsere Gesundheit zu erhalten. Der Kurs richtet sich an Dich, Du brauchst keine Vorkenntnisse. In diesem Kurs bist nur Du wichtig.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke.

6 – 8 Personen  
10 Abende, 18.09.2019 - 27.11.2019  
Mittwoch, 20:10 - 21:10 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
49,30 EUR

### Dynamische Integration

#### Nr. P3012-031 Ganzheitlich-integrative Körperarbeit

Holger Kröner

Die ganzheitlich-integrative Körperarbeit ist eine bewegungsorientierte Lernmethode, die auf der wissenschaftlichen Arbeit von Moshé Feldenkrais (1904-1984) basiert.

Durch die Bewegungsexperimente in diesem Kurs lernen Sie

- Ihre Körper- und Bewegungswahrnehmung zu verfeinern,
- Ihr Körpergefühl nachhaltig zu verbessern,
- Schmerzen und Beschwerden zu beeinflussen und aufzulösen,
- Ihre körperlich-geistige Vitalität und Leistungsfähigkeit auszubauen,
- in Kontakt mit sich selbst zu kommen und Ihr körperliches Selbstvertrauen zu finden.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Handtuch und eine Teetasse.

7 – 12 Personen  
12 Nachmittage,  
16.09.2019 - 09.12.2019  
Montag, 16:30 - 17:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
49,60 EUR

### Entspannung mit Klang

#### Nr. P3011-101 Entspannung mit Klangschalen

Angela Wörz

Lernen Sie die faszinierende Welt der Klangschalen kennen. Harmonische Klänge und Schwingungen der Klanginstrumente nehmen Sie mit auf eine Klang- und Fantasiereise und unterstützen Sie, in eine sanfte Entspannung zu gleiten.

Sie lernen Übungen kennen, die Sie im täglichen Alltag dann auch ohne Klangschalen anwenden können. Ohne viel Aufwand können Sie so inmitten des hektischen Alltags für ein paar Minuten abschalten, Ruhe finden und Energie tanken.

Bitte mitbringen: Sport- oder Yogamatte und eine Decke.

7 – 12 Personen  
Dienstag, 21.01.2020, 19:00 - 20:30 Uhr  
VHS, Gebäude Touristinfo,  
Münsterplatz 1, Seminarraum  
7,60 EUR

### Stress

#### Nr. P3011-021 Stressbewältigung – Reizüberflutung – Überforderung

Carmen Schulten

Tägliche Herausforderungen und eine Flut an Informationen beeinflussen uns und wollen gemeistert werden. Nicht immer finden wir die nötige Energie damit umzugehen. Wie kann man auf gesunde Art und Weise die täglichen Herausforderungen meistern?

Was ist Stress/Reizüberflutung?

Wie entsteht Stress/ Reizüberflutung?

Wie kann ich in stressigen Situationen gelassener bleiben?

Wie kann ich konstruktiv mit Stress umgehen?

Dieses Seminar bietet die Möglichkeit die Zusammenhänge von Stress und deren Auswirkung, auf körperlicher und auch energetischer Sicht zu verstehen. Die Erkenntnisse zu nutzen und für sich selbst anzuwenden. Dazu betrachten wir die Gefühle und die Prozesse auf energetischer Ebene und gehen detailliert auf die Anwendungsmöglichkeiten ein. Damit wir uns selbst beim größten Stress wie im schönsten Urlaub fühlen.

7 – 20 Personen  
Mittwoch, 29.01.2020, 18:00 - 20:30 Uhr  
VHS, Gebäude Touristinfo,  
Münsterplatz 1, Seminarraum  
10,30 EUR



### Waldbaden

#### Nr. P3011-031 Waldbaden – Shinrin Yoku

NEU

Nicole Fleig

Waldbaden bedeutet nichts anderes als achtsam, entspannt und ziellos eine geraume Zeit im Wald zu verbringen und dabei gleichzeitig die Heilkraft des Waldes aufzunehmen. Shinrin Yoku heißt so

viel wie „ein Bad in der Atmosphäre des Waldes“. Shinrin Yoku, bei uns bekannt als Waldbaden ist in Japan ein fester Bestandteil der Gesundheitsvorsorge und als Anti-Stress-Management-Methode anerkannt. Der Wald tut uns gut, das haben wir schon alle selbst gespürt und das bestätigt mittlerweile auch die Wissenschaft. Bei diesem Kurs geht es darum, den Wald mit allen Sinnen zu erfahren und die Umgebung und sich selbst intensiv zu spüren. Wir schlendern durch den Wald, verweilen am sogenannten „Sitzplatz“ und nehmen wahr, was um uns (und vermutlich auch in uns) ist, und tauschen uns aus. Dabei kommen wir auch in Kontakt mit altem Wissen unserer Vorfahren – der Naturvölker. Das Waldbad findet bei jedem Wetter, außer bei Unwetter statt.

Bitte mitbringen: Wald- und wettertaugliche Kleidung (auf jeden Fall lange Hosen und Socken), ggf. Insekten- und Zeckenschutz, eine isolierende Sitzunterlage, warme Kleidung (wir sind nicht immer in Bewegung), ein kleines Getränk und ein Snack (Obst, Müsliriegel o.a.).

6 – 12 Personen  
4 Nachmittage, 01.10.2019 - 22.10.2019  
Dienstag, 16:30 - 18:30 Uhr  
Weingarten, Reutheühlstraße,  
Parkplatz Haslachwald  
39,50 EUR

## Östliche Entspannungstechniken

### Yoga

#### Yoga zur Entspannung

Dagmar Rudolph

Körper-, Atem- und Entspannungsübungen können die Selbstwahrnehmung steigern und zu mehr Harmonie, Gelassenheit und Wohlbefinden führen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und evtl. ein kleines Kissen.

#### Kurs 1

Nr. P3012-021  
7 – 12 Personen  
12 Nachmittage,  
17.09.2019 - 17.12.2019  
Dienstag, 16:15 - 17:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
62,00 EUR

#### Kurs 2

Nr. P3012-041  
7 – 14 Personen  
12 Abende, 17.09.2019 - 17.12.2019  
Dienstag, 17:45 - 19:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
62,00 EUR



#### Hatha Yoga

Marianne Rasch

Die Yogapraxis macht Dich beweglich, dehnt und kräftigt die Muskulatur. Der Stoffwechsel und die Verdauung werden angeregt. Die Atmung vertieft sich. Körper und Geist werden über die Atmung verbunden, Entspannung kann geschehen. Dadurch hilft Yoga zu mehr Harmonie und Lebensfreude, Dein Energieniveau zu steigern und in Deiner Mitte zu sein.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke.

#### Kurs 1

Nr. P3012-131  
7 – 12 Personen  
12 Abende, 17.09.2019 - 10.12.2019  
Dienstag, 19:00 - 20:15 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
66,00 EUR

#### Kurs 2

Nr. P3012-141  
7 – 12 Personen  
12 Abende, 17.09.2019 - 10.12.2019  
Dienstag, 20:15 - 21:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
66,00 EUR

Nr. P3012-011

#### Yoga zur Entspannung

Ulrike Plewa, Yoga-Kursleiterin,  
Übungsleiterin für Prävention

Yoga ist ein Übungsweg, der in einzigartiger Weise Körper, Atem und Geist harmonisch miteinander verbindet. Die Körperübungen (Asanas) werden von einem ruhigen und feinen Atem getragen und mit großer Achtsamkeit ausgeführt. Beim Üben von Yogahaltungen geht es nicht um das Erreichen einer perfekten Form. Die besten Wirkungen erzielen Asanas, wenn sie einfach sind und auf unkomplizierte Weise geübt werden können. Oft lassen sich auch durch Stress entstandene Ungleichgewichte abbauen. Körper und Geist werden für die Belastungen des Alltags gestärkt. Entspannungsübungen fördern Konzentration, seelisches Wohlbefinden und innere Ruhe.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke.

7 – 12 Personen  
12 Abende, 19.09.2019 - 19.12.2019  
Donnerstag, 17:30 - 18:45 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
62,00 EUR

### Qigong

#### Vormittagskurs

Nr. P3014-041  
**Qigong Yangsheng**  
**15 Ausdrucksformen**

Ingeborg Schober, Physiotherapeutin

Diese dehnenden und kräftigenden Übungen aus der traditionellen chinesischen Medizin nach Prof. Jiao Gourui können Heilungsprozesse unterstützen und wirken sich gesunderhaltend, sowie stabilisierend und kräftigend auf unseren Organismus aus. Sie unterstützen z.B. das Atemsystem, das Herz-Kreislaufsystem und können sich positiv auf bestehende Gelenkprobleme und chronische Schmerzen auswirken.

Die beruhigende, ausgleichende und harmonisierende Wirkung dieser Übungen auf unser Nervensystem, ist gerade in unserer heutigen, schnelllebigen Zeit ein wichtiger Aspekt zur Erhaltung unserer Vitalität.

Die Übungen sind für alle Altersgruppen geeignet, da sie sowohl im Sitzen als auch im Stehen durchgeführt werden können. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder dicke Socken.

7 – 12 Personen  
12 Vormittage, 16.09.2019 - 09.12.2019  
Montag, 09:00 - 10:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
52,80 EUR

#### Einführung in Qigong Yangsheng nach Jiao Guorui 15 Ausdrucksformen des Taijia-Qigong

Robert Schnetz

Die 15 Formen des Taiji-Qigong wurden im alten China als Förderer für Gesundheit, Wohlbefinden und geistige Klarheit sehr geschätzt. Diese 15 Formen sind die einfachste im Lehrsystem von Jiao Guorui. Sie fördern einen ruhigen Atemfluss und bauen durch ihre vielseitigen fließenden Bewegungen innere Ruhe und Konzentration auf. Die Übungen fordern und fördern die Vorstellungskraft. Durch regelmäßiges Üben können Störungen der Körper-Seele-Geist-Harmonie aufgelöst werden. Der Kurs eignet sich für Personen jeden Alters und jeder körperlichen Konstitution.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Getränk, Gymnastikschuhe oder dicke Socken.

**Kurs 1**

Nr. P3014-021  
7 – 12 Personen  
10 Abende, 18.09.2019 - 04.12.2019  
Mittwoch, 18:00 - 19:15 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
53,30 EUR

**Kurs 2**

Nr. P3014-031  
7 – 12 Personen  
10 Abende, 18.09.2019 - 04.12.2019  
Mittwoch, 19:15 - 20:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
53,30 EUR



Nr. P3014-001  
**Qigong der vier Jahreszeiten  
Herbst**

**Bewegte Form – Dong Gong**

Angela Wörz

Qi Gong ist eine sehr alte chinesische Methode zur Gesundheitsförderung. Es ist ein ganzheitliches Übungssystem, um gesund zu bleiben und Spannungen zu reduzieren. So, wie kleine Glücksmomente des Alltags das Leben schön machen, so sind es auch die kleinen Bewegungen des Qi Gong, die eine große positive Wirkung auf unsere Gesundheit haben können.

Das Qi Gong der Vier Jahreszeiten ist eine sehr wirksame Methode zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung und besteht aus einfachen, wirkungsvollen Übungen mit Elementen aus sanfter Bewegung, Achtsamkeit, Atmung und der Vorstellungskraft. Es sind harmonische, fließende Bewegungen, die ohne Kraftaufwand ausgeführt werden. So wird auf sanfte Art und Weise die Muskulatur, die Gelenke, der gesamten Körper gedehnt, gekräftigt und entspannt und die Beweglichkeit gefördert. Das Gleichgewicht wird geschult, Verspannungen werden reguliert, die innere und äußere Balance wird hergestellt, so dass die Lebensenergie Qi wieder fließen kann. Mit abgestimmten Übungen stellen wir uns auf die jeweilige Jahreszeit ein.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Schuhe ohne Absätze oder dicke Socken.

7 – 12 Personen  
8 Abende, 19.09.2019 - 21.11.2019  
Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr  
VHS, Gebäude Touristinfo,  
Münsterplatz 1, Seminarraum  
34,10 EUR

Nr. P3014-051  
**Qi-Akupressur  
der Vier Jahreszeiten Herbst**

Angela Wörz

Akupressur ist eine alte chinesische Heilkunst, bei der man mit den Fingern bestimmte Punkte auf der Hautoberfläche drückt, um die Selbstheilungskräfte des Körpers und das Immunsystems anzuregen.

Die Übungen der Qi Akupressur der Vier Jahreszeiten wurden von Meister Zheng Yi entwickelt. Sie bestehen aus mehreren Elementen der Traditionellen Chinesischen Medizin, wie Qi Gong, Tuina Massage und Akupressur.

Wir erlernen unter anderem die Methoden des Reibens, Drückens und Streichens. Die harmonischen und fließenden Bewegungen führen zu Ruhe und Entspannung. Die Übungen werden so anschaulich vermittelt, dass man mit einem geringen Zeitaufwand neue Energie und Kraft tanken kann.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Schuhe ohne Absätze oder dicke Socken.

7 – 15 Personen  
4 Abende, 14.10.2019 - 11.11.2019  
Montag, 18:00 - 19:00 Uhr  
VHS, Gebäude Touristinfo,  
Münsterplatz 1, Seminarraum  
17,10 EUR

Nr. P3014-061  
**Qigong der vier Jahreszeiten  
Winter**

**Bewegte Form – Dong Gong**

Angela Wörz

Qi Gong ist eine sehr alte chinesische Methode zur Gesundheitsförderung. Es ist ein ganzheitliches Übungssystem, um gesund zu bleiben und Spannungen zu reduzieren. So, wie kleine Glücksmomente des Alltags das Leben schön machen, so sind es auch die kleinen Bewegungen des Qi Gong, die eine große positive Wirkung auf unsere Gesundheit haben können.

Das Qi Gong der Vier Jahreszeiten ist eine sehr wirksame Methode zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung und besteht aus einfachen, wirkungsvollen Übungen mit Elementen aus sanfter Bewegung, Achtsamkeit, Atmung und der Vorstellungskraft. Es sind harmonische, fließende Bewegungen, die ohne Kraftaufwand ausgeführt werden. So wird auf sanfte Art und Weise die Muskulatur, die Gelenke, der gesamten Körper gedehnt, gekräftigt und entspannt und die Beweglichkeit

gefördert. Das Gleichgewicht wird geschult, Verspannungen werden reguliert, die innere und äußere Balance wird hergestellt, so dass die Lebensenergie Qi wieder fließen kann. Mit abgestimmten Übungen stellen wir uns auf die jeweilige Jahreszeit ein.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Schuhe ohne Absätze oder dicke Socken.

7 – 12 Personen  
8 Abende, 28.11.2019 - 06.02.2020  
Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr  
VHS, Gebäude Touristinfo,  
Münsterplatz 1, Seminarraum  
34,10 EUR

**Shinrin Yoku**

Nr. P3011-031 **Waldbaden – Shinrin Yoku** **NEU**

Nicole Fleig

Waldbaden bedeutet nichts anderes als achtsam, entspannt und ziellos eine geraume Zeit im Wald zu verbringen und dabei gleichzeitig die Heilkraft des Waldes aufzunehmen. Shinrin Yoku heißt soviel wie „ein Bad in der Atmosphäre des Waldes“. Shinrin Yoku, bei uns bekannt als Waldbaden ist in Japan ein fester Bestandteil der Gesundheitsvorsorge und als Anti-Stress-Management-Methode anerkannt. Der Wald tut uns gut, das haben wir schon alle selbst gespürt und das bestätigt mittlerweile auch die Wissenschaft. Bei diesem Kurs geht es darum, den Wald mit allen Sinnen zu erfahren und die Umgebung und sich selbst intensiv zu spüren. Wir schlendern durch den Wald, verweilen am sogenannten „Sitzplatz“ und nehmen wahr, was um uns (und vermutlich auch in uns) ist, und tauschen uns aus. Dabei kommen wir auch in Kontakt mit altem Wissen unserer Vorfahren – der Naturvölker. Das Waldbad findet bei jedem Wetter, außer bei Unwetter statt.

Bitte mitbringen: Wald- und wettertaugliche Kleidung (auf jeden Fall lange Hosen und Socken), ggf. Insekten- und Zeckenschutz, eine isolierende Sitzunterlage, warme Kleidung (wir sind nicht immer in Bewegung), ein kleines Getränk und ein Snack (Obst, Müsliriegel o.a.).

6 – 12 Personen  
4 Nachmittage, 01.10.2019 - 22.10.2019  
Dienstag, 16:30 - 18:30 Uhr  
Weingarten, Reuthehlstraße,  
Parkplatz Haslachwald  
39,50 EUR



## Gymnastik und Fitness

### Ausdauer-, Fitness- und Gymnastikangebote

#### Vormittagskurs

Nr. P3021-181

#### Körperhaltung und Körperkraft

Kerstin Schote

Dieser Kurs bietet ein gesundheitsorientiertes, individuelles Training nach den Prinzipien von Pilates und folgenden Zielen und Inhalten an:

- Zentrierung der Körpermitte und Beckenbodentraining
- Rumpfstabilisation und Beweglichkeitserhaltung
- Schulung von Gleichgewicht und Koordination
- Gymnastik mit dem Redondo-Ball und Kleingeräten

Bitte bringen Sie ein Handtuch und etwas zum Trinken mit.

7 – 14 Personen

12 Vormittage, 16.09.2019 - 09.12.2019  
Montag, 09:00 - 10:15 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
64,00 EUR

Nr. P3021-011

#### Fit mit Gymnastik in der Mittagspause

Eda Kaiser

Mit einem abwechslungsreichen Herz-Kreislauftraining mit Musik beginnen wir den Kurs. Danach erfolgt unter Einsatz verschiedener Handgeräte ein vielseitiges gymnastisches Übungsprogramm für Arme, Rücken, Bauch und Beine.

Mit abschließenden Dehnungs-, Lockerungs- und Entspannungsübungen wird die Stunde abgerundet. Sie erreichen dadurch Fitness und Wohlbefinden für den restlichen Tag.

Bitte Handtuch mitbringen.

Viele Krankenkassen fördern die Teilnahme an Gesundheitskursen nach § 20 SGB V und übernehmen teilweise oder vollständig die Gebühr.

Bis vor einiger Zeit hatten die Krankenkassen die Möglichkeit, im Rahmen eigener Prüfungen besonders qualifizierte Kursleiter anzuerkennen, auch wenn die formalen Voraussetzungen nicht in vollem Umfang gegeben waren. Dies ist inzwischen nicht mehr so, weshalb manche Angebote nun nicht mehr bezuschusst werden. Volkshochschulen dürfen Teilnahmebescheinigungen nach § 20 nur noch ausstellen, wenn die Zertifizierung der Zentralen Prüfstelle Prävention für den Kurs vorliegt.

**Ihre Ansprechpartnerin bei der VHS:**  
Bianca Scherer, Tel. 0751 560 353-11,  
b.scherer@weingarten-online.de.

6 – 12 Personen

10 Mittage, 17.09.2019 - 26.11.2019  
Dienstag, 12:15 - 13:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
36,00 EUR



Nr. P3021-061

#### MitFit

NEU

Aneta Bonev

Gönn' Dir eine Pause. Gemeinsam schalten wir den Kopf in der Mittagspause ab, und setzen den Körper in Bewegung. Die Mittagspause wird dabei genutzt, um mit moderaten Kräftigungs- und Stabilisationsübungen und abschließenden Mobilisations- und Entspannungsübungen einen Ausgleich zum Arbeitsalltag zu schaffen. Dadurch können Sie mit neuer Fitness und Wohlbefinden in den restlichen Tag gehen.

Bitte mitbringen: Sportkleidung und Sportschuhe, Handtuch, Trinken.

6 – 12 Personen

12 Mittage, 18.09.2019 - 11.12.2019  
Mittwoch, 12:30 - 13:15 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
43,20 EUR

#### Vormittagskurs

Nr. P3021-201

#### Fit im Alltag

#### Neue Energie tanken und Muskeln aufbauen

Brigitte Schiller

Die einfachen Übungen kräftigen den ganzen Körper, bringen den Kreislauf in Schwung und stärken die Kondition. Nebenbei sorgen sanfte Entspannungstechniken für mehr Balance und ein neues Körpergefühl im Alltag. Werden Sie gemeinsam mit anderen aktiv! Dieser Kurs bringt Sie nicht nur ins Schwitzen, sondern verbessert auch Ihre Körperwahrnehmung.

Gut für alle, die ihre Gesundheit stärken und fit werden möchten. Ideal auch für Einsteiger.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe.

8 – 15 Personen

12 Vormittage, 18.09.2019 - 11.12.2019  
Mittwoch, 09:15 - 10:15 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
49,60 EUR

#### Vormittagskurs

#### Fitnessgymnastik am Vormittag

Michaela Junker

Im Kurs bewegen wir uns mit einer abwechslungsreichen Mischung verschiedener Gymnastikarten wie: Konditions- und Ganzkörpertraining, Gymnastik mit Kleingeräten, Wirbelsäulengymnastik, Stretching, Lockerungs- und Entspannungsübungen. Ziel ist die Verbesserung von Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft, um so zu mehr Fitness und Wohlbefinden zu gelangen, bzw. diese zu erhalten.

Voraussetzung für diesen Kurs sind ein stabiler Kreislauf und eine Grundfitness. Bitte mitbringen: Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zum Trinken.

#### Kurs 1

Nr. P3021-081

7 – 14 Personen

10 Vormittage, 17.09.2019 - 26.11.2019  
Dienstag, 09:45 - 10:45 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
41,30 EUR

#### Kurs 2

Nr. P3021-091

7 – 14 Personen

10 Vormittage, 24.09.2019 - 03.12.2019  
Dienstag, 08:30 - 09:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
41,30 EUR

Nr. P3021-111

#### BBP (Bauch, Beine, Po)

Tatjana Schu

In diesem Kurs werden Übungen durchgeführt, welche vorwiegend die Muskulatur der Problemzonen Bauch, Beine und Po stärken und das Gewebe straffen. Mit und ohne Hilfsmittel, toller Musik und viel Spaß gestalten wir den Kurs abwechslungsreich.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Handtuch und Getränk.

7 – 12 Personen

10 Abende, 16.09.2019 - 25.11.2019  
Montag, 18:15 - 19:15 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
41,30 EUR



**Sportangebote für Kinder finden  
Sie unter „Junge VHS“.**

**Aerobik & Dance, Body Art**

Tatjana Schu

Herz-Kreislauf-Training, Ausdauer, Fettverbrennung, Kraft und Koordination werden gestärkt. In diesem Kurs steckt viel Energie und Temperament! Mit Ganzkörpertraining und Elementen aus der Wirbelsäulengymnastik, intensivem Yoga, Pilates und tänzerischen Schritten gestalten wir unsere Kursstunden. Am Ende runden wir die Stunde mit Stretching und Muskelentspannung ab. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Handtuch und Getränk.

**Kurs 1**

Nr. P3021-101

7 – 12 Personen

10 Abende, 17.09.2019 - 26.11.2019

Dienstag, 19:15 - 20:15 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3

41,30 EUR

**Kurs 2**

Nr. P3021-411

7 – 12 Personen

9 Abende, 19.09.2019 - 28.11.2019

Donnerstag, 19:05 - 20:05 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3

37,20 EUR

Nr. P3021-031

**Bodystyling & gezielte Problemzonengymnastik (Bauch, Beine, Po)**

Hülya Gürses

Kommen Sie fit in den Herbst mit gezielter Figurgymnastik (Bauch, Beine, Po) mit Zusatzgeräten (Heavy Hands, Tubing). Der Kurs dient hauptsächlich der Straffung und Kräftigung der Bauch- und Beinmuskulatur sowie dem speziellen Abbau von Fettdepots. Der Körper wird geformt und sein Erscheinungsbild verbessert sich. Nach dem Stretching erfolgt mit der Dehnung der beanspruchten Muskelgruppen ein ruhiger Ausklang der Kursstunde.

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Handtuch und Turnschuhe, die nicht auf der Straße getragen werden und keine glatten Sohlen haben

7 – 20 Personen

10 Abende, 19.09.2019 - 05.12.2019

Donnerstag, 18:15 - 19:15 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1

45,30 EUR

Nr. P3021-041

**Tabata, Bodystyling, Cardio-Boxing**

Hülya Gürses

Tabata ist ein hochintensives Intervalltraining, das deine Muskeln zum Brennen und dein Blut zum Kochen bringt. Im Kurs Tabata machen wir ein leichtes Warm-Up, um die Muskeln auf die Belastung vorzubereiten. 20 Sekunden volle Power! - 10 Sekunden verschnaufen! Es folgen 4

x 4 Minuten, dann ein Cooldown. Bodystyling ist ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining, das den Körper in seiner Gesamtheit fordert. Mit gezielten Übungen wird die Bauch-, Rücken- und Beinmuskulatur gekräftigt. Dazu nehmen wir Heavy Hands (Hanteln) und Tubes. Cardio Workout ist ein Wohlfühl-Training und sehr schonend für die Herz-Kreislauf-Leistungsfähigkeit, die Muskelkraftausdauer und die Koordination.

Cardio Boxing ist die effektivste Art, einen schlanken und schönen Körper zu erreichen. Bewegungen aus verschiedenen Kampfsportarten ergeben ein aerobes Cardio-Training. Sie verbrennen optimal Fett und trainieren simultan alle Muskeln. Oberarme, Rücken, Brust, Bauch und Po werden spürbar gestrafft. Sie fühlen sich besser, Ihre Haut ist besser durchblutet, Ihre Muskeln straffen sich. Und noch ein Vorteil: Sie bauen ganz gezielt Stress ab. Zum Abschluss jeder Kursstunde werden alle beanspruchten Muskelgruppen gedehnt.

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Handtuch und Turnschuhe, die nicht auf der Straße getragen werden und keine glatten Sohlen haben.

7 – 20 Personen

10 Abende, 19.09.2019 - 05.12.2019

Donnerstag, 19:15 - 20:15 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1

45,30 EUR

Nr. P3021-151

**Zumba® Fitness**

Julia Klaes-Doan

Zumba® gehört zur Zeit zu den angesagtesten Tanzworkouts. Erlebe Stunden voller Energie und Lebensfreude und lass dich von der Musik und den verschiedenen Facetten von Zumba® mitreißen. Zumba® ist ein vom Latino-Lebensgefühl inspiriertes Tanz- und Fitnessprogramm mit südamerikanischer und internationaler Musik und Tanzstilen wie Merengue, Salsa, Cumbia und Samba. Eine optimale Balance zwischen Ausdauertraining und körperformendem Muskelaufbau. Spaß ist garantiert und nebenbei schmelzen bei lateinamerikanischer Musik die Hüftpolster!

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Sportschuhe, Handtuch und Getränk.

Am 17.10.19 & 24.10.19 finden keine Kurse statt!

8 – 15 Personen

12 Abende, 19.09.2019 - 16.01.2020

Donnerstag, 17:00 - 18:00 Uhr

Talschule, Abt-Hyller-Str. 38,

Gymnastikraum F

49,60 EUR



Nr. P3021-161

**Zumba® Fitness**

Anna Imgrunt

Das ziemlich coolste Workout überhaupt. Abtanzen zu toller Musik mit großartigen Leuten und dabei noch eine Menge Kalorien verbrennen, ohne, dass man es überhaupt merkt. Zumba®-Fitness ist für alle und jeden, die Spaß an Bewegung und Musik haben.

Es werden Bewegungen mit niedriger und hoher Intensität zu einem kalorienverbrennenden Intervalltraining kombiniert. Dabei fühlt man sich wie auf einer Tanz-Fitness-Party mit lateinamerikanischen und weltweiten Rhythmen.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk

8 – 15 Personen

10 Abende, 08.11.2019 - 24.01.2020

Freitag, 19:00 - 20:00 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1

41,30 EUR

Nr. P3021-191

**Zumba® Gold**

Anna Imgrunt

Zumba Gold® richtet sich speziell an Anfänger, aktive ältere Personen, Schwangere und Teilnehmer mit Rücken- oder Gelenkproblemen.

Zumba Gold® basiert auf der Zumba-Formel und das Tempo wird auf die Bedürfnisse der Teilnehmern angepasst. Dabei werden alle Elemente beibehalten, die das Zumba-Fitness so beliebt machen: Lateinamerikanische Musik wie Salsa, Merengue, Cumbia und Reggaeton sowie Klänge aus der ganzen Welt, anregende und leicht erlernbare Bewegungen und eine mitreißende Party-Atmosphäre. Ein Tanzfitnesskurs für die Gesundheit!

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk

8 – 15 Personen

10 Abende, 08.11.2019 - 24.01.2020

Freitag, 18:00 - 19:00 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1

41,30 EUR

Nr. P3021-301

**Piloxing®**

Julia Klaes-Doan

Piloxing® ist ein Fitnessprogramm, welches die effektivsten Übungen aus Pilates, Boxen und Tanz zu einem Intervall-

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)



Training verbindet. Dieses sorgt unter anderem für eine schnelle Fettverbrennung, Straffung des gesamten Körpers sowie Beweglichkeit und Ausdauer. Die Pilates-Elemente sorgen für die Kräftigung der tiefer liegenden Muskelgruppen und für eine insgesamt bessere Körperhaltung. Damit der Spaß nicht zu kurz kommt, werden in jeder Piloxing-Stunde zudem Tanz-Elemente eingebaut. Unterstützt wird das Training von motivierender, schneller Musik, so dass Sie gar nicht anders können als sich zu bewegen.

Piloxing ist ein Barfußtraining, bringen Sie deshalb bitte geeignete Socken (ggf. mit Noppen), eine Gymnastikmatte, ein Handtuch, ein Getränk sowie 20 Euro für die Piloxing-Handschuhe mit.

Am 17.10.19 und 24.10.19 finden keine Kurse statt.

8 – 15 Personen  
12 Abende, 19.09.2019 - 16.01.2020  
Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr  
Talschule, Abt-Hyller-Str. 38,  
Gymnastikraum F  
49,60 EUR



Nr. P3021-501  
**SALSATION®**

Lina Wagner

SALSATION® ist ein Tanz-Fitness-Programm, das auf funktionalem Training mit einem sehr starken Fokus auf Musikalität und lyrischem Ausdruck basiert. Es ist somit für alle geeignet, die das Tanzen lieben, dabei fit bleiben oder werden wollen und ihre Mobilität und Flexibilität behalten bzw. verbessern möchten.

Die Choreographien beinhalten neben funktionalen Trainingselementen innovative und isolierte Tanzbewegungen, um sicherzustellen, dass sich der Körper auf natürliche und gesunde Weise bewegt und die Gelenke dabei geschont werden. Der Begriff SALSATION® ist eine Mischung aus den Worten Salsa (heiße würzige Sauce) und Sensation. Salsa ist die Mischung aus verschiedenen Rhythmen, Kulturen, Tänzen und Fitnessselementen. Sensation ist das Gefühl getanzter Lebensfreude. Wer also einen knalligen Mix aus allen möglichen Musikrichtungen mag (lateinamerikanische Musik, Dancehall, Hip Hop, African Beats,...), der ist in einem SALSATION® Kurs genau richtig.

„Dancing never felt so good!“

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch, Sportschuhe und Getränk.

8 – 15 Personen  
12 Abende, 19.09.2019 - 19.12.2019  
Donnerstag, 18:30 - 19:30 Uhr  
Schule am Martinsberg, Malerstraße 7,  
Gymnastikhalle  
57,60 EUR

Nr. P3021-021

## Life Kinetik – Gehirnjogging durch Bewegung

Ursula Eichert

Life Kinetik begeistert durch das lustige und motivierende Training Groß und Klein. Es ist eine sehr amüsante und effektive Methode, Geist und Körper durch ungewohnte Bewegungsabläufe fit zu halten und die Lebensfreude zu steigern. Der Spaß steht bei uns stets im Vordergrund, nicht die Perfektion. Ganz nach dem Motto: Versuch's, vielleicht klappt's! Denn das Entscheidende ist, sich immer wieder auf die neuen Herausforderungen einzulassen. Dabei entstehen, ganz automatisch, neue Vernetzungen im Gehirn. Life Kinetik erhöht die Aufnahmekapazität, verbessert die Konzentration, entspannt den Körper und sorgt dadurch für Stressreduzierung. Es bringt mehr Freude und Erfolg in der Schule, im Studium, am Arbeitsplatz, beim Sport und im Privatleben. Da es sich um ein sanftes Bewegungsprogramm handelt, ist es auch für ältere Menschen ideal, um sich für den Alltag fit zu halten.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschuhe und ein Getränk.

7 – 10 Personen  
12.10.2019 und 13.10.2019  
Samstag, 10:00 - 14:00 Uhr  
Sonntag, 10:00 - 14:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
96,00 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P3021-331

## Faszientraining

Daniela Stephan, Physiotherapeutin

Die Faszien sind das Bindegewebe, das jeden Muskel, jedes Organ und jede Bandstruktur umgibt, und unseren ganzen Körper vernetzt. Sie garantieren Belastbarkeit von Sehnen und Bändern, vermeiden schmerzhaftes Reibereien in Hüftgelenken und Bandscheiben, schützen die Muskulatur vor Verletzung und halten uns in Form. Sind die Faszien verklebt, behindert dies die Beweglichkeit. Unser Ziel in diesem Kurs ist es, anhand von speziellen Übungen das Gewebe wieder elastischer zu bekommen und die Faszien wieder gleiten zu lassen. So werden wir wieder beweglicher. Keine langweiligen Muskeldehnungsübungen – hin zu dynamischen, kreativen Ganzkörperbewegung! Dabei kommt auch die Faszienrolle zum Einsatz. Mit dieser wird außerdem die Rumpfkraft trainiert, was zu mehr Stabilität führt.

## Wochenendkurs

Dieser Kurs ist nicht für Menschen geeignet, die an Osteoporose erkrankt sind. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch und ein Getränk. Wenn vorhanden, kann eine Faszienrolle selbst mitgebracht werden.

7 – 12 Personen  
7 Abende, 01.10.2019 - 19.11.2019  
Dienstag, 17:00 - 18:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
33,60 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P3001-001

## Schwimmtechnik

### Anfänger

Bianca Scherer

Sie schwimmen gerne und wollten schon immer mal das „Kraulen“ lernen?! Dann ist dieser Kurs eine ideale Gelegenheit dies und weitere Schwimmarten zu erlernen.

„Schwimmen stärkt die Gesundheit und ist dabei gelenkschonend!“. Doch die wenigsten wissen wie entscheidend eine richtige Technik ist. Das Brustschwimmen, wie es die meisten in ihrer Kindheit erlernen, abgesenktes Gesäß und ständigem Kopf über dem Wasser, ist leider alles andere als gelenkschonend, denn vor allem Nackenpartie und Kniegelenke werden stark belastet.

In diesem Kurs lernen Sie die grundlegenden Kenntnisse des Kraulens und verbessern zunehmend Ihre Technik. Schnell werden Sie bemerken, dass die Kraultechnik deutlich einfacher zu beherrschen ist, als die korrekte Brustschwimmtechnik.

Bitte mitbringen: Badebekleidung, Schwimmbrille, Badekappe, Badelatschen, Handtuch

7 – 12 Personen  
10 Abende, 11.10.2019 - 13.12.2019  
Freitag, 17:00 - 18:00 Uhr  
PH Weingarten, Sportzentrum,  
Bauernjörgstr. 7, Hallenbad  
69,30 EUR (keine Ermäßigung)



## Schwimmtechnik

### Fortgeschrittene

Bianca Scherer

Sie schwimmen gerne und haben schon Grundkenntnisse im Kraulschwimmen. Dann ist dieser Kurs eine ideale Gelegenheit Ihre Technik zu optimieren und Ihre Ausdauer zu trainieren.



„Schwimmen stärkt die Gesundheit und ist dabei gelenkschonend!“. Doch die wenigsten wissen wie entscheidend eine richtige Technik ist. Das Brustschwimmen, wie es die meisten in ihrer Kindheit erlernen, abgesenktes Gesäß und ständigem Kopf über dem Wasser, ist leider alles andere als gelenkschonend, denn vor allem Nackenpartie und Kniegelenke werden stark belastet. Besser geeignet ist die Kraultechnik.

In diesem Kurs optimieren Sie Ihre Kraultechnik und verbessern zunehmend auch Ihre Ausdauer.

Bitte mitbringen: Badebekleidung, Schwimmbrille, Badekappe, Badelatschen, Handtuch

### Kurs 1

Nr. P3001-011

7 – 12 Personen

10 Abende, 11.10.2019 - 13.12.2019

Freitag, 19:00 - 20:00 Uhr

PH Weingarten, Sportzentrum,

Bauernjörgstr. 7, Hallenbad

69,30 EUR (keine Ermäßigung)

### Kurs 2

Nr. P3001-021

7 – 12 Personen

10 Abende, 11.10.2019 - 13.12.2019

Freitag, 20:00 - 21:00 Uhr

PH Weingarten, Sportzentrum,

Bauernjörgstr. 7, Hallenbad

69,30 EUR (keine Ermäßigung)

### Kurs 3

Nr. P3001-041

7 – 12 Personen

10 Vormittage, 13.10.2019 - 15.12.2019

Sonntag, 08:30 - 09:30 Uhr

PH Weingarten, Sportzentrum,

Bauernjörgstr. 7, Hallenbad

69,30 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P3001-031

### AquaFit

Bianca Scherer

Aqua-Fitness ist ein vielseitiges Ganzkörpertraining im Wasser. Die besonderen Eigenschaften des Wassers machen das Training effektiv und schonend zugleich. Durch den Wasserauftrieb werden auch bei hoher Intensität, Gelenke, Bänder und Bandscheiben geschont. Der Wasserwiderstand bewirkt eine gleichmäßige Bewegungsgeschwindigkeit und minimiert so das Verletzungsrisiko. Der Wasserdruck stärkt das Bindegewebe, senkt die Herzfrequenz und trainiert das Herz-Kreislauf-System. In diesem Kurs werden Übungen mit und ohne Geräte, Elemente aus Aerobic und Aquajogging zu einem abwechslungsreichen Mix für Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination geschult.

Bitte mitbringen: Badebekleidung, Badelatschen, Handtuch

7 – 15 Personen

10 Abende, 11.10.2019 - 13.12.2019

Freitag, 18:00 - 19:00 Uhr

PH Weingarten, Sportzentrum,

Bauernjörgstr. 7, Hallenbad

69,30 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P3021-601

### Ballspiele mit funktionellem Training

Marcus Frank, Personal Trainer

Sie wollten schon lange mal wieder verschiedene Ballsportarten ausprobieren und präventiv mit einem guten Training aus Kraft- und Koordinationstraining die Muskulatur stärken?

Der Kurs beginnt mit einem Warm-Up aus dem Bereich des Athletiktrainings, bevor speziell die Muskulatur mit einem kurzen aber knackigen Kräftigungsteil gestärkt wird.

In der zweiten Hälfte des Kurses spielen wir zusammen verschiedene Ballsportarten. Freuen Sie sich auf Basketball, Volleyball, Handball, Brennball, Völkerball, etc. Der Kurs ist für alle offen.

Bitte mitbringen: Handtuch, Hallenschuhe und ein Getränk.

7 – 15 Personen

10 Abende, 23.10.2019 - 15.01.2020

Mittwoch, 18:30 - 19:30 Uhr

Schule am Martinsberg, Hallenteil 1,

Malerstraße 7, Oberstadthalle

53,30 EUR

Nr. P3021-701

### Von 0 auf 10 – Lauf gesund

#### Fit in 99 Tagen

Anita Opitz

Mit Spaß und Freude die Laufleistung von 0 auf 10 km aufbauen. Zusammen trainieren wir die Ausdauer, verbessern den Laufstil und bereiten uns auf einen 10 km Lauf vor.

Nach Abschluss des Kurses kann nach Absprache gerne bei einem gemeinsamen Laufwettbewerb teilgenommen werden. Voraussetzungen: Keine gesundheitlichen Einschränkungen wie z. B. Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems, Atemwegs- oder Lungenerkrankungen, ansonsten können alle von Anfänger bis Fortgeschrittene teilnehmen.

Bitte kommen Sie zum Kursstart in Sportkleidung und Laufschuhe zum Kursort.

7 – 15 Personen

10 Abende, 17.09.2019 - 26.11.2019

Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr

Treffpunkt: Eingang des Freibads

Weingarten, Nessenreben 3

53,30 EUR

Nr. P3021-711

### Athletiktraining

#### In der Natur

Marcus Frank, Personal Trainer

Unser Athletiktraining umfasst alle wichtigen Fähigkeiten, die bei der Ausführung einer Sportart und im Alltag funktionieren müssen. Diese umfassen: Kraft, Ausdauertraining, Koordination, Schnelligkeit und Beweglichkeit.

Die Natur ist unser Stadion und Trainingsraum, in der wir Fähigkeiten zusammen in einem Gruppentraining verbessern.

Bitte kommen Sie zum Kursstart in Sportkleidung zum Kursort.

7 – 15 Personen

5 Abende, 18.09.2019 - 16.10.2019

Mittwoch, 18:30 - 19:30 Uhr

Treffpunkt: Eingang des Freibads Weingarten, Nessenreben 3

26,70 EUR



Nr. P3021-051

### Zirkel und Bodyfitness

NEU

Aneta Bonev

Zirkel und Bodyfitness liefert Dir eine tolle Trainingseinheit, die Deinen ganzen Körper strafft und in Form bringt – und das alles bei einem abwechslungsreichen Zirkeltraining. Mit Kraft, Ausdauer und entspannten Elementen sorgen wir gemeinsam für ein tolles Workout für Dich und Deinen Körper! Gemeinsam sind wir stark und powern uns aus, bist Du dabei?

Bitte mitbringen: Sportkleidung und Sportschuhe, Handtuch und Getränk.

7 – 12 Personen

12 Nachmittage,

18.09.2019 - 11.12.2019

Mittwoch, 16:15 - 17:45 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3

74,40 EUR



Nr. P3023-001

### Kinsporth® – Besser werden in Sport, Schule und Beruf

NEU

Sabine Renz

Kinsporth® ist eine sportkinesiologische Trainingsmethode, die Körper und Geist in Balance bringt und unglaublich viel Spaß macht. Wir aktivieren durch gezielte Übungen die linke und rechte Gehirnhälfte und bringen die drei Körperebenen in Balance, außerdem gleichen wir muskuläre Dysbalancen aus und können somit das Verletzungsrisiko verringern. Durch die enorme Vielseitigkeit und dem

kinesiologischen Anteil ist Kinsporth® für jede Altersklasse ab 8 Jahren geeignet und kann sowohl im Beruf, in der Schule wie auch im Sport erfolgreich angewandt werden. Auch für Senioren ist es ein sehr effektives Training zur Steigerung der Balance und der geistigen Fitness.

Ziel dieses Trainings ist sowohl der Stressabbau, wie auch der bessere Umgang mit Stresssituationen, Steigerung der Koordination und Konzentration, Harmonisierung des Meridianflusses, Verbesserung des Reaktionsvermögens und Steigerung der Teamfähigkeit und Zusammenarbeit.

Ich freue mich auf jede Menge Spaß und ein effektives und gesundes Training mit Euch.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Turnschuhe, Trinken.

7 – 14 Personen  
8 Abende, 20.09.2019 - 22.11.2019  
Freitag, 18:00 - 19:00 Uhr  
Brechenmacherstr. 19, Großsporthalle  
40,50 EUR (keine Ermäßigung)



Nr. P3041-011  
**NeuroScanBalance® – Ein neuer Ansatz zur Bewegung**

IWO Integrations-Werkstätten  
Oberschwaben gGmbH

Lernen Sie durch den Einsatz der NeuroScanBalance®-Methode ein völlig neues Körpergefühl kennen. Durch die aufmerksame Durchführung feinmotorischer Bewegungen werden dem Körper schmerzfreie Bewegungsalternativen geboten, die das körperliche Wohlbefinden in jedem Alter steigern können.

Angeleitet wird der Kurs von Madlen Sterk, zertifizierte NeuroScanBalance®-Trainerin.

Die Bewegungsangebote können im Sitzen oder im Liegen durchgeführt werden. Mitzubringen: Bequeme Kleidung, ggf. Unterlage zum Liegen.

3 – 6 Personen  
2 Nachmittage, 15.10.2019, 22.10.2019  
Dienstag, 14:00 - 15:30 Uhr  
IWO-Integrationswerkstätten  
Oberschwaben, Stefan-Rahl-Straße 2, Bildungsraum  
20,00 EUR (keine Ermäßigung)

**Pilates**

**Vormittagskurs**

**Pilates**

Kerstin Schote

Pilates ist ein sanftes Training für den ganzen Körper. Durch Kräftigung der tiefen Bauch- und Rückenmuskulatur wird ein starkes Körperzentrum aufgebaut. Durch gleichzeitiges Dehnen und Kräftigen der Muskulatur halten sich Kraft und Flexibilität die Balance, Muskelverspannungen werden beseitigt und das Körperbewusstsein verbessert. Im Einklang

mit der speziellen Atmung, die die fließenden Bewegungsabläufe unterstützt, findet man schnell die innere Ruhe wieder. Am Ende der Stunde führt Sie eine Tiefenentspannung in ein langanhaltendes Wohlgefühl. Auch für Anfänger geeignet. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Handtuch, Getränk.

**Kurs 1**

Nr. P3022-041  
6 – 12 Personen  
10 Vormittage, 17.09.2019 - 26.11.2019  
Dienstag, 08:30 - 09:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
49,30 EUR

**Kurs 2**

Nr. P3022-051  
6 – 10 Personen  
10 Vormittage, 17.09.2019 - 26.11.2019  
Dienstag, 09:35 - 10:35 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
49,30 EUR

Nr. P3022-091  
**Pilates**

Kerstin Schote

Pilates ist ein sanftes Training für den ganzen Körper. Durch Kräftigung der tiefen Bauch- und Rückenmuskulatur wird ein starkes Körperzentrum aufgebaut. Durch gleichzeitiges Dehnen und Kräftigen der Muskulatur halten sich Kraft und Flexibilität die Balance, Muskelverspannungen werden beseitigt und das Körperbewusstsein verbessert. Im Einklang mit der speziellen Atmung, die die fließenden Bewegungsabläufe unterstützt, findet man schnell die innere Ruhe wieder. Am Ende der Stunde führt Sie eine Tiefenentspannung in ein langanhaltendes Wohlgefühl. Auch für Anfänger geeignet. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Handtuch, Getränk.

7 – 12 Personen  
10 Abende, 18.09.2019 - 27.11.2019  
Mittwoch, 18:00 - 19:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
46,70 EUR

**Rund um den Rücken**

Nr. P3031-011  
**Bewegen statt Schonen Rücken-Aktiv**

Kerstin Schote

Neben der Schulung einer natürlichen und gesunden Haltung und Bewegung, stellen vor allem der Einsatz komplexer funktioneller Dehn-, Kräftigungs- und Stabilisationsübungen die Schwerpunkte des Kurses dar. Spielerische und abwechslungsreiche Körperwahrnehmungsübungen, sensomotorische Elemente, Mobilisation, Lockerungen, Entspannungsübungen sowie Informationen rund um Haltung und Rücken tragen dem ganzheitlichen Aspekt eines Rückentrai-

nings Rechnung. Bei alledem stehen der Abbau von Bewegungsmangel, die Vermittlung von Freude an der Bewegung sowie die Entwicklung eines aktiven und gesunden Lebensstils im Vordergrund. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Getränk.

7 – 12 Personen  
10 Abende, 18.09.2019 - 27.11.2019  
Mittwoch, 19:05 - 20:05 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
48,70 EUR (Kopierkosten sind in der Gebühr enthalten)



Nr. P3031-031  
**Fit mit Wirbelsäulengymnastik am Abend**

Brigitte Horn

Dieser Kurs bietet ein abwechslungsreiches Gymnastikprogramm mit Musik. Die Stunde beginnt mit einem Herz-Kreislauf-Training, dann folgt eine Ganzkörperkräftigung mit Schwerpunkt Bauch und Rücken. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden die Stunde ab, um so zu Fitness und Wohlbefinden zu gelangen. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. Am 18.12.2019 findet kein Kurs statt.

12 – 18 Personen  
14 Abende, 18.09.2019 - 15.01.2020  
Mittwoch, 18:00 - 19:00 Uhr  
Talschule, Abt-Hyller-Str. 38,  
Gymnastikraum F  
70,90 EUR

Nr. P3021-331  
**Faszientraining**

Daniela Stephan, Physiotherapeutin

Die Faszien sind das Bindegewebe, das jeden Muskel, jedes Organ und jede Bandstruktur umgibt, und unseren ganzen Körper vernetzt. Sie garantieren Belastbarkeit von Sehnen und Bändern, vermeiden schmerzhafte Reibereien in Hüftgelenken und Bandscheiben, schützen die Muskulatur vor Verletzung und



halten uns in Form. Sind die Faszien verklebt, behindert dies die Beweglichkeit. Unser Ziel in diesem Kurs ist es, anhand von speziellen Übungen das Gewebe wieder elastischer zu bekommen und die Faszien wieder gleiten zu lassen. So werden wir wieder beweglicher. Keine langweiligen Muskeldehnungsübungen – hin zu dynamischen, kreativen Ganzkörperbewegung! Dabei kommt auch die Faszienrolle zum Einsatz. Mit dieser wird außerdem die Rumpfkraft trainiert, was zu mehr Stabilität führt. Dieser Kurs ist nicht für Menschen geeignet, die an Osteoporose erkrankt sind. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch und ein Getränk. Wenn vorhanden, kann eine Faszienrolle selbst mitgebracht werden.

7 – 12 Personen  
7 Abende, 01.10.2019 - 19.11.2019  
Dienstag, 17:00 - 18:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
33,60 EUR (keine Ermäßigung)



Nr. P3031-331  
**Rückenfit**

Daniela Stephan, Physiotherapeutin  
Der Rückenfitkurs eignet sich für alle, die einseitige Belastungen durch Sport und Beruf ausgleichen, Bewegungsmangel unterbrechen möchten oder unter Verspannungen leiden. Gezielte Übungen für Rücken und Bauch sorgen für mehr Stabilität und eine aufrechte Haltung. Wir trainieren abwechslungsreich mit verschiedenen Kleingeräten und machen Sie fit für den Alltag! Ergänzt wird die Stunde durch Tipps und einem gemeinsam erarbeitenden Heimprogramm. Bitte mitbringen: Sportbekleidung und ein Getränk.

7 – 12 Personen  
10 Abende, 01.10.2019 - 10.12.2019  
Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
46,70 EUR

**Sportangebote für Kinder finden Sie unter „Junge VHS“.**

**Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)**

Nr. P3031-021  
**Wirbelsäulengymnastik**

Paula Spalek  
Die Wirbelsäule ist die Basis unseres Skelettsystems. Die Erhaltung der Beweglichkeit unserer Wirbelsäule ist von großer Bedeutung. Durch gezielte Kräftigung der Rumpfmuskulatur sowie der Mobilisierung der Wirbelsäule wird die Körperhaltung nachhaltig verbessert und gefördert. Dieser Kurs ist besonders geeignet für Sie, wenn Sie Ihre Rückenmuskulatur gezielt kräftigen, Ihre Körperhaltung verbessern, Verspannungen lösen oder Ihrem Rücken prophylaktisch etwas Gutes tun möchten. In den Ferien findet kein Kurs statt. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und ein Getränk.

8 – 12 Personen  
10 Nachmittage,  
07.10.2019 - 16.12.2019  
Montag, 16:30 - 17:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
42,70 EUR

Nr. P3011-041  
**Rückengesundheit-Büro-Bildschirm-Arbeitsplatz**

Gerold Bilek  
In dem Workshop zeigen wir Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung auf. Ob am Arbeitsplatz oder zu Hause: Wir verbringen einen großen Teil unserer Zeit sitzend am Computer. Die Folge: Muskeln und Wirbelsäule werden einseitig belastet. Die Ursache aller im Büro entstehenden Beschwerden wie z. B. Mausarm, Rücken- und Kopfschmerzen. Im Workshop geht es um das Thema gesunder Rücken und ergonomische Arbeitsplatzgestaltung und es gibt Tipps zum richtigen und individuellen Einstellen des eigenen Arbeitsplatzes im Unternehmen oder zuhause.

10 – 12 Personen  
Donnerstag, 17.10.2019 und 24.10.2019,  
18:30 - 20:00 Uhr  
Danziger Str. 7,  
GESSLER + FUNK Office GmbH  
39,50 EUR

### Zielgruppenangebote

**Senioren sport „Aktiv jünger bleiben“**

Karin Bellrich-Blum, Sportlehrerin,  
Kursleiterin Reha Sport

In diesem Kurs wird durch den Einsatz verschiedener Handgeräte ein abwechslungsreiches und gymnastisch ausgewogenes Übungsprogramm angeboten, das zur Erhaltung und Verbesserung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit und des allgemeinen sozialen Wohlbefindens beitragen soll. Neben Lockerungs- und Entspannungsübungen

wird durch gezielte Gymnastik die Beweglichkeit von Wirbelsäule und Gelenken erhalten. Die Koordination und Belastbarkeit des Herz-Kreislauf-Systems wird gefördert. Das Bewegungsprogramm dient der Stärkung der Muskelkraft sowie der Schulung des Gleichgewichts und gilt somit als wichtiger Faktor der Sturzprophylaxe.

### Kurs 1

Nr. P3023-061-S  
8 – 14 Personen  
12 Vormittage, 10.10.2019 - 16.01.2020  
Donnerstag, 10:45 - 11:45 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
48,00 EUR (keine Ermäßigung)

### Kurs 2

Nr. P3023-051-S  
8 – 14 Personen  
12 Vormittage, 17.10.2019 - 23.01.2020  
Donnerstag, 09:30 - 10:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
48,00 EUR (keine Ermäßigung)

### Kurs 3

Nr. P3023-041-S  
8 – 14 Personen  
12 Vormittage, 24.10.2019 - 30.01.2020  
Donnerstag, 08:15 - 09:15 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
48,00 EUR (keine Ermäßigung)



Nr. P3021-171  
**Beweglichkeitstraining – Bleib beweglich und fit Für junggebliebene Senioren**

Erika Dengler

Die Gymnastikstunde beginnt mit einer Aufwärmphase. Danach erfolgt ein ausgewogenes Ganzkörpertraining mit Beweglichkeitsübungen, bei dem Kleingeräte wie Hanteln, Soft-Bälle und Stretchbänder eingesetzt werden.

7 – 16 Personen  
15 Abende, 19.09.2019 - 23.01.2020  
Donnerstag, 17:00 - 18:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 1  
62,00 EUR



Politik, Gesellschaft, Umwelt  
Kultur und Gestalten  
Gesundheit  
Deutsch  
Sprachen  
Arbeit und Beruf  
Außenstellen Weingarten

**Erkrankungen, Heilmethoden**

**Heilmittel**

Nr. P3032-001  
**Natur-Heilmittel**

Theresia Jakob  
Viele gesunde Stoffe aus der Natur können wir nutzen um selber Heilmittel herzustellen. Gerade im Herbst können wir für die kalte Jahreszeit noch Salben und vieles mehr herstellen um gut gerüstet zu sein. Wir sprechen über eine Vielzahl von Möglichkeiten, selbst Heilmittel mit natürlichen Zutaten zuzubereiten. Wir fertigen eine Krampfadern-Salbe, einen Erkältungs-Balsam und ein Winterbadesalz. Bitte mitbringen: Ein Geschirrhandtuch und eine Schürze.

6 – 10 Personen  
Donnerstag, 24.10.2019,  
18:00 - 20:15 Uhr  
Hiltrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche  
21,60 EUR (Materialkosten sind in der Gebühr enthalten)

**Augentraining**



Nr. P3011-091  
**Das Augentraining für ein bewusstes, achtsames Sehen im Beruf und Alltag**

Willi Baur  
Wir lesen und schauen immer mehr auf digitalen Bildschirmen, wo wir unser Sehen zum Teil überbeanspruchen ohne dieses wirklich wahrzunehmen. Eine Überbeanspruchung Ihrer Augen kann dazu führen, dass Sie Kopfschmerzen, trockene, gerötete, brennende Augen bekommen.  
Um diesen Gegebenheiten entgegen zu wirken bietet ein Augentraining Lösungen an.  
Sie lernen dabei:  
– Wie erhalte ich mir ein gutes Sehen im Umgang mit digitalen Medien?  
– Wie kann ich mein Sehen stärken und verbessern?  
– Welche Spielregeln gibt es zu beachten?  
Das Augentraining ist ein praxisbezogenes Seminar mit wertvollen Übungen und Tipps für Ihren Seh-Alltag im Umgang mit digitalen Medien.

7 – 15 Personen  
Donnerstag, 17.10.2019,  
18:00 - 21:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
17,30 EUR

**Rückengesundheit Büro-Arbeitsplatz**



Nr. P3011-041 **NEU**  
**Rückengesundheit-Büro-Bildschirm-Arbeitsplatz**

Gerold Bilek  
In dem Workshop zeigen wir Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung auf. Ob am Arbeitsplatz oder zu Hause: Wir verbringen einen großen Teil unserer Zeit sitzend am Computer. Die Folge: Muskeln und Wirbelsäule werden einseitig belastet. Die Ursache aller im Büro entstehenden Beschwerden wie z. B. Mausarm, Rücken- und Kopfschmerzen. Im Workshop geht es um das Thema gesunder Rücken und ergonomische Arbeitsplatzgestaltung und es gibt Tipps zum richtigen und individuellen Einstellen des eigenen Arbeitsplatzes im Unternehmen oder zuhause.

10 – 12 Personen  
Donnerstag, 17.10.2019 und 24.10.2019,  
18:30 - 20:00 Uhr  
Danziger Str. 7,  
GESSLER + FUNK Office GmbH  
39,50 EUR

**NeuroScanBalance®**



Nr. P3041-011  
**NeuroScanBalance® – Ein neuer Ansatz zur Bewegung**

IWO Integrations-Werkstätten  
Oberschwaben gGmbH  
Lernen Sie durch den Einsatz der NeuroScanBalance®-Methode ein völlig neues Körpergefühl kennen. Durch die aufmerksame Durchführung feinmotorischer Bewegungen werden dem Körper schmerzfreie Bewegungsalternativen geboten, die das körperliche Wohlbefinden in jedem Alter steigern können. Angeleitet wird der Kurs von Madlen Sterk, zertifizierte NeuroScanBalance®-Trainerin. Die Bewegungsangebote können im Sitzen oder im Liegen durchgeführt werden. Mitzubringen: Bequeme Kleidung, ggf. Unterlage zum Liegen.

3 – 6 Personen  
2 Nachmittage, 15.10.2019, 22.10.2019  
Dienstag, 14:00 - 15:30 Uhr  
IWO-Integrationswerkstätten  
Oberschwaben, Stefan-Rahl-Straße 2,  
Bildungsraum  
20,00 EUR (keine Ermäßigung)

**Sport Spezial**

**Schnee**

**Wochenendkurs**

Nr. P3001-011-R  
**Mondschein-Schneeschuhwanderung**

Franz Ressimann  
Schneeschuhwandern in unberührten Winterlandschaften ist am Tag bereits ein wunderschönes Erlebnis. Eine Schneeschuhwanderung in einer Mondnacht ist einfach unbeschreiblich! Tief verschneite Wälder, die Stille der Nacht und das Glitzern der Schneekristalle im Mondlicht. Ideal, um abzuschalten, die Seele baumeln zu lassen und neue Kräfte zu tanken. Schon nach wenigen Gehminuten werden sich die Augen an das Licht gewöhnen, jede künstliche Beleuchtung würde nur stören. Unterwegs wird eine Pause eingelegt, auf einer Lichtung werden einige Fackeln entzündet und Glühwein oder Früchtetunsch ohne Alkohol getrunken, bevor es weitergeht. Es ist keine spezielle, teure Ausrüstung erforderlich, sondern normale Wanderkleidung und feste hohe Wanderschuhe. Eine solide Grundkondition sollten Sie allerdings schon haben, denn die Wanderung führt nicht nur durch flaches Gelände! Nähere Informationen, was sinnvollerweise mitgenommen werden sollte, erhalten Sie bei der Anmeldung. Schneeschuhe werden zur Verfügung gestellt, Stöcke bei Bedarf ebenso.

Anmeldeschluss: 07.01.2020, danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.  
Treffpunkt: Busparkplatz Weingarten Festplatz – Abfahrt ans Bödele oder nach Balderschwang um 16.00 Uhr, Ankunft in Weingarten ca. 23.00 Uhr.

35 – 40 Personen  
Samstag, 08.02.2020, 16:00 - 23:30 Uhr  
39,00 EUR (keine Ermäßigung)

**Wochenendkurs**

Nr. P3001-041-R  
**Iglubau und -übernachtung mit Schneeschuh-trekking**

Thomas Bonasera  
Haben Sie schon einmal in einem Iglu übernachtet? Nein! Dann dürfen Sie auf die Plusgrade, die im Iglu herrschen, gespannt sein!

Programmablauf:  
Der Tag beginnt mit einer Einweisung im Umgang mit dem Lawinenschütteten-Suchgerät und der Lawinensonde. Anschließend machen Sie sich mit Schneeschuhen auf den Weg. Das erste Etappenziel ist das auf 1787 Meter hoch gelegene „Riedberger Horn“. Entlang des „Riedberger-Horn-Grates“ wandern wir ein Stück weiter, bis der geeignete Platz für die Errichtung unseres „Igludorfes“ erreicht ist. Unter professioneller Anweisung bauen Sie nun Ihr eigenes Iglu für die kommende Nacht. Nach der Anstrengung des Iglubaus wandern wir in ca. 15 Minuten zu einer nahe gelegenen Berg-

hütte und wärmen uns bei Glühwein und einer kräftigen Mahlzeit (nicht im Preis inbegriffen) wieder auf.

Nach einem lustigen Hüttenabend geht es dann in Richtung selbstgebautes Eigenheim, wo alles für die bevorstehende Nacht vorbereitet wird. Bei einem warmen Getränk aus dem Expeditionszelt genießen wir gemeinsam die Stille und das einmalige Ambiente der winterlichen Nacht. Am nächsten Morgen genießen unsere Gäste bei einer Tasse Kaffee und einem einfachen Outdoor Frühstück den (hoffentlich) Sonnenaufgang vom warmen Iglu bzw Expeditionszelt aus und bereiten sich für ein Schneeschuh Gipfelerlebnis vor, oder machen sich langsam wieder auf den Weg zum Treffpunkt des ersten Tages.

Ende der Tour wird gegen 14.00 Uhr sein. Sie sollten gesund sein und eine gute Fitness besitzen.

In den Kosten sind enthalten: Schneeschuhe inkl. Stöcke, Expeditionsschlafsack und Biwacksack, Lawinenschutztafel-Suchgerät, Lawinsonde, Snacks und Getränke für den Anstieg, kleines Frühstück.

Bitte organisieren Sie die Anreise selbst. Treffpunkt: 8.30 Uhr Skigebiet Grasgehren bei Balderschwang, Parkplatz. Ende der Veranstaltung: Sonntag ca. 14.00 Uhr.

Anmeldeschluss: 10.01.2020 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.

8 – 12 Personen

2 Tage, 22.02.2020, 23.02.2020

Samstag, 08:30 - 14:00 Uhr

Sonntag, 08:30 - 14:00 Uhr

Grasgehren (Grasgehrenlifte)

Riedbergpass 1, 87538 Obermaiselstein  
113,00 EUR (keine Ermäßigung)



## Wasser

Nr. P3001-001

### Schwimmtechnik

#### Anfänger

Bianca Scherer

Sie schwimmen gerne und wollten schon immer mal das „Krauln“ lernen?! Dann ist dieser Kurs eine ideale Gelegenheit dies und weitere Schwimmarten zu erlernen.

„Schwimmen stärkt die Gesundheit und ist dabei gelenkschonend!“. Doch die wenigsten wissen wie entscheidend eine richtige Technik ist. Das Brustschwimmen, wie es die meisten in ihrer Kindheit erlernen, abgesenktes Gesäß und ständi-

gem Kopf über dem Wasser, ist leider alles andere als gelenkschonend, denn vor allem Nackenpartie und Kniegelenke werden stark belastet.

In diesem Kurs lernen Sie die grundlegenden Kenntnisse des Kraulens und verbessern zunehmend Ihre Technik. Schnell werden Sie bemerken, dass die Kraultechnik deutlich einfacher zu beherrschen ist, als die korrekte Brustschwimmtechnik.

Bitte mitbringen: Badebekleidung, Schwimmbrille, Badekappe, Badelatschen, Handtuch

7 – 12 Personen

10 Abende, 11.10.2019 - 13.12.2019

Freitag, 17:00 - 18:00 Uhr

PH Weingarten, Sportzentrum,

Bauernjörgstr. 7, Hallenbad

69,30 EUR (keine Ermäßigung)

### Schwimmtechnik

#### Fortgeschrittene

Bianca Scherer

Sie schwimmen gerne und haben schon Grundkenntnisse im Kraulschwimmen. Dann ist dieser Kurs eine ideale Gelegenheit Ihre Technik zu optimieren und Ihre Ausdauer zu trainieren.

„Schwimmen stärkt die Gesundheit und ist dabei gelenkschonend!“. Doch die wenigsten wissen wie entscheidend eine richtige Technik ist. Das Brustschwimmen, wie es die meisten in ihrer Kindheit erlernen, abgesenktes Gesäß und ständigem Kopf über dem Wasser, ist leider alles andere als gelenkschonend, denn vor allem Nackenpartie und Kniegelenke werden stark belastet. Besser geeignet ist die Kraultechnik.

In diesem Kurs optimieren Sie Ihre Kraultechnik und verbessern zunehmend auch Ihre Ausdauer.

Bitte mitbringen: Badebekleidung, Schwimmbrille, Badekappe, Badelatschen, Handtuch

#### Kurs 1

Nr. P3001-011

7 – 12 Personen

10 Abende, 11.10.2019 - 13.12.2019

Freitag, 19:00 - 20:00 Uhr

PH Weingarten, Sportzentrum,

Bauernjörgstr. 7, Hallenbad

69,30 EUR (keine Ermäßigung)

#### Kurs 2

Nr. P3001-021

7 – 12 Personen

10 Abende, 11.10.2019 - 13.12.2019

Freitag, 20:00 - 21:00 Uhr

PH Weingarten, Sportzentrum,

Bauernjörgstr. 7, Hallenbad

69,30 EUR (keine Ermäßigung)

#### Kurs 3

Nr. P3001-041

7 – 12 Personen

10 Vormittage, 13.10.2019 - 15.12.2019

Sonntag, 08:30 - 09:30 Uhr

PH Weingarten, Sportzentrum,

Bauernjörgstr. 7, Hallenbad

69,30 EUR (keine Ermäßigung)



Nr. P3001-031

### AquaFit

Bianca Scherer

Aqua-Fitness ist ein vielseitiges Ganzkörpertraining im Wasser. Die besonderen Eigenschaften des Wassers machen das Training effektiv und schonend zugleich. Durch den Wasserauftrieb werden auch bei hoher Intensität, Gelenke, Bänder und Bandscheiben geschont. Der Wasserwiderstand bewirkt eine gleichmäßige Bewegungsgeschwindigkeit und minimiert so das Verletzungsrisiko. Der Wasserdruck stärkt das Bindegewebe, senkt die Herzfrequenz und trainiert das Herz-Kreislauf-System. In diesem Kurs werden Übungen mit und ohne Geräte, Elemente aus Aerobic und Aquajogging zu einem abwechslungsreichen Mix für Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination geschult.

Bitte mitbringen: Badebekleidung, Badelatschen, Handtuch

7 – 15 Personen

10 Abende, 11.10.2019 - 13.12.2019

Freitag, 18:00 - 19:00 Uhr

PH Weingarten, Sportzentrum,

Bauernjörgstr. 7, Hallenbad

69,30 EUR (keine Ermäßigung)

## Ballspiele

Nr. P3021-601

### Ballspiele mit funktionellem Training

Marcus Frank, Personal Trainer

Sie wollten schon lange mal wieder verschiedene Ballsportarten ausprobieren und präventiv mit einem guten Training aus Kraft- und Koordinationstraining die Muskulatur stärken?

Der Kurs beginnt mit einem Warm-Up aus dem Bereich des Athletiktrainings, bevor speziell die Muskulatur mit einem kurzen aber knackigen Kräftigungsteil gestärkt wird.

In der zweiten Hälfte des Kurses spielen wir zusammen verschiedene Ballsportarten. Freuen Sie sich auf Basketball, Volleyball, Handball, Brennball, Völkerball, etc. Der Kurs ist für alle offen.

Bitte mitbringen: Handtuch, Hallenschuhe und ein Getränk.

7 – 15 Personen

10 Abende, 23.10.2019 - 15.01.2020

Mittwoch, 18:30 - 19:30 Uhr

Schule am Martinsberg, Hallenteil 1,

Malerstraße 7, Oberstadthalle

53,30 EUR



## Laufen

Nr. P3021-701

### Von 0 auf 10 – Lauf gesund

#### Fit in 99 Tagen

Anita Opitz

Mit Spaß und Freude die Laufleistung von 0 auf 10 km aufbauen. Zusammen trainieren wir die Ausdauer, verbessern den Laufstil und bereiten uns auf einen 10 km Lauf vor.

Nach Abschluss des Kurses kann nach Absprache gerne bei einem gemeinsamen Laufwettbewerb teilgenommen werden.

Voraussetzungen: Keine gesundheitlichen Einschränkungen wie z. B. Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems, Atemwegs- oder Lungenerkrankungen, ansonsten können alle von Anfänger bis Fortgeschrittene teilnehmen.

Bitte kommen Sie zum Kursstart in Sportkleidung und Laufschuhe zum Kursort.

7 – 15 Personen

10 Abende, 17.09.2019 - 26.11.2019

Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr

Treffpunkt: Eingang des Freibads

Weingarten, Nessenreben 3

53,30 EUR



Nr. P3021-711

### Athletiktraining

**NEU**

#### In der Natur

Marcus Frank, Personal Trainer

Unser Athletiktraining umfasst alle wichtigen Fähigkeiten, die bei der Ausführung einer Sportart und im Alltag funktionieren müssen. Diese umfassen: Kraft, Ausdauertraining, Koordination, Schnelligkeit und Beweglichkeit.

Die Natur ist unser Stadion und Trainingsraum, in der wir Fähigkeiten zusammen in einem Gruppentraining verbessern.

Bitte kommen Sie zum Kursstart in Sportkleidung zum Kursort.

7 – 15 Personen

5 Abende, 18.09.2019 - 16.10.2019

Mittwoch, 18:30 - 19:30 Uhr

Treffpunkt: Eingang des Freibads

Weingarten, Nessenreben 3

26,70 EUR

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

## Reiten

Nr. P3001-121

### Reitworkshop für Frauen

Nicole Hugger

Sie wollten schon immer etwas über Pferde wissen? Dann ist dieser Workshop für Frauen genau das Richtige. Vorkenntnisse brauchen Sie keine. In einer kleinen Gruppe haben Sie die Möglichkeit sich intensiv mit dem Thema „Pferd“ zu beschäftigen.

Workshop-Inhalte: Annäherung an das Pferd, Umgang mit dem Pferd, Wissen über die Pferdepflege, Wie führe ich ein Pferd.

Entdecken und Erleben Sie SICH, im Team mit ihrem Pferde-Partner „Clarissa“. Genießen Sie die Zeit, lassen Sie den Alltag hinter sich, überwinden Sie anfängliche Unsicherheiten und stellen Sie ihre Fragen.

Bitte mitbringen: Angepasste Bekleidung und festes Schuhwerk.

5 Personen

Samstag, 05.10.2019, 14:30 - 16:00 Uhr

Altshausen-Stuben, Altshausener Weg 11,

Reitschule Nicole Hugger

16,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Kinsporth®

Nr. P3023-001

### Kinsporth® – Besser werden in Sport, Schule und Beruf

**NEU**

Sabine Renz

Kinsporth® ist eine sportkinesiologische Trainingsmethode, die Körper und Geist in Balance bringt und unglaublich viel Spaß macht. Wir aktivieren durch gezielte Übungen die linke und rechte Gehirnhälfte und bringen die drei Körperebenen in Balance, außerdem gleichen wir muskuläre Dysbalancen aus und können somit das Verletzungsrisiko verringern. Durch die enorme Vielseitigkeit und dem kinesiologischen Anteil ist Kinsporth® für jede Altersklasse ab 8 Jahren geeignet und kann sowohl im Beruf, in der Schule wie auch im Sport erfolgreich angewandt werden. Auch für Senioren ist es ein sehr effektives Training zur Steigerung der Balance und der geistigen Fitness.

Ziel dieses Trainings ist sowohl der Stressabbau, wie auch der bessere Umgang mit Stresssituationen, Steigerung der Koordination und Konzentration, Harmonisierung des Meridianflusses, Verbesserung des Reaktionsvermögens und Steigerung der Teamfähigkeit und Zusammenarbeit.

Ich freue mich auf jede Menge Spaß und ein effektives und gesundes Training mit Euch.

Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Turnschuhe, Trinken.

7 – 14 Personen

8 Abende, 20.09.2019 - 22.11.2019

Freitag, 18:00 - 19:00 Uhr

Brechenmacherstr. 19, Großsporthalle

40,50 EUR (keine Ermäßigung)

## Essen und Trinken

### Arabische Küche



Nr. P3051-001

### Persische Küche

Shamila Bodenmiller

Die persische Küche, mild und aromatisch, bietet hauptsächlich eine große Auswahl an Saucen, „Khoreshht“ genannt, die mit Fleisch, verschiedenen Gemüsearten oder sogar Trockenfrüchten zubereitet wird. Diese Khoreshht werden als Beilage zu Reis, wie man ihn nirgendwo sonst in der Welt zubereitet, serviert.

7 – 12 Personen

Donnerstag, 23.01.2020,

18:00 - 22:00 Uhr

Hiltrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche

32,50 EUR (Lebensmittelkosten sind in der Gebühr enthalten)

### Asiatische Küche

Nr. P3071-021

### Asiatisches Fingerfood

Ming Choo Lung-Breitenbach

Fingerfood: Eine gesunde Alternative zum gängigen und dickmachenden Fastfood. Die Kost ist leicht bekömmlich, gesund und herrlich aromatisch. Ihre Zubereitung geht sehr einfach und schnell.

Asiatische Fingersnacks sind eine leckere Angelegenheit für jeden Anlass, um die eigenen Gaumen ebenso wie die der Gäste zu verwöhnen. Sie finden auf jeder Party oder Familienfeier dankbare Abnehmer. „Von der Hand in den Mund“ ist schließlich die natürlichste Art, seinen Hunger zu stillen. Zusätzlich gibt es eine gedruckte, bebilderte Broschüre mit den Rezepten und Tipps + Tricks zum Zubereiten der Gerichte.

Bitte mitbringen: Wok (falls vorhanden), Schürze, Geschirrtücher und Lebensmittelbehälter.

Sofern eine Glutenunverträglichkeit besteht bitte bei der Anmeldung angeben.

6 – 12 Personen

Freitag, 31.01.2020, 18:30 - 22:00 Uhr

Hiltrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche

34,40 EUR

Kinderkochkurse finden Sie unter „Junge VHS“.



## Kochen mit dem Thermomix

Nr. P3051-331

**Männer an den Thermomix**

Waltraud Leuthold

Männer traut Euch an den Thermomix. An diesem Abend zaubern wir viele leckere, einfache Köstlichkeiten aus dem Thermomix und haben dabei sehr viel Spaß. Bitte mitbringen: Getränke, Kugelschreiber, Klarsichthülle, 2 Geschirrtücher, Behälter für Reste und wer hat einen Thermomix mit Zubehör (immer zwei Teilnehmer arbeiten an einem Gerät).

7 – 12 Personen

Freitag, 11.10.2019, 19:00 - 22:00 Uhr  
Hilftrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche  
24,80 EUR (Lebensmittelkosten sind in der Gebühr enthalten)

Nr. P3051-341

**Fit mit dem Thermomix**

Waltraud Leuthold

Wir zaubern heute viele leichte und leckere Gerichte mit dem Thermomix, von der Vorspeise bis zum Dessert.

Bitte mitbringen: Getränk, 2 Geschirrtücher, Kugelschreiber, Klarsichthülle, leeres Marmeladenglas, Behälter für Reste und wer hat einen Thermomix mit Zubehör und Spatel (immer zwei Teilnehmer arbeiten an einem Gerät).

7 – 12 Personen

Mittwoch, 23.10.2019, 18:00 - 21:00 Uhr  
Hilftrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche  
24,80 EUR (Lebensmittelkosten sind in der Gebühr enthalten)



Nr. P3051-391

**Himmlisches Weihnachtsgebäck II mit dem Thermomix**

Waltraud Leuthold

Weiter geht es mit vielen, leckeren Plätzchen und Pralinen für die Adventszeit. Bitte mitbringen: Getränk, Kugelschreiber, Geschirrtücher, Behälter für die Plätzchen und wer hat, einen Thermomix mit Zubehör und Spatel (immer zwei Teilnehmer arbeiten an einem Gerät).

7 – 12 Personen

Dienstag, 26.11.2019, 18:00 - 21:00 Uhr  
Hilftrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche  
24,80 EUR (Lebensmittelkosten sind in der Gebühr enthalten)

## Kochen für bestimmte Zielgruppen

Nr. P3051-401

**Kochkurs aus der Traditionellen Chinesischen Medizin**

NEU

Timm Cebulla

In der Traditionellen Chinesischen Medizin, die ein Kondensat aus 3000 Jahre lang gesammelter und praktisch erprobter Weisheit ist, ging es schon immer um das GesundBLEIBEN, und daher vor allem um Lebensführung und somit um Ernährung. „Es gibt keine Traditionelle Chinesische Medizin ohne warmes Frühstück“ sagt Dr. Georg Weidinger, TCM-Arzt und Buchautor.

Im Kurs lernen wir, wie wir uns von morgens bis abends mit höchst bekömmlichen Speisen (z. B. Frühstücksbrei, Suppen) Gutes tun können. Wir erfahren, welche ganzheitliche Bedeutung das Essen für Körper, Geist und Seele haben kann. Beispielsweise sind Farben, Gerüche und Geschmäcker von Bedeutung für alle Sinne. Auch das gemeinschaftliche Erleben spielt eine wichtige Rolle – seit Menschengedenken sind Mahlzeiten Zeiten der (Tisch-) Gemeinschaft.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Schürze und Vorratsgefäße für Reste.

7 – 12 Personen

Samstag, 16.11.2019, 11:00 - 14:00 Uhr  
Hilftrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche  
26,00 EUR (Lebensmittelkosten sind in der Gebühr enthalten)

## Wochenendkurs

Nr. P3051-111

**Jahreszeiten in der Küche****Saisonal kochen**

Aliz Kiss

In diesem Kurs kochen wir leckere Gerichte, die Jahreszeit typische Zutaten erhalten. Wie wäre es mit einer schmackhaften, rustikalen Pilzsuppe im Herbst oder köstlichen Wirsing-Hackfleischauflauf im Winter, im Frühling ein tolles Cremedessert aus Erdbeeren oder im Sommer ein scharfes Letscho aus sonnengereiften Paprika und Tomaten? Wer seine Rezepte nach dem Angebot der aktuellen Saison zusammenstellt, ernährt sich frisch, abwechslungsreich, mehr vitaminreich und umweltfreundlich. Außerdem schont er auch gleich den Geldbeutel.

In diesem Kurs werden wir Kürbis-Kartoffelcreme-Süppchen mit würzigen Würstchen, Minutensteak mit Nudeln und Karotten-Pastinakensoße und selbstgemachte Biskuitschnitte mit Walnussfüllung zubereiten.

Bitte mitbringen: 2 Geschirrhändtücher, Schürze, Getränk, Behälter für Reste.

6 – 12 Personen

Samstag, 18.01.2020, 10:00 - 14:00 Uhr  
Hilftrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche  
32,50 EUR (Lebensmittelkosten sind in der Gebühr enthalten)

## Ernährung

Nr. P3054-001

NEU

**Ernährungsseminar: Grundlagen zur Ernährung**  
**Wissenswertes**

Aneta Bonev

Sie möchten mehr über das Thema Ernährung wissen? Im Ernährungsseminar stelle ich Ihnen vor, woraus unsere Lebensmittel bestehen und worauf Sie im Alltag achten können. Ziel des Seminars ist es, Ihnen einen praxisorientierten und einfachen Einblick in die Thematik zu liefern. Dabei werden folgende Themen behandelt:

Wir behandeln folgende Themen:

- Makronährstoffe und ihr Energiegehalt
- Aus was besteht unser Essen eigentlich?
- Macht Fett fett?
- Kohlenhydrate vermeiden?
- Proteine nur für Muskelprotze?
- Wer „darf“ von was wie viel zu sich nehmen?
- Konzept für eine gesund erhaltende Ernährung bei Erwachsenen
- Alle Achtung vor Diäten – Abnehmen oder Gewicht halten, aber wie?

Sie können individuelle und zielgerichtete Fragen stellen oder sich einfach informieren lassen. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, der Kurs eignet sich für jedermann, der Interesse an Ernährung hat.

Bitte mitbringen: Zettel und Stift für Notizen, Trinken.

6 – 12 Personen

Samstag, 12.10.2019, und 19.10.2019,  
09:00 - 12:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
33,60 EUR



Nr. P3054-011

NEU

**Ernährung und Bewegung im Gleichgewicht****Abnehmen mit Langzeiteffekt**

Lisa Wolf, Pia Oechsner

Sie möchten Ihr Wunschgewicht erreichen und ausgewogene Ernährung sowie regelmäßige Bewegung in Ihren Alltag integrieren, um sich auf lange Sicht wohlfühlen. Benötigen Sie hierfür Impulse, Tipps und Strategien, um erfolgreich in einen gesundheitsbewussten Lebensstil zu starten? In diesem Kurs bekommen Sie ein Gefühl für ein Leben im Gleichgewicht. Sie können sich mit anderen Teilnehmenden austauschen und Ihre Fra-

gen an die Expertin stellen. Mit einer Mischung aus Bewegungseinheiten und Ernährungcoaching kommen Sie Ihrem Wunschgewicht näher.  
Bitte mitbringen: Zettel und Stift für Notizen, Trinken, Sportbekleidung.

6 – 12 Personen  
10 Abende, 11.10.2019 - 20.12.2019  
Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
74,00 EUR

Nr. P3054-021 **NEU**  
**Gesund und fit durchs neue Jahr!**

**Wie Neujahrsvorsätze zu Ihrem langfristigen Lebensstil werden.**

Lisa Wolf, Pia Oechsner

Zählen zu Ihren Neujahrsvorsätzen eine gesündere Ernährung, sportliche Aktivität und mehr Zeit für sich selbst? Setzen Sie Ihre Vorsätze in langfristige Taten um! In einem Crashkurs werden Ihnen nützliche Tipps, Tricks und Strategien vorgestellt, um Ihre Ziele, die Sie sich am Jahresanfang gesetzt haben, langfristig zu verfolgen. Es wird Ihnen ein gesundheitsorientiertes Konzept an die Hand gegeben, das sich aus aktiven Bewegungseinheiten, Basics zu gesunder Ernährung und passenden Maßnahmen zur Stressreduktion zusammensetzt. Der Mix zwischen Theorie und Praxis animiert zur sofortigen Umsetzung zu Hause.  
Bitte mitbringen: Zettel und Stift für Notizen, Trinken.

6 – 12 Personen  
2 Tage, 10.01.2020 und 11.01.2020  
Freitag, 16:00 - 20:00 Uhr  
Samstag, 10:00 - 14:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
42,70 EUR

## Gewürze



Nr. P3051-501 **NEU**  
**Gewürzseminar**  
**Eine Reise durch die Welt der Gewürze**

Anja Förster

Auch wenn ihr Anteil an der täglichen Nahrung noch so gering ist, so sind Gewürze kulinarisch von größter Bedeutung. Schon früher haben die Menschen Gewürze als Genuss- und Heilmittel verwendet. Ob blutige Anfänger oder erfahrene Hobbyköche: Für jede Neugier gibt es noch viele spannende Geschmackser-

lebnisse zu entdecken! Euch erwartet ein unterhaltsamer Nachmittag in gemütlicher Runde. Nachdem wir uns bei einem Begrüßungs-Getränk gegenseitig vorgestellt haben, werden wir mit allen Sinnen viele unterschiedliche Gewürze kennenlernen. Außerdem werden wir unter anderem die Fragen beantworten, wie man eine gute Gewürzqualität erkennt, wie man Gewürze am besten aufbewahrt und welche Gewürze man gut miteinander kombinieren kann. In einer kurzen Verkostungs-Pause gibt es die Möglichkeit miteinander ins Gespräch zu kommen. Anschließend werden wir eine Vielzahl von Gewürzmischungen selbst herstellen: Von der italienischen und französischen Kräutermischung über thailändische Currypasten bis hin zum klassischen deutschen Brotgewürz mörsern wir Diverses aus der ganzen Welt. Zum Abschluss genießen wir in entspannter Atmosphäre ein aromatisches Drei-Gänge-Menü und lassen den Abend gemeinsam ausklingen. Eure produzierten Gewürzmischungen dürft ihr natürlich mit nach Hause nehmen und damit ihr keine Tipps und Tricks vergesst, gibt es dazu passend eine kleine Gewürzkunde zum Nachschlagen und viele kreative Rezeptideen zum Nachkochen.

Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Spüllappen, Schürze, neuer unbenutzter Pinsel, Mörser mit Stößel (am besten aus Stein, nicht aus Holz oder Keramik)  
Anmeldeschluss: 03.01.2020 – danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.

6 – 12 Personen  
Samstag, 11.01.2020, 14:00 - 21:00 Uhr  
Hilftrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Küche  
82,00 EUR (Lebensmittelkosten sind in der Gebühr enthalten)

## Wein

Nr. P3072-031  
**Weinabend „Baden – Kaiserstuhl“**  
**Weinseminar mit Verkostung**

Simone Härle

An diesem Weinabend widmen wir uns dem Weinanbaugebiet Baden, im Speziellen dem Weinbaubereich Kaiserstuhl. Das kleine Vulkangebirge wurde in der Vergangenheit zu einer einzigartigen Kulturlandschaft geformt. Begünstigt vom wärmsten Klima Deutschlands, wächst hier ein Viertel des badischen Weines. Wir verkosten verschiedene Weine.  
Anmeldeschluss: 07.11.2019, danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.

8 – 12 Personen  
Freitag, 15.11.2019, 19:00 - 22:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
42,00 EUR (Wein, Wasser und Baguette sind in der Gebühr enthalten)

**Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)**

## Champagner, Sekt & Co.



Nr. P3052-041 **NEU**  
**Champagner, Sekt & Co. – die Welt der Schaumweine**

Niko Nimmerrichter

Eigentlich ist es schade, dass feine Schaumweine – so der Oberbegriff für Sekt, Secco etc. – bei uns meist nur bei feierlichen Gelegenheiten getrunken werden. Ob als Aperitif, Menübegleiter oder für die entspannte Stunde zu zweit – die Vielfalt von Stilen, Qualitäten und Geschmacksrichtungen lässt keine Wünsche offen.

In diesem Seminar können Sie einen kleinen Ausschnitt dieser Vielfalt erleben, erfahren Grundlegendes über die unterschiedlichen Kategorien und Produktionsverfahren und bekommen einen Einblick in die Heimat von Champagner, Winzersekt, Spumante, Cremant, Cava usw. Nicht nur für die bevorstehenden Feiertage können Sie hier Ihre Richtung entdecken.

Der Referent ist Inhaber des Diploms des Wine and Spirit-Institutes London und Weinakademiker und verfügt über eine umfangreiche Seminarerfahrung.  
Anmeldeschluss: 29.11.2019, danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.

8 – 12 Personen  
Freitag, 06.12.2019, 18:30 - 21:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
70,00 EUR (Die Proben, Wasser und Brot sind in der Gebühr enthalten) (keine Ermäßigung)

## Whisky

Nr. P3053-011 **Wochenendkurs**  
**Whisky – ein Wegweiser des guten Geschmacks**

Martin Steiner

Whisky ist im wahrsten Sinne in aller Munde. Die Geschmacksvielfalt ist dabei überwältigend und reicht von Vanille- und Zitrus- über blumige- und maritime Aromen bis hin zu einem rauchigen Charakter. Doch welcher trifft meinen Geschmack am besten? Ein Bourbon aus den Vereinigten Staaten? Ein Blumiger aus den Schottischen Lowlands? Ein kräftiger Single Malt aus den Highlands?

Ein Ausgewogener aus Japan? Ein typischer Ire oder doch ein Charaktervoller von der Insel Islay?

Dieser Kurs schafft Klarheit, indem er interessanten Fragen über Whisky auf den Grund geht, z. B. wie ein Whisky ein Vanille-Aroma besitzen kann, wie er mit Schokolade harmoniert, wie sich das Brennverfahren auf den Geschmack auswirkt oder wie der Rauchgeschmack in den Whisky kommt.

In einer entspannten Atmosphäre werden wir zusammen diesen großartigen Aromenreichtum kennenlernen, indem wir mit wiederum neuer Auswahl sechs hochwertige und geschmacklich sehr unterschiedliche Whiskys verkosten. So kann jeder Teilnehmer mit diesem Kurs seine speziellen Vorlieben selbst entdecken, eine fundierte Entscheidung beim nächsten Whiskykauf treffen und mit seinen Kenntnissen im Freundes- und Bekanntenkreis glänzen.

Zur Verköstigung werden stilles Wasser, Brot und kleine Geschmacksproben gereicht.

Anmeldeschluss: 01.10.2019, danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.

8 – 15 Personen  
 Samstag, 26.10.2019, 18:30 - 20:45 Uhr  
 VHS-Geschäftsstelle,  
 Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
 12,60 EUR (zzgl. ca. 20 Euro Lebensmittelkosten werden im Kurs abgerechnet) (keine Ermäßigung)



vhs für Europa

Nr. P3053-001  
**Whiskyseminar für Fans**

Tina Valenti

Lassen Sie sich von uns begeistern mit kleinen exklusiven Partien des flüssigen Goldes aus Schottland.

Anmeldeschluss: 07.01.2020, danach ist kein kostenfreier Rücktritt mehr möglich.

9 – 15 Personen  
 Freitag, 17.01.2020,  
 19:00 - 21:30 Uhr  
 Ravensburg, Adlerstr. 22,  
 VOM FASS Ravensburg  
 41,50 EUR (inkl. Whisky-Proben und kleinem Essen) (keine Ermäßigung)



**DIE KLOSTERBÄCKERIN**  
**EINE KÖSTLICHE KOSTÜMFÜHRUNG**

Tourist-Information Weingarten  
 Münsterplatz 1, Tel: 0751 405-232  
 www.weingarten-online.de

weingarten



Politik, Gesellschaft,  
 Umwelt

Kultur und Gestalten

Gesundheit

Deutsch

Sprachen

Arbeit und Beruf

Außenstellen  
 Weingarten



Politik, Gesellschaft, Umwelt  
Kultur und Gestalten  
Gesundheit  
Deutsch  
Sprachen  
Arbeit und Beruf  
Außenstellen Weingarten

Programmbereich 404

# Deutsch

**Deutsch als Fremdsprache**

**Alphabetisierungskurse**

**Berufsbezogene Deutschkurse (DeuFöV)**

**Integrationskurse**

**Prüfungen**

- Deutshtest für Zuwanderer A2 / B1
- telc Deutsch B2
- Leben in Deutschland

Volkshochschule Weingarten  
88250 Weingarten  
Telefon 0751 560 353-10  
Telefax 0751 560 35-40  
vhs@weingarten-online.de  
www.vhs-weingarten.de

Fachbereichsleitung:  
Anna Geisler  
Telefon 0751 560 353-12  
a.geisler@weingarten-online.de

**Ein kostenfreier Service Ihrer VHS Weingarten**

**Einstufungsberatung Deutsch**

Sie sind sich nicht sicher, welcher Kurs für Sie optimal ist? Dann kommen Sie zu unserem Sprachberatungstag und lassen Sie sich individuell beraten – im Einzelgespräch mit einer fachlich kompetenten Dozentin. Eine Anmeldung zu diesem Termin ist nicht erforderlich, die Einstufung und die Beratung sind für Sie kostenfrei und verpflichten Sie nicht zu einer direkten Anmeldung in einen Kurs. Kommen Sie einfach unverbindlich vorbei – wir freuen uns auf Sie.

Termin: Do., 12. September 2019  
Uhrzeit: 17:30 - 19:00 Uhr  
Ort: VHS-Geschäftsstelle Weingarten, Heinrich-Schatz-Str. 16  
Räume sind ausgeschildert.

Vorabinfo: Tel.: 0751 560 353-10

**Deutsch als Fremdsprache**

**Abendkurs**

**Deutsch – GER B1 Plus – Mittelstufe 1**

Eva Hommel

Sie haben gute Deutschkenntnisse, möchten diese aber vertiefen und erweitern? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Während des Kurses werden aller vier Fertigkeiten (Lesen, Hören, Schreiben und Sprechen) intensiv trainiert. Außerdem lernen Sie viele Lerntechniken kennen, die Ihnen helfen, sich den umfangreichen deutschen Wortschatz einfacher und schneller anzueignen.  
Lehrbuch: Ziel B1+, ab Lektion 1, Hueber-Verlag.

Der Fortsetzungskurs P404-0621 beginnt am 27.11.2019

7 – 16 Personen  
Realschule, EG,  
Eingang Ettishofer Straße , Raum 13

**Modul 1**

Nr. P404-0611  
15 Abende, 30.09.2019 - 25.11.2019  
Mo - Mi, 18:00 - 20:30 Uhr,  
15 Min. Pause  
144,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
162,00 EUR (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
180,00 EUR (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Modul 2**

Nr. P404-0621  
15 Abende, 27.11.2019 - 03.02.2020  
Mo - Mi, 18:00 - 20:30 Uhr,  
15 Min. Pause  
144,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
162,00 EUR (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
180,00 EUR (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)**

**Alphabetisierung**



**Vormittagskurs**

**Integrationskurs mit Alphabetisierung 73**

Daniel Heitz, Sabine Thomas-Grundhoff  
Lesen und Schreiben sind wichtige Voraussetzungen, um an den verschiedenen Bereichen des Lebens teilnehmen zu können. Vielen Erwachsenen ist der Zugang zu diesen Fertigkeiten jedoch versperrt. Mit diesem Kurs sind diejenigen angesprochen, die Unterstützung beim Lesen und Schreiben von Buchstaben, Buchstabenverbindungen und Wörtern brauchen. Die Arbeit in kleinen Gruppen ermöglicht das gezielte Eingehen auf individuelle Schwierigkeiten. Der Kurs richtet sich an Personen, die zugewandert sind oder sich schon länger in Deutschland aufhalten.  
Das Ziel des Kurses sind folgende Prüfungen:  
– Sprachprüfung B1 – Deutshtest für Zuwanderer (DTZ)  
– Test „Leben in Deutschland“  
Der gesamte Kurs dauert voraussichtlich bis Juli 2020.

**Für diesen Kurs ist eine Anmeldung nur bei der Fachbereichsleitung Frau Geisler möglich!**

10 – 16 Personen  
Hiltrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Raum 1

**Modul 4**

Nr. P404-7341  
25 Vormittage, 22.07.2019 - 10.10.2019,  
Mo-Fr, 08:45 - 12:00 Uhr, 15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR)

**Modul 5**

Nr. P404-7351  
25 Vormittage, 11.10.2019 - 21.11.2019  
Mo-Fr, 08:45 - 12:00 Uhr, 15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR)

**Modul 6**

Nr. P404-7361  
25 Vormittage, 22.11.2019 - 10.01.2020  
Mo-Fr, 08:45 - 12:00 Uhr, 15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR)

**Modul 7**

Nr. P404-7371

25 Vormittage, 13.01.2020 - 14.02.2020

Mo-Fr, 08:45 - 12:00 Uhr, 15 Min. Pause

390,00 EUR

(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR)

**Nachmittagskurs****Integrationskurs  
mit Alphabetisierung 78**

Daniel Heitz

Lesen und Schreiben sind wichtige Voraussetzungen, um an den verschiedenen Bereichen des Lebens teilnehmen zu können. Vielen Erwachsenen ist der Zugang zu diesen Fertigkeiten jedoch versperrt. Mit diesem Kurs sind diejenigen angesprochen, die Unterstützung beim Lesen und Schreiben von Buchstaben, Buchstabenverbindungen und Wörtern brauchen. Die Arbeit in kleinen Gruppen ermöglicht das gezielte Eingehen auf individuelle Schwierigkeiten. Der Kurs richtet sich an Personen, die zugewandert sind oder sich schon länger in Deutschland aufhalten.

Das Ziel des Kurses sind folgende Prüfungen:

- Sprachprüfung B1 – Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)
  - Test „Leben in Deutschland“
- Der gesamte Kurs dauert voraussichtlich bis Februar 2021.

**Für diesen Kurs ist eine Anmeldung nur bei der Fachbereichsleitung Frau Geisler möglich!**

10 – 16 Personen

Hiltrudschule, St.-Longinus-Str. 8, Raum 1

**Modul 1**

Nr. P404-7811

25 Tage, 07.10.2019 - 25.11.2019

Mo-Do, 13:00 - 16:15 Uhr, 15 Min. Pause

390,00 EUR

(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR)

**Modul 2**

Nr. P404-7821

25 Tage, 26.11.2019 - 22.01.2020

Mo-Do, 13:00 - 16:15 Uhr, 15 Min. Pause

390,00 EUR

(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR)

**Modul 3**

Nr. P404-7831

**Integrationskurs  
mit Alphabetisierung 78**

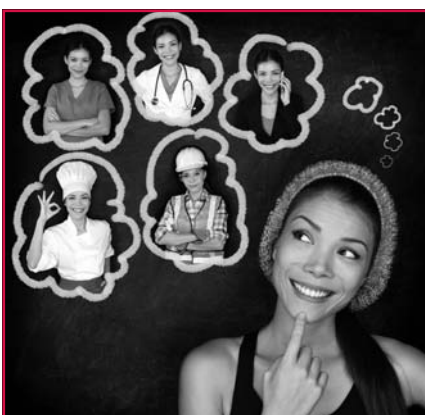
25 Tage, 23.01.2020 - 16.03.2020

Mo-Do, 13:00 - 16:15 Uhr,

15 Min. Pause

390,00 EUR

(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR)

**Berufsbezogene  
Deutschförderung (DeuFöV)****Berufsbezogene Deutschkurse –  
DeuFöV**

Seit Juni 2018 organisiert die VHS Weingarten in Kooperation mit dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) berufsbezogene Sprachkurse (DeuFöV-Kurse).

**Ein DeuFöV-Kurs – was ist das?**

In den Berufssprachkursen (DeuFöV) wird Deutsch in Bezug auf den Beruf vermittelt. Die Berufssprachkurse werden in Form von Basissprachkursen und Spezialberufssprachkursen auf den Niveaustufen A2 bis C1 angeboten und werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert. Sie umfassen zwischen 400 und 500 Unterrichtsstunden und richten sich an Migrantinnen und Migranten, die bessere Chancen auf dem Ausbildungs- und Arbeitsmarkt haben möchten.

Die Berufssprachkurse schließen mit einer kostenlosen Zertifikatsprüfung ab, mit der sie ihre Sprachkompetenz nachweisen können.

**Wer kann einen DeuFöV-Kurs  
besuchen?**

Die DeuFöV-Kurse richten sich an Migrantinnen und Migranten, die Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2, B1 oder B2 haben und diese mit einem Zertifikat belegen können. Außerdem braucht man eine Teilnahmeberechtigung. Diese erhält man von der Arbeitsagentur oder dem Jobcenter, wenn man ausbildungssuchend, arbeitssuchend oder arbeitslos gemeldet ist oder sich in einer Aus- oder Weiterbildungsmaßnahme befindet (auch ohne Leistungsbezug). Einen Antrag auf Teilnahmeberechtigung kann beim BAMF gestellt werden, wenn man eine Ausbildung absolviert, beschäftigt ist oder sein Berufsamerkenungsverfahren durchläuft. Die Teilnahmeberechtigung ist max. drei Monate gültig.

**Was kostet ein DeuFöV-Kurs?**

Die Teilnahme an einem Berufssprachkurs ist grundsätzlich kostenlos. Wenn ein Migrant / eine Migrantin

beschäftigt ist und sein / ihr zu versteuerndes Einkommen bei Einzelveranlagung mehr als 20 000 EUR oder bei gemeinsamer Veranlagung mit dem Ehepartner / der Ehepartnerin mehr als 40 000 EUR beträgt, dann ist ein Kostenbeitrag in Höhe von 2,07 EUR pro Unterrichtsstunde zu leisten. Für alle Teilnehmer ist das Kursbuch kostenfrei und wird im Kurs ausgegeben.

**Wie kann ich mich anmelden?**

Die Anmeldung findet nach einer persönlichen Beratung an der VHS Weingarten statt. Zuständige Fachbereichsleiterin ist Frau Anna Geisler (Kontakt: a.geisler@weingarten-online.de oder Tel. 0751 560 353-12). Vereinbaren Sie bitte hierfür einen Termin. Zu Ihrem Termin bringen Sie folgende Unterlagen mit:

- Berechtigungsschein
- DTZ A2 oder B1, Zertifikat B1 oder Zertifikat B2
- Pass/Personalausweis
- Kopie des Leistungsbescheides (Sozialhilfe oder Arbeitslosengeld) falls vorhanden
- Kopie des Arbeitsvertrags oder Ausbildungsvertrags
- Kopie der letzten Steuererklärung oder Kopien der letzten drei Gehaltsabrechnungen

**Wann beginnt der nächste Kurs?**

Im Herbstsemester bietet die VHS Weingarten vormittags und abends DeuFöV-Kurse an. Über die genauen Terminen und Niveaustufen informiert das aktuelle Programmheft. Selbstverständlich kann man diesbezüglich die zuständige Fachbereichsleiterin Frau Anna Geisler kontaktieren.

**Abendkurs**

Nr. P404-0311

**Berufsbezogene  
Deutschförderung (DeuFöV) –  
Basismodul B1 auf B2**

Stefan Markus Schrök

In diesem DeuFöV-Kurs werden berufsbezogene und allgemeinsprachliche Inhalte vermittelt, wobei der Schwerpunkt auf Deutschkenntnissen für die Berufswelt liegt. Der Kurs (400 UE) schließt mit einer Zertifikatsprüfung (telc) ab. Das Zertifikat hilft den Teilnehmenden auf dem weiteren beruflichen Weg, kann zur Anerkennung bereits im Heimatland abgelegter Berufsabschlüsse dienen oder den Besuch des nächsten Moduls ermöglichen.

Dieses Kursangebot richtet sich an Migrantinnen und Migranten, die ihre Deutschkenntnisse auf dem B1 Niveau haben und diese mit einem Zertifikat, das nicht älter als 6 Monate ist, belegen können. Außerdem braucht man eine Teilnahmeberechtigung für Beschäftigte. Einen Antrag auf Teilnahmeberechtigung kann beim BAMF gestellt werden. Die VHS Weingarten hilft Ihnen dabei. Infor-

mationen bekommen Sie bei der Fachbereichsleiterin Frau Anna Geisler.

**Für diesen Kurs ist eine Anmeldung nur bei der Fachbereichsleiterin Frau Anna Geisler möglich.**

11 – 20 Personen  
100 Abende, 23.09.2019 - 17.06.2020  
Mo, Di, Mi, 18:00 - 21:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
Realschule, UG,  
Eingang Ettishofer Straße , Raum 09  
BAMF-gefördert: 207,00 EUR, SGB II –  
oder XII – Empfänger: 0,00 EUR, zzgl.  
5,00 EUR Kopierkosten pro Modul



**Vormittagskurs**

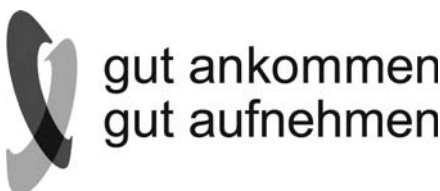
Nr. P404-0411  
**Berufsbezogene  
Deutschförderung (DeuFöV) –  
Basismodul B1 auf B2**

Heidrun Schäfer  
In diesem DeuFöV-Kurs werden berufsbezogene und alltagspraktische Inhalte vermittelt, wobei der Schwerpunkt auf Deutschkenntnissen für die Berufswelt liegt. Der Kurs (400 UE) schließt mit einer Zertifikatsprüfung (telc) ab. Das Zertifikat hilft den Teilnehmenden auf dem weiteren beruflichen Weg, kann zur Anerkennung bereits im Heimatland abgelegter Berufsabschlüsse dienen oder den Besuch des nächsten Moduls ermöglichen.

Das Kursangebot richtet sich an Migrantinnen und Migranten, die ihre Deutschkenntnisse auf dem B1 Niveau haben und diese mit einem Zertifikat, das nicht älter als 6 Monate ist, belegen können. Außerdem braucht man eine Teilnahmeverpflichtung oder Teilnahmeberechtigung. Die Teilnahmeverpflichtung erhält man von der Arbeitsagentur oder dem Jobcenter, wenn man ausbildungssuchend, arbeitssuchend oder arbeitslos gemeldet ist (auch ohne Leistungsbezug). Einen Antrag auf Teilnahmeberechtigung kann beim BAMF gestellt werden, wenn man eine Ausbildung absolviert oder sein Berufsamerkenungsverfahren durchläuft.

**Für diesen Kurs ist eine Anmeldung nur bei der Fachbereichsleiterin Frau Anna Geisler möglich.**

11 – 20 Personen  
100 Vormittage, 04.11.2019 - 26.05.2020  
Mo-Fr, 08:45 - 12:00 Uhr, 15 Min. Pause  
VHS, Gebäude Touristinfo,  
Münsterplatz 1, Seminarraum  
BAMF-gefördert: 207,00 EUR, SGB II –  
oder XII – Empfänger: 0,00 EUR, zzgl.  
5,00 EUR Kopierkosten pro Modul



**Integrationskurse**



**Beratung Deutsch-  
und Integrationskurse**

Die Beratung richtet sich an Migrantinnen und Migranten, die schon Deutschvorkenntnisse haben. In einem individuellen Gespräch und/oder einem kurzen schriftlichen Test finden Sie heraus, welcher Kurs bei Ihren Zielen, Wünschen und Ihrem Kenntnisstand geeignet ist.

**Wer?** Anna Geisler,  
0751 560 353-12  
**Wann?** montags, dienstags  
09:00 - 11:00 Uhr,  
und donnerstags,  
14:00 - 16:00 Uhr  
**Wo?** VHS Weingarten,  
Heinrich-Schatz-Str. 16

**Abendkurs**

Nr. P404-6371  
**Deutsch Integrationskurs 63  
Orientierungskurs**

Benjamin Burg, Eliza Krokowicz  
Niveau: B1. Im Orientierungskurs werden folgende Themenbereiche behandelt: Politik und Demokratie, Geschichte sowie Mensch in der Gesellschaft. Der Orientierungskurs schließt mit dem Test „Leben in Deutschland“ am letzten Kurs-tag ab. Gemeinsam mit dem Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) kann Teilnehmenden durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) das „Zertifikat Integrationskurs“ ausgestellt werden. Der Test „Leben in Deutschland“ wird seit dem 01.04.2013 für die Einbürgerung anerkannt.  
Anmeldeschluss zum Test „Leben in Deutschland“: 19.11.2019.

**Für diesen Test ist die persönliche Anmeldung bei der Fachbereichsleiterin Anna Geisler erforderlich.**

11 – 20 Personen  
25 Abende, 25.10.2019 - 13.01.2020  
Mo, Di, Fr, 18:00 - 21:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
Hilftrudschule, St.-Longinus-Str. 8,  
Raum 1  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II –  
oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl.  
5,00EUR Kopierkosten

**Vormittagskurs**

Nr. P404-6771  
**Deutsch Integrationskurs 67  
Orientierungskurs**

Heidrun Schäfer  
Niveau: B1. Im Orientierungskurs werden folgende Themenbereiche behandelt: Politik und Demokratie, Geschichte sowie Mensch in der Gesellschaft. Der Orientierungskurs schließt mit dem Test „Leben in Deutschland“ am letzten Kurs-tag ab. Gemeinsam mit dem Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) kann Teilnehmenden durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) das „Zertifikat Integrationskurs“ ausgestellt werden. Der Test „Leben in Deutschland“ wird seit dem 01.04.2013 für die Einbürgerung anerkannt.  
Anmeldeschluss zum Test „Leben in Deutschland“: 26.09.2019

**Für diesen Test ist die persönliche Anmeldung an der VHS Weingarten erforderlich.**

11 – 20 Personen  
25 Vormittage, 11.09.2019 - 24.10.2019  
Mo – Do, 08:45 - 12:00 Uhr,  
15 Min. Pause  
VHS, Gebäude Touristinfo,  
Münsterplatz 1, Seminarraum  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II –  
oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl.  
5,00 EUR Kopierkosten

**Abendkurs**

Nr. P404-7071  
**Deutsch Integrationskurs 70  
Orientierungskurs**

Tatiana Siebert  
Niveau: B1. Im Orientierungskurs werden folgende Themenbereiche behandelt: Politik und Demokratie, Geschichte sowie Mensch in der Gesellschaft. Der Orientierungskurs schließt mit dem Test „Leben in Deutschland“ am letzten Kurs-tag ab. Gemeinsam mit dem Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) kann Teilnehmenden durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) das „Zertifikat Integrationskurs“ ausgestellt werden. Der Test „Leben in Deutschland“ wird seit dem 01.04.2013 für die Einbürgerung anerkannt.  
Anmeldeschluss zum Test „Leben in Deutschland“: 08.10.2019

**Für diesen Test ist die persönliche Anmeldung bei der Fachbereichsleiterin Anna Geisler erforderlich.**

11 – 20 Personen  
25 Abende, 08.10.2019 - 19.11.2019  
Mo, Di, Do, Fr, 18:00 - 21:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
Hilftrudschule, St.-Longinus-Str. 8,  
Raum 2  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II –  
oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl.  
5,00 EUR Kopierkosten pro Modul



**Vormittagskurs****Deutsch Integrationskurs 72**

Tatiana Siebert,  
Sabine Thomas-Grundhoff

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die zugewandert sind oder sich schon länger in Deutschland aufhalten und nun die deutsche Sprache systematisch lernen möchten. Das Lernen von Sprechen, Lesen, Schreiben und Grammatik orientiert sich an Alltagssituationen wie z. B. Einkaufen, Arztbesuch, Arbeitssuche usw.

Das Ziel des Kurses sind folgende Prüfungen:

- Sprachprüfung B1 – Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)
- Test „Leben in Deutschland“.

Der gesamte Kurs dauert voraussichtlich bis Februar 2020. Lehrbuch: Schritte Plus Neu, Hueber-Verlag. Der Band wird im Kurs bekannt gegeben.

**Für diesen Kurs ist eine Anmeldung nur bei der Fachbereichsleitung Frau Anna Geisler möglich.**

11 – 22 Personen  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2

**Modul 5**

Nr. P404-7251  
25 Vormittage, 26.09.2019 – 07.11.2019  
Mo-Fr, 08:45 – 12:00 Uhr, 15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

**Modul 6**

Nr. P404-7261  
25 Vormittage, 08.11.2019 – 12.12.2019  
Mo-Fr, 08:45 – 12:00 Uhr, 15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

**Vormittagskurs****Deutsch Integrationskurs 72****Orientierungskurs**

Tatiana Siebert,  
Sabine Thomas-Grundhoff

Niveau: B1. Im Orientierungskurs werden folgende Themenbereiche behandelt: Politik und Demokratie, Geschichte sowie Mensch in der Gesellschaft. Der Orientierungskurs schließt mit dem Test „Leben in Deutschland“ am letzten Kurstag ab. Gemeinsam mit dem Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) kann Teilnehmenden durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) das „Zertifikat Integrationskurs“ ausgestellt werden. Der Test „Leben in Deutschland“ wird seit dem 01.04.2013 für die Einbürgerung anerkannt.

Anmeldeschluss zum Test „Leben in Deutschland“: 11.01.2019

**Für diesen Test ist die persönliche Anmeldung an der VHS Weingarten erforderlich.**

11 – 22 Personen  
25 Vormittage, 13.12.2019 – 31.01.2020  
Mo – Fr, 08:45 – 12:00 Uhr,  
15 Min. Pause  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

**Abendkurs****Deutsch Integrationskurs 74**

Nr. P404-7431  
Katja Muszynski  
Dieser Kurs richtet sich an Personen, die zugewandert sind oder sich schon länger in Deutschland aufhalten und nun die deutsche Sprache systematisch lernen möchten. Das Lernen von Sprechen, Lesen, Schreiben und Grammatik orientiert sich an Alltagssituationen wie z. B. Einkaufen, Arztbesuch, Arbeitssuche usw.

Das Ziel des Kurses sind folgende Prüfungen:

- Sprachprüfung B1 – Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)
- Test „Leben in Deutschland“.

Der gesamte Kurs dauert voraussichtlich bis Juli 2020. Lehrbuch: Schritte Plus Neu, Hueber-Verlag. Der Band wird im Kurs bekannt gegeben.

**Für diesen Kurs ist eine Anmeldung nur bei der Fachbereichsleitung Frau Anna Geisler möglich.**

11 – 20 Personen  
Realschule, EG,  
Eingang Ettishofer Straße, Raum 14

**Modul 3**

25 Tage, 17.09.2019 – 09.11.2019  
Di, Mi, Fr, 18:00 – 21:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
Samstag, 09:00 – 12:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

**Modul 4**

Nr. P404-7441  
25 Tage, 12.11.2019 – 15.01.2020  
Di, Mi, Fr, 18:00 – 21:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
Samstag, 09:00 – 12:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

**Modul 5**

Nr. P404-7451  
25 Tage, 17.01.2020 – 13.03.2020  
Di, Mi, Fr, 18:00 – 21:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
Samstag, 09:00 – 12:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

**Nachmittagskurs****Deutsch Integrationskurs 75**

Eliza Krokowicz, Katja Muszynski  
Dieser Kurs richtet sich an Personen, die zugewandert sind oder sich schon länger in Deutschland aufhalten und nun die deutsche Sprache systematisch lernen möchten. Das Lernen von Sprechen, Lesen, Schreiben und Grammatik orientiert sich an Alltagssituationen wie z. B. Einkaufen, Arztbesuch, Arbeitssuche usw.

Das Ziel des Kurses sind folgende Prüfungen:

- Sprachprüfung B1 – Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)
- Test „Leben in Deutschland“.

Der gesamte Kurs dauert voraussichtlich bis Juli 2020. Lehrbuch: Schritte Plus Neu, Hueber-Verlag. Der Band wird im Kurs bekannt gegeben.

**Für diesen Kurs ist eine Anmeldung nur bei der Fachbereichsleitung Frau Anna Geisler möglich.**

11 – 20 Personen  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2

**Modul 3**

Nr. P404-7531  
25 Tage, 26.09.2019 – 18.11.2019  
Mo - Do, 13:00 – 16:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

**Modul 4**

Nr. P404-7541  
25 Tage, 19.11.2019 – 15.01.2020  
Mo - Do, 13:00 – 16:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

**Modul 5**

Nr. P404-7551  
25 Tage, 16.01.2020 – 09.03.2020  
Mo - Do, 13:00 – 16:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

### Abendkurs Deutsch Integrationskurs 76

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die zugewandert sind oder sich schon länger in Deutschland aufhalten und nun die deutsche Sprache systematisch lernen möchten. Das Lernen von Sprechen, Lesen, Schreiben und Grammatik orientiert sich an Alltagssituationen wie z. B. Einkaufen, Arztbesuch, Arbeitssuche usw.

Das Ziel des Kurses sind folgende Prüfungen:

- Sprachprüfung B1 – Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)
  - Test „Leben in Deutschland“.
- Der gesamte Kurs dauert voraussichtlich bis November 2020. Lehrbuch: Schritte Plus Neu, Hueber-Verlag. Der Band wird im Kurs bekannt gegeben.

### Für diesen Kurs ist eine Anmeldung nur bei der Fachbereichsleitung Frau Anna Geisler möglich.

11 – 20 Personen  
Realschule, UG,  
Eingang Ettishofer Straße, Raum 011

#### Modul 1

Nr. P404-7611  
25 Abende, 18.09.2019 - 21.11.2019  
Mo, Mi, Do, 18:00 - 21:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

#### Modul 2

Nr. P404-7621  
25 Abende, 25.11.2019 - 05.02.2020  
Mo, Mi, Do, 18:00 - 21:15 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

### Vormittagskurs

### Deutsch Integrationskurs 77

Kerstin Ruhe, Eliza Krokowicz

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die zugewandert sind oder sich schon länger in Deutschland aufhalten und nun die deutsche Sprache systematisch lernen möchten. Das Lernen von Sprechen, Lesen, Schreiben und Grammatik orientiert sich an Alltagssituationen wie z.B. Einkaufen, Arztbesuch, Arbeitssuche usw.

Das Ziel des Kurses sind folgende Prüfungen:

- Sprachprüfung B1 – Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)
  - Test „Leben in Deutschland“
- Der gesamte Kurs dauert voraussichtlich bis Oktober 2020. Lehrbuch: Schritte Plus Neu, Hueber-Verlag. Der Band wird im Kurs bekannt gegeben.

### Für diesen Kurs ist eine Anmeldung nur bei der Fachbereichsleitung Frau Anna Geisler möglich.

11 – 20 Personen  
Hilftrudschule, St.-Longinus-Str. 8,  
Raum 2

#### Modul 1

Nr. P404-7711  
25 Vormittage, 21.10.2019 - 29.11.2019  
Mo – Fr, 08:30 - 11:45 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

#### Modul 2

Nr. P404-7721  
25 Vormittage, 02.12.2019 - 21.01.2020  
Mo – Fr, 08:30 - 11:45 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

#### Modul 3

Nr. P404-7731  
25 Vormittage, 22.01.2020 - 05.03.2020  
Mo – Fr, 08:30 - 11:45 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

### Abendkurs

### Deutsch Integrationskurs 79 WDH

Malwina Osinska

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die im allgemeinen Integrationskurs das Sprachniveau A2 erreichten und vom BAMF die Möglichkeit bekommen haben, die weiteren 300 UE zu lernen. Das Ziel des Kurses ist die Sprachprüfung B1 – Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ).

10 – 16 Personen  
Realschule, UG,  
Eingang Ettishofer Straße, Raum 06

#### Modul 1

Nr. P404-7911  
25 Abende, 07.10.2019 - 09.12.2019  
Mo, Di, Do, 18:15 - 21:30 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

#### Modul 2

Nr. P404-7921  
25 Abende, 10.10.2019 - 02.03.2020  
Mo, Di, Do, 18:15 - 21:30 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

### Modul 3

Nr. Q404-7931  
25 Abende, 03.03.2020 - 12.05.2020  
Mo, Di, Do, 18:15 - 21:30 Uhr,  
15 Min. Pause  
390,00 EUR  
(BAMF-gefördert: 195,00 EUR, SGB II – oder XII – Empfänger: 0,00 EUR), zzgl. 5,00 EUR Kopierkosten

## Prüfungen

### telc Deutsch A1

Das Aufenthaltsgesetz verlangt beim Ehegattennachzug nach Deutschland den Nachweis von „einfachen Sprachkenntnissen“. Dieses Sprachniveau kann mit der Prüfung telc Deutsch A1 nachgewiesen werden. Geprüft werden die Fertigkeiten: Leseverstehen, Hörverstehen, Schreiben und Sprechen. Ausführlich Informationen zur Prüfung finden sich bei [www.telc.net](http://www.telc.net).

#### Prüfungstermin 1:

Mittwoch, den 27. November 2019  
Anmeldeschluss: 23.10.2019  
Prüfungsgebühr: 95,00 EUR

#### Prüfungstermin 2:

Samstag, den 05. Februar 2020  
Anmeldeschluss: 20.12.2019  
Prüfungsgebühr: 95,00 EUR

**Für diese Prüfungen ist eine persönliche Anmeldung bei der Fachbereichsleiterin Frau Geisler an der VHS Weingarten erforderlich.**



Bundesamt  
für Migration  
und Flüchtlinge



### Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)

Die Prüfung „Deutschtest für Zuwanderer“ schließt Integrationskurse ab, ist Voraussetzung für die Einbürgerung und gilt Arbeitnehmern als Nachweis ausreichender Deutschkenntnisse. Geprüft werden die Fertigkeiten: Leseverstehen und Sprachbausteine (Grammatik), Hörverstehen, Schreiben und Sprechen. Ausführlich Informationen zur Prüfung finden sich bei [www.telc.net](http://www.telc.net).

**Die VHS Weingarten bietet Ihnen folgende Termine für die DTZ-Prüfung an:**

**Prüfungstermin 1:**

Samstag, den 12. Oktober 2019  
Anmeldeschluss: 13.09.2019  
Prüfungsgebühr: 135,00 EUR

**Prüfungstermin 2:**

Samstag, den 26. Oktober 2019  
Anmeldeschluss: 27.09.2019  
Prüfungsgebühr: 135,00 EUR

**Prüfungstermin 3:**

Samstag, den 11. Januar 2020  
Anmeldeschluss: 13.12.2019  
Prüfungsgebühr: 135,00 EUR

**Prüfungstermin 4:**

Samstag, den 09. Februar 2020  
Anmeldeschluss: 10.01.2020  
Prüfungsgebühr: 135,00 EUR

**Für diese Prüfungen ist eine persönliche Anmeldung bei der Fachbereichsleiterin Frau Geisler an der VHS Weingarten erforderlich.**



**Prüfung telc Deutsch B2**

Die Prüfung „telc Deutsch B2“ prüft allgemeine Deutschkenntnisse auf fortgeschrittenem Niveau. Geprüft werden die Fertigkeiten: (1) Leseverstehen und Sprachbausteine (Wortschatz und Grammatik), (2) Hörverstehen, (3) Schreiben, (4) Sprechen. Weitere Informationen zur Prüfung finden sich bei [www.telc.net](http://www.telc.net).

**Die VHS Weingarten bietet Ihnen folgenden Termin für die Prüfung telc Deutsch B2 an:**

**Prüfungstermin 1:**

Samstag, den 19. Oktober 2019  
Anmeldeschluss: 13.09.2019  
Prüfungsgebühr: 185,00 EUR

**Für diese Prüfung ist eine persönliche Anmeldung bei der Fachbereichsleiterin Frau Geisler an der VHS Weingarten erforderlich.**



**Lesen und schreiben lernen – um sich besser zu verständigen!**



**Leben in Deutschland – Einbürgerungstest**

Den Test „Leben in Deutschland“ können Sie seit dem 01. April 2013 ablegen, wenn Sie die deutsche Staatsbürgerschaft beantragen möchten. In diesem Test werden folgende Themenbereiche abgefragt: Politik und Demokratie, Geschichte sowie Mensch in der Gesellschaft.

Weitere Informationen zur Prüfung sowie den Fragenkatalog finden Sie auf [www.bamf.de](http://www.bamf.de).



**Die VHS Weingarten bietet Ihnen folgenden Termin für den Test „Leben in Deutschland“ an:**

**Prüfungstermin 1:**

Mittwoch, den 20. November 2019,  
18:30-19:30 Uhr  
Anmeldeschluss: 10.10.2019  
Prüfungsgebühr: 25,00 EUR

**Prüfungstermin 2:**

Dienstag, den 14. Januar 2020,  
18:30-19:30 Uhr  
Anmeldeschluss: 09.12.2019  
Prüfungsgebühr: 25,00 EUR

**Prüfungstermin 3:**

Montag, den 03. Februar 2020,  
12:00-13:00 Uhr  
Anmeldeschluss: 19.12.2019  
Prüfungsgebühr: 25,00 EUR

**Für diese Prüfung ist eine persönliche Anmeldung bei der Fachbereichsleiterin Frau Geisler an der VHS Weingarten erforderlich.**

**Über weitere Deutschprüfungen berät Sie die Fachbereichsleiterin Anna Geisler.  
Kontakt: [a.geisler@weingarten-online.de](mailto:a.geisler@weingarten-online.de) oder 0751 560 353-12.**





## Integrationskurse

Seit dem 1. Januar 2005 organisiert die VHS Weingarten in Kooperation mit dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) Integrationskurse.

### Ein Integrationskurs – was ist das?

Ein Integrationskurs ist ein Deutsch- und Orientierungskurs. Wenn Sie in Deutschland leben möchten, sollten Sie Deutsch lernen. Das ist wichtig, wenn Sie Arbeit suchen, Anträge ausfüllen müssen, Ihre Kinder in der Schule unterstützen oder andere Menschen kennenlernen möchten. Außerdem ist es nützlich und empfehlenswert, dass Sie einige Dinge über Deutschland wissen, zum Beispiel über allgemeine Regelungen, Strukturen, Werte und Normen, die Geschichte, die Kultur und die Rechtsordnung. Die erworbenen Kenntnisse werden Ihren Einstieg und Ihre persönliche Weiterentwicklung in Deutschland erheblich vereinfachen und positiv beeinflussen.

### Wer kann einen Integrationskurs besuchen?

Integrationskurse richten sich an folgenden Personenkreis:

- Migrantinnen und Migranten, die dauerhaft in Deutschland leben
- EU-Bürgerinnen und EU-Bürger / Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedler
- Flüchtlinge aus Syrien, dem Iran, dem Irak, Eritrea, Somalia
- Deutsche Staatsangehörige mit Zuwanderungsgeschichte

Eine Berechtigung zur Teilnahme am Integrationskurs bekommen Sie bei Ihrer zuständigen Ausländerbehörde, beim Jobcenter (Agentur für Arbeit) oder Sie wenden sich an uns. Wir unterstützen Sie gerne bei der Antragstellung.

### Der Einstufungstest – Überprüfung Ihrer Vorkenntnisse

Bevor Sie in einen Integrationskurs einsteigen, führen wir einen Einstufungstest durch. Möglicherweise haben Sie bereits Vorkenntnisse in Deutsch. Dann ist es für Sie sinnvoll, direkt in einen Kurs auf höherem Niveau einzusteigen. Das Ergebnis hilft uns, zu entscheiden, mit welchem Kursabschnitt (Modul) Sie beginnen sollten und ob eventuell ein spezieller Integrationskurs sinnvoll sein könnte. Der Einstufungstest bei uns ist für Sie kostenfrei.

### Strukturierung und Lerninhalte eines Integrationskurses

**Der Sprachkurs** ist Teil des Integrationskurses und umfasst im allgemeinen Integrationskurs 600 Unterrichtsstunden, in speziellen Kursen für Frauen oder Eltern und in Integrationskursen mit Alphabetisierung in der Regel 900 Unterrichtsstunden. Der Sprachkurs ist in Module je 100 Unterrichtsstunden gegliedert. Inhaltlich werden Themen aus dem alltäglichen Leben behandelt, z. B.:

Einkaufen, Handel, Konsum / Wohnen / Gesundheit und Hygiene, menschlicher Körper / Arbeit und Beruf / Aus- und Weiterbildung / Betreuung und Erziehung von Kindern / Freizeit und soziale Kontakte / Medien und Mediennutzung.

Zudem lernen Sie unter anderem, auf Deutsch Briefe und E-Mails zu schreiben, Formulare auszufüllen, auf Deutsch zu telefonieren oder sich um eine Arbeitsstelle zu bewerben. Zum regulären Unterricht gehört abschließend auch die gezielte Prüfungsvorbereitung auf die Abschlussprüfung „Deutschtest für Zuwanderer – DTZ A2/B1“

**Der Orientierungskurs** findet im Anschluss an den Sprachkurs und umfasst 100 Unterrichtsstunden. In diesem Kursteil erfahren Sie etwas über die deutsche Kultur, Politik und Geschichte. Den Orientierungskurs schließen Sie mit dem Abschlusstest „Leben in Deutschland“ ab.

### Zertifikat Integrationskurs

Ziel des Integrationskurses ist es, dass Sie erfolgreich die Abschlussprüfungen „Deutschtest für Zuwanderer - DTZ A2/B1“ und „Leben in Deutschland“ ablegen und das „Zertifikat Integrationskurs“ erhalten.

**Haben Sie noch Fragen, dann wenden Sie sich an die Fachbereichsleiterin Anna Geisler oder schauen Sie im Internet [www.bamf.de](http://www.bamf.de)**

## Programmbereich 4

## Sprachen

Arabisch  
 Englisch  
 Französisch  
 Italienisch  
 Latein  
 Portugiesisch  
 Russisch  
 Schwedisch  
 Spanisch  
 Türkisch

Volkshochschule  
 Weingarten  
 Heinrich-Schatz-Straße 16  
 88250 Weingarten  
 Telefon 0751 560 353-10  
 Telefax 0751 560 35-40  
 vhs@weingarten-online.de  
 www.vhs-weingarten.de

Fachbereichsleitung Sprachen:  
 N.N.  
 Telefon 0751 560 353-17  
 vhs@weingarten-online.de

### Sprachen Einstufungsberatung an Ihrer VHS Weingarten

Sie sind sich nicht sicher, welcher Kurs für Sie optimal ist? Dann kommen Sie zu unserem Sprachberatungstag und lassen Sie sich individuell beraten – im Einzelgespräch mit einer fachlich kompetenten Dozentin. Eine Anmeldung zu diesem Termin ist nicht erforderlich, die Einstufung und die Beratung sind für Sie kostenfrei und verpflichten Sie nicht zu einer direkten Anmeldung in einen Kurs.

Termin: Do., 12. September 2019  
 Uhrzeit: 17:30 -19:00 Uhr  
 Ort: VHS-Geschäftsstelle  
 Weingarten,  
 Heinrich-Schatz-Str. 16

Vorabinfo: Tel.: 0751 560 353-10

Beratungsangebot (Räume sind vor Ort ausgeschildert):

1. **DEUTSCH** als Fremdsprache  
 Dozentin: Anna Geisler  
 Raum 1
2. **ENGLISCH**  
 Dozentin: Kerstin Ruhe  
 Raum 9 (Sekretariat)
3. **FRANZÖSISCH**  
 Dozentin: Isabelle Cros  
 Raum 5
4. **ITALIENISCH**  
 Dozentin:  
 Natalia De Pascale Speck  
 Raum 4
5. **SPANISCH**  
 Dozentin: Paulina Jauregui Ochoa  
 Raum 2

Kommen Sie einfach unverbindlich vorbei – wir freuen uns auf Sie.

**In den Schulferien finden grundsätzlich keine Fremdsprachenkurse statt. Ausnahmen oder spezielle Ferienkurse sind im Programm beim jeweiligen Kurs vermerkt (z. B. Sommerferienkurse).**

### Staffelpreise

Bitte beachten Sie die Staffelpreise für die Standard-Fremdsprachenkurse:

Ab 7 TN 3,20 EUR pro UE  
 Bei 6 TN 3,84 EUR pro UE  
 Bei 5 TN 4,48 EUR pro UE  
 Bei Kursen mit 6 Teilnehmenden oder 5 Teilnehmenden entfällt die Ermäßigung.

### Den richtigen Kurs finden

Die Volkshochschulen in Baden-Württemberg orientieren ihre Sprachkurse an den Vorgaben des **Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens** für die Beschreibung von Sprachkompetenzen. Das Kurssystem der **VHS Sprachenschule** an der Volkshochschule Weingarten richtet sich nach diesen Empfehlungen. Der GER ist ein europäisches Stufenmodell, das die jeweiligen sprachlichen Fertigkeiten in den Bereichen Hören, Lesen, Sprechen und Schreiben in einem Raster von sechs international vergleichbaren Niveaustufen festlegt (A1, A2, B1, B2, C1, C2).

Ihr Vorteil:

- Sie können Ihre eigenen Lernfortschritte gut verfolgen. Jede Stufe enthält Beschreibungen, die im Detail definieren, was Sie bei regelmäßiger, aktiver Mitarbeit am Ende einer bestimmten Niveaustufe erreichen können.
- In vielen Sprachen können Sie die einzelnen Lernstufen mit einer international anerkannten Prüfung abschließen.
- Ihre im Rahmen des GER erworbenen Sprachkenntnisse bzw. Sprachabschlüsse sind international gültig und vergleichbar.

### Beratung und Einstufung:

Um den Kurs zu finden, der Ihren Vorkenntnissen und Erwartungen entspricht, können Sie

- sich an der jeweiligen Lektionsangabe bzw. der Beschreibung des Kurses im Programmheft orientieren.
- den Einstufungstest auf den folgenden Seiten durchführen.
- den Einstufungstest im Internet durchführen.
- die Fachbereichsleitung SPRACHEN kontaktieren.

### Hinweise zu den Lehrwerken

Die für die einzelnen Kurse angegebenen Lehrwerke werden nicht im Kurs ausgegeben, sondern müssen von den Teilnehmer/innen über den Buchhandel besorgt werden.

### FREMDSPRACHENKINO

In Kooperation mit den Volkshochschulen Weingarten und Ravensburg zeigt das Kulturzentrum Linse verschiedene Filme in zahlreichen Originalsprachen mit Untertiteln. Bitte beachten Sie dazu das aktuelle Kinoprogramm unter

[www.kulturzentrum-linse.de](http://www.kulturzentrum-linse.de)

# Wie finden Sie den passenden Sprachkurs?

Mit dem folgenden Test haben Sie die Möglichkeit, Ihre Fremdsprachenkenntnisse selbst einzuschätzen. Die beschriebenen Kenntnisse sind verschiedenen Niveaustufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens zugeordnet. Das, was Sie relativ mühelos beherrschen, wenn auch nicht ganz perfekt, kreuzen Sie an.  
Anschließend beraten wir Sie gerne und suchen mit Ihnen gemeinsam den passenden Sprachkurs für Sie.

## Auswertung

Ab 13 angekreuzten Aussagen testen Sie Ihre Kenntnisse weiter auf der nächsthöheren Stufe. Bei weniger als 13 angekreuzten Aussagen empfehlen wir Ihnen einen Kurs auf der jeweiligen Niveaustufe.

### Niveaustufe A1

#### Hören

- Ich kann verstehen, wenn jemand langsam und einfach spricht.
- Ich kann verstehen, wenn mir jemand den Weg erklärt.
- Ich kann kurze Fragen und Erklärungen verstehen.
- Ich kann Zahlen, Preise und Uhrzeiten verstehen.

#### Lesen

- Ich kann Wörter auf Schildern oder Plakaten verstehen.
- Ich kann einfache Postkarten verstehen.
- Ich kann in Zeitungsartikeln einzelne Wörter verstehen.
- Ich kann ein einfaches Formular (z. B. bei einer Anmeldung) verstehen.

#### Sprechen

- Ich kann grüßen und mich verabschieden.
- Ich kann etwas über mich sagen.
- Ich kann einfach Fragen stellen und beantworten.
- Ich kann Zahlen, Preise und Uhrzeiten nennen.

#### Schreiben

- Ich kann ein einfaches Formular ausfüllen.
- Ich kann einfache Notizen schreiben.
- Ich kann einfache Sätze über mich (z. B. wo ich wohne) schreiben.
- Ich kann einfache Sätze über meine Familie schreiben.

### Niveaustufe A2

#### Hören

- Ich kann einfache Gespräche verstehen, wenn langsam gesprochen wird.
- Ich kann kurze und einfache Durchsagen (z. B. am Flughafen) verstehen.
- Ich kann Informationen aus dem Fernsehen verstehen, wenn ich die Bilder dazu sehe.
- Ich kann Wörter und Sätze aus meinem täglichen Leben verstehen.

#### Lesen

- Ich kann in einem Zeitungsartikel die wichtigen Informationen verstehen.
- Ich kann einfache schriftliche Notizen über alltägliche Dinge verstehen.
- Ich kann das Wichtigste in Zeitungsanzeigen verstehen.
- Ich kann einfache Gebrauchsanweisungen (z. B. für das öffentliche Telefon) verstehen.

#### Sprechen

- Ich kann jemanden grüßen und fragen, wie es ihm geht.
- Ich kann etwas zum Essen und Trinken bestellen.
- Ich kann nach dem Weg fragen.
- Ich kann mich selbst und andere Personen vorstellen und beschreiben.

#### Schreiben

- Ich kann in einfachen Sätzen meinen Alltag beschreiben.
- Ich kann eine Postkarte schreiben.
- Ich kann einen kurzen Brief schreiben.
- Ich kann eine einfache und kurze Geschichte schreiben.

### Niveaustufe B1

#### Hören

- Ich kann einer einfachen Diskussion folgen.
- Ich kann die wichtigsten Informationen aus Nachrichten im Fernsehen und Radio verstehen.
- Ich kann einfache Gespräche über meinen Beruf verstehen.
- Ich kann einfache technische Informationen verstehen.

#### Lesen

- Ich kann kurze Texte (z. B. Zeitungsartikel oder Infobroschüren) verstehen.
- Ich kann die Bedeutung einzelner unbekannter Wörter aus dem Zusammenhang erraten.
- Ich kann Privatbriefe verstehen.
- Ich kann die wichtigsten Inhalte in einer klar strukturierten Geschichte verstehen.

#### Sprechen

- Ich kann einfache Gespräche über bekannte Themen führen.
- Ich kann persönliche Ansichten und Meinungen ausdrücken.
- Ich kann die Handlung eines Films oder einer Erzählung wiedergeben.
- Ich kann mich an einer einfachen Diskussion beteiligen.

#### Schreiben

- Ich kann einfache Texte schreiben und persönliche Meinungen ausdrücken.
- Ich kann kurze Sachinformationen weitergeben.
- Ich kann für eine Bewerbung einen tabellarischen Lebenslauf schreiben.
- Ich kann in einem Brief Gefühle (z. B. Freude, Trauer, Mitleid) ausdrücken.

### Niveaustufe B2

#### Hören

- Ich kann Gespräche im Detail verstehen und mich daran beteiligen.
- Ich kann einem Sachvortrag oder einer Vorlesung folgen, wenn mir die Thematik bekannt ist.
- Ich kann im Radio und Fernsehen die meisten Sendungen verstehen.
- Ich kann Fernsehspiele und Filme verstehen, wenn kein Dialekt gesprochen wird.



**Lesen**

- Ich kann Texte in meinem Fachgebiet im Detail verstehen.
- Ich kann die Handlung einer Kurzgeschichte oder eines Romans verstehen.
- Ich kann in einem Handbuch (z. B. einem Computerhandbuch) passende Erklärungen finden und verstehen.
- Ich kann Artikel und Berichte über aktuelle Fragen lesen und verstehen.

**Sprechen**

- Ich kann mich aktiv an längeren Gesprächen beteiligen.
- Ich kann Gefühle in unterschiedlicher Intensität zum Ausdruck bringen.
- Ich kann meine Meinung äußern und argumentieren.
- Ich kann eine Argumentation logisch aufbauen und vertreten.

**Schreiben**

- Ich kann ausführliche Texte über unterschiedliche Themen schreiben.
- Ich kann Informationen zusammenfassen.
- Ich kann ausführlich über Ereignisse schreiben.
- Ich kann in persönlichen und formellen Briefen verschiedene Gefühle ausdrücken.

**Niveaustufe C1****Hören**

- Ich kann viele Redewendungen und Umgangssprache verstehen.
- Ich kann – auch bei schlechter Übertragungsqualität aus öffentlichen Durchsagen – z. B. am Bahnhof – Einzelinformationen heraushören.
- Ich kann berufs- und fachbezogene Vorlesungen, Reden und Berichte verstehen.
- Ich kann ohne allzu große Mühe Spielfilme verstehen.

**Lesen**

- Ich kann längere, anspruchsvolle Texte, wie z. B. Berichte und Kommentare, verstehen und zusammenfassen.
- Ich kann hochspezialisierten Texten aus meinem eigenen Fachgebiet (z. B. Forschungsberichte) Informationen entnehmen.
- Ich kann unter gelegentlicher Zuhilfenahme des Wörterbuches jegliche Korrespondenz verstehen.
- Ich kann zeitgenössische literarische Texte fließend lesen.

**Sprechen**

- Ich kann auch in lebhaften Gesprächen unter Muttersprachlerinnen / Muttersprachlern gut mithalten.
- Ich kann flüssig und korrekt über viele Themen allgemeiner, beruflicher oder wissenschaftlicher Art sprechen.
- Ich kann in Diskussionen meine Gedanken und Meinungen präzise und klar ausdrücken und überzeugend argumentieren.
- Ich kann in meinem Fachgebiet ein Referat halten, vom vorbereiteten Text abweichen und spontan auf Fragen von Zuhörern eingehen.

**Schreiben**

- Ich kann mich schriftlich zu unterschiedlichsten Themen allgemeiner oder beruflicher Art klar und gut äußern.
- Ich kann Informationen aus verschiedenen Quellen zusammenfassen.
- Ich kann in persönlichen Briefen Erfahrungen und Gefühle ausführlich beschreiben.
- Ich kann formal korrekte Briefe schreiben, z. B. einen Beschwerdebrief.

**Niveaustufe C2****Hören**

- Ich kann Gespräche, Vorlesungen, Reden, Berichte problemlos verstehen, gleichgültig ob 'live' oder in den Medien.
- Ich kann regionale Akzente verstehen, auch wenn ich dafür etwas Zeit brauche.

**Lesen**

- Ich kann Wortspiele erkennen und ironische oder satirische Texte richtig verstehen.
- Ich kann Texte, die Umgangssprache und zahlreiche Redewendungen oder Slang enthalten, verstehen.
- Ich kann Handbücher, Verordnungen und Verträge verstehen, auch wenn mir das Gebiet nicht vertraut ist.
- Ich kann zeitgenössische und klassische literarische Texte lesen.

**Sprechen**

- Ich kann mich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen mit Muttersprachlerinnen / Muttersprachlern beteiligen.
- Ich kann Sachverhalte der Situation angemessen darstellen und erörtern.

**Schreiben**

- Ich kann gut strukturierte Berichte und Artikel über komplexe Themen schreiben.
- Ich kann Zusammenfassungen von Sachtexten und literarischen Werken schreiben.
- Ich kann klare und gut strukturierte formelle Briefe schreiben.
- Ich kann mich in Briefen bewusst ironisch, mehrdeutig oder humorvoll ausdrücken.

# Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen

## Aufgaben des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen (GER).

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen befasst sich mit der Beurteilung von Fortschritten in den Lernerfolgen bezüglich einer Fremdsprache. Ziel ist, die verschiedenen europäischen Sprachzertifikate untereinander vergleichbar zu machen und einen Maßstab für Spracherwerb zu schaffen.

## Die Niveaustufen des GER

Die grundlegenden Level sind: A: Elementare Sprachverwendung (A1/A2)  
 B: Selbstständige Sprachverwendung (B1/B2)  
 C: Kompetente Sprachverwendung (C1/C2)

Diese sind nochmals in insgesamt 6 Niveaustufen unterteilt:

Stufe	Standardisierte Lernziele nach dem Europäischen Referenzrahmen	Kursstufe VHS
<b>A1</b>	<b>Anfänger</b> Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B., wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben – und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartnerinnen oder Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind, zu helfen.	<b>A1.1</b> <b>A1.2</b> <b>A1.3</b>
	<b>Grundlegende Kenntnisse</b> Kann Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z. B. Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.	<b>A2.1</b> <b>A2.2</b> <b>A2.3</b>
	<b>Fortgeschrittene Sprachverwendung</b> Kann die Hauptsache verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.	<b>B1.1</b> <b>B1.2</b> <b>B1.3</b>
<b>B2</b>	<b>Selbstständige Sprachverwendung</b> Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.	<b>B2.1</b> <b>B2.2</b> <b>B2.3</b>
	<b>Fachkundige Sprachkenntnisse</b> Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel anwenden. Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.	<b>C1.1</b> <b>C1.2</b> <b>C1.3</b>
	<b>Annähernd muttersprachliche Kenntnisse</b> Kann praktisch alles, was gelesen oder gehört wird, mühelos verstehen. Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.	<b>C2.1</b> <b>C2.2</b> <b>C2.3</b>

Politik, Gesellschaft, Umwelt  
 Kultur und Gestalten  
 Gesundheit  
 Deutsch  
 Sprachen  
 Arbeit und Beruf  
 Außenstellen Weingarten

## Arabisch



Nr. P4011-031

**Arabisch für Anfänger mit Vorkenntnissen****6. Semester**

Fatma Walther-Abdeldaiem

Mit diesem Kurs werden die Teilnehmer/innen weiter Schritt für Schritt in die arabische Sprache geführt und es werden verschiedene Themen über den Alltag bearbeitet. Dazu gibt es passende Grammatikthemen. Die zahlreichen praktischen Übungen verstetigen das Erlernen.

Lehrbuch: „Kalamuna A1“, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-605253-4), ab Lektion 7

7 – 12 Personen

10 Abende, 02.10.2019 - 08.01.2020

Mittwoch, 18:00 - 19:30 Uhr

Realschule, EG,

Eingang Ettishofer Straße, Raum 15

Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Staffelpreise**

Bitte beachten Sie die Staffelpreise für die Standard-Fremdsprachenkurse:

Ab 7 TN 3,20 EUR pro UE

Bei 6 TN 3,84 EUR pro UE

Bei 5 TN 4,48 EUR pro UE

Bei Kursen mit 6 Teilnehmenden oder

5 Teilnehmenden entfällt die Ermäßigung.

**In den Schulferien finden grundsätzlich keine Fremdsprachenkurse statt. Ausnahmen oder spezielle Ferienkurse sind im Programm beim jeweiligen Kurs vermerkt (z. B. Sommerferienkurse).**

## Englisch

**Ein kostenfreier Service Ihrer VHS Weingarten****Einstufungsberatung Englisch**

Sie sind sich nicht sicher, welcher Kurs für Sie optimal ist? Dann kommen Sie zu unserem Sprachberatungstag und lassen Sie sich individuell beraten – im Einzelgespräch mit einer fachlich kompetenten Dozentin. Eine Anmeldung zu diesem Termin ist nicht erforderlich, die Einstufung und die Beratung sind für Sie kostenfrei und verpflichten Sie nicht zu einer direkten Anmeldung in einen Kurs. Kommen Sie einfach unverbindlich vorbei – wir freuen uns auf Sie.

Termin: Do., 12. September 2019

Uhrzeit: 17:30 - 19:00 Uhr

Ort: VHS-Geschäftsstelle

Weingarten,

Heinrich-Schatz-Str. 16

Räume sind ausgeschildert

Vorabinform.: Tel.: 0751 560 353-10

## Englisch allgemein

**Kurs in Wolpertswende NEU**

Nr. P4061-01W7-K

**Spielerisch Englisch Lernen – für Kinder der Grundschule (Klasse 1 und 2)**

Manuela Brellenthin

Dieser Kurs führt die Kinder spielerisch in die Welt der englischen Sprache ein. Auf natürliche und zwanglose Weise lernen die Kinder im „Sprachenbad“ den Umgang mit der Sprache durch Spiele, Lieder, Reime, Erzählen und Zuhören. Alltägliche Themen werden in den Mittelpunkt gerückt: Kleidung, Tiere, Geburtstag, etc.. Ein spannender Kurs für Kinder!

8 – 16 Kinder

6 Nachmittage, 18.09.2019 - 23.10.2019

Mittwoch, wöchentlich, 16:00 - 17:00 Uhr

Eugen-Bolz-Schule

Mochenwangen, Sportplatzweg 3

24,80 EUR (gültig ab 8 Teilnehmenden)

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

Nr. P4061-011

**Englisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen GER A1**

Dana Denissel

Wir setzen unseren Kurs fort. Möchten Sie in einer netten und motivierten Gruppe ihre englischen Vorkenntnisse vertiefen und verbessern? Dann heißen wir Sie herzlich Willkommen in unserer Gruppe. Wir arbeiten im Lehrbuch ab Lektion 5. Die Dozentin ist Muttersprachlerin. See you! Lehrbuch: Let's Enjoy English A 1.1, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501630-9), ca. ab Lektion 5

5 – 16 Personen

9 Abende, 09.10.2019 - 11.12.2019

Mittwoch, 18:00 - 20:00 Uhr

Realschule, UG,

Eingang Ettishofer Straße, Raum 08

Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Kurs in Wolpertswende**

Nr. P4061-02W7

**Englisch-Refresher GER A1 – für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen**

Manuela Brellenthin

In entspannter Atmosphäre und in einem angenehmen Tempo werden Grundkenntnisse nochmals aufgefrischt. Sie wollen sich in einfachen Gesprächssituationen verständigen können und gerne nochmals in der englischen Sprache Grund legen? Dann ist dieser Kurs das Richtige für Sie.

Lehrbuch: Let's Enjoy English A 1.1, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501630-9), ab Lektion 6/7

5 – 14 Personen

13 Abende, 18.09.2019 - 18.12.2019

Mittwoch, 19:45 - 20:45 Uhr

Schulgebäude Wolpertswende, Nieders-

weiler Straße 9, Zimmer 4, 1. OG

55,50 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 66,60 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 77,70 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4061-031

**Englisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen GER A1**

Simeon Grundy

Möchten Sie in netter und lockerer Atmosphäre Englisch lernen? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie! Der Kurs eignet sich für Interessierte, die über geringe Vorkenntnisse in Englisch verfügen. Wir erlernen die Sprache in kleinen Schritten. Erleben Sie, wie Sie auf kreative Weise und durch vielfältige Aktivitäten schnelle Fortschritte in Englisch machen werden. Der Dozent ist Muttersprachler. See you!

Lehrbuch: Let's Enjoy English A 1.1, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501630-9), ca. ab Lektion 7



Politik, Gesellschaft,  
Umwelt

Kultur und Gestalten

Gesundheit

Deutsch

Sprachen

Arbeit und Beruf

Außenstellen  
Weingarten

5 – 16 Personen  
11 Abende, 16.09.2019 - 02.12.2019  
Montag, 19:35 - 21:05 Uhr  
Realschule, UG,  
Eingang Ettishofer Straße, Raum 07  
Standardgruppe ab 7 TN: 70,40 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 84,50 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 98,60 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4061-041  
**Englisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen GER A1**

Dana Denisse  
Englisch macht Spaß! Lernen Sie spielerisch, auf kreative Art, sich in einfachen Gesprächssituationen zu verständigen. Wir arbeiten mit einem modernen Kursbuch, das interessante Themen und interaktive Übungen bietet. In diesem Kurs werden die Grundlagen für einen guten Start in die englische Sprache gelegt oder vertieft.  
Lehrbuch: „English Next A1/1“, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-002942-6), ca. ab Lektion 4

5 – 14 Personen  
15 Abende, 19.09.2019 - 23.01.2020  
Donnerstag, 18:15 - 19:45 Uhr  
Realschule, EG,  
Eingang Ettishofer Straße, Raum 15  
Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4061-051  
**Englisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen GER A1**

Manuela Brellenthin  
Dieser Kurs ist für Einsteiger/innen in der englischen Sprache gedacht, die jedoch schon einmal einen Kurs besucht haben oder auf ihr Scholenglisch zurückgreifen und wieder auffrischen wollen. Wir arbeiten mit einem strukturierten Lehrbuch und zusätzlich mit vielen hilfreichen und kreativen Aktivitäten. See you there!  
Lehrbuch: „English Next A1/1“, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-002942-6), ab Lektion 7/8

5 – 14 Personen  
14 Abende, 17.09.2019 - 07.01.2020  
Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr  
Realschule, EG,  
Eingang Ettishofer Straße, Raum 13  
89,60 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 107,50 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 125,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4061-061  
**Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen GER A2**

Manuela Brellenthin  
Dieser Kurs ist ein fortlaufender Kurs. Quereinsteiger/innen sind jedoch herz-

lich willkommen! Die Sprachvermittlung erfolgt in kleinen Schritten, in der Regel bereits in der Zielsprache Englisch. Das Tempo des Kurses wird an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst. Ob im Arbeiten mit dem Lehrwerk, leichter Konversation oder gezielten Aktivitäten: Ziel ist immer die Verbesserung der Ausdrucksfähigkeit und gleichzeitig Spaß beim Englischlernen zu haben.  
Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

5 – 11 Personen  
13 Abende, 19.09.2019 - 09.01.2020  
Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4  
83,20 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 99,80 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 116,50 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4061-111  
**Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen GER A2.2**

Elena Männer  
Would you like to join our course? We read, translate and discuss texts. We enjoy the challenge of grammar and new vocabulary. A light conversation is also introduced into every lesson.  
Lehrbuch Lift Off 2, Cornelsen Verlag (ISBN 3-8109-2038-X), ab Lektion 6

5 – 16 Personen  
15 Abende, 19.09.2019 - 23.01.2020  
Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr  
Realschule, UG,  
Eingang Ettishofer Straße, Raum 010  
Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Vormittagskurs**

Nr. P4061-411  
**Englisch für Fortgeschrittene GER B1**

Elena Männer  
In diesem Kurs gehen wir in kleinen Schritten voran, um unsere Sprachkenntnisse stetig zu verbessern und zu festigen.  
Lehrbuch: Lift Off 2, Cornelsen Verlag (ISBN 3-8109-2038-X), ab Lektion 5

5 – 12 Personen  
15 Vormittage, 19.09.2019 - 23.01.2020  
Donnerstag, 08:30 - 10:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4  
Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Sprachen lernen – um sich besser zu verstehen!**



Nr. P4061-421  
**Englisch für Fortgeschrittene GER B1.2**

Kerstin Ruhe  
Sie haben bereits einige Semester Englisch gelernt und möchten Ihr sprachliches Repertoire erweitern? Sie sind gern aktiv und wünschen sich einen kommunikativen Unterricht mit einem modernen Kursbuch? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Wir freuen uns auf Sie!  
Lehrbuch: English Next B1/2, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-002935-8), ab Lektion 1

5 – 14 Personen  
15 Nachmittage,  
20.09.2019 - 24.01.2020  
Freitag, 14:30 - 16:00 Uhr  
VHS, Gebäude Touristinfo,  
Münsterplatz 1, Seminarraum  
Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Vormittagskurs**

Nr. P4061-451  
**Englisch für Fortgeschrittene GER B1**

Kathryn Thouet  
Sie möchten schon seit längerer Zeit Englisch lernen, haben jedoch Bedenken, es könnte zu schnell gehen oder zu anstrengend werden? In diesem Kurs für Personen mit Vorkenntnissen gehen wir in kleinen Schritten voran. Mit Rollenspielen zu alltäglichen Themen möchten wir unseren gelernten Wortschatz festigen und erweitern.  
Lehrbuch: Great! B1, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-501484-8), ca. ab Lektion 9. Zusätzlich Inspiration zum Reden bekommen wir vom Read On (Abonnement durch Lehrkraft ca. 1,50 EUR pro Monat und Teilnehmer/in)

5 – 12 Personen  
10 Vormittage, 27.09.2019 - 13.12.2019  
Freitag, 08:30 - 10:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4  
Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4061-461

**Englisch für Fortgeschrittene GER B1**

Kathryn Cotter

Lernen Sie Englisch in einer kommunikationsfreudigen Gruppe! Freies Sprechen sowie gezielte Grammatikbehandlung stehen dabei im Vordergrund.

A New Start – Refresher B1, Cornelsen Verlag (ISBN 978-3-464-20232-6), ab Lektion 9

5 – 16 Personen

10 Abende, 07.10.2019 – 16.12.2019

Montag, 18:00 – 19:30 Uhr

Weingarten, VHS, Gebäude Bücherei, Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2

Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4061-491

**Englisch für Fortgeschrittene GER B1.2**

Simeon Grundy

Sie haben bereits einige Semester Englisch gelernt und möchten Ihr sprachliches Repertoire erweitern? Sie sind gern aktiv und wünschen sich einen kommunikativen Unterricht mit einem modernen Kursbuch? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Wir freuen uns auf Sie!

Lehrbuch: English Next B1/2, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-002935-8), ca. ab Lektion 7

5 – 16 Personen

14 Abende, 18.09.2019 – 08.01.2020

Mittwoch, 18:15 – 19:45 Uhr

Weingarten, VHS, Gebäude Touristinfo,

Münsterplatz 1, Seminarraum

Standardgruppe ab 7 TN: 89,60

EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 107,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 125,40 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Vormittagskurs**

Nr. P4061-631

**Englisch für Fortgeschrittene GER B2**

Elena Männer

Would you like to improve your English communication skills in everyday situations? Would you like to leave the class with a smile? Then this group is the right one for you.

Lehrbuch: Key B1 Kursbuch, Cornelsen Verlag (ISBN 978-3-06-020100-6), ab Lektion 1

5 – 7 Personen

15 Vormittage, 17.09.2019 – 14.01.2020

Dienstag, 10:00 – 11:30 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Vormittagskurs**

Nr. P4061-641

**Englisch für Fortgeschrittene GER B2**

Hannelore Blaas

Mindestens drei Jahre Schulenglisch und eine regelmäßige Englischpraxis sind Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs.

Kurs ohne Lehrbuch.

5 – 14 Personen

10 Vormittage, 18.09.2019 – 27.11.2019

Mittwoch, 10:00 – 11:00 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5

Standardgruppe ab 7 TN: 42,70 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 51,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 59,70 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Vormittagskurs**

Nr. P4061-671

**Englisch für Fortgeschrittene GER C1**

Hannelore Blaas

Sie wollen Ihre Englischkenntnisse (etwa sieben Jahre Schulenglisch und gute Englischpraxis) in einer hochmotivierten Gruppe erweitern. Im Gesprächsstil entwickeln sich Fragen bezüglich der gebräuchlichen Formulierungen in den betreffenden Situationen. Auch Grammatik wird erklärt und geübt.

Kurs ohne Lehrbuch.

5 – 14 Personen

10 Vormittage, 18.09.2019 – 27.11.2019

Mittwoch, 11:00 – 12:00 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5

Standardgruppe ab 7 TN: 42,70 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 51,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 59,70 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Englisch Konversation****Kurs in Schlier**

Nr. P4062-01W6

**Englisch Conversation GER A2 – für fortgeschrittene Anfänger**

Manuela Brellenthin

Join us for a Conversation class in English!

Als Gruppe wiederholen und üben wir

Aufbau und Wortschatz der englischen Sprache. Wir unterhalten uns über aktuelle Themen, Reisen und Interessen der Teilnehmer/innen. Wir arbeiten ohne Lehrwerk, jedoch vertiefen wir grammatische Kenntnisse mit gezielten Arbeitsaufgaben. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. Kurs ohne Lehrbuch. Die Dozentin erstellt Arbeitsmaterialien.

5 – 12 Personen

11 Abende, 16.09.2019 – 02.12.2019

Montag, 17:30 – 19:00 Uhr

Schule Schlier, Schulstr. 21, VHS-Raum

Standardgruppe ab 7 TN: 70,40 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 84,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 98,60 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Kurs in Fronreute**

Nr. P4062-05W5

**English Conversation GER A2 – für fortgeschrittene Anfänger**

Manuela Brellenthin

In entspannter Atmosphäre und in einem angenehmen Tempo werden Grundkenntnisse aufgefrischt und vertieft. Sie wollen sich in einfachen Gesprächssituationen verständigen können und gerne nochmals in der englischen Sprache Grund legen? Dann ist dieser Kurs das richtige für Sie. Everyone welcome! Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

5 – 12 Personen

10 Abende, 18.09.2019 – 27.11.2019

Mittwoch, 18:00 – 19:30 Uhr

Dorfgemeinschaftshaus Blitzenreute,

Kirchstraße 10

Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4062-011

**Englisch: Refresher and Conversation GER A2/B1**

Maurice Sheehy

Wer englische Grammatik und Wortschatz gründlich wiederholen und erweitern, Texte erschließen, sich auf Englisch unterhalten und natürlich gerne Neues lernen möchte, ist genau richtig in diesem Kurs.

**Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)**

**Sie finden auf diesen Seiten alle Sprachkurse der VHS Weingarten, also auch solche, die in den Außenstellen stattfinden.**



No book needed – Unterrichtsmaterialien werden vom Dozenten vorbereitet. Bitte ein Wörterbuch in den Kurs mitbringen.

5 – 10 Personen  
 11 Abende, 16.09.2019 - 02.12.2019  
 Montag, 18:00 - 19:30 Uhr  
 Realschule, UG,  
 Eingang Ettishofer Straße , Raum 08  
 Standardgruppe ab 7 TN: 70,40 EUR  
 (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 6 TN: 84,50 EUR, keine  
 Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 5 TN: 98,60 EUR, keine  
 Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4062-021 **NEU**  
**Englisch: Relaxed Conversation  
 GER B1**

Dana Denisse

Want to practice the English you've already learned in an open and friendly setting? Join us to discuss current events, music, films, books and other topics of interest. Come meet new people and keep your skills fresh! The group leader is a native English speaker.  
 Materialien werden von der Dozentin vorbereitet.

5 – 16 Personen  
 9 Abende, 08.10.2019 - 10.12.2019  
 Dienstag, 18:00 - 20:00 Uhr  
 Realschule, UG,  
 Eingang Ettishofer Straße , Raum 07  
 Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR  
 (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine  
 Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine  
 Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Kurs in Baienfurt**

Nr. P4062-02W2  
**Englisch: Conversation GER B1**

Kathryn Thouet

Would you like to join our weekly Tuesday afternoon conversation class? Using easy texts about up-to-date issues, found in the „Read On“ newspaper, we discuss in a relaxed atmosphere with our teacher, whose mother tongue is „British“ English.

Kurs ohne Lehrbuch. Inspiration zum Reden bekommen wir vom Read On (Abonnement durch Lehrkraft ca. 1,50 EUR pro Monat und Teilnehmer/in)

5 – 14 Personen  
 10 Nachmittage,  
 17.09.2019 - 26.11.2019  
 Dienstag, 16:30 - 18:00 Uhr  
 Achtschule, Ravensburger Str. 18,  
 Hauswirtschaftsgebäude,  
 Handarbeitsraum  
 Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR  
 (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine  
 Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine  
 Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Sprachen lernen – um sich  
 besser zu verstehen!**



Nr. P4062-051  
**Englisch: Conversation GER C1**

Hannelore Blaas

Kurze Texte, die verschiedene Bereiche abdecken, sind die Basis für unsere Diskussionen, Vokabel- und Grammatikübungen. Sie sollten die Kenntnisse von mindestens sieben Jahren Schulenglisch mitbringen und über eine gute Englischpraxis verfügen.  
 Kurs ohne Lehrbuch.

5 – 16 Personen  
 10 Abende, 17.09.2019 - 26.11.2019  
 Dienstag, 17:30 - 19:00 Uhr  
 Realschule, EG,  
 Eingang Ettishofer Straße , Raum 15  
 Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR  
 (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine  
 Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine  
 Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Vormittagskurs**

Nr. P4062-061  
**Englisch: Conversation GER C1**

Hannelore Blaas

Sie haben ca. sieben Jahre Schulenglisch in der Schule gehabt, verfügen über eine gute Englischpraxis und wollen Wortschatz und Grammatikkenntnisse wieder auffrischen in einer diskussionsfreudigen, aufgeschlossenen Gruppe. Wir greifen aktuelle Ereignisse auf oder nehmen ein Zitat einer bekannten Persönlichkeit als Diskussionsgrundlage. Der Wortschatz zu dem jeweiligen Thema wird erweitert, ergänzt und in seinem Bedeutungsspektrum aufgezeigt und geübt.  
 Kurs ohne Lehrbuch.

5 – 14 Personen  
 10 Vormittage, 02.10.2019 - 11.12.2019  
 Mittwoch, 08:15 - 09:45 Uhr  
 VHS-Geschäftsstelle,  
 Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
 Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR  
 (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine  
 Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine  
 Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Englisch für den Beruf**



Nr. P4063-021  
**Business English am Morgen  
 (GER B1)**

**VHS-Espresso: Kurs mit Durchführungsgarantie ab zwei Personen (Staffelpreise)! Intensives Lernen in der Kleingruppe!**

Siranush Gevorgyan

Business English B1 is a 20-hour course, divided into three key work skills – Telephoning, Socializing and Writing (dealing with colleagues, customer communication, correspondence, meeting). The course content includes exercises allowing you to speak about your own companies, write e-mails and business letters, reading texts with helpful tips for doing business around the world, listening to activities with international speakers and a wide variety of topics covering many branches and industries. This course is recommended for those who want to improve their business communication skills and whose English understanding is at least at the lower B1 level.  
 Lehrbücher: Real Business English B1, Student's Book with MP3 CD, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-501670-5) und Real Business English B1, Workbook, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-501671-2)

2 – 4 Personen  
 10 Vormittage, 10.10.2019 - 19.12.2019  
 Donnerstag, 08:00 - 09:30 Uhr  
 VHS, Gebäude Bücherei,  
 Abt-Hyller-Straße 19, Raum 3  
 200,00 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 4 Teilnehmenden)  
 240,00 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 3 Teilnehmenden)  
 300,00 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 2 Teilnehmenden)

**Hinweise zu den Lehrwerken**

Die für die einzelnen Kurse angegebenen Lehrwerke werden nicht im Kurs ausgegeben, sondern müssen von den Teilnehmer/innen über den Buchhandel besorgt werden.



## Französisch

## Ein kostenfreier Service Ihrer VHS Weingarten

## Einstufungsberatung Französisch

Sie sind sich nicht sicher, welcher Kurs für Sie optimal ist? Dann kommen Sie zu unserem Sprachberatungstag und lassen Sie sich individuell beraten – im Einzelgespräch mit einer fachlich kompetenten Dozentin. Eine Anmeldung zu diesem Termin ist nicht erforderlich, die Einstufung und die Beratung sind für Sie kostenfrei und verpflichten Sie nicht zu einer direkten Anmeldung in einen Kurs. Kommen Sie einfach unverbindlich vorbei – wir freuen uns auf Sie.

Termin: Do., 12. September 2019  
Uhrzeit: 17:30 - 19:00 Uhr  
Ort: VHS-Geschäftsstelle Weingarten, Heinrich-Schatz-Str. 16 Räumlichkeiten sind ausgeschildert

Vorabinfo: Tel.: 0751 560 353-10

## Französisch allgemein



vhs für Europa

Sprach- und Kochkurs in den Sommerferien

Nr. O4081-001-S

### Französisch mit Erlebnissen – für Anfänger mit ersten Vorkenntnissen

– In Kooperation mit der Partnerschaftsgruppe Bron-Weingarten

Francoise Bonnet

Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen mit ersten Vorkenntnissen, die die französische Sprache praxisnah erlernen/wiederholen bzw. vertiefen möchten und an Interessierte an einem Austausch mit Bürger/innen von Bron sowie an alle Mitglieder der Partnerschaftsgruppe Bron-Weingarten. Neumitglieder und auch Interessierte sind herzlich willkommen!

Inhaltlich orientieren wir uns an umgangssprachlichen Begriffen, einem Kennenlernen der Partnerstadt und ihrer Umgebung sowie der französischen Lebensart.

Der Kurs soll sprachliche Unterstützung und Orientierung für die Teilnehmer/innen bei einer Kontaktaufnahme mit Bürger/innen der Partnerstadt selbst und Hilfestellung für einen Besuch dieser Region in Frankreich geben. Als Höhepunkt des Kurses bereiten wir am Donnerstag, 08.08.19 (ab 18:00 Uhr) gemeinsam ein französisches Dinner in der VHS-Küche in der Hiltrudschule zu. Die Dozentin ist Gymnasiallehrerin in der Region Bron-Lyon.

Die Unterrichtsmaterialien werden von der Dozentin zur Verfügung gestellt. Kopierkosten sind in der Kursgebühr bereits enthalten.

Am Dienstagnachmittag, 06.08.19 sowie am Mittwoch, 07.08.19 wird ein (fakultatives) Ausflugsprogramm für die Kursteilnehmer/innen gemeinsam mit der Dozentin und Mitgliedern der Partnerschaftsgruppe Bron-Weingarten angeboten. Die Kosten für Ausflüge sowie die Lebensmittel für das Dinner sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Zuschussmöglichkeit: Für Mitglieder der Partnerschaftsgruppe Bron-Weingarten kann ein städtischer Zuschuss in Höhe von 15,00 EUR pro Person gewährt werden. Bitte wenden Sie sich nach Beendigung des Kurses mit Vorlage Ihrer Teilnahmebestätigung an Frau Marion Erne, Tel. 0751/405-114.

5 – 12 Personen

4 Tage, 06.08.2019 - 09.08.2019

Dienstag, 09:30 - 12:00 Uhr,

Mittwoch, 09:30 - 12:00 Uhr,

Donnerstag, 09:30 - 12:00 Uhr

Donnerstag, 18:00 - 20:00 Uhr (Kochen)

Freitag, 09:30 - 12:00 Uhr

VHS-Geschäftsstelle, Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5 und Küche in der Hiltrudschule  
50,60 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
60,70 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
70,70 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)



vhs für Europa

Nr. P4081-001

### Französische Lebensart – Übungsabend für Interessierte mit geringen, mittleren und fortgeschrittenen Französischkenntnissen

– In Kooperation mit der Partnerschaftsgruppe Bron-Weingarten

Dietmar Schlecht, Heidemarie Detzel-Ströble, Ute Bauer

Der Übungsabend richtet sich an alle interessierten Personen, die über geringe, mittlere oder fortgeschrittene Kenntnisse der französischen Sprache verfügen. An diesem Abend im Bistro des Best Western Hotels gibt es Gelegenheit, die Sprache zu üben und Aktuelles aus der Partnerschaftsgruppe Bron-Weingarten zu erfahren. Wir werden eine Tischeinteilung in drei Gruppen – orientiert am

Sprachniveau – vornehmen. Bitte teilen Sie uns daher möglichst bei der Anmeldung mit, in welches Sprachniveau wir Sie einstufen dürfen:

Anfänger: Geringe Kenntnisse GER A1 (ca. 1 – 2 Semester Französisch)

Mittleres Sprachniveau: Kenntnisse auf dem Niveau GER A2/B1

Fortgeschrittene: Kenntnisse auf dem Niveau ab GER B2

Der Übungsabend ist kostenfrei. Kosten entstehen ausschließlich für die individuell verzehrten Getränke (ggf. Speisen) im Bistro des Best Western Hotels. Aus organisatorischen Gründen (Gruppeneinteilung, Tischreservierung) wird um vorherige Anmeldung bei der VHS gebeten.

1 – 20 Personen

Donnerstag, 30.01.2020,

18:00 - 20:30 Uhr

Best Western Parkhotel, Abt-Hyller-Str. 37, Restaurant-Bistro

NEU

Nr. P4081-011

### Französisch für Anfänger GER A1

Isabelle Cros

Sie haben sich entschieden, Französisch als neue Fremdsprache zu lernen: Hut ab! Chapeau! Dieses kommunikative und handlungsorientierte Lehrwerk für Anfänger führt Sie auf spannende und unterhaltsame Weise in die französische Sprache ein. Sie trainieren gezielt das Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben mit vielfältigen Übungen. Das Lehrwerk führt in drei Bänden zu Niveau B1 und verspricht viel Spaß und gute Laune! Unter [www.hueber.de/chapeau](http://www.hueber.de/chapeau) finden Sie eine Mediathek mit weiteren Materialien (u.a. Lernlieder, Audio- und Videodateien) auch zum herunterladen (App), um die Inhalte der Lektionen noch weiter zu vertiefen.

Lehrbuch: Chapeau! Kurs- und Arbeitsbuch A1, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-003434-5), ab Lektion 1

5 – 12 Personen

12 Abende, 09.10.2019 - 15.01.2020

Mittwoch, 17:30 - 19:00 Uhr

Weingarten, VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2

Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4081-021

### Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen GER A1

Rainer Michael Hepp

Möchten Sie in netter und lockerer Atmosphäre Französisch lernen? Dann ist der Kurs genau richtig für Sie! Der Kurs eignet sich für Interessierte, die über geringe Vorkenntnisse der französischen Sprache verfügen. Tauchen Sie mit uns in die schöne Melodie der französischen

Sprache ein und lernen Sie die Kultur und Gebräuche unserer französischen Nachbarn kennen.

Los geht es – on y va! A bientôt!

Lehrbuch: CHAPEAU! Kurs- und Arbeitsbuch A1, Hueber Verlag, (ISBN 978-3-19-003434-5), ca. ab Lektion 5

5 – 10 Personen  
12 Abende, 25.09.2019 - 18.12.2019  
Mittwoch, 19:30 - 21:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4  
Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4081-031  
**Französisch für fortgeschrittene Anfänger A2**

Joelle Ristau

Bonjour à tous! Wollten Sie schon immer in ungezwungener Runde Französisch lernen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Da es sich bei dem Kurs bereits um die vierte Fortführung des Anfängerkurses handelt, werden gute Vorkenntnisse vorausgesetzt. Neue Teilnehmer/innen und Quereinsteiger/innen sind aber natürlich trotzdem sehr herzlich willkommen. A bientôt!

Lehrbuch: On y va A2, Hueber Verlag, (ISBN 9 783191033514), ca. ab Lektion 1

5 – 14 Personen  
12 Abende, 07.10.2019 - 20.01.2020  
Montag, 18:00 - 19:30 Uhr  
Realschule, EG,  
Eingang Ettishofer Straße, Raum 15  
Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Vormittagskurs**

Nr. P4081-041  
**Französisch für Fortgeschrittene GER B1**

**Leichte Conversation – Rafräichissement, entraînement, approfondissement**

Chantal Marcus

Bienvenue dans ce cours si vous souhaitez :

- Rafräichir votre pratique orale du français
- Renforcer et élargir votre lexique
- Vous entraîner à parler français autour de thèmes variés

Vous avez déjà une certaine pratique du français, récente ou ancienne et vous disposez de connaissances générales de la grammaire ? Venez nous rejoindre ! Dans une ambiance sympathique et détendue favorisant un échange spontané nous pratiquons le français à partir de thèmes du quotidien, loisirs, culture, voyages et révisons bien sûr la grammaire.

Lehrbuch : On y va B1 aktualisierte Ausgabe, Hueber Verlag, (ISBN: 978-3-19-103354-5), ab Lektion 3/4

5 – 14 Personen  
8 Vormittage, 10.10.2019 - 05.12.2019  
Donnerstag, 08:45 - 10:15 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
Standardgruppe ab 7 TN: 51,20 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 61,40 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 71,70 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Französisch Konversation**



**Vormittagskurs**

Nr. P4082-041  
**Französisch: Conversation GER B1/B2**

**Rafräichissement, entraînement, approfondissement**

Chantal Marcus

Bienvenue dans ce cours si vous souhaitez :

- Rafräichir votre pratique orale du français
- Renforcer et élargir votre lexique
- Participer à des discussions autour de sujets variés

Vous avez déjà une certaine pratique du français, récente ou ancienne et vous disposez de connaissances générales de la grammaire ? Venez nous rejoindre ! Dans une ambiance sympathique et détendue favorisant un échange spontané nous lisons des articles de journaux faciles. En alternance nous utilisons le livre „on y va!“ contenant des thèmes du quotidien, loisirs, culture, voyages et bien sûr une révision de la grammaire.

Lehrbuch: On y va B1 aktualisierte Ausgabe, Hueber Verlag, (ISBN 978-3-19-103354-5), ab Lektion 3

5 – 14 Personen  
8 Vormittage, 11.10.2019 - 06.12.2019  
Freitag, 08:45 - 10:15 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
Standardgruppe ab 7 TN: 51,20 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 61,40 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 71,70 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Sprachen lernen – um sich besser zu verstehen!**

**Vormittagskurs**

Nr. P4082-051  
**Conversation facile GER B1/B2**

Josette Wieder

Révision de la grammaire. Pratique de la langue avec des articles de journaux, thèmes actuels. Nous sommes un petit groupe et acceptons avec plaisir de nouveaux participants.

5 – 14 Personen  
12 Vormittage, 19.09.2019 - 19.12.2019  
Donnerstag, 10:30 - 12:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4082-061  
**Conversation en soirée GER B1/B2**

Isabelle Cros

Sie möchten Ihre Sprachkenntnisse erweitern und suchen eine gute Mischung aus Grammatik und Landeskunde mit Schwerpunkt Konversation und interessanten Texten aus Büchern und Zeitschriften? Dann ist dieser Kurs für Sie richtig! Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind herzlich willkommen! Das neue Buch wird noch bekannt gegeben! Lassen Sie sich überraschen... Darüber hinaus erhalten Sie Kopien von Ihrer Dozentin.

5 – 14 Personen  
12 Abende, 18.09.2019 - 11.12.2019  
Mittwoch, 19:10 - 20:40 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Hinweise zu den Lehrwerken**

Die für die einzelnen Kurse angegebenen Lehrwerke werden nicht im Kurs ausgegeben, sondern müssen von den Teilnehmer/innen über den Buchhandel besorgt werden.

**FREMDSPRACHENKINO**

In Kooperation mit den Volkshochschulen Weingarten und Ravensburg zeigt das Kulturzentrum Linse verschiedene Filme in zahlreichen Originalsprachen mit Untertiteln. Bitte beachten Sie dazu das aktuelle Kinoprogramm unter

[www.kulturzentrum-linse.de](http://www.kulturzentrum-linse.de)



## Italienisch

## Ein kostenfreier Service Ihrer VHS Weingarten

## Einstufungsberatung Italienisch

Sie sind sich nicht sicher, welcher Kurs für Sie optimal ist? Dann kommen Sie zu unserem Sprachberatungstag und lassen Sie sich individuell beraten – im Einzelgespräch mit einer fachlich kompetenten Dozentin. Eine Anmeldung zu diesem Termin ist nicht erforderlich, die Einstufung und die Beratung sind für Sie kostenfrei und verpflichten Sie nicht zu einer direkten Anmeldung in einen Kurs. Kommen Sie einfach unverbindlich vorbei – wir freuen uns auf Sie.

Termin: Do., 12. September 2019  
Uhrzeit: 17:30 - 19:00 Uhr  
Ort: VHS-Geschäftsstelle Weingarten, Heinrich-Schatz-Str. 16 Räumlichkeiten sind ausgeschildert

Vorabinform.: Tel.: 0751 560 353-10

## Italienisch allgemein

Kurs in Baienfurt  
NEU

Nr. P4091-01W2

## Italienisch für Anfänger GER A1

Rosella Cairo

Dieser Kurs ist ideal für Menschen, die Italien bewundern und die Sprache lernen möchten. Wir erarbeiten einen Basiswortschatz, üben die Grammatik und erfahren Interessantes über Land und Leute. Dieser Anfängerkurs richtet sich an Personen, die keine oder nur wenige Vorkenntnisse in Italienisch haben. Die Dozentin ist Muttersprachlerin.

Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A1, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-525201-1), ab Lektion 1

5 – 17 Personen

15 Abende, 20.09.2019 - 24.01.2020

Freitag, 18:35 - 20:05 Uhr

Achtalschule, Ravensburger Str. 18, Hauswirtschaftsgebäude, Handarbeitsraum

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4091-011

## Italienisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen GER A1

Chiara Cosma

Mit einer Fremdsprache anzufangen, ist eine Herausforderung, die aber mit Gleichgesinnten und mit einer erfahrenen muttersprachlichen Kursleiterin gut zu bewältigen ist und Freude bringt! Dieser

Kurs ist ideal für Menschen, die Italien bewundern und die Sprache lernen möchten. Sie erarbeiten einen Basiswortschatz, üben die Grammatik und erfahren Interessantes über Land und Leute. Dieser Anfängerkurs richtet sich an Personen, die geringe Vorkenntnisse in Italienisch haben.

Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A1, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-525201-1), ab Lektion 3

5 – 16 Personen

15 Abende, 24.09.2019 - 21.01.2020

Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr

Realschule, UG,

Eingang Ettishofer Straße, Raum 010

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

## Kurs in Baienfurt

Nr. P4091-02W2

## Italienisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen GER A1

Rosella Cairo

Sind Sie Bella Italia Fan? Dieser Kurs ist ideal für Menschen, die Italien bewundern und die Sprache lernen möchten. Er richtet sich an Personen, die wenige Vorkenntnisse in Italienisch haben. Wir setzen diesen Kurs fort und erweitern unsere Konversations- und Grammatikkenntnisse. Außerdem lernen wir viel über Kultur, Geschichte, Reiseziele, Küche und Musik. Seniorinnen und Senioren sind auch herzlich willkommen. Die Dozentin ist Muttersprachlerin.

Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A1, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-525201-1), ab Lektion 6

5 – 17 Personen

15 Abende, 20.09.2019 - 24.01.2020

Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr

Achtalschule, Ravensburger Str. 18, Hauswirtschaftsgebäude, Handarbeitsraum

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4091-021

## Italienisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen GER A1

Rosella Cairo

Sind Sie Bella Italia Fan? Dieser Kurs ist ideal für Menschen, die Italien bewundern und die Sprache lernen möchten. Wir setzen diesen Kurs nun im 4. Semester fort und lernen weiter die Grammatik und vertiefen die Themen Kultur, Geschichte, Reisen etc.. Wir haben Spaß am Lernen und an leichter Konversation. Der Kurs richtet sich an Personen, die bereits über Vorkenntnisse in Italienisch verfügen. Neueinsteiger/innen in diesen Fortsetzungskurs sind herzlich willkommen. Die Dozentin ist Muttersprachlerin.

Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A1, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-525201-1), Fortsetzung ca. ab Lektion 7

5 – 20 Personen

15 Abende, 16.09.2019 - 20.01.2020

Montag, 19:45 - 21:15 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 2

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Samstagskurs in Berg  
NEU

Nr. P4091-03W4

## Crashkurs Italienisch GER A1/A2 – Fresh up am Samstag

Maria Sannelli

Reisen Sie gerne nach bella Italia? Dieser Kurs eignet sich besonders für Sie, wenn Sie wenig Zeit haben, aber rasch und ohne Hausaufgaben einen Überblick über Italien bekommen bzw. Ihre Kenntnisse auffrischen möchten. An zwei Samstagen erwerben Sie spielerisch anhand 10 relevanter Themen für den Urlaub Basiskennnisse über die Sprache, Kultur, Musik, Küche und die Regionen Italiens. Ganz nebenbei lernen Sie nette Gleichgesinnte kennen und sind dann fit für Ihren Urlaub.

5 – 16 Personen

2 Vormittage,

Samstag, 12.10.2019,

Samstag, 19.10.2019,

jeweils 09:30 - 13:00 Uhr

Schule Berg, Bergstr. 10

25,60 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 30,70 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 35,80 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)





Nr. P4091-031  
**Italienisch für Anfänger mit Vorkenntnissen GER A2**

Rosella Cairo

Wir setzen unseren Kurs fort. Wir haben Spaß am Italienischlernen und entdecken die italienische Sprache weiter. Wir erweitern nicht nur die Grammatik, sondern erfahren auch viel über italienische Kultur, Gesellschaft und Reiseziele. Einsteigerinnen und Einsteiger (mit Vorkenntnissen) sind herzlich willkommen. Die Dozentin ist Muttersprachlerin.  
 Lehrbuch: Passo dopo passo A2, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-509599-0), ab Lektion 3

5 – 12 Personen  
 15 Abende, 17.09.2019 - 14.01.2020  
 Dienstag, 19:35 - 21:05 Uhr  
 VHS-Geschäftsstelle,  
 Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
 Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Kurs in Wolpertswende**

Nr. P4091-01W7  
**Italienisch für Anfänger mit Vorkenntnissen GER A2**

Rosella Cairo

Wir haben Spaß am Italienischlernen und setzen unseren Kurs fort. Unser aktuelles Wissen wollen wir mit Dialogen und grammatikalischen Übungen erweitern und vertiefen. Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Die Dozentin ist Muttersprachlerin.  
 Lehrbuch: Passo dopo passo A2, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-509599-0), ab Lektion 3

5 – 18 Personen  
 15 Abende, 19.09.2019 - 23.01.2020  
 Donnerstag, 17:00 - 18:30 Uhr  
 Schulgebäude Wolpertswende, Niederweiler Straße 9, Zimmer 4, 1. OG  
 Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Vormittagskurs**

Nr. P4091-051  
**Mit Vergnügen durch Italien GER A2**

Natalia De Pascale Speck

Sprachenlernen bereichert! Sie haben schon italienische Vorkenntnisse (Italienisch A1) und möchten nun langsam das Niveau A2 erreichen? Dann sind Sie hier richtig! In diesem Kurs möchten wir Wissenswertes über die Regionen Italiens aus erster Hand erfahren, die italienische Sprache mit authentischen Materialien und Texten lernen und unsere Kenntnisse „wie im richtigen Leben“ umsetzen.

Lehrbuch: Con Piacere nuovo A2, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-525206-6), ab Lektion 4

5 – 12 Personen  
 7 Vormittage, 18.09.2019 - 06.11.2019  
 Mittwoch, 10:30 - 12:00 Uhr  
 VHS, Gebäude Bücherei,  
 Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4  
 Standardgruppe ab 7 TN: 44,80 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 6 TN: 53,80 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 5 TN: 62,70 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)



Nr. P4091-071  
**Italienische Lektüren GER A2**

**– Inklusive digital erweiterter Lernmöglichkeiten mit der vhs.cloud**

Natalia De Pascale Speck

Dieser Sprachkurs lockt mit Witz und didaktischer Raffinesse und zeigt, dass Sprachenlernen kein Privileg der Emsigen oder Begabten sein muss. Eine amüsante Geschichte, die fortlaufend zu lesen ist, macht vertraut mit dem italienischen Alltag und den Sprechmitteln zu seiner Bewältigung. Ein Schwerpunkt pro Doppelseite bringt das notwendige Minimum an Wissen auf den Punkt, lockere Tests helfen dabei, das frisch Gelernte auszuüben und zu behalten. Einsteigerinnen und Einsteiger mit entsprechenden Vorkenntnissen (Niveau A1/A2) sind herzlich willkommen!

**Digital erweiterte Lernmöglichkeiten mit der vhs.cloud:**

In diesem Kurs besteht die Möglichkeit, zusätzlich zu den Kursstunden die Lerninhalte auf der digitalen Lernplattform vhs.cloud zu vertiefen und Italienisch auch online zu erleben und zu erlernen! Um diese Lernplattform nutzen zu können, müssen sich interessierte Teilnehmer/innen des Kurses in der vhs.cloud (www.vhs.cloud) registrieren lassen. Dieses Zusatzangebot ist freiwillig und kostenlos! Am regulären Kurs können auch Personen teilnehmen, die über keinen Internetzugang verfügen.  
 Lehrbuch: Italienisch für Büffelmuffel, rororo Verlag (ISBN 978 3 499 61908-3), ab Lektion 24-25

5 – 12 Personen  
 13 Vormittage, 18.09.2019 - 18.12.2019  
 Mittwoch, 09:00 - 10:30 Uhr  
 VHS, Gebäude Bücherei,  
 Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4  
 Standardgruppe ab 7 TN: 83,20 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 6 TN: 99,80 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 5 TN: 116,50 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)**

Nr. P4091-081  
**Italienisch GER A2**

**– Inklusive digital erweiterter Lernmöglichkeiten mit der vhs.cloud**

Natalia De Pascale Speck

Wir sind eine nette Gruppe, die Spaß am Italienischlernen hat. Wir wollen nun das Gelernte wieder auffrischen. Dieser Sprachkurs lockt mit Witz und didaktischer Raffinesse und zeigt, dass Sprachenlernen kein Privileg der Emsigen oder Begabten sein muss. Einsteigerinnen und Einsteiger mit entsprechenden Vorkenntnissen (Niveau A1/A2) sind herzlich willkommen!

**Digital erweiterte Lernmöglichkeiten mit der vhs.cloud:**

In diesem Kurs besteht die Möglichkeit, zusätzlich zu den Kursstunden die Lerninhalte auf der digitalen Lernplattform vhs.cloud zu vertiefen und Italienisch auch online zu erleben und zu erlernen! Um diese Lernplattform nutzen zu können, müssen sich interessierte Teilnehmer/innen des Kurses in der vhs.cloud (www.vhs.cloud) registrieren lassen. Dieses Zusatzangebot ist freiwillig und kostenlos! Am regulären Kurs können auch Personen teilnehmen, die über keinen Internetzugang verfügen.

Lehrbuch: Italienisch für Büffelmuffel, rororo Verlag (ISBN 978 3 499 61908-3), ab Lektion 24-25

5 – 12 Personen  
 13 Vormittage, 17.09.2019 - 17.12.2019  
 Dienstag, 10:30 - 12:00 Uhr  
 VHS, Gebäude Bücherei,  
 Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4  
 Standardgruppe ab 7 TN: 83,20 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 6 TN: 99,80 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
 Kleingruppe 5 TN: 116,50 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Vormittagskurs in Schlier**

Nr. P4091-09W6  
**Italienisch für fortgeschrittene Anfänger GER A2**

Rosella Cairo

Wir werden den Wortschatz erweitern und Grammatikinhalt erarbeiten. Außerdem stehen die Konversation zu Alltags- und Reisesituationen sowie leichte Lektüre auf dem Programm. Herzlich willkommen sind auch neue Teilnehmende mit Vorkenntnissen!  
 Lehrbücher: „Espresso 3“, Hueber Verlag (ISBN 3-19-005349-9), ab Lektion 5 und „A voi la parola“, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-525574-6)

5 – 16 Personen  
 15 Vormittage, 19.09.2019 - 23.01.2020  
 Donnerstag, 10:30 - 12:00 Uhr  
 Schule Schlier, Schulstr. 21, VHS-Raum  
 Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)

Politik, Gesellschaft, Umwelt  
 Kultur und Gestalten  
 Gesundheit  
 Deutsch  
 Sprachen  
 Arbeit und Beruf  
 Außenstellen Weingarten

Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4091-131

### Italienisch für Fortgeschrittene GER B1

Rosella Cairo

Wir sind eine nette Gruppe, die Spaß am Italienischlernen hat und die grundlegenden Redewendungen und Grammatik beherrscht. Schwerpunkt des Kurses ist auch die Konversation über aktuelle Themen, Geschichte und Kultur Italiens. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind herzlich willkommen.

Das Lehrbuch wird gemeinsam von den Teilnehmenden und der Dozentin ausgewählt.

5 – 12 Personen

15 Abende, 17.09.2019 - 14.01.2020

Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4091-151

### Italienisch für Fortgeschrittene GER B1

Rosella Cairo

Wir sind eine nette Gruppe, die Spaß am Italienischlernen hat und bereits grundlegende Redewendungen und Grammatik beherrscht. In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf dem Sprechen. Alles in lockerer Atmosphäre und auf der Basis der Interessen und Kenntnisse der Teilnehmenden.

Das Lehrbuch wird gemeinsam von den Teilnehmenden und der Dozentin ausgewählt.

5 – 12 Personen

15 Abende, 16.09.2019 - 20.01.2020

Montag, 18:15 - 19:45 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)



### Vormittagskurs

Nr. P4091-171

### Italienisch für Fortgeschrittene GER B1

Natalia De Pascale Speck

Temi di attualità, ripasso grammaticale e conversazione per comunicare in italiano.  
Lehrwerk: wird im Kurs bekannt gegeben

5 – 10 Personen

12 Vormittage, 19.09.2019 - 19.12.2019

Donnerstag, 08:30 - 10:00 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 6

Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4091-181

### Italienisch für Fortgeschrittene GER B1

Alexander Kloss

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf dem Sprechen, daneben lesen wir leichtere Lektüre (Lernkrimis, Artikel aus italienischen Zeitungen und Zeitschriften). Dabei werden die schwierigeren Kapitel der italienischen Grammatik wiederholt. Dazu zählen zum Beispiel:

- Der Gebrauch der italienischen Zeiten (vor allem in der Vergangenheit)
- Nebensätze mit Indikativ und Konjunktiv
- Zeitfolge in Sätzen mit Indikativ und Konjunktiv
- Nebensatzverkürzungen (Konstruktionen mit Gerundium und Partizip)
- Indirekte Rede
- Präpositionen
- sowie verschiedene Möglichkeiten der Wortbildung zur Erweiterung des Wortschatzes

Unterlagen werden von Ihrem Dozenten vorbereitet.

5 – 14 Personen

14 Nachmittage,

24.09.2019 - 14.01.2020

Dienstag, 16:00 - 17:30 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5

Standardgruppe ab 7 TN: 89,60 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 107,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 125,40 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4091-191

### Italienisch für Fortgeschrittene GER B1

Alexander Kloss

Dieser Kurs stimmt inhaltlich mit dem Kurs P4091-181 überein.

Unterlagen werden von Ihrem Dozenten vorbereitet.

5 – 14 Personen

14 Nachmittage,

27.09.2019 - 24.01.2020

Freitag, 15:15 - 16:45 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2

Standardgruppe ab 7 TN: 89,60 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 107,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 125,40 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

### Italienisch Konversation



Vormittagskurs

Nr. P4092-011

### A voi la parola – Konversationskurs GER A2-B1

– Inklusive digital erweiterter

Lernmöglichkeiten mit der vhs.cloud

Natalia De Pascale Speck

Sie lernen bereits seit einiger Zeit Italienisch und möchten diese Sprache besser sprechen? Sie wollen sich spontan auf Italienisch äußern und sich auf Reisen gut unterhalten können?

In diesem Kurs sind Sie ständig im Gespräch und benutzen ein Lehrwerk, das Ihnen modernes und natürliches Italienisch in interessanten thematischen Zusammenhängen vermittelt. A presto!

### Digital erweiterte Lernmöglichkeiten mit der vhs.cloud:

In diesem Kurs besteht die Möglichkeit, zusätzlich zu den Kursstunden die Lerninhalte auf der digitalen Lernplattform vhs.cloud zu vertiefen und Italienisch auch online zu erleben und zu erlernen! Um diese Lernplattform nutzen zu können, müssen sich interessierte Teilnehmer/innen des Kurses in der vhs.cloud (www.vhs.cloud) registrieren lassen. Dieses Zusatzangebot ist freiwillig und kostenlos! Am regulären Kurs können auch Personen teilnehmen, die über keinen Internetzugang verfügen.  
Hinweis: Am 20.12.2019 findet kein Kurs statt.

Lehrbuch: A voi la parola, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-525574-6), ab Lektion 1

5 – 16 Personen

13 Vormittage, 20.09.2019 - 17.01.2020

Freitag, 08:30 - 10:00 Uhr

VHS, Gebäude Touristinfo,

Münsterplatz 1, Seminarraum

Standardgruppe ab 7 TN: 83,20 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 99,80 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 116,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Sprachen lernen – um sich besser zu verstehen!**



Politik, Gesellschaft,  
Umwelt

Kultur und Gestalten

Gesundheit

Deutsch

Sprachen

Arbeit und Beruf

Außenstellen  
Weingarten

## Vormittagskurs

Nr. P4092-021

### Italienisch: Conversazione GER B1/B2

Natalia De Pascale Speck

Sie haben schon einige Semester italienisch gelernt und möchten jetzt versuchen, frei zu sprechen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Wir werden den notwendigen Wortschatz lernen, um über verschiedene Themen in einer geleiteten Diskussion zu sprechen. Dabei werden wir die italienische Kultur näher kennen lernen. Alles in lockerer Atmosphäre und auf der Basis der Interessen und Kenntnisse der Teilnehmenden. A presto! Kurs ohne Lehrbuch. Die Dozentin bereitet das Material vor.

Am 20.12. findet kein Kurs statt.

5 – 16 Personen

13 Vormittage, 20.09.2019 - 17.01.2020

Freitag, 10:30 - 12:00 Uhr

VHS, Gebäude Touristinfo,

Münsterplatz 1, Seminarraum

Standardgruppe ab 7 TN: 83,20 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 99,80 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 116,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

## Vormittagskurs

Nr. P4092-031

### Italienisch: Conversazione per avanzati GER B1/B2

Natalia De Pascale Speck

Verbessern Sie Ihre Italienisch mit spannenden Artikeln und abwechslungsreichen Übungen. „Adesso“ ist das Sprachmagazin für Italienliebhaber aus dem deutschen Sprachraum. Jeden Monat stellt Ihnen Adesso neue Urlaubsziele, Reportagen, Rezepte und Kuriositäten aus Italien vor. Wortschatz und Grammatik können Sie mit zahlreichen Übungen verbessern. Die Ausgabe wird beim ersten Termin bekannt gegeben.

5 – 10 Personen

13 Vormittage, 19.09.2019 - 09.01.2020

Donnerstag, 10:30 - 12:00 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4

Standardgruppe ab 7 TN: 83,20 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 99,80 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 116,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4092-041

### Italienisch: Conversazione GER B2/C1

Natalia De Pascale Speck

Temi di attualità con „Adesso“ rivista mensile, e ripasso della grammatica. Il numero della rivista „Adesso“ verrà comunicato nel corso della prima lezione.

5 – 14 Personen

11 Abende, 16.09.2019 - 02.12.2019

Montag, 19:30 - 21:00 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2

Standardgruppe ab 7 TN: 70,40 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 84,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 98,60 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

## Italienisch Specials



Nr. O4093-041

### Sommerferienkurs: L'Italia – storia, cultura e cucina – Kompaktkurs für Fortgeschrittene (GER A2/B1)

NEU

Alexander Kloss

Sie haben bereits Grundkenntnisse des Italienischen und kommen in einfachen Alltagssituationen zurecht – aber Sie wollen mehr. Dieser Kurs vermittelt die wichtigsten sprachlichen Strukturen, die Sie brauchen, damit Sie auch bei den Themenfeldern Geschichte, Kunst und Kultur mitreden können, wobei auch der gastronomisch-kulinarische Bereich nicht zu kurz kommen soll. Lassen Sie sich von der italienischen Lebensart und Kultur inspirieren! Ein kurzweiliger Kurs für schöne Sommerabende!

Unterrichtsmaterialien erhalten Sie von Ihrem Dozenten.

5 – 16 Personen

5 Abende, 29.07.2019 - 02.08.2019

Montag, 29.07.2019, 17:00 - 20:00 Uhr

Dienstag, 30.07.2019, 17:00 - 20:00 Uhr

Mittwoch, 31.07.2019, 17:00 - 20:00 Uhr

Donnerstag, 01.08.2019, 17:00 - 20:00 Uhr

Freitag, 02.08.2019, 17:00 - 20:00 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5

67,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)

80,40 EUR (gültig bei 6 Teilnehmenden)

93,60 EUR (gültig bei 5 Teilnehmenden)

## Kurs in Baienfurt

Nr. P4093-03W2

### Italienisch für Touristen und Urlauber – Einstieg in Sprache und Kultur GER A1 / A2

Rosella Cairo

Wir haben Spaß am Italienischlernen und entdecken die italienische Sprache weiter. Wir setzen diesen Kurs fort und erweitern unseren Wortschatz. Des Weiteren stehen die Konversation zu Alltags- und Reisesituationen auf dem Programm.

Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Sie sollten ca. 3 Semester Italienisch gelernt haben.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

5 – 16 Personen

15 Abende, 19.09.2019 - 23.01.2020

Donnerstag, 19:00 - 20:30 Uhr

Achtalschule, Ravensburger Str. 18,

Hauswirtschaftsgebäude,

Handarbeitsraum

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

## Vormittagskurs

Nr. P4093-021

### Italienisch: Grammatik Pur A1/A2

Natalia De Pascale Speck

Wer sich für Grammatik interessiert, bekommt in diesem Kurs Struktur, Klarheit und Ordnung präsentiert. Hier werden Sie fit gemacht in Grundkenntnissen der italienischen Grammatik auf Niveau A1-A2. Äußern Sie Ihre Wünsche, damit Sie gelassen und mit guter Grammatik italienisch sprechen und schreiben können.

Die Unterlagen werden von der Dozentin vorbereitet.

5 – 10 Personen

3 Vormittage, 14.01.2020 - 28.01.2020

Dienstag, wöchentlich, 09:00 - 10:30 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2

Standardgruppe ab 7 TN: 19,20 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 23,00 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 26,90 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)



Online-Kurs

NEU

Nr. P4093-021-Online

### Italienisch: Grammatik Pur A2/B1

Natalia De Pascale Speck

In diesem reinen Online-Kurs werden vom 04.11. bis 02.12.19 die zwei Themenblöcke „Artikel“ (Woche 1 und Woche 2) sowie „Substantive und Adjektive“ (Woche 3 und Woche 4) behandelt. Zu Beginn des jeweiligen Themenblocks erhalten Sie (immer montags) Einführungen in Form von bereitgestellten Lernmaterialien (in einfacher italienischer Sprache gehalten), die mit Übungen ergänzt werden. Sie haben die Möglichkeit, in den Wochen 1 und 2 die Übungen zu „Artikel“ und in der Wochen 3 und 4 zu „Substantive und Adjektive“ zu bearbeiten. Sie erhalten Feedback/Korrekturen von Ihrer Online-Dozentin und können sich im Forum mit den anderen Kursteilnehmer/innen und der Online-Dozentin austauschen.

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)



**(Technische) Voraussetzungen:**

Dieser Online-Kurs findet auf der Lernplattform vhs.cloud statt. Teilnahmevoraussetzung ist ein funktionierender Internetzugang. Nach der regulären Anmeldung bei der Volkshochschule Weingarten müssen Sie sich in der vhs.cloud (www.vhs.cloud) registrieren. Sie werden dann für den Online-Kurs freigeschaltet.

Zielgruppe: Teilnehmer/innen auf dem Sprachniveau A2/B1  
Die Online-Unterlagen werden von der Dozentin vorbereitet.

5 – 10 Personen  
04.11.2019 - 02.12.2019  
Home Office  
Einführungspreis 8,00 EUR

**Vormittagskurs**

Nr. P4093-031

**Italienisch: Grammatik Pur B1/B2**

Natalia De Pascale Speck

Wer sich für Grammatik interessiert, bekommt in diesem Kurs Struktur, Klarheit und Ordnung präsentiert. Hier werden Sie fit gemacht in Grundkenntnissen der italienischen Grammatik auf Niveau B1/B2. Äußern Sie Ihre Wünsche, damit Sie gelassen und mit guter Grammatik italienisch sprechen und schreiben können.

Die Unterlagen werden von der Dozentin vorbereitet.

5 – 10 Personen  
3 Vormittage, 14.01.2020 - 28.01.2020  
Dienstag, wöchentlich, 10:45 - 12:15 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
Standardgruppe ab 7 TN: 19,20 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 23,00 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 26,90 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Vormittagskurs**

Nr. P4093-041

**Die Faszination der italienischen Musik (GER A2/B1)****– Puccini, Mozart, Verdi**

Natalia De Pascale Speck

In diesem außergewöhnlichen Sprachkurs werden – nach einer kurzen allgemeinen Einführung über die Komponisten und Opern – drei Musikstücke aus bekannten italienischen Opern angehört, übersetzt und besprochen. Ziel ist es, die Werke durch das bessere Textverständnis noch mehr zu genießen! Wir befassen uns mit folgenden Musikstücken:

- „Nessun dorma“ „Turandot“ von Gioacchino Puccini
- „Madamina, il catalogo è questo“ aus der Oper „Don Giovanni“ von W.A. Mozart
- „Va pensiero“ aus der Oper „Nabucco“ von Giuseppe Verdi

Italienisch auf A2-Niveau ist für diesen Kurs Voraussetzung.

5 – 10 Personen  
3 Vormittage, 15.01.2020 - 29.01.2020  
Mittwoch, wöchentlich, 09:00 - 10:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4  
Standardgruppe ab 7 TN: 19,20 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 23,00 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 26,90 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Latein****Nachmittagskurs**

Nr. P4111-021

**Latein für fortgeschrittene Anfänger (6. Semester)****Latein ist tot, es lebe Latein!**

Uwe Hertrampf

Wir vervollständigen in den Lektionen 11 - 13 die Kenntnisse in der Formenlehre und erarbeiten neben der Kasuslehre wichtige grammatische Konstruktionen wie die Partizipialkonstruktionen. Daneben beschäftigen wir uns mit den Spuren des Lateins in der Gegenwart. Der wachsende Wortschatz ermöglicht die Erschließung von Fremdwörtern, von Beziehungen zu Wörtern in modernen Fremdsprachen und von wissenschaftlichen Fachbegriffen. Wir übersetzen und deuten lateinische Sprichwörter und analysieren die Sprachgestaltung mit Hilfe von Stilmitteln. Vermittelt werden auch Beispiele aus der antiken Kultur und Geschichte. Ziel des Kurses ist es, generell Freude an Sprache und Sprachanalyse, sprachliche Ausdrucksfähigkeit sowie Kenntnis der antiken Welt zu vermitteln.

Lehrbuch: Endlich Zeit für Latein, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-009592-6), ab Lektion 11

5 – 10 Personen  
12 Nachmittage,  
16.09.2019 - 09.12.2019  
Montag, 16:00 - 17:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 3  
Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Vormittagskurs**

Nr. P4111-031

**Endlich Zeit für Latein- für Fortgeschrittene (11. Semester)****Kurs für Best Ager & andere Latin Lovers**

Uwe Hertrampf

In dem Kurs lesen wir lateinische Originalexte. Vokabeln, Formen und Grammatikphänomene werden im Zusammenhang mit der Lektüre wiederholt. Wir beschäftigen uns mit der Philosophie des Stoikers Seneca und seinen Texten zu den Themen: Woher kommt das Glück? Wie soll man mit Leid umgehen? Wie soll

man Sklaven behandeln? Was ist wirklich wichtig? Verhalten des Individuums in der Masse u.a.. Bei der Lektüre wird über die Übersetzung und inhaltliche Interpretation hinaus auf die rhetorischen Stilmittel zur Textgestaltung und den gesellschaftlich-historischen Hintergrund eingegangen. Daneben beschäftigen wir uns weiterhin mit den Spuren der lateinischen Sprache in Fremdwörtern und Fachbegriffen, mit lateinischen Sprichwörtern, juristischen Grundsätzen, Inschriften und Beispielen aus der lateinischen Literatur, Geschichte und Kultur. Ziel des Kurses ist es, generell Freude an Sprache, Sprachverständnis und sprachliche Ausdrucksfähigkeit und Kenntnis der antiken Welt zu vermitteln.

Lektüretex te in kleinen Textbänden

5 – 8 Personen  
12 Vormittage, 16.09.2019 - 09.12.2019  
Montag, 10:30 - 12:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 3  
Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Portugiesisch**

Nr. P4181-011

**NEU****Brasilianisches Portugiesisch für Anfänger GER A1**

Maria Cristina Chitolina Hack

Wenn Sie brasilianisches Portugiesisch für Reise, Beruf, Studium oder für einen Besuch in Weingartens brasilianischer Partnerstadt Blumenau und ihrer reizvollen Umgebung lernen möchten, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Erlernen Sie diese Sprache auf kommunikative Weise. Ihr Lehrbuch bietet zahlreiche Gesprächsanlässe und lässt Sie strukturiert lernen. Zudem lernen Sie die vielen Seiten Brasiliens, seiner Bewohner/innen und ihrer Sprache kennen. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Oi Brasil! aktuell A1, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-105420-5), ab Lektion 1

5 – 8 Personen  
10 Abende, 08.10.2019 - 17.12.2019  
Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 6

Politik, Gesellschaft,  
Umwelt

Kultur und Gestalten

Gesundheit

Deutsch

Sprachen

Arbeit und Beruf

Außenstellen  
Weingarten

Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4181-021  
**Brasilianisches Portugiesisch mit Vorkenntnissen GER A2**

Maria Cristina Chitolina Hack  
Wenn Sie brasilianisches Portugiesisch für Reise, Beruf, Studium oder für einen Besuch in Weingartens brasilianischer Partnerstadt Blumenau und ihrer reizvollen Umgebung lernen möchten, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Erlernen Sie diese Sprache auf kommunikative Weise. Ihr Lehrbuch bietet zahlreiche Gesprächsanlässe und lässt Sie strukturiert lernen. Zudem lernen Sie die vielen Seiten Brasiliens, seiner Bewohner/innen und ihrer Sprache kennen.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen des Kurses vom letzten Semester, aber auch neue Teilnehmer/innen sind herzlich willkommen! Sie sollten über Kenntnisse im Brasilianisches Portugiesisch auf dem Niveau A2 verfügen.  
Lehrbuch: Oi Brasil! aktuell A2, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-205420-4) ab Lektion 11

5 – 8 Personen  
10 Abende, 26.09.2019 - 12.12.2019  
Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 6  
Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Russisch**



Nr. P4191-011  
**Russisch für fortgeschrittene Anfänger GER A2**

Danuta Manal  
Sie besitzen bereits Vorkenntnisse in Russisch, möchten diese aber auffrischen und ausbauen? In einer motivierten Gruppe üben wir Wortschatz und Grammatik mit einem aktuellen Lehrbuch zu Themen des Alltags. Wiedereinsteiger herzlich willkommen!

Lehrbuch: Otlitschno! A2 Kursbuch, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-004478-8004478-8) und Arbeitsbuch (ISBN-978-3-19-014478-5), ca. ab Lektion 6 mit Wiederholungen

5 – 8 Personen  
10 Abende, 18.09.2019 - 27.11.2019  
Mittwoch, 19:00 - 20:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 3  
Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Schwedisch**



Nr. P4201-011  
**Schwedisch für den Urlaub – Einstieg in Sprache und Kultur**  
**Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen**

Konrad Maichle  
Hej! Sie wollen nach Schweden reisen und freuen sich schon darauf? Mit Ihrer Vorfreude können Sie in diesem Kurs das Land schon einmal „vorab entdecken“. Dieser Reise-Vorbereitungskurs ist ideal für Menschen, die die klassischen Urlaubssituationen im Schwedischen sicher bewältigen möchten. In kurzer Zeit erlernen Sie authentische Redewendungen sowie notwendige Basis-Grammatikkenntnisse. Sie lernen das Land, die Menschen, die Kultur und natürlich die Sprache schon etwas besser kennen. Der Kurs eignet sich für Interessierte mit geringen Kenntnissen der schwedischen Sprache. Aber auch Neueinsteiger/innen sind herzlich willkommen! Wir freuen uns auf Sie!  
Lehrbuch: Javisst! aktuell, Der Schwedischkurs, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-105405-2), ca. ab Lektion 5/6

5 – 10 Personen  
10 Abende, 24.09.2019 - 03.12.2019  
Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr  
Realschule, UG,  
Eingang Ettishofer Straße, Raum 08  
Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)**

**Spanisch**

**Ein kostenfreier Service Ihrer VHS Weingarten**  
**Einstufungsberatung Spanisch**

Sie sind sich nicht sicher, welcher Kurs für Sie optimal ist? Dann kommen Sie zu unserem Sprachberatungstag und lassen Sie sich individuell beraten – im Einzelgespräch mit einer fachlich kompetenten Dozentin. Eine Anmeldung zu diesem Termin ist nicht erforderlich, die Einstufung und die Beratung sind für Sie kostenfrei und verpflichten Sie nicht zu einer direkten Anmeldung in einen Kurs. Kommen Sie einfach unverbindlich vorbei – wir freuen uns auf Sie.

Termin: Do., 12. September 2019  
Uhrzeit: 17:30 - 19:00 Uhr  
Ort: VHS-Geschäftsstelle  
Weingarten,  
Heinrich-Schatz-Str. 16  
Räume sind ausgeschildert

Vorabinfo: Tel.: 0751 560 353-10

**Spanisch allgemein**

Nr. P4221-011 **Spanisch für Anfänger GER A1** **NEU**

Maria Dolores Strasser  
In diesem Kurs wollen wir den ersten Kontakt mit der spanischen Sprache in leichten Schritten vollziehen. Die Teilnehmer/innen sollen rasch erste Sprachkenntnisse mit Hilfe grundlegender Strukturen und Elemente in Alltagssituationen anwenden können.  
Die Dozentin ist Muttersprachlerin aus Spanien.  
Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-514671-6), ab Lektion 1

5 – 15 Personen  
12 Abende, 07.10.2019 - 20.01.2020  
Montag, 17:45 - 19:15 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4221-021  
**Spanisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen GER A1**

Lucia Borrero  
Ziel dieses Kurses ist, den ersten Kontakt mit der spanischen Sprache einfach und lustig zu gestalten und den Teilnehmenden in kürzester Zeit erfolgreich erste Sprachkenntnisse übermitteln zu können. Es werden dafür grundlegende alltägliche Situationen ausgewählt, für die den Teilnehmenden die notwendigen



Elemente zur Verfügung gestellt bekommt, um sich mündlich ausdrücken und die Aufgaben problemlos meistern zu können. Es handelt sich um einen Fortsetzungskurs (2. Semester). Neueinsteiger/innen sind herzlich willkommen! Die Dozentin ist Muttersprachlerin.

Lehrbuch: Con gusto A1, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-514980), ab Lektion 3

5 – 10 Personen

12 Abende, 19.09.2019 - 19.12.2019

Donnerstag, 20:00 - 21:30 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4

Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)



Nr. P4221-031

### Spanisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen GER A1

Paulina Jauregui Ochoa

Haben Sie Interesse an der spanischen Sprache und Kultur? In diesem Kurs lernen Sie nicht nur die Sprache zu verstehen und zu sprechen, sondern Sie erfahren auch einiges über die Kultur, Geschichte und Musik der Länder, in denen Spanisch gesprochen wird.

Lehrbuch: Con gusto nuevo A1, Klett Verlag (ISBN 978-3-1-514671-6), ab Lektion 5/6

5 – 15 Personen

12 Abende, 17.09.2019 - 10.12.2019

Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5

Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

### Kurs in Baienfurt

Nr. P4221-08W2

### Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen GER A1/A2

Maria Dolores Strasser

In diesem Kurs lernen Sie beispielsweise, sich vorzustellen, nach dem Weg zu fragen, im Restaurant zu bestellen oder einzukaufen. Sie werden darauf vorbereitet, mit Menschen in einem spanischsprachigen Land zu kommunizieren und sich in den wichtigsten Alltagssituationen zu verständigen. Ein idealer Kurs auch dann, wenn Sie einen Urlaub in Spanien planen.

Quereinsteiger/innen sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Con gusto A1, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-514980-9), Wiederholungen gezielter Lektionen aus dem Bereich A1, Start mit Bereich A2, Teilnehmerwünsche werden berücksichtigt.

5 – 16 Personen

13 Abende, 18.09.2019 - 18.12.2019

Mittwoch, 18:00 - 19:30 Uhr

Achtalschule, Ravensburger Str. 18,

Hauswirtschaftsgebäude,

Handarbeitsraum

Standardgruppe ab 7 TN: 83,20 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 99,80 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 116,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)



Nr. P4221-041

### Spanisch mit Vorkenntnissen GER A2

– Inklusive digital erweiterter Lernmöglichkeiten mit der vhs.cloud

Elisa Alvarez Silva

Wir werden mit der Unterrichtsmethode „Flipped Classroom“ – auf der online Lernplattform vhs.cloud – weiter in die spanische Welt eintauchen. Hier werden Sie Ihre schriftliche und mündliche Kommunikation verbessern, Ihre Wortschatz und Grammatikkenntnisse erweitern und darüber hinaus eine Menge über die Kultur sowie über Land und Leute der spanischsprachigen Welt erfahren.

Was erwartet Sie in diesem Kurs? Videos zu speziellen Themen, zum Beispiel Grammatik, werden für Sie vorab in der vhs.cloud zur Verfügung gestellt. Sie können bequem von zuhause aus oder auch unterwegs angeschaut und nach Bedarf beliebig oft wiederholt werden - so lernen Sie in diesem Kurs die Grundlagen. Im Unterricht bleibt dann mehr Zeit für Übungen. „Übung, macht den Meister.“ Die Möglichkeit, sich mit Hilfe dieser Lehrfilme auf die Themen im Unterricht vorzubereiten, wirkt sich also positiv auf deinen Lernerfolg aus. Die Teilnehmer/innen werden gebeten, sich in der vhs.cloud (www.vhs.cloud) zu Beginn des Kurses zu registrieren. Sie erhalten danach eine E-Mail mit weiteren Informationen und den Zugangscode für den Kurs. Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Con gusto A2, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-514990-8), ab Lektion 3

5 – 16 Personen

12 Abende, 18.09.2019 - 11.12.2019

Mittwoch, 20:00 - 21:30 Uhr

VHS, Gebäude Touristinfo,

Münsterplatz 1, Seminarraum

Standardgruppe ab 7 TN: 76,80 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

### Vormittagskurs

Nr. P4221-181

### Spanisch für Fortgeschrittene GER A2 mit leichter Konversation

Maria Dolores Strasser

In diesem Spanischkurs werden Sie darauf vorbereitet, mit den Menschen in einem spanischsprachigen Land zu kommunizieren und sich in den wichtigsten Alltagssituationen zu verständigen. Dabei erhalten Sie interessante Einblicke in die spanische und lateinamerikanische Welt.

Lehrbuch: Con gusto A2, Klett Verlag (ISBN 978-3-514990-8), ab Lektion 4/5

5 – 9 Personen

13 Vormittage, 18.09.2019 - 18.12.2019

Mittwoch, 09:15 - 10:45 Uhr

VHS, Gebäude Bücherei,

Abt-Hyller-Straße 19, Raum 3

Standardgruppe ab 7 TN: 83,20 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 99,80 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 116,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4221-051

### Spanisch mit Vorkenntnissen GER A2

– Inklusive digital erweiterter Lernmöglichkeiten mit Moodle

Elisa Alvarez Silva

Wir werden mit der Unterrichtsmethode „Flipped Classroom“ – auf dem online Lernportal Moodle – weiter in die spanische Welt eintauchen. Hier werden Sie Ihre schriftliche und mündliche Kommunikation verbessern, Ihre Wortschatz und Grammatikkenntnisse erweitern und darüber hinaus eine Menge über die Kultur sowie über Land und Leute der spanischsprachigen Welt erfahren.

Was erwartet Sie in diesem Kurs? Videos zu speziellen Themen, zum Beispiel Grammatik, werden für Sie vorab auf dem online Lernportal Moodle zur Verfügung gestellt. Sie können bequem von zuhause aus oder auch unterwegs angeschaut und nach Bedarf beliebig oft wiederholt werden - so lernen Sie in diesem Kurs die Grundlagen. Im Unterricht bleibt dann mehr Zeit für Übungen. „Übung, macht den Meister.“ Die Möglichkeit, sich mit Hilfe dieser Lehrfilme auf die Themen im Unterricht vorzubereiten, wirkt sich also positiv auf deinen Lernerfolg aus. Die Teilnehmer/innen werden vor Beginn des Kurses eine E-Mail mit weiteren Informationen und den Zugangsdaten erhalten. Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger mit leichten Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Con gusto A2, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-514990-8), ab Lektion 9

**Sprachen lernen – um sich besser zu verstehen!**



Politik, Gesellschaft,  
Umwelt

Kultur und Gestalten

Gesundheit

Deutsch

Sprachen

Arbeit und Beruf

Außenstellen  
Weingarten

5 – 16 Personen  
12 Abende, 16.09.2019 - 09.12.2019  
Montag, 19:30 - 21:00 Uhr  
VHS, Gebäude Touristinfo,  
Münsterplatz 1, Seminarraum  
Standardgruppe ab 7 TN: 51,20 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 61,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 71,70 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4221-151  
**Spanisch für Anfänger  
mit Vorkenntnissen GER A2**  
Lucía Borrero

Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt in der Kommunikation unter Verwendung neuer Grammatik und Vokabeln. In Lektion 10 erlernen wir „el condicional“, um Hypothesen zu formulieren und Absprachen oder Unstimmigkeiten zu äußern. In Lektion 11 erlernen wir mit Hilfe des „el pluscuamperfecto“, Handlungen in der Vergangenheit zu beschreiben, die noch vor einer anderen Handlung in der Vergangenheit stattgefunden haben. In den Lektionen behandeln wir Themen, wie Kommunikationsmedien und Arbeitsleben, so dass wir unsere Meinung z. B. über Fernsehen und Internet äußern können und Bewerbungen schreiben können. Es werden unterschiedlichste visuelle und auditive Inputs eingeführt, um den Unterricht interessant und lustig zu gestalten. Die Dozentin ist Muttersprachlerin.

Lehrbuch: Con gusto A2, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-514990-8), ab Lektion 10

5 – 10 Personen  
13 Abende, 19.09.2019 - 09.01.2020  
Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 3  
Standardgruppe ab 7 TN: 83,20 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 99,80 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 116,50 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)



Nr. P4221-171  
**Spanisch für Fortgeschrittene  
GER A2**  
Paulina Jauregui Ochoa

In diesem Kurs werden wir den Wortschatz erweitern, Grammatikkenntnisse erwerben und festigen, einfache Lektüre lesen und durch vielfältige Sprechansätze intensiv in der spanischen Sprache kommunizieren.

Lehrbuch: Con gusto A2, Klett Verlag, (ISBN 978-3-12-514980-8), ab Lektion 10/11

5 – 14 Personen  
12 Abende, 17.09.2019 - 10.12.2019  
Dienstag, 19:40 - 21:10 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
Kleingruppe 6 TN: 92,20 EUR,  
keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 107,50 EUR,  
keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)  
Standardgruppe ab 7 TN:  
76,80 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)

## Spanisch Konversation

Nr. P4222-041  
**Spanisch: Conversación  
GER B1/B2**

Maria Dolores Strasser  
¡Hablemos español! Textos interesantes, también de la revista „Ecos“, lecturas, ejercicios, diálogos, discusiones, cultura, repaso de gramática y algunas lecciones del libro Abanico Nueva edición. Los participantes pueden elegir temas.  
Lehrbuch: Abanico Nueva edición, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-514871-0)

5 – 10 Personen  
15 Abende, 17.09.2019 - 14.01.2020  
Dienstag, 19:15 - 20:45 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 4  
Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

## Kurs in Baienfurt

Nr. P4222-06W2  
**Spanisch: Conversación  
GER B1/B2**

Maria Dolores Strasser  
Hablemos español! Textos interesantes, también de la revista „Ecos“, ejercicios, lecturas, repaso de gramática. Los participantes pueden elegir temas.  
Texte, Übungen, Grammatik, Dialoge, Diskussionen, Kultur. Die Gestaltung ist flexibel und richtet sich auch nach den Wünschen der Teilnehmenden.  
Kurs ohne Lehrbuch; trabajamos con copias – wir arbeiten mit Kopien.

5 – 16 Personen  
15 Abende, 18.09.2019 - 15.01.2020  
Mittwoch, 19:30 - 21:00 Uhr  
Achtalschule, Ravensburger Str. 18,  
Hauswirtschaftsgebäude,  
Handarbeitsraum  
Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

## Türkisch



Nr. P4241-011  
**Türkisch für Anfänger GER A1**  
**VHS-Essessokurs: Durchführungs-  
garantie ab 2 Personen!**  
Sule Duman

Dieser Kurs besteht aus vier Hauptmodulen: Einführung in die türkische Grammatik, Erlernen einiger Buchstaben des türkischen Alphabets, Vermittlung umgangssprachlicher Grundkenntnisse und Übungen zum Hör- und Leseverständnis. Ein sehr nützlicher Kurs für den Urlaub oder auch für Menschen, für die Türkisch-Grundkenntnisse aus beruflichen Gründen interessant sind.

Lehrbuch: Güle güle, Hueber Verlag (ISBN 3-19-005234-4), ab Lektion 1

5 – 16 Personen  
8 Abende, 08.10.2019 - 03.12.2019  
Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 3  
160,00 EUR (gültig bei 4 Teilnehmenden)  
192,00 EUR (gültig bei 3 Teilnehmenden)  
240,00 EUR (gültig bei 2 Teilnehmenden)

## Staffelpreise

Bitte beachten Sie die Staffelpreise für die Standard-Fremdsprachenkurse:

Ab 7 TN 3,20 EUR pro UE  
Bei 6 TN 3,84 EUR pro UE  
Bei 5 TN 4,48 EUR pro UE  
Bei Kursen mit 6 TN oder 5 TN entfällt die Ermäßigung.

## Hinweise zu den Lehrwerken

Die für die einzelnen Kurse angegebenen Lehrwerke werden nicht im Kurs ausgegeben, sondern müssen von den Teilnehmer/innen über den Buchhandel besorgt werden.

**Kritik und Anregungen**
 volkshochschule  
weingarten

 Mich interessieren Kurse zu folgenden Themen:
 

---



---

 Meine Kritik, meine Anregungen:
 

---



---

 Ich bin an einer Tätigkeit als Kursleiter/in bei der VHS Weingarten interessiert.
 

---

 Kursvorschlag
 

---

 Meine Qualifikation
 

---

 Name, Telefon (nur bei Interesse an Kursleitertätigkeit nötig)
 

---

Politik, Gesellschaft,  
Umwelt

Kultur und Gestalten

Gesundheit

Deutsch

Sprachen

Arbeit und Beruf

Außenstellen  
Weingarten

EINS GEHÖRT GEHÖRT.


**DIE GRÖßTEN HITS**  
**ALLER ZEITEN.**

SWR1.DE

SWR1 – das erfolgreiche Programm für Ihre Hörfunkwerbung. Weitere Informationen zur Werbung unter Telefon 0711 929 12951 oder mailen Sie uns: werbung@swr.de

## Programmbereich 5

# Berufliche Qualifikation und Weiterbildung

## EDV/IT

- Online-Seminare
- PC-Anwendungen
- Smartphone
- Apple

**VHS Business –  
Fit im Berufsleben**

- Führungfortbildung
- Kommunikation
- Buchführung
- Professionelle Büroorganisation
- PC-Anwendungen
- Stressbewältigung und Gesundheit am Arbeitsplatz
- Bewerbungen
- Knigge
- Sprachkurse für den Beruf
- Xpert Business Webinare (Onlinekurse)
- Einzelberatungen und Inhouse-Seminare

Volkshochschule  
Weingarten  
Heinrich-Schatz-Straße 16  
88250 Weingarten  
Telefon 0751 560 353-10  
Telefax 0751 560 35-40  
vhs@weingarten-online.de  
www.vhs-weingarten.de

Fachbereichsleitung EDV/IT:  
Jürgen Bader  
Telefon 0751 560 353-13  
j.bader@weingarten-online.de

Fachbereichsleitung VHS Business  
N.N.  
Telefon 0751 560 353-17  
vhs@weingarten-online.de

## EDV / IT

## Online-Seminare

Um die Vorteile der Online-Seminare nutzen zu können, sind folgende Voraussetzungen notwendig:

- Internetanschluss und eigene Email-Adresse
- Gute Kenntnisse in der Textverarbeitung und Bedienung eines Internet-Browsers

Vorteile des Online-Lernens:

- Keine festen Seminar-Termine
- Räumlich und zeitlich unabhängig
- Lernphasen selbst einteilbar (4 - 5 Stunden pro Woche)
- Intensive Betreuung durch eine erfahrene EDV-Dozentin

Seminarleitung: Doris Opitz

Als Teilnehmer/in erhalten Sie von der Dozentin vor Kursbeginn die Zugangsdaten zum Kurs. Damit können Sie sich auf der für den Kurs verwendeten Lernplattform registrieren und die Zustimmungserklärung zum Datenschutz akzeptieren. Zum Kursbeginn erhalten Sie dann Zugriff auf den gebuchten Kurs und können mit den ersten Anleitungen und Aufgaben starten.

Anmeldungen werden bis zum Seminarbeginn noch angenommen. Ein kostenfreier Rücktritt wird nur bis eine Woche vor Seminarbeginn gewährt. Eine Anmeldung zu einem bereits laufenden Seminar ist ggf. auch nach Seminarbeginn noch möglich. Fragen Sie nach unter Tel. 0751 560 353-13.

**Weitere Kursangebote oder Alternativtermine zu bestimmten Kursen finden Sie unter [www.vhs-seminare-online.de](http://www.vhs-seminare-online.de)**

## Office 2013/16 kompakt

Nr. P5021-051-X  
**Office 2013/ 2016 kompakt  
Grundlagenkurs**

In diesem Seminar lernen Sie die Grundfunktionen der Programme Word, Excel und PowerPoint in kompakter Form kennen.

1. – 3. Woche Word 2013/16 Grundlagen  
Texte erfassen, speichern, Textpassagen kopieren und einfügen, Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung, Tabellen anlegen und bearbeiten, Einsatz von Tabulatoren, Einfügen und Bearbeiten von Grafiken, Erstellen einfacher Serienbriefe

4. – 7. Woche Excel 2013/16 Grundlagen  
Aufbau eines Tabellenblattes, Formatierungen, Sortieren von Daten, Rechnen mit den Grundrechenarten, Prozentrechnung, einfache mathematische und statistische Formeln, relativer/absoluter Bezug Einführung in die WENN-Funktion, Diagrammerstellung

8. – 10. Woche PowerPoint 2013/16  
Folienlayout und Designs, Texteingabe und -gestaltung, Einfügen von grafischen Objekten sowie Audio- und Videodateien, Erstellen von Diagrammen, Bildschirmshow mit Folienübergängen und Animation

Die Aufgaben können auch mit einer älteren/neueren Version erledigt werden.

Seminar-Zeitraum: 07.10. - 15.12.2019  
im Home Office  
472,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Word 2013/16

Nr. P5021-061-X  
**Word 2013/16 – Weiterführende  
Techniken**

Seminar-Inhalt:  
Erstellen und Bearbeiten von Tabellen und Tabulatoren, Spaltenlayout, Einfügen von Grafiken und SmartArts, individuelle Aufzählungszeichen und Symbole, Kopf- und Fußzeilen, Erstellen eines beidseitigen Flyers, eines Aushangzettels und einer Einladung

Die Aufgaben können auch mit einer älteren/neueren Version erledigt werden.  
Voraussetzung: Word Grundkenntnisse

Seminar-Zeitraum: 07.10. - 27.10.2019  
im Home Office  
145,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Excel 2013/16

Nr. P5022-041-X  
**Excel (k)ein Buch mit 7 Siegeln!? –  
Grundlagen Excel 2013/16**

Seminar-Inhalt:  
Aufbau eines Tabellenblattes, Formatierungen, Sortieren von Daten, Rechnen mit den Grundrechenarten, Prozentrechnung, einfache mathematische und statistische Formeln (Summe, Mittelwert, max, min, runden), relativer/absoluter Bezug, Anlegen eines Benutzerformates, Einsatz einer bedingten Formatierung, Einführung in die WENN-Funktion.



Die Aufgaben können auch mit einer älteren/neueren Version erledigt werden.

Seminar-Zeitraum: 18.11. – 15.12.2019  
im Home Office  
189,00 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P5022-051-X  
**Excel 2013/16 – Weiterführende Techniken (I)**

Seminar-Inhalt:  
Komplexere WENN-Funktionen mit Bedingung, verschachtelte Funktionen, Verweisfunktionen (Sverweis, Verweise etc.), Tabellen konsolidieren, Einsatz der Funktionen: summewenn(s), zählenwenn(s) und mittelwert(s) sowie Erstellen einer Matrix(array)formel.

Die Aufgaben können auch mit einer älteren/neueren Version erledigt werden.  
Voraussetzung: Excel Grundkenntnisse

Seminar-Zeitraum: 18.11. – 01.12.2019  
im Home Office  
94,00 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P5022-061-X  
**Excel 2013/16 – Weiterführende Techniken (II)**

Seminar-Inhalt:  
Erstellen unterschiedlicher Diagramme (inkl. Sekundärachse), Rechnen mit Datum/Uhrzeit (inkl. Zeitberechnung über 24 Stunden), weitere Datumsfunktionen (datedif, Kalenderwoche etc.), Zielwertsuche, Solver.

Die Aufgaben können auch mit einer älteren/ neueren Version erledigt werden.  
Voraussetzung: Excel Grundkenntnisse

Seminar-Zeitraum: 09.12. – 22.12.2019  
im Home Office  
94,00 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P5022-071-X  
**Excel 2013/16 – Weiterführende Techniken (III)**

Seminar-Inhalt:  
Diverse logische und statistische Funktionen (Häufigkeit, Rang etc.), Erstellen und Filtern einer Datenbank, Datenbankfunktionen (dbmin/max, dbsumme etc.), Textfunktionen (verketten, glätten etc.), Einführung in Pivot-Tabellen.

Die Aufgaben können auch mit einer älteren/ neueren Version erledigt werden.  
Voraussetzung: Excel Grundkenntnisse

Seminar-Zeitraum: 27.01. – 09.02.2020  
im Home Office  
94,00 EUR (keine Ermäßigung)

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

## InDesign CC

Nr. P5031-011-X  
**InDesign CC 2015 – Grundlagen**

Seminar-Inhalt:  
Objekte zeichnen und bearbeiten, Farben und Verläufe, Grafik- und Textplatzierung, Anlegen eines individuellen Zeichenformates, Einfügen von Aufzählungszeichen, Tabellen erstellen, Grundlagen des Pfadwerkzeuges, Arbeiten mit Ebenen, Erstellen einer Mustervorlage. Am Ende des Seminars sind Sie in der Lage u.a. einen Briefbogen, eine Visiten(klapp)karte, einen Handzettel sowie einen beidseitigen Flyer zu erstellen.

Seminar-Zeitraum: 11.11. – 08.12.2019  
im Home Office  
189,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Wordpress

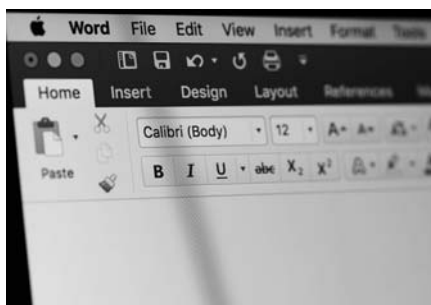
Nr. P5032-011-X  
**Webseiten / Blog mit Wordpress 5.x – Grundlagen**

Seminar-Inhalt:  
Mit dem kostenlosen Wordpress kommen Sie schnell zu einer Webpräsenz ohne großartige Programmierkenntnisse besitzen zu müssen. Verwenden Sie die unzähligen vorgefertigten Templates (Design-Vorlagen) und befüllen diese mit Beiträgen, Bildern und Dateien. Legen Sie eine Menüstruktur an und benutzen Sie Plugins, um Ihre Website individuell zu gestalten. Es werden keine eigenen Templates angelegt.

Seminar-Zeitraum: 14.10. – 03.11.2019  
im Home Office  
189,00 EUR (keine Ermäßigung)

## PC-Anwendungen

### Microsoft Word



Nr. P5021-021  
**Auffrischkurs Microsoft Word 2007-2019**

#### Grundlegende Funktionen

Elke Weise

Der Kurs bietet den Teilnehmenden die Gelegenheit, die grundlegenden Funktionen von Word 2007-2019 zu wiederholen und ein paar neue Tricks und Kniffe dazu zu lernen. Behandelt werden die Themengebiete Textformatierung, Recht-

schreibprüfung, das Arbeiten mit Grafiken und das Verfassen eines Briefes nach DIN-Norm.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Word-Kenntnisse auffrischen und vertiefen möchten.

5 – 12 Personen  
3 Abende, 09.10.2019 - 23.10.2019  
Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr  
Realschule, EG, Eingang  
Ettishofer Straße, Raum 12 (EDV)  
49,50 EUR (keine Ermäßigung)

### Tagesseminar am Montag

Nr. P5021-031  
**Microsoft Word 2007-2019 – Fresh up!**

#### Für regelmäßige Word-Anwender/innen

Elke Weise

Wiederholen Sie die wichtigsten Basics von Word 2007-2016 und lernen Sie neue Funktionen kennen. Sie lernen, wie Sie mit Microsoft Word professionell und effizient Texte unter Beachtung der DIN 5008 erstellen, gliedern und gestalten können. Der Kurs umfasst z. B. Themengebiete wie Serienbrief, Etikettendruck, Inhaltsverzeichnis, Fußnoten, Hyperlinks, Formulare und vieles mehr.

Zielgruppe: Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Word-Kenntnisse auffrischen und vertiefen möchten.

4 – 7 Personen  
Montag, 21.10.2019,  
09:00 - 16:00 Uhr, 60 Min. Pause  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
98,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Laptopnutzung, Office-Pauschale und Getränke)

Nr. P5021-041  
**Microsoft Word 2007-2019 für Fortgeschrittene**

Elke Weise

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit Microsoft Word professionell Texte erstellen, gliedern und gestalten können. Es werden unter anderem folgende Themen behandelt:

- Grafiken/Zeichnungen in den Text einbinden
- Arbeiten mit Word-Tabellen
- Arbeiten mit großen Dokumenten
- Erstellen und Anwenden von Formatvorlagen
- Gliederung und Inhaltsverzeichnis
- Seriendruck
- Autokorrektur und Schnellbausteine
- DIN 5008 für Geschäftsbriefe (Überblick)
- Word-Formulare und vieles mehr

Es sind Grundlagenkenntnisse in Microsoft Word erforderlich.

5 – 12 Personen  
3 Abende, 13.11.2019 - 27.11.2019  
Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr

Realschule, EG, Eingang  
Ettishofer Straße, Raum 12 (EDV)  
49,50 EUR (keine Ermäßigung)



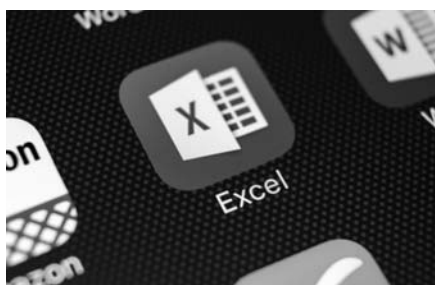
cloud

NEU

Mit Übungen in der vhs.cloud können Sie Ihre neu erworbenen Kenntnisse verfestigen. Die Übungen in der cloud werden am dritten Präsenztermin besprochen und sind im Kurspreis mit enthalten. Für die Nutzung der vhs.cloud ist ein Onlinezugang nötig.

5 – 12 Personen  
3 Abende, 15.01.2020 - 29.01.2020  
Mittwoch, 18:00 - 20:15 Uhr  
(1. und 2. Termin)  
Mittwoch, 18:00 - 19:30 Uhr (3. Termin)  
Realschule, EG, Eingang  
Ettishofer Straße, Raum 12 (EDV) und im Home Office  
44,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Microsoft Excel



Nr. P5022-011  
**Auffrischkurs Microsoft Excel 2007-2019**  
**Grundlagen und Erweiterungswissen**  
Elke Weise

Frischen Sie Ihre Excel-Kenntnisse auf und lernen Sie ein paar neue Tricks und Kniffe. Abgesehen von der Wiederholung der Grundlagen, lernen wir auch einige Spezialthemen kennen (z. B. bedingte Formatierung, Fenster einfrieren, Drucktitel,...) und rechnen mit einfachen Funktionen.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit geringen Programmervorkenntnissen.

5 – 12 Personen  
3 Abende, 08.10.2019 - 22.10.2019  
Dienstag, 18:00 - 20:15 Uhr  
Realschule, EG, Eingang  
Ettishofer Straße, Raum 12 (EDV)  
49,50 EUR (keine Ermäßigung)

## Tagesseminar am Montag

Nr. P5022-021  
**Microsoft Excel 2007-2019 – Fresh up!**

**Für regelmäßige Excel-Anwender/innen**

Elke Weise

Bringen Sie Ihre Excel-Grundlagenkenntnisse auf Vordermann und tauchen Sie in neue Themenwelten ein. Arbeiten Sie professionell mit umfangreichen Datenlisten und werten Sie diese mit Sortierungen, Filterungen, bedingten Formatierungen, Diagrammen und Pivot-Funktionen aus. Erstellen Sie zeitsparende Automatismen mit verschachtelten Funktionen und Matrix-Formeln. Der Kurs umfasst keine VBA-Programmierung.

Zielgruppe: Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Excel-Kenntnisse auffrischen und vertiefen möchten.

5 – 7 Personen  
Montag, 20.01.2020,  
09:00 - 16:00 Uhr, 60 Min. Pause  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
98,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Laptopnutzung, Office-Pauschale und Getränke)

Nr. P5022-031  
**Microsoft Excel 2007-2019 für Fortgeschrittene**

Elke Weise

Erlernen Sie den professionellen Umgang mit Microsoft Excel. Wie Sie komplizierte Berechnungen und zeitraubende Datenauswertungen mit wenig Aufwand bewältigen und Sie durch professionell aussehende Tabellen und Diagramme beeindrucken, zeigt Ihnen dieser Kurs. Folgende Themen werden behandelt:

- Formeln erstellen
- Verschachtelte Funktionen
- Relative, absolute und gemischte Bezüge
- Arbeiten mit Bereichsnamen
- Sortieren und Filtern
- Rechnen mit Zeit
- Verwendung von Funktionen: z. B. WENN, SUMMEWENN, UND, ODER, ZÄHLENWENN, SVERWEIS
- Pivot-Tabellen und Pivot-Charts (Grundlagen)

Mit Übungen in der vhs.cloud können Sie Ihre neu erworbenen Kenntnisse verfestigen. Die Übungen in der cloud finden zwischen den Präsenzterminen statt und sind im Kurspreis mit enthalten. Für die Nutzung der vhs.cloud ist ein Onlinezugang nötig.

Es sind Grundkenntnisse in Microsoft Excel erforderlich. Der Kurs umfasst nicht die VBA-Programmierung.

5 – 12 Personen  
3 Abende, 12.11.2019 - 26.11.2019  
Dienstag, 18:00 - 20:15 Uhr  
Realschule, EG, Eingang  
Ettishofer Straße, Raum 12 (EDV) und im Home Office  
60,50 EUR (keine Ermäßigung)

## Visualisierungen



cloud

Nr. P5023-011  
**Visualisieren mit Microsoft PowerPoint**

Elke Weise

PowerPoint von Microsoft ist ein beliebtes und in der Geschäftswelt sehr verbreitetes Programm zur Erstellung von Präsentationen. Mit PowerPoint werden Ihre Vorträge, Präsentationen und Referate lebendig und anschaulich. Durch den Einsatz von Bildern, Tabellen, Diagrammen, Animationen, interaktiven Schaltflächen u.v.m. wird Ihre Präsentation zum echten Blickfang.

Der Kurs zeigt Ihnen den grundlegenden Umgang mit PowerPoint und die Möglichkeiten des Programms, mit dem Ziel, am Ende schöne und professionell aussehende Präsentationen erstellen zu können.

## Smartphone



Nr. P5012-011-S  
**Android – Grundlagen für Smartphone- und Tabletanwendungen**

Hardy Meier

Sie besitzen ein Android-Smartphone oder Tablet und möchten mehr als nur telefonieren und SMS schreiben? Dann ist das genau der richtige Kurs für Sie.

Kursinhalte sind:

- Grundlagen zum Thema Smartphone/ Tablet
- Grundlegende Bedienung und Funktionsweise
- Einrichten eines Google-Kontos
- Anpassen des Home-Bildschirms
- Suchen und installieren einer App
- Mögliche Anwendungsbeispiele und praktische Apps
- Datenaustausch mit dem PC und anderen Geräten (USB, Bluetooth)
- Sicherheitstipps fürs Internet
- WLAN und Mobildaten-Verbindungen herstellen
- WhatsApp installieren und nutzen
- Übertragen von Fotos auf den PC
- Kostenlose Navigation

Der Kurs ist nicht für iPhone/iPad oder Windows-Phone Geräte geeignet! Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet mit Netzteil und Stromkabel mit.

6 – 10 Personen  
5 Abende, 19.09.2019 - 24.10.2019  
Donnerstag, 17:00 - 18:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5  
49,50 EUR (keine Ermäßigung, inkl. 2,00 EUR Kopierkosten)

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

Nr. P5012-021

**Android – Aufbau- und Auffrischkurs**

Hardy Meier

Voraussetzung: Die grundlegende Bedienung des Smartphones wird beherrscht bzw. Besuch des Grundlagenkurses.

Inhalte:

- Apps im Play Store suchen und installieren
- Navigation mit Google Maps und HERE we go
- Kopieren, teilen und speichern von Inhalten (Fotos)
- Synchronisation mit dem Laptop/PC
- Zubehör für unterwegs: z. B. Freisprechanlage
- Virenschutz für Android

Grundsätzlich ist noch genügend Zeit im Kurs vorhanden, um Ihre Fragen und Probleme zu behandeln.

Der Kurs ist nicht für iPhone/iPad oder Windows-Phone Geräte geeignet! Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet mit Netzteil und Stromkabel mit.

6 – 10 Personen

4 Abende, 07.11.2019 - 28.11.2019

Donnerstag, 17:00 - 18:30 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5

40,00 EUR (keine Ermäßigung,

inkl. 2,00 EUR Kopierkosten)

**Apple**

Nr. P5013-011-S

**iPhone – Grundkurs**

Marc Fröschl

Das Apple iPhone gehört zu den beliebtesten und verbreitetsten Smartphones und ist ein Multitalent. In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick über die wichtigsten Funktionen und lernen diese zu bedienen.

Folgende Funktionen sind Bestandteil dieses Kurses:

- Umgang mit der Kamera
- Apple ID und iCloud: Nutzen und Anwendung
- Surfen im Internet
- Verwendung von Email, Kontakten und Kalender
- Installation von Apps
- Anordnen von Apps
- Grundlegende Verwendung von WhatsApp

Für Ihre Fragen und Wünsche ist viel Zeit vorgesehen.

Bitte bringen Sie Ihr iPhone, Ihre Apple-ID sowie Ihr Passwort zu diesem Kurs mit. Sollten Sie bei der Einrichtung Ihres iPhones Unterstützung benötigen, wenden Sie sich bitte an die VHS Weingarten.

5 – 12 Personen

2 Abende, 06.11.2019, 13.11.2019

Mittwoch, 17:30 - 19:00 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 5

28,00 EUR (keine Ermäßigung)

**VHS Business – Fit im Berufsleben****Führungsfortbildung****Premiumseminar NEU**

Nr. P5070-001

**Erfolgreich im Team – Stärken erkennen und nutzen**

Marijan Kosel, Personalmanagement – Beratung, Training & Coaching

In diesem Seminar lernen Sie das Selbstverständnis einer teamorientierten Führung kennen. Sie erfahren, wie Sie Ihr Team formen und weiterentwickeln können, wie Sie Konflikte im Team lösen, das Teamklima positiv gestalten und damit die Potenziale freisetzen können, die in Ihrem Team stecken. Dazu erhalten konkrete und praxisbewährte Anregungen, Methoden und Instrumente an die Hand.

Zielgruppe: angehende, neu ernannte und erfahrene Führungskräfte aus Industrie und Verwaltung

8 – 12 Personen

Mittwoch, 13.11.2019, 08:30 - 16:30 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2

145,00 EUR (keine Ermäßigung,

inkl. Skript und Getränke)

**Tagesseminar am Mittwoch NEU**

Nr. P5060-021

**Mitarbeitergespräche**

Gunna Schiprowski, Business Coach, Trainerin

Richtig durchgeführt sind Mitarbeitergespräche ein sinnvolles Instrument zur Personalentwicklung. Sie können das Vertrauen zueinander stärken, Ressourcen deutlich machen und Zufriedenheit fördern. Das Seminar vermittelt Ihnen, wie Sie diese Gespräche inhaltlich gut vorbereiten, konkrete Ziele vereinbaren und positive Effekte für Mitarbeiter/innen und Unternehmen erreichen. Sie bekommen Tipps zur Gestaltung von Formularen, zum Formulieren von überprüfbareren Leistungsindikatoren und zur transparenten Dokumentation von Gesprächsinhalten und Ergebnissen.

Zielgruppe: Führungskräfte: Selbständige, Geschäftsführer/innen, Abteilungs- oder Teamleiter/innen

5 – 12 Personen

Mittwoch, 09.10.2019, 09:00 - 16:30 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2

95,00 EUR (keine Ermäßigung,

inkl. Skript und Getränke)

**Kommunikation****Tagesseminar am Mittwoch**

Nr. P5060-011

**Rhetorik für den Beruf****Seminar für erfolgreiche Präsentationen und Gespräche**

Renate Klein, Betriebswirtin (VWA)

Zusatzqualifikation

Personalmanagement

Business Coach, Speakerin

Sie wollen Ihr Wissen weitergeben, in Meetings das Wort ergreifen, Ihre Ideen oder Sachverhalte Chefs, Kolleg/innen, Mitarbeiter/innen erfolgreich darstellen? Und jetzt die gute Nachricht: Erfolgreich Präsentieren ist erlernbar!

Wie Ihre Fachkenntnisse, so sind gute Präsentationen das Ergebnis eines Lernprozesses.

Für Ihre persönlichen Situationen trainieren Sie:

- Die Grundlagen der Rhetorik um sicher aufzutreten
- Aufbau und Struktur von Präsentationen und Gesprächen
- mit Ihrer Botschaft zu überzeugen
- verständlich, prägnant und sicher zu argumentieren
- die Bedürfnisse Ihrer Gesprächspartner/innen richtig einzuschätzen
- mit Visualisierungsmöglichkeiten nachhaltig Inhalte zu vermitteln
- Ihre Stimme, Mimik, Gestik, Körpersprache einzusetzen
- die Nervosität zu reduzieren
- Ihre Ausstrahlung zu verbessern

Zielgruppe: Fach- und Führungskräfte, die sich selbst oder ein Thema überzeugend präsentieren möchten.

5 – 10 Personen

Mittwoch, 20.11.2019, 09:00 - 16:00 Uhr

VHS-Geschäftsstelle,

Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2

95,00 EUR (keine Ermäßigung,

inkl. Skript und Getränke)

**Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)**



## Tagesseminar am Mittwoch

Nr. P5060-031

### Sicher und souverän auftreten in schwierigen Gesprächssituationen

#### Für Fach- und Führungskräfte

Gunna Schiprowski,  
Business Coach, Trainerin

Was tun bei Auseinandersetzungen, Kritik, unberechtigten Forderungen und verbalen Angriffen? Wie können Sie damit professionell umgehen? Das Seminar behandelt Möglichkeiten, in Konfliktsituationen mit Kunden und Geschäftspartnern souverän zu reagieren. Wirkungsvolle Kommunikationstechniken, konkrete Formulierungshilfen und Tipps zum Umgang mit Emotionen ermöglichen Ihnen, auch schwierige Gespräche zu meistern.

Zielgruppe: Fach- und Führungskräfte: Alleinunternehmer/innen, Geschäftsführer/innen, Abteilungs- oder Teamleiter/innen, Assistenten/innen, Sekretär/innen, Sachbearbeiter/innen

5 – 10 Personen  
Mittwoch, 11.12.2019, 09:00 - 16:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
95,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Skript und Getränke)

## Tagesseminar am Mittwoch NEU

Nr. P5060-041

### Moderieren und Leiten von Sitzungen, Arbeitskreisen, Meetings

#### Für Fach- und Führungskräfte

Heidemarie Detzel-Ströble,  
Wirtschaftsmediatorin (DHBW)

Die Leitung und Moderation von Sitzungen, aber auch von Arbeitsgruppen, Meetings... gehört zu den wichtigsten Aufgaben von Fach- und Führungskräften. Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, sich eingehend mit der Leitungs- und Moderationsaufgabe zu beschäftigen, praxisnahe Tipps zu bekommen und die eigenen Kompetenzen zu vertiefen.

Folgende Themen erwarten Sie:

- Welche Rahmenbedingungen erleichtern die Leitung von Sitzungen?
- Wann leite ich eine Sitzung souverän?
- Wann und wie moderiere ich fokussiert?
- Welche Methoden helfen bei Leitung und Moderation?

Im Mittelpunkt steht das Kennenlernen von Methodik, die Methodenauswahl und deren Einsatz zielgerichtet in der entsprechenden Situationen.

Zielgruppe: Fach- und Führungskräfte

6 – 12 Personen  
Mittwoch, 15.01.202, 08:30 - 16:45 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
95,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Skript und Getränke)

## Tagesseminar am Mittwoch

Nr. P5060-021

### Mitarbeitergespräche

Gunna Schiprowski,  
Business Coach, Trainerin

Richtig durchgeführt sind Mitarbeitergespräche ein sinnvolles Instrument zur Personalentwicklung. Sie können das Vertrauen zueinander stärken, Ressourcen deutlich machen und Zufriedenheit fördern. Das Seminar vermittelt Ihnen, wie Sie diese Gespräche inhaltlich gut vorbereiten, konkrete Ziele vereinbaren und positive Effekte für Mitarbeiter/innen und Unternehmen erreichen. Sie bekommen Tipps zur Gestaltung von Formularen, zum Formulieren von überprüfbaren Leistungsindikatoren und zur transparenten Dokumentation von Gesprächsinhalten und Ergebnissen.

Zielgruppe: Führungskräfte: Selbständige, Geschäftsführer/innen, Abteilungs- oder Teamleiter/innen

5 – 12 Personen  
Mittwoch, 09.10.2019, 09:00 - 16:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
95,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Skript und Getränke)

Weitere Seminare zur Kommunikation finden Sie im Bereich Politik-Gesellschaft-Umwelt in der Rubrik Persönlichkeitsentwicklung/ Psychologie.

## Buchführung



Nr. P5041-011

### Grundlagen der Buchführung

Eva-Maria Teufel, Bilanzbuchhalterin

Nach diesem Kurs verfügen Sie über fundierte Grundlagenkenntnisse zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsvorfälle (z. B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchhaltung erfassen. Sie können Jahresabschlüsse verstehen und bei der Erstellung vorbereitend mitwirken.

Kursinhalte:

- Bedeutung der Buchführung und gesetzliche Bestimmungen
- Inventur, Inventar, Bilanz und Belegorganisation
- Rechnungen im Sinne des Umsatzsteuergesetzes

- Buchen von Geschäftsvorfällen auf Bestands- und Erfolgskonten
- einfache und zusammengesetzte Buchungssätze
- Abschlussbuchungen über Gewinn- und Verlustkonto, Schlussbilanz

Zielgruppe: Personen, die über keine oder geringe Kenntnisse auf dem Gebiet der Buchhaltung und Bilanzierung verfügen und die Grundlagen kennen lernen möchten.

5 – 12 Personen  
3 Termine  
Freitag, 08.11.19: 18:00 bis 20:30 Uhr  
Samstag, 09.11.19: 09:00 bis 16:00 Uhr  
Samstag, 16.11.19: 09:00 bis 16:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
145,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Skript)

## Professionelle Büroorganisation

### Wochenendkurs

Nr. P5070-031

### Tastaturschreiben in 6 Stunden an 2 Tagen

Birgit Eisele

In allen Bereichen der Arbeitswelt und immer mehr auch im privaten Bereich ist es hilfreich und notwendig, die Computertastatur zu beherrschen. Mit Farben, Bildern und Musik lernen Sie ganz leicht das Tastenfeld eines Computers kennen und bedienen. Daher ist diese Methode für jede Altersstufe geeignet. Ein leichtes Schreib- und Anwendungstraining ist ebenfalls Bestandteil des Kurses.

Zielgruppe: Alle Fach- und Führungskräfte, die mit dem PC arbeiten.

Benutzen Sie bitte den Seiteneingang der Realschule an der Ettishofer Straße. Dort nimmt die Dozentin Sie dann in Empfang.

5 – 12 Personen  
Freitag, 17.01.2020,  
17:30 - 20:30 Uhr und  
Samstag, 18.01.2020, 09:00 - 12:00 Uhr  
Realschule, EG, Eingang  
Ettishofer Straße, Raum 12 (EDV)  
41,00 EUR, keine Ermäßigung  
(gültig ab 5 Teilnehmenden)

## Tagesseminar am Mittwoch NEU

Nr. P5070-011

### Chefentlastung – wie Sie und Ihr/e Vorgesetzte/r ein starkes Team werden

#### Für Assistenten/tinnen und Sekretäre/innen aus Wirtschaft und Verwaltung

Gunna Schiprowski,  
Business Coach, Trainerin

Sie schreiben fehlerfreie Briefe und haben die Abläufe im Büro im Griff. Doch zur echten Chefentlastung – die auch Ihnen mehr Freiräume und Anerkennung verschafft – gehört heutzutage mehr. Ihre Tätigkeiten als Assistent/in sind

anspruchsvoller geworden, unternehmerisches Denken und Handeln ist gefordert. Führungskraft und Co-Manager/in, so wird die moderne Aufgabenverteilung oft umschrieben. Was es braucht und wie es gelingt, dass Sie diese Rolle souverän ausfüllen, ohne (noch mehr) Überstunden zu machen, erfahren Sie in diesem Seminar.

Zielgruppe: Assistent/innen und Sekretär/innen aus Wirtschaft und Verwaltung

5 – 12 Personen  
Mittwoch, 06.11.2019, 09:00 - 16:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
95,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Skript und Getränke)



### Tagesseminar am Mittwoch

Nr. P5070-041

#### Arbeitsplatzorganisation und Büromanagement

Für Assistenten/tinnen, Sekretäre/innen, Sachbearbeiter/innen aus Wirtschaft und Verwaltung sowie für Einzel- und Kleinunternehmer/innen

Gunna Schiprowski,  
Business Coach, Trainerin

In diesem Tagesseminar erhalten Sie ein Rundum-Know-How zu Büro- und Informationsmanagement sowie zum Thema Zugang und Umgang mit Kunden. Sie gewinnen mehr Spaß an der Arbeit, nutzen Ressourcen und erhöhen dadurch auch Ihre Lebensqualität. Sie vollziehen eine Bestandsaufnahme der eigenen Situation, erlernen Strukturierungshilfen für Geschäftsvorgänge und den Einsatz sowie das Erstellen von Checklisten und Vorlagen. Sie erfahren, wie Sie Ihre Arbeit optimierter planen, Prioritäten richtig setzen und Ihre Termine verwalten.

Zielgruppe: Assistent/innen, Sekretär/innen, Sachbearbeiter/innen aus Wirtschaft und Verwaltung sowie Einzel- und Kleinunternehmer/innen

5 – 12 Personen  
Mittwoch, 22.01.2020, 09:00 - 16:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
95,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Skript und Getränke)

### Tagesseminar am Mittwoch

Nr. P5070-051

#### Professionell Korrespondieren

Renate Klein,  
Betriebswirtin (VWA) Zusatzqualifikation Personalmanagement, Business Coach, Speakerin, Autorin Studienfernlehrgang von Sekretärin zur Assistentin

Im modernen, hektischen Geschäftsleben wird oft übersehen, wie wichtig das geschriebene Wort ist. Gerade weil die Geschäftswelt es so eilig hat, ist es wichtiger denn je, klar und wirkungsvoll zu schreiben. Das Seminar zeigt, wie Sie den Adressaten des Schreibens richtig identifizieren und Ihren eigenen Stil entsprechend anpassen. Checklisten und Textbeispiele helfen bei der konkreten Umsetzung, damit Sie Ihre Botschaft gezielt übermitteln können.

- Seminarinhalte:
- Ihre Briefe und E-Mails sind Ihre Visitenkarte!
  - Gestalten Sie das Layout Ihrer Briefe und E-Mails lesefreundlich und professionell
  - Layout nach der neuesten DIN Vorschrift
  - Struktur – Optik – Inhalt
  - Business Writing – So schreiben Sie ansprechend und wirkungsvoll
  - Korrespondenz und Unternehmensphilosophie im Einklang
  - Der gelungene Einstieg
  - Vorher/Nachher – pfiffiger Style Ihrer Worte
  - Attraktive Formulierungsbeispiele alltäglicher Korrespondenz
  - Kundenorientierte Ausdrucksweise
  - Gendergerechtes (geschlechtergerechtes) Formulieren
  - Positive Formulierungen
  - Das Briefende – Auftakt zum nächsten Kontakt
  - E-Mail-Etikette - Regeln für Ihre E-Mail Kommunikation

Zielgruppe: Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Briefe und E-Mails schreiben.

5 – 12 Personen  
Mittwoch, 16.10.2019, 09:00 - 16:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
95,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Skript und Getränke)

### Halbtagesseminar am Mittwoch

Nr. P5070-061

#### Protokolle schreiben leicht gemacht

Zielführende Protokolle dienen als wertvolle Arbeitsgrundlage für alle Beteiligten

Renate Klein,  
Betriebswirtin (VWA) Zusatzqualifikation Personalmanagement, Business Coach, Speakerin, Autorin Studienfernlehrgang von Sekretärin zur Assistentin

Viele Veranstaltungen erfordern die Anfertigung eines Protokolls. Die schriftliche Wiedergabe oder Zusammenfassung dient der Information und als

betriebsinternes Beweismittel für Beschlüsse. Ein Protokoll kann auch als Rechtsgrundlage bei bestimmten Verhandlungen dienen. Umso wichtiger ist eine richtige und konkrete Formulierung!

Protokollarten:

- Wörtliches Protokoll, Verlaufs- bzw. Verhandlungsprotokoll, Kurzprotokoll, Beschluss- und Ergebnisprotokoll, Gedächtnisprotokoll, Aktennotiz...

Anforderungen an ein gutes Protokoll

- Formal richtiger Aufbau (inhaltliche Richtigkeit, Vollständigkeit, Echtheit, Gültigkeit)
- Strukturierte Information, Ergebnisse dokumentieren
- Ziel- und lösungsorientierte Arbeitsgrundlage

Protokollführende/r

- Aufgaben, Rechte und Pflichten
- Techniken, das Wesentliche und Richtige zu erfassen
- Protokollsprache und -stil
- die Kernaussagen erfassen, systematisieren; kurz, präzise, inhaltsgetreu und zielgerecht formulieren
- Tipps, Beispiele, Checkliste, Bausteine

Zielgruppe: Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Protokolle erstellen.

5 – 10 Personen  
Mittwoch, 04.12.2019, 09:00 - 12:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
66,50 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Skript und Getränke)

### PC-Anwendungen

### Tagesseminar am Montag

Nr. P5021-031

#### Microsoft Word 2007-2019 – Fresh up!

Für regelmäßige Word-Anwender/innen

Elke Weise

Wiederholen Sie die wichtigsten Basics von Word 2007-2019 und lernen Sie neue Funktionen kennen. Sie lernen, wie Sie mit Microsoft Word professionell und effizient Texte unter Beachtung der DIN 5008 erstellen, gliedern und gestalten können. Der Kurs umfasst z. B. Themengebiete wie Serienbrief, Etikettendruck, Inhaltsverzeichnis, Fußnoten, Hyperlinks, Formulare und vieles mehr.

Zielgruppe: Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Word-Kenntnisse auffrischen und vertiefen möchten.

4 – 7 Personen  
Montag, 21.10.2019, 09:00 - 16:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
98,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Laptopnutzung, Office-Pauschale und Getränke)

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

## Tagesseminar am Montag

Nr. P5022-021

### Microsoft Excel 2007-2019 – Fresh up!

Für regelmäßige Excel-Anwender/innen

Elke Weise

Bringen Sie Ihre Excel-Grundlagenkenntnisse auf Vordermann und tauchen Sie in neue Themenwelten ein. Arbeiten Sie professionell mit umfangreichen Datenlisten und werten Sie diese mit Sortierungen, Filterungen, bedingten Formatierungen, Diagrammen und Pivot-Funktionen aus. Erstellen Sie zeitsparende Automatismen mit verschachtelten Funktionen und Matrix-Formeln. Der Kurs umfasst keine VBA-Programmierung.

Zielgruppe: Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die ihre Excel-Kenntnisse auffrischen und vertiefen möchten.

5 – 7 Personen

Montag, 20.01.2020, 09:00 - 16:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
98,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Laptopnutzung, Office-Pauschale  
und Getränke)

## Stressbewältigung und Gesundheit am Arbeitsplatz



Nr. P3011-041

### Rückengesundheit-Büro-Bildschirm-Arbeitsplatz

NEU

Gerold Bilek

In dem Workshop zeigen wir Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung auf. Ob am Arbeitsplatz oder zuhause – wir verbringen einen großen Teil unserer Zeit sitzend am Computer. Die Folge: Muskeln und Wirbelsäule werden einseitig belastet. Die Ursache aller im Büro entstehenden Beschwerden wie z. B. Mausarm, Rücken- und Kopfschmerzen. Im Workshop geht es um das Thema gesunder Rücken und ergonomische Arbeitsplatzgestaltung und es gibt Tipps zum richtigen und individuellen Einstellen des eigenen Arbeitsplatzes im Unternehmen oder zuhause.

10 – 12 Personen

2 Abende, 17.10.2019, 24.10.2019  
Donnerstag, wöchentlich,  
18:30 - 20:00 Uhr  
Weingarten, Danziger Str. 7,  
GESSLER + FUNK Office GmbH  
39,50 EUR

## Tagesseminar am Mittwoch

Nr. P5061-031

### Work-Life-Balance – das Gleichgewicht (wieder) herstellen

Für Fach- und Führungskräfte

Gunna Schiprowski,  
Business Coach, Trainerin

Sich unausgeglichen fühlen. Schon dieser Begriff zeigt, dass wir eigentlich wissen, wie wichtig eine gute Balance in unserem Leben ist. Trotzdem fällt es uns oft nicht leicht, das Leben ausgewogen zu gestalten. In diesem Coaching-Seminar wird das Schlagwort von der Work-Life-Balance genau betrachtet. Und Sie erfahren, was Sie konkret dafür tun können, um Ihre Lebensbereiche wieder in besseren Einklang miteinander zu bringen. Allgemeine Rezepte und 08/15-Lösungen gibt es dazu nicht. Ziel ist die ganz individuelle Wahrnehmung, dass die Bereiche des eigenen Lebens in einem guten Verhältnis zueinander stehen und man sich mit dieser Verteilung wohlfühlt.

Zielgruppe: Fach- und Führungskräfte: Alleinunternehmer/innen, Geschäftsführer/innen, Abteilungs- oder Teamleiter/innen, Assistent/innen, Sekretär/innen, Sachbearbeiter/innen

5 – 12 Personen

Mittwoch, 27.11.2019, 09:00 - 16:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
95,00 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. Skript und Getränke)



Nr. P3021-011

### Fit mit Gymnastik in der Mittagspause

Eda Kaiser

Mit einem abwechslungsreichen Herzkreislauftraining mit Musik beginnen wir den Kurs. Danach erfolgt unter Einsatz verschiedener Handgeräte ein vielseitiges gymnastisches Übungsprogramm für Arme, Rücken, Bauch und Beine. Mit abschließenden Dehnungs-, Lockerungs- und Entspannungsübungen wird die Stunde abgerundet. Sie erreichen dadurch Fitness und Wohlbefinden für den restlichen Tag. Bitte Handtuch mitbringen.

6 – 12 Personen

10 Mittage, 17.09.2019 - 26.11.2019  
Dienstag, 12:15 - 13:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 3  
36,00 EUR

## Bewerbungen



Nr. P5061-041

### Die schriftliche Bewerbung perfekt gestalten!

Auftakt zur Chance auf ein Bewerbungsgespräch

Renate Klein,  
Betriebswirtin (VWA) Zusatzqualifikation  
Personalmanagement, Business Coach,  
Speakerin

Punkten Sie mit einer passgenauen Bewerbung, vermitteln Sie Ihre Stärken und treten Sie glaubwürdig auf. Je besser Sie in Ihrer Bewerbung auf die Anforderungen der Stellenausschreibung eingehen, desto höher ist Ihre Erfolgsquote. Schreiben Sie eine Bewerbung, die sich abhebt von der Masse. Lassen Sie sich zeigen, wie Sie es anders bzw. besser machen können. Wir besprechen, wie Sie – die Bewerbungsmappe sinnvoll zusammenstellen und versenden, auch online

- überzeugende Anschreiben formulieren
- ein besonderes Deckblatt entwickeln
- einen aussagekräftigen Lebenslauf verfassen
- gute Bewerbungsfotos aussuchen
- mit einer Motivationsseite zusätzlich Punkte sammeln
- eine eindrucksvolle Initiativbewerbung entwerfen

Online-Bewerbungen sind von vielen Unternehmen erwünscht. Was Sie dabei beachten müssen und hilfreiche Tipps für Ihre Internetsuche werden ebenfalls Inhalte des Kurses sein.

5 – 10 Personen

Freitag, 11.10.2019, 17:30 - 20:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
38,50 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P5061-051

### Das erfolgreiche Bewerbungsgespräch

Vorstellungsgespräch mit professionellen Tipps

Renate Klein,  
Betriebswirtin (VWA) Zusatzqualifikation  
Personalmanagement, Business Coach,  
Speakerin

Werden Sie zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen, dann haben Sie die erste Hürde bereits genommen. Aber was jetzt? Um weiter zu punkten und die Einstellungschancen zu erhöhen, müssen



Sie bestimmte Regeln kennen und beachten. Wir besprechen Folgendes:

- Die eigene Vorbereitung auf das Bewerbungsgespräch
- Wie Sie Ihre fachliche und soziale Qualifikation vorteilhaft präsentieren
- Den Ablauf eines Bewerbungsgesprächs
- Typische Fragen und passende Antworten
- Was hinter den Fragen steckt – was den Personalchef wirklich interessiert
- Was Sie fragen und wie Sie damit punkten
- Körpersprache
- Wie Sie sympathisch, kompetent und selbstbewusst wirken
- Fragen, die Sie haben

5 – 10 Personen

Freitag, 18.10.2019, 17:30 - 20:30 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
38,50 EUR (keine Ermäßigung)

## Knigge



Nr. P5061-151  
**Knigge Dinner**

Petra Schnierle

In lockerer Runde gemeinsam essen und sich zwischen den Gängen über derzeit angesagte Tischregeln updaten lassen. Humorvoll und kein bisschen steif begleitet Sie die lizenzierte Knigge-Trainerin Petra Schnierle durch einen kulinarisch-informativen Abend.

Dabei geht es nicht um strenge Etikette, sondern um manchmal so einfache Dinge wie: Wohin mit der Serviette und dem Olivenkern und ist das Brot zum satt essen da? Im Vordergrund stehen brauchbare Informationen für Geschäftsessen, offizielle Einladungen oder wie man in der Familie eine gute Tischkultur (vor-)lebt. Knigge neu gedacht, modern interpretiert und kein bisschen verstaubt.

Teilnehmer/innen-Preis inklusive 4 Gang-Menü. Der Abend findet im Hotel Altdorfer Hof, Burachstr. 12, 88250 Weingarten statt.

7 – 12 Personen

Freitag, 04.10.2019 von 18:30 - 22:00 Uhr  
Hotel Altdorfer Hof in Weingarten,  
Burachstr. 12,  
69,00 EUR (keine Ermäßigung) inkl. 4-Gang-Menü, wahlweise Fleischgericht oder vegetarisch, exkl. Tischgetränke

Nr. P5061-131

## Mit Knigge Türen öffnen – Moderne Umgangsformen für Business und Ehrenamt

Petra Schnierle, impressio, selbst viele Jahre im Management und vom Vorsitzenden des deutschen Knigge-Rats lizenziert.

Geht es Ihnen auch so? Wenn Sie Knigge hören, denken Sie an Benimm, Manieren und schulmeisterliche Belehrungen? Schade, denn Knigges Idee ist eine Möglichkeit auf gesellschaftliche Veränderungen angemessen zu reagieren. Die aufmerksame und respektvolle innere Haltung gegenüber anderen, ist die eigentliche Botschaft eines echten „Knigge-gerianers“. Der modern gelebte Businessknigge gestaltet Beziehung und Begegnungen auf einer vertrauensvollen Ebene. Das wirkt auf andere nicht nur sympathisch sondern auch überzeugend und kompetent. Gute Umgangsformen können Sie so dabei unterstützen Ihr Unternehmen, Ihr Projekt, Ihre Organisation oder sich selbst nach außen hin positiv zu präsentieren. Erleben Sie Knigge von einer ganz anderen Seite: Kurzweilig, auf Augenhöhe und praxisnah.

Erlernen Sie im Workshop Kompetenzen, die Sie benötigen um sich in allen Situationen und gesellschaftlichen Anlässen sicher zu bewegen. In Rollenspielen und Übungen erfahren Sie, wie Sie Höflichkeit modern und spielerisch in Ihren Berufs- oder Vereinsalltag einbauen können. Mit vielen Tipps und Anregungen für Selbstständige, Führungskräfte, Mitarbeiter/innen im Kundenkontakt oder in Vorbildfunktion sowie im Ehrenamtliche.

5 – 8 Personen

Donnerstag, 14.11.2019,  
19:00 - 22:00 Uhr  
VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2  
34,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Sprachkurse für den Beruf

Nr. P4063-021

### Business English am Morgen (GER B1)

**VHS-Espresso: Kurs mit Durchführungsgarantie ab zwei Personen (Staffelpreise)! Intensives Lernen in der Kleingruppe!**

Siranush Gevorgyan

Business English B1 is a 20-hour course, divided into three key work skills – Telephoning, Socializing and Writing (dealing with colleagues, customer communication, correspondence, meeting). The course content includes exercises allowing you to speak about your own companies, write e-mails and business letters, reading texts with helpful tips for doing business around the world, listening to activities with international speakers and a wide variety of topics covering many branches and industries. This course is recommended for those who want to improve their business communication

skills and whose English understanding is at least at the lower B1 level.

Lehrbücher: Real Business English B1, Student's Book with MP3 CD, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-501670-5) und Real Business English B1, Workbook, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-501671-2)

2 – 4 Personen

10 Vormittage, 10.10.2019 - 19.12.2019  
Donnerstag, 08:00 - 09:30 Uhr  
VHS, Gebäude Bücherei,  
Abt-Hyller-Straße 19, Raum 3  
200,00 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 4 Teilnehmenden)  
240,00 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 3 Teilnehmenden)  
300,00 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 2 Teilnehmenden)



## Xpert Business Webinare

Xpert Business Abschlüsse   Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen   Lohn   Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●		●
Bilanzierung			●		●		●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●		●	●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●		●	●		●
Personalwirtschaft						●			●
Personale Kompetenzen	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen								●



Nr. P5040-011

### Infoabend „Berufliche Weiterbildung mit Xpert Business Webinare (Onlinekurse)“

Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau. Das System ist so individuell wie Ihr Weiterbildungsbedarf. Im Xpert Business LernNetz werden Sie im Live-Webinar von einem erfahrenen Online-Dozenten und Dozentinnen unterrichtet. Es handelt sich um moderierte Webinare, so dass Sie die Möglichkeit haben, Ihre Fragen zu stellen. An den Live-Webinaren können Sie von zu Hause aus in Ihrem „Home Office“ teilnehmen.

In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen (XB) geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen. Die Teilnehmer/innen können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen (Prüfungstermin: 08.02.20 an der VHS Friedrichshafen).

An diesem Infoabend werden die Inhalte, Abschlüsse und das Onlinekursystem Xpert Business erläutert. Kommen Sie unverbindlich vorbei und lassen sich beraten!

Donnerstag, 24.10.2019,  
18:00 - 19:30 Uhr  
Weingarten, VHS-Geschäftsstelle,  
Heinrich-Schatz-Str. 16, Raum 2

**Webinar**

### Nr. P5040-021 Finanzbuchführung 1 mit Xpert-Business-Zertifikat

Dozententeam Xpert Business LernNetz  
Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z. B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. Sie sind in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen.

Erforderliche Vorkenntnisse:  
Keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich.

Prüfung und Zertifikat:  
Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

Abschlüsse:  
Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:  
– Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung  
– Geprüfte Fachkraft Internes Rechnungswesen  
– Manager/in Rechnungswesen | Lohn | Controlling

Alle Xpert Business-Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

Lernzielkatalog:  
Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

Kursmaterialien:  
Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag: Lehrbuch und Übungsbuch mit Musterklausuren

20 Abende, 05.11.2019 - 23.01.2020  
Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr  
Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr  
Home Office  
335,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

**Webinar**

### Nr. P5040-031 Finanzbuchführung 2 mit Xpert-Business-Zertifikat

Dozententeam Xpert Business LernNetz  
Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Erforderliche Vorkenntnisse:  
Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

Prüfung und Zertifikat:  
Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

Abschlüsse:  
Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:  
– Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung

- Geprüfte Fachkraft Externes Rechnungswesen
- Finanzbuchhalter/in
- Finanz- und Lohnbuchhalter/in
- Manager/in Betriebswirtschaft

Alle Xpert Business Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

#### Lernzielkatalog:

Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

#### Kursmaterialien:

Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag: Lehrbuch und Übungsbuch mit Musterklausuren

20 Abende, 05.11.2019 - 23.01.2020

Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Home Office

335,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl.

Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

#### Webinar

Nr. P5040-041

### Finanzbuchführung mit DATEV mit Xpert-Business-Zertifikat

Dozententeam Xpert Business LernNetz  
In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

#### Erforderliche Vorkenntnisse:

Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

#### Prüfung und Zertifikat:

Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

#### Abschlüsse:

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung
- Finanzbuchhalter/in
- Finanz- und Lohnbuchhalter/in
- Manager/in Rechnungswesen, Lohn und Controlling

Alle Xpert Business Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

#### Lernzielkatalog:

Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

#### Kursmaterialien:

Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag.

16 Abende, 19.11.2019 - 23.01.2020

Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Home Office

268,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl.

Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

#### Webinar

Nr. P5040-051

### Betriebliche Steuerpraxis mit Xpert-Business-Zertifikat

Dozententeam Xpert Business LernNetz  
Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z.B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

#### Erforderliche Vorkenntnisse:

Keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich.

#### Prüfung und Zertifikat:

Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

#### Abschlüsse:

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Externes Rechnungswesen
- Manager/in Rechnungswesen und Controlling
- Manager/in Rechnungswesen | Lohn | Controlling

Alle Xpert Business Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

#### Lernzielkatalog:

Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

#### Kursmaterialien:

Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaues Lehrbuch heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag.

20 Abende, 05.11.2019 - 23.01.2020

Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Home Office

335,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl.

Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

#### Webinar

Nr. P5040-061

### Bilanzierung mit Xpert-Business-Zertifikat

Dozententeam Xpert Business LernNetz  
Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen.

#### Erforderliche Vorkenntnisse:

Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 2“ vermittelt.

#### Prüfung und Zertifikat:

Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

#### Abschlüsse:

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Externes Rechnungswesen
- Finanzbuchhalter/in
- Finanz- und Lohnbuchhalter/in
- Manager/in Betriebswirtschaft

Alle Xpert Business Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

#### Lernzielkatalog:

Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

#### Kursmaterialien:

Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag: Lehrbuch und Übungsbuch mit Musterklausuren

20 Abende, 05.11.2019 - 23.01.2020

Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Home Office

335,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl.

Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

#### Webinar

Nr. P5040-071

### Controlling mit Xpert-Business-Zertifikat

Dozententeam Xpert Business LernNetz  
Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens.



Politik, Gesellschaft,  
Umwelt

Kultur und Gestalten

Gesundheit

Deutsch

Sprachen

Arbeit und Beruf

Außenstellen  
Weingarten

sens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens, wie im Falle von Zielabweichungen Handlungsalternativen und Maßnahmen entwickelt werden.

**Erforderliche Vorkenntnisse:**  
Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

**Prüfung und Zertifikat:**  
Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

**Abschlüsse:**  
Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:  
– Geprüfte Fachkraft Internes Rechnungswesen  
– Manager/in Betriebswirtschaft

Alle Xpert Business Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

**Lernzielkatalog:**  
Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

**Kursmaterialien:**  
Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag: Lehrbuch und Übungsbuch mit Musterklausuren

20 Abende, 05.11.2019 - 23.01.2020  
Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr  
Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr  
Home Office  
335,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

**Webinar**

Nr. P5040-081  
**Einnahmen-Überschussrechnung mit Xpert-Business-Zertifikat**  
Dozententeam Xpert Business LernNetz  
Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschuss-Rechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

**Erforderliche Vorkenntnisse:**  
Keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich.

11 Termine:  
05.11.19, 07.11.19, 12.11.19, 14.11.19, 19.11.19, 21.11.19, 26.11.19, 28.11.19, 03.12.19, 05.12.19, 10.12.19  
jeweils von 18:30 bis 20:30 Uhr (im Home Office)

**Prüfung und Zertifikat:**  
Xpert Business-Prüfung (90 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

**Abschlüsse:**  
Alle Xpert Business Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

**Lernzielkatalog:**  
Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

**Kursmaterialien:**  
Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaues Lehrbuch heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag.

11 Abende, 05.11.2019 - 10.12.2019  
Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr  
Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr  
Home Office  
240,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

**Webinar**

Nr. P5040-091  
**Finanzwirtschaft mit Xpert-Business-Zertifikat**

Dozententeam Xpert Business LernNetz  
Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf eines Unternehmens ermittelt und nach welchen Regeln Fremdkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern.

**Erforderliche Vorkenntnisse:**  
Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

**Prüfung und Zertifikat:**  
Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

**Abschlüsse:**  
Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:  
– Geprüfte Fachkraft Internes Rechnungswesen  
– Buchhalter/in Finanzbuchhalter/in  
– Buchhalter/in Finanz- und Lohnbuchhalter/in  
– Manager/in Betriebswirtschaft

Alle Xpert Business-Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

**Lernzielkatalog:**  
Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernziel-

katalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

**Kursmaterialien:**  
Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag: Lehrbuch und Übungsbuch mit Musterklausuren

20 Abende, 05.11.2019 - 23.01.2020  
Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr  
Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr  
Home Office  
335,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

**Webinar**

Nr. P5040-101  
**Kosten- und Leistungsrechnung mit Xpert-Business-Zertifikat**

Dozententeam Xpert Business LernNetz  
Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

**Erforderliche Vorkenntnisse:**  
Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1“ vermittelt.

**Prüfung und Zertifikat:**  
Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

**Abschlüsse:**  
Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:  
– Geprüfte Fachkraft Internes Rechnungswesen  
– Buchhalter/in Finanzbuchhalter/in  
– Buchhalter/in Finanz- und Lohnbuchhalter/in  
– Manager/in Betriebswirtschaft

Alle Xpert Business-Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

**Lernzielkatalog:**  
Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

**Kursmaterialien:**  
Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag: Lehrbuch und Übungsbuch mit Musterklausuren

20 Abende, 05.11.2019 - 23.01.2020  
Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr  
Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr  
Home Office  
335,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

Nr. P5040-111

**Lohn und Gehalt 1****mit Xpert-Business-Zertifikat**

Dozententeam Xpert Business LernNetz

Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln.

Erforderliche Vorkenntnisse:

Keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich.

Prüfung und Zertifikat:

Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

Abschlüsse:

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Lohn und Gehalt
- Manager/in Betriebswirtschaft

Alle Xpert Business-Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

Lernzielkatalog:

Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

Kursmaterialien:

Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag: Lehrbuch und Übungsbuch mit Musterklausuren

20 Abende, 05.11.2019 - 23.01.2020

Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Home Office

335,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl.

Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

**Webinar**

Nr. P5040-121

**Lohn und Gehalt 2****mit Xpert-Business-Zertifikat**

Dozententeam Xpert Business LernNetz

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere

**Webinar**

steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Erforderliche Vorkenntnisse:

Fachliche Grundlagen, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1“ vermittelt.

Prüfung und Zertifikat:

Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

Abschlüsse:

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Lohn und Gehalt
- Personal- und Lohnbuchhalter/in
- Finanz- und Lohnbuchhalter/in
- Manager/in Rechnungswesen | Lohn | Controlling

Alle Xpert Business-Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

Lernzielkatalog:

Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

Kursmaterialien:

Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag: Lehrbuch und Übungsbuch mit Musterklausuren

20 Abende, 05.11.2019 - 23.01.2020

Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Home Office

335,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl.

Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

**Webinar**

Nr. P5040-131

**Lohn und Gehalt mit DATEV****mit Xpert-Business-Zertifikat**

Dozententeam Xpert Business LernNetz

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Erforderliche Vorkenntnisse:

Kenntnisse, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt.

Prüfung und Zertifikat:

Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

Abschlüsse:

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:

- Geprüfte Fachkraft Lohn und Gehalt
- Personal- und Lohnbuchhalter/-in
- Finanz- und Lohnbuchhalter/-in
- Manager/-in Rechnungswesen, Lohn und Controlling

Alle Xpert Business Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

Lernzielkatalog:

Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

Kursmaterialien:

Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag.

16 Abende, 19.11.2019 - 23.01.2020

Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Home Office

268,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl.

Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

**Webinar**

Nr. P5040-141

**Personalwirtschaft****mit Xpert-Business-Zertifikat**

Dozententeam Xpert Business LernNetz

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

Erforderliche Vorkenntnisse:

Keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich.

Prüfung und Zertifikat:

Xpert Business-Prüfung (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat.

Abschlüsse:

Das Kurszertifikat können Sie in folgende Xpert Business-Abschlüsse einbringen:

- Personal- und Lohnbuchhalter/-in

Alle Xpert Business Kurse und Abschlüsse finden Sie auf der Webseite: [www.xpert-business.eu](http://www.xpert-business.eu)

Lernzielkatalog:

Die detaillierten Lernziele dieses Kurses und die prüfungsrelevanten Inhalte enthält der aktuelle Xpert Business-Lernzielkatalog: [www.xpert-business.eu/lernzielkataloge](http://www.xpert-business.eu/lernzielkataloge)

## Kursmaterialien:

Zu diesem Kurs gibt die Xpert Business Prüfungszentrale passgenaue Kursmaterialien heraus; erschienen beim EduMedia-Verlag: Lehrbuch und Übungsbuch mit Musterklausuren

20 Abende, 05.11.2019 - 23.01.2020

Dienstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Donnerstag, 18:30 - 20:30 Uhr

Home Office

335,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl.

Kursmaterialien, exkl. Prüfungsgebühr)

### Terminübersicht für alle Kurse:

(ausgenommen P5040-041, P5040-081, P5040-131)

05.11.19, 07.11.19, 12.11.19,

14.11.19, 19.11.19, 21.11.19,

26.11.19, 28.11.19, 03.12.19,

05.12.19, 10.12.19, 12.12.19,

17.12.19, 19.12.19, 07.01.20,

09.01.20, 14.01.20, 16.01.20,

21.01.20, 23.01.20

jeweils von 18:30 bis 20:30 Uhr  
(im Home Office)

### Prüfungsort und Prüfungstermine

Alle Kursprüfungen werden an der VHS Friedrichshafen, Charlottenstraße 12/2, in 88045 Friedrichshafen durchgeführt. Prüfungstermin für alle Xpert Business Kurse (ausgenommen „Finanzbuchführung mit DATEV“ und „Lohn und Gehalt mit DATEV“) finden am Samstag, 8. Februar 2020 von 8:00 Uhr bis 12:00 Uhr statt. Eine Prüfungsgebühr wird zusätzlich erhoben.

### Technische Voraussetzungen – Internetzugang:

Verwenden Sie zur Teilnahme an den Live-Webinaren bitte den Browser Google Chrome, da dieser das derzeit fortschrittlichste Adobe Flashplayer-Plugin enthält. Die Teilnahme mit anderen Browsern kann aufgrund eingeschränkter Kompatibilität mit dem Adobe Flashplayer-Plugin und lokaler Sicherheits- und Cookie-Einstellungen nicht einwandfrei garantiert werden.

## Einzelberatungen und Inhouse-Seminare

### EINZELBERATUNGEN

#### Vorbereitungen

#### Bewerbungsgespräche

Sie möchten sich in einer Einzelsitzung für ein anstehendes Bewerbungsgespräch coachen lassen? Dann hat die VHS Weingarten das passende Angebot für Sie: Wir beraten Sie in einer 90 minütigen Einzelsitzung und bereiten Sie optimal auf das Bewerbungsgespräch vor.

Dauer: 90 Minuten

Termin nach Vereinbarung,

Telefon 0751 560 353-17

### EINZELBERATUNGEN

#### Zwischenzeugnisse und Zeugnisse überprüfen

Sie sind unsicher, ob Ihr Zeugnis Ihre Leistungen abbildet? Häufig enthalten Zwischenzeugnisse oder Arbeitszeugnisse formale Fehler und versteckte Formulierungen, die sich bei Bewerbungen für Sie sehr nachteilig auswirken können. In diesem Einzelgespräch werden wir Ihr Zeugnis genau analysieren und alternative Formulierungsvorschläge für Sie erarbeiten.

Dauer: 90 Minuten

Termin nach Vereinbarung,

Telefon 0751 560 353-17

### Inhouse-Seminare

Gerne bieten wir Ihnen eine Vielzahl an Themen aus dem Bereich „VHS Business – Fit im Berufsleben“ auch als maßgeschneiderte Inhouse-Seminare an. Wir freuen uns auf Ihren Anruf (Telefon 0751 560 353-17).



„**Bürger in Kontakt**“ ist eine ehrenamtliche Informations- und Vermittlungsstelle für unterschiedliche Formen von bürgerschaftlichem Engagement. Im Zentrum steht eine Tauschbörse, die vom Geben und Nehmen verschiedener Tätigkeiten lebt, nach dem Motto: Du zeigst mir, wie man Socken strickt, und ich helfe dir am Computer weiter. Die Tauschbörse bringt aber auch Menschen mit gemeinsamen Hobbys und Interessen zusammen. Daneben gibt es zahlreiche Projekte, bei denen Interessierte jederzeit mitmachen können. Wenn Sie eine Idee haben für ein Projekt, das Menschen zusammenbringt und unsere Gesellschaft solidarischer macht, unterstützen wir Sie gerne dabei.



#### Wir freuen uns über Ehrenamtliche für folgende Projekte:

- Englisch-Konversation jeden Freitagvormittag mit Wilhelm Reinhold, Tel.: 0751/48301
- Italienisch-Konversation jeden zweiten Dienstagabend mit Ilse Gaus, Tel.: 0751/551203
- Kleinhandwerkerdienste für kleinere Reparaturen zu Hause; Christl Toth, Tel.: 0751/47500
- Wahloma/Wahlopa-Service, Monika Binder-Reinhold, Brigitte Herz, Tel.: 0751/5574549; Sprechstunde jeden Mittwoch von 11 – 12 Uhr im BiK-Büro
- Besuchsdienste bei älteren und kranken Menschen zuhause oder im Wohnheim; Ansprechpartner Alfred Dolderer, Tel.: 0751/44835
- Deutsch-polnischer Freundeskreis, jeden zweiten Mittwoch im Monat; Ansprechpartnerin Theresa Schliwa, E-Mail: [theresa.schliwa@web.de](mailto:theresa.schliwa@web.de)
- Patenschaften für ein Stück Weingarten, freiwillige Pflege öffentlicher Plätze zusammen mit dem Bauhof; Ansprechpartner: Walter Reichmann, Tel.: 0751/43532, Anton Schmid, Tel.: 0751/59728
- Winterschneeräumdienst, Ansprechpartner: Anton Schmid, Tel.: 0751/59728
- Neubürgerbegrüßung, Ansprechpartner: Alfred Dolderer, Tel.: 0751/44835
- Behördenlotse/Amtshilfe, Ansprechpartnerin: Ingrid Weiser, Tel.: 0751/49987
- Donnerstagsfrauen – Lesewelt, Ansprechpartnerin: Sieglinde Zimmer-Meyer, Tel.: 0751/42120
- BiK-Bücherkiste – öffentlich zugänglicher Bücherschrank in der Kirchstraße 18 vor dem Stadtmarketing Büro
- Bürodienst montags von 18 – 19 Uhr oder mittwochs von 10 – 12 Uhr; Ansprechpartnerin: Anni Reichmann, Tel.: 0751/43532

**Wir bieten Ehrenamtlichen** Teilhabe am gesellschaftlichen und sozialen Leben der Stadt und Mitgestaltung des Gemeinwohls. Kommen Sie zu „**Bürger in Kontakt**“. Wir freuen uns auf Sie!  
Ansprechpartnerinnen: Sieglinde Zimmer-Meyer, Tel.: 0751/42120, Margret Welsch, Tel.: 0751/48357

#### Bürger in Kontakt

Kornhausgasse 2  
88250 Weingarten

Sprechstunden:  
Montags von 18 – 19 Uhr  
Mittwochs von 10 – 12 Uhr  
Telefon: 0751/5574548  
Telefax: 0751/5574443  
E-Mail: [bik.wgt@web.de](mailto:bik.wgt@web.de)



## BAIENFURT

**Außenstellenleiter  
und Sprecher Kulturbeirat:**  
Konstantin Hummel

**Verwaltung:**  
Agnes Rundel, Rathaus,  
Telefon 07 51 40 00-28  
Telefax 07 51 40 00-51  
agnes.rundel@baienfurt.de  
Bürgermeisteramt Baienfurt  
Marktplatz 1, 88255 Baienfurt

**Mitglieder:**  
Günter A. Binder, Bürgermeister  
Andrea Arnhold  
Helmut Endler  
Markus Hummel  
Agnes Kahnert  
Andreas Lehle  
Gabriele Nold  
Verena Sorg  
Uwe Schmidt  
Dorothee Schraube-Löffler  
Irmgard Schwarzat  
Rainer von Bank

Zu allen Veranstaltungen (außer Vorträgen) ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs wirksam. Unverbindliche Reservierungen sind nicht möglich.

### Die Anmeldung erfolgt

- schriftlich (Formulare sind dem Programmheft zu entnehmen oder liegen in der Geschäftsstelle aus). Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung. Damit erteilen Sie der VHS Weingarten die Erlaubnis, die Kursgebühren im SEPA-Basislastschriftverfahren einzuziehen.
- online über die Homepage der VHS Weingarten unter [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de). Hierzu ist das dort hinterlegte Anmeldeformular mit SEPA-Basislastschriftmandat auszufüllen und im Original an die VHS zurück zuschicken.
- telefonisch - wenn Sie bereits Kunde sind. Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung und das Einverständnis zur Teilnahme am SEPA-Basislastschriftverfahren.
- durch Unterschrift auf dem Bogen „Weitermeldeliste für das Folgesemester“.

Jede Form der Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur vollen Entgeltzahlung. Sollte ein Kurs bereits voll belegt sein, bekommen Sie von uns eine Absage bzw. Mitteilung, dass Sie auf eine Warteliste gesetzt wurden.

Sie erhalten **keine** Anmeldebestätigung. Sollten wir Ihre Anmeldung wegen Überbelegung nicht mehr berücksichtigen können, werden Sie benachrichtigt, ebenso, wenn der Kurs ausfällt oder der Kurstermin sich ändert. Sie gelten als angemeldet, wenn Sie von uns keine Nachricht erhalten.

Sollten Sie Rückfragen zu Kursen der Außenstellen haben, wenden Sie sich bitte direkt an die Leitung der jeweiligen Außenstelle. Bei Rücktritten ist die Außenstelle fristgerecht zu informieren. Im Übrigen gelten die Allgemeinen Hinweise und Geschäftsbedingungen der VHS Weingarten.

### Kunstaussstellung

Es ist eine Ausstellung mit Werken von Hans Meinert im Rathausfoyer Baienfurt geplant. Die Eröffnung wird voraussichtlich am 20. September 2019 sein.

### Betriebsbesichtigungen

**NEU**

#### Nr. P5001-01W2 **Verallia Deutschland AG in Bad Wurzach**

Die Verallia Deutschland AG ist mit ihren insgesamt 7 Werken in Deutschland, Russland und in der Ukraine Teil der unabhängigen Verallia Gruppe, die zu den drei weltweit führenden Herstellern von Glasverpackungen für Getränke und Lebensmittel gehört. Sie bietet innovative, maßgeschneiderte und umweltfreundliche Lösungen. Verallia produziert rund 16 Milliarden Falschen und Gläser. Das Geschäftsmodell von Verallia basiert auf der Kombination der Stärke ihres internationalen Netzwerks (Produktionsstätten in 13 Ländern, Vertriebsstandorte in 45 Ländern mit 5 technischen Zentren und 12 Zentren für Produktentwicklung) und den engen Kundenbeziehungen in allen Regionen. Verallia hat einen Umsatz von 2,4 Milliarden Euro.

Bei dieser Führung durch die Firma wird das komplette Herstellungsverfahren für Glasverpackungen gezeigt. Die Teilnehmer/innen sollten festes Schuhwerk tragen.

Treffpunkt auf dem Parkplatz der Firma Verallia, Oberlandstraße, Bad Wurzach. Anmeldeschluss Montag, 07.10.2019. Telefonische Anmeldungen sind im Rathaus Baienfurt bei Frau Rundel unter 0751 4000 28 möglich.

5 – 30 Personen  
Freitag, 11.10.2019, 17:00 - 19:00 Uhr  
Bad Wurzach, Oberlandstraße,  
Verallia Bad Wurzach  
3,00 EUR (keine Ermäßigung)

### Literatur

#### Nr. P2011-01W2 **Literatur und Kaffee**

Uwe Schmidt  
Seit Jahren treffen sich Freunde der Literatur, um über interessante Werke zu sprechen, seien sie alt oder neu. Das Treffen findet in entspannter Atmosphäre bei Kaffee und Keksen im Speidlerhaus statt. Im Wintersemester geht es um das Thema Literaturverfilmungen.

6 – 15 Personen  
Freitag, 15.11.2019, 15:30 - 17:00 Uhr  
und ein weiterer Termin in Absprache mit den Teilnehmern

Waldseer Str. 4-8, Speidlerhaus  
Baienfurt  
14,80 EUR (zzgl. eventuell anfallender Kopierkosten)



### Kreatives Arbeiten

#### Nr. P2082-01W2 **Tonkurs für Anfänger und Fortgeschrittene**

Agnes Rundel  
Kreatives Arbeiten mit Ton macht Spaß. Dem vielfältigen schöpferischen Gestalten sind kaum Grenzen gesetzt. In diesem Kurs werden dazu die nötigen Fertigkeiten im Umgang mit Ton und Glasuren vermittelt, sodass Sie Ihre eigenen Kunstwerke mit nach Hause nehmen können. Gearbeitet wird ohne Drehscheibe in Aufbautechnik.

6 – 8 Personen  
6 Abende, 17.09.2019 - 22.10.2019  
Dienstag, 19:00 - 21:30 Uhr  
Achtalschule, Sekundarstufe,  
Nebengebäude, Ravensburger Str. 10/4,  
Technikraum  
88,00 EUR (keine Ermäßigung, inkl. 6,00  
EUR Brennofengebühr; zzgl. Materialkosten für Ton und Glasur nach Verbrauch)

### Gitarre

#### Nr. P2133-01W2 **Gitarre für Neueinsteiger**

**NEU**

Thomas Kalkreuth, Gitarrenlehrer  
Ein Lied singen und auf der Gitarre begleiten ist Thema dieses Kurses. Vom Lagerfeuersong über Pop-Songs bis hin zum Weihnachtslied: Die verschiedenen Richtungen





tungen bieten eine sehr große Auswahl. Dieser Kurs richtet sich an erwachsene Anfänger/innen. Gelernt werden Grundakkorde und Anschlagmuster auf der Gitarre, die wir mit Liedern zusammen einüben. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Unterrichtsmaterial wird ausgeteilt. Die Materialkosten hierfür von ca. 5 Euro werden direkt im Kurs eingemeldet.

Benötigt wird: Eine eigene Gitarre, ein Fußbänckchen und ein Notenständer

5 – 10 Personen  
10 Abende, 19.09.2019 - 05.12.2019  
Donnerstag, 19:00 - 20:00 Uhr  
Achtalschule, Rektoriatsgebäude,  
Ravensburger Str. 18, Musiksaal  
69,30 EUR

**Weitere Gitarrenkurse finden Sie im Programmbereich Kultur und Gestalten und in der Außenstelle Fronreute.**

## Textiles Gestalten



### Nr. P2091-01W2 Nähkurs für Hobbyschneider/innen

Maria Madlener,  
Damenschneidermeisterin

Die Teilnehmer/innen können unter Anleitung einer Damenschneidermeisterin nach ihren eigenen Wünschen Kleidungsstücke schneiden. Richtiges Maßnehmen, Modellschnitt der Figur anpassen und die richtige Handhabung der Nähmaschine sind die Lerninhalte in diesem Kurs.

Mitzubringen sind Nähutensilien (Schere, Nähgarn, Maßband, Nadeln usw.) sowie Stoff und Modellschnitt. Bitte bringen Sie nach Möglichkeit eine eigene Nähmaschine mit.

6 – 8 Personen  
8 Abende, 17.09.2019 - 12.11.2019  
Dienstag, 19:30 - 21:45 Uhr  
Ravensburger Str. 18, Achtalschule,  
Hauswirtschaftsgebäude,  
Handarbeitsraum  
99,90 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. 1,50 EUR Materialkosten)

NEU

### Nr. P2091-02W2 „Nähmaschinen-Basics“ für Einsteiger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

Angela Steinhart

Step by Step lernen wir den Umgang mit unserer Nähmaschine samt ihres Zubehörs sowie die Grundelemente des Nähens mit der Nähmaschine kennen. Dabei fertigen wir bereits die ersten einfachen Nähwerke an.

Bitte für den Kurs mitbringen: Nähmaschine mit Bedienungsanleitung, Schere, Stecknadeln, Lineal oder Maßband. Der Kurspreis enthält Materialkosten für Stoff, Garne, Borten, Nähadeln etc.

6 – 8 Personen  
4 Abende, 04.11.2019 - 25.11.2019  
Montag, 19:00 - 21:00 Uhr  
Ravensburger Str. 18, Achtalschule,  
Hauswirtschaftsgebäude,  
Handarbeitsraum  
53,70 EUR (keine Ermäßigung,  
inkl. 10,00 EUR Materialkosten)

## Gesundheit

### Yoga zum Wohlfühlen

Susanne Schulz,  
Yogalehrerin, Sozialpädagogin

Leichte Bewegungsabläufe, verschiedene Körperhaltungen und bewusste Atmung werden geübt. Körper, Geist und Seele erfahren Beweglichkeit und Geschmeidigkeit sowie Ruhe, Entspannung und Konzentration.

Bitte eine Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken und ein Kissen mitbringen.

### Kurs 1

Nr. P3012-02W2  
7 – 9 Personen  
12 Abende, 16.09.2019 - 09.12.2019  
Montag, 18:00 - 19:15 Uhr  
Ravensburger Str. 18, Achtalschule,  
Sekundarstufe, Hauptgebäude  
64,00 EUR

### Kurs 2

Nr. P3012-03W2  
7 – 9 Personen  
12 Abende, 16.09.2019 - 09.12.2019  
Montag, 19:30 - 20:45 Uhr  
Ravensburger Str. 18, Achtalschule,  
Sekundarstufe, Hauptgebäude  
64,00 EUR

## Life Kinetik®

Markus Wachter

Was können Sie erwarten? – Jede Menge Lachen, Spaß und Freude!

Jeder Mensch nutzt seine 100 Milliarden Gehirnzellen anders, aber keiner schöpft die riesigen Möglichkeiten auch nur annähernd aus. Life Kinetik® ist eine neue Trainingsform, die das Gehirn mittels nicht alltäglichen kognitiven, koordinativen und visuellen Aufgaben fördert, nach dem Prinzip: Bewegung ausführen, während zugleich das Gehirn gefordert wird. Das Prinzip des Konzepts ist ebenso einfach wie komplex und in seiner Trainingsform einzigartig. Bereits 1 Std. pro Woche genügt, um schon nach kurzer Zeit die ersten Veränderungen zu erkennen. Life Kinetik® ist von jedermann durchführbar. Kinder werden kreativer, Schüler konzentrierter, Sportler leistungsfähiger, Berufstätige stressresistenter und Senioren aufnahmefähiger und geschickter im Umgang mit Gefahrensituationen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschuhe, Getränke.

## Aufbaukurs

### Kurs 1

Nr. P3023-00W2  
7 – 12 Personen  
6 Abende, 10.10.2019 - 21.11.2019  
Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr  
Sporthalle, Niederbieger Str. 9,  
Fitnessraum  
75,00 EUR

## Starterkurs für Erwachsene

### Kurs 2

Nr. P3023-01W2  
7 – 12 Personen  
6 Abende, 10.10.2019 - 21.11.2019  
Donnerstag, 19:00 - 20:00 Uhr  
Sporthalle, Niederbieger Str. 9,  
Fitnessraum  
75,00 EUR

## Zumba®

Vanessa Heller

Zumba® ist eine Kombination aus vorwiegend lateinamerikanischen Tänzen und Aerobic. Musik und Tanzschritte kommen aus Stilen wie Salsa, Merengue, Mambo, Cumbia, Samba. Jedes Lied hat passend zu seinem Tanzstil seine eigene Choreografie, die mit Aerobic-Elementen verbunden wird. Zumba® bewirkt ein Ganzkörpertraining.

Bitte mitbringen: Bequeme Sportkleidung und genügend zu trinken.

### Kurs 1

Nr. P3021-00W2  
7 – 8 Personen  
13 Abende, 14.10.2019 - 03.02.2020  
Montag, 18:00 - 19:00 Uhr  
Sporthalle, Niederbieger Str. 9,  
Fitnessraum  
57,20 EUR

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)



## Kurs 2

Nr. P3021-11W2  
7 – 8 Personen  
13 Abende, 14.10.2019 - 03.02.2020  
Montag, 19:00 - 20:00 Uhr  
Sporthalle, Niederbieger Str. 9,  
Fitnessraum  
57,20 EUR

## Fitness für Männer

Thomas Baur  
Schwerpunkte dieses Kurses sind Hockey, Gymnastik und Krafttraining.

## Kurs 1

Nr. P3021-01W2  
7 – 20 Personen  
12 Abende, 25.09.2019 - 18.12.2019  
Mittwoch, 19:30 - 21:00 Uhr  
Achtalschule, Primarstufe, Ravensburger Str. 18, Schulturnhalle  
74,40 EUR

## Kurs 2

Nr. P3021-02W2  
7 – 20 Personen  
12 Abende, 08.01.2020 - 01.04.2020  
Mittwoch, 19:30 - 21:00 Uhr  
Achtalschule, Primarstufe, Ravensburger Str. 18, Schulturnhalle  
74,40 EUR



### Vormittagskurs

## Wirbelsäulengymnastik für Senioren

Wiltrud Gerster  
Kursinhalte: Übungen zur Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur, Dehnübungen, Ratschläge zum Entspannungstraining. Bei akuten Beschwerden bitte den Arzt fragen.

Bitte bringen Sie eine Decke und ein kleines Kissen mit.

## Kurs 1

Nr. P3023-01W2-S  
7 – 15 Personen  
15 Vormittage, 17.09.2019 - 14.01.2020  
Dienstag, 10:00 - 11:00 Uhr  
Sporthalle, Niederbieger Str. 9,  
Fitnessraum  
60,00 EUR

## Kurs 2

Nr. P3023-02W2-S  
7 – 15 Personen  
15 Abende, 17.09.2019 - 14.01.2020  
Dienstag, 17:00 - 18:00 Uhr  
Sporthalle, Niederbieger Str. 9,  
Fitnessraum  
60,00 EUR

## Wirbelsäulengymnastik

Wiltrud Gerster  
Kursinhalte: Übungen zur Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur, Dehnübungen, Ratschläge zum Entspannungstraining. Bei akuten Beschwerden bitte den Arzt fragen.  
Bitte bringen Sie eine Decke und ein kleines Kissen mit.

## Kurs 1

Nr. P3031-01W2  
7 – 15 Personen  
10 Abende, 17.09.2019 - 26.11.2019  
Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr  
Sporthalle, Niederbieger Str. 9,  
Fitnessraum  
42,70 EUR

## Kurs 2

Nr. P3031-02W2  
7 – 15 Personen  
10 Abende, 17.09.2019 - 26.11.2019  
Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr  
Baienfurt, Sporthalle, Niederbieger Str. 9,  
Fitnessraum  
42,70 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)

## Kurs 3

Nr. P3031-03W2  
7 – 15 Personen  
10 Abende, 18.09.2019 - 27.11.2019  
Mittwoch, 18:00 - 19:00 Uhr  
Sporthalle, Niederbieger Str. 9,  
Fitnessraum  
42,70 EUR

## Kurs 4

Nr. P3023-04W2  
7 – 15 Personen  
10 Abende, 18.09.2019 - 27.11.2019  
Mittwoch, 19:00 - 20:00 Uhr  
Sporthalle, Niederbieger Str. 9,  
Fitnessraum  
42,70 EUR



## Nr. P3011-001-K Entspannung und Konzentration Für Kinder von 8 bis 10 Jahren

Irmgard Lohmüller  
Auch Kinder leiden schon unter Stress und Unruhe. Nicht selten wird dies durch Druck in der Schule, Freizeitgestaltung oder Hobbys ausgelöst. Die Folgen sind Nervosität und Gereiztheit. Die Kinder können sich nicht mehr gut konzentrieren und verlieren schnell die Lust und Ausdauer an Aufgaben, die ihnen sonst immer Spaß bereitet haben. Deshalb ist es wichtig, auch Kinder schon in die Entspannung zu führen und ihnen Raum, Zeit und Ruhe zu geben.

In diesem Kurs gibt es abwechselnde Entspannung- und Konzentrationsübungen, die auf spielerische Art dem Alter entsprechend gestaltet sind. Die Elemente des Autogenen Trainings sind kindgerecht verpackt. Kreative Phasen und Spiele der Entspannung geben den Kindern auf verschiedene Weise die Möglichkeit, bei sich selbst anzukommen und sich gestalterisch auszudrücken.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Matte, Decke, Socken  
Die Kursgebühr wird von einigen Krankenkassen übernommen.

7 – 8 Personen  
7 Abende, 11.09.2019 - 23.10.2019  
Mittwoch, 17:00 - 18:00 Uhr  
Achtalschule, Primarstufe, Ravensburger Str. 18, Musiksaal  
28,90 (keine Ermäßigung)

## Sprachen



## Nr. P4062-02W2 Englisch: Conversation GER B1 Kathryn Thouet

Would you like to join our weekly Tuesday afternoon conversation class? Using easy texts about up-to-date issues, found in the „Read On“ newspaper, we discuss in a relaxed atmosphere with our teacher, whose mother tongue is "British" English.

Kurs ohne Lehrbuch. Inspiration zum Reden bekommen wir vom Read On (Abonnement durch Lehrkraft ca. 1,50 EUR pro Monat und Teilnehmer/in)

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

5 – 14 Personen  
10 Nachmittage,  
17.09.2019 - 26.11.2019  
Dienstag, 16:30 - 18:00 Uhr  
Achtalschule, Ravensburger Str. 18,  
Hauswirtschaftsgebäude,  
Handarbeitsraum

Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

NEU

Nr. P4091-01W2  
**Italienisch für Anfänger GER A1**

Rosella Cairo

Dieser Kurs ist ideal für Menschen, die Italien bewundern und die Sprache lernen möchten. Wir erarbeiten einen Basiswortschatz, üben die Grammatik und erfahren Interessantes über Land und Leute. Dieser Anfängerkurs richtet sich an Personen, die keine oder nur wenige Vorkenntnisse in Italienisch haben. Die Dozentin ist Muttersprachlerin.  
Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A1, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-525201-1), ab Lektion 1

5 – 17 Personen  
15 Abende, 20.09.2019 - 24.01.2020  
Freitag, 18:35 - 20:05 Uhr  
Achtalschule, Ravensburger Str. 18,  
Hauswirtschaftsgebäude,  
Handarbeitsraum

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4091-02W2  
**Italienisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen GER A1**

Rosella Cairo

Sind Sie Bella Italia Fan? Dieser Kurs ist ideal für Menschen, die Italien bewundern und die Sprache lernen möchten. Er richtet sich an Personen, die wenige Vorkenntnisse in Italienisch haben. Wir setzen diesen Kurs fort und erweitern unsere Konversations- und Grammatikkenntnisse. Außerdem lernen wir viel über Kultur, Geschichte, Reiseziele, Küche und Musik. Seniorinnen und Senioren sind auch herzlich willkommen. Die Dozentin ist Muttersprachlerin.  
Lehrbuch: Con Piacere Nuovo A1, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-525201-1), ab Lektion 6

5 – 17 Personen  
15 Abende, 20.09.2019 - 24.01.2020  
Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr  
Achtalschule, Ravensburger Str. 18,  
Hauswirtschaftsgebäude,  
Handarbeitsraum

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4093-03W2  
**Italienisch für Touristen und Urlauber – Einstieg in Sprache und Kultur GER A1 / A2**

Rosella Cairo

Wir haben Spaß am Italienischlernen und entdecken die italienische Sprache weiter. Wir setzen diesen Kurs fort und erweitern unseren Wortschatz. Des Weiteren stehen die Konversation zu Alltags- und Reisesituationen auf dem Programm. Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Sie sollten ca. 3 Semester Italienisch gelernt haben.  
Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

5 – 16 Personen  
15 Abende, 19.09.2019 - 23.01.2020  
Donnerstag, 19:00 - 20:30 Uhr  
Achtalschule, Ravensburger Str. 18,  
Hauswirtschaftsgebäude,  
Handarbeitsraum

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)



Nr. P4221-08W2  
**Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen GER A1/A2**

Maria Dolores Strasser

In diesem Kurs lernen Sie beispielsweise, sich vorzustellen, nach dem Weg zu fragen, im Restaurant zu bestellen oder einzukaufen. Sie werden darauf vorbereitet, mit Menschen in einem spanischsprachigen Land zu kommunizieren und sich in den wichtigsten Alltagssituationen zu verständigen. Ein idealer Kurs auch dann, wenn Sie einen Urlaub in Spanien planen. Quereinsteiger/innen sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Con gusto A1, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-514980-9), Wiederholungen gezielter Lektionen aus dem Bereich A1, Start mit Bereich A2, Teilnehmerwünsche werden berücksichtigt.

5 – 16 Personen  
13 Abende, 18.09.2019 - 18.12.2019  
Mittwoch, 18:00 - 19:30 Uhr  
Achtalschule, Ravensburger Str. 18,  
Hauswirtschaftsgebäude,  
Handarbeitsraum

Standardgruppe ab 7 TN: 83,20 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 99,80 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 116,50 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

Nr. P4222-06W2  
**Spanisch: Conversación GER B1/B2**

Maria Dolores Strasser

Hablemos español! Textos interesantes, también de la revista "Ecos", ejercicios, lecturas, repaso de gramática. Los participantes pueden elegir temas. Texte, Übungen, Grammatik, Dialoge, Diskussionen, Kultur. Die Gestaltung ist flexibel und richtet sich auch nach den Wünschen der Teilnehmenden. Kurs ohne Lehrbuch; trabajamos con copias – wir arbeiten mit Kopien.

5 – 16 Personen  
15 Abende, 18.09.2019 - 15.01.2020  
Mittwoch, 19:30 - 21:00 Uhr  
Achtalschule, Ravensburger Str. 18,  
Hauswirtschaftsgebäude,  
Handarbeitsraum

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR  
(gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine  
Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

### Hinweise zu den Lehrwerken

Die für die einzelnen Kurse angegebenen Lehrwerke werden nicht im Kurs ausgegeben, sondern müssen von den Teilnehmer/innen über den Buchhandel besorgt werden.

### Fremdsprachenkino

In Kooperation mit den Volkshochschulen Weingarten und Ravensburg zeigt das Kulturzentrum Linse verschiedene Filme in zahlreichen Originalsprachen mit Untertiteln. Bitte beachten Sie dazu das aktuelle Kinoprogramm unter [www.kulturzentrum-linse.de](http://www.kulturzentrum-linse.de)

# BAINDT

## Außenstellenleiterin:

Martina Brei, Anette Hillebrand  
Telefon 075 02 9406-12  
info@baindt.de

## Verwaltung:

Bürgermeisteramt Baindt  
Marsweilerstraße 4  
88255 Baindt  
Telefon 075 02 9406-12  
Telefax 075 02 9406-18

Zu allen Veranstaltungen (außer Vorträgen) ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs wirksam. Unverbindliche Reservierungen sind nicht möglich.

## Die Anmeldung erfolgt

- schriftlich (Formulare sind dem Programmheft zu entnehmen oder liegen in der Geschäftsstelle aus). Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung. Damit erteilen Sie der VHS Weingarten die Erlaubnis, die Kursgebühren im SEPA-Basislastschriftverfahren einzuziehen.
- online über die Homepage der VHS Weingarten unter [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de). Hierzu ist das dort hinterlegte Anmeldeformular mit SEPA-Basislastschriftmandat auszufüllen und im Original an die VHS zurück zu schicken.
- telefonisch - wenn Sie bereits Kunde sind. Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung und das Einverständnis zur Teilnahme am SEPA-Basislastschriftverfahren.
- durch Unterschrift auf dem Bogen „Weitermeldeliste für das Folgesemester“.

Jede Form der Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur vollen Entgeltzahlung.

Sollte ein Kurs bereits voll belegt sein, bekommen Sie von uns eine Absage bzw. Mitteilung, dass Sie auf eine Warteliste gesetzt wurden.

Sie erhalten **keine** Anmeldebestätigung. Sollten wir Ihre Anmeldung wegen Überbelegung nicht mehr berücksichtigen können, werden Sie benachrichtigt, ebenso, wenn der Kurs ausfällt oder der Kurstermin sich ändert. Sie gelten als angemeldet, wenn Sie von uns keine Nachricht erhalten.

Sollten Sie Rückfragen zu Kursen der Außenstellen haben, wenden Sie sich bitte direkt an die Leitung der jeweiligen Außenstelle.

Bei Rücktritten ist die Außenstelle fristgerecht zu informieren.

Im Übrigen gelten die Allgemeinen Hinweise und Geschäftsbedingungen der VHS Weingarten.

## Kreatives Arbeiten

### Wochenend-Workshops

#### Holzschnitzen

##### Anfänger und Fortgeschrittene

Jolanta Switajski-Schaefer

Holzskulpturen oder Holzobjekte mit den eigenen Händen erschaffen ist schon immer ein Wunsch von Ihnen gewesen? Unter fachmännischer Anleitung geht das bestimmt einfacher. Wir arbeiten mit Lindenholz und lassen uns von Beispielen bekannter Künstler inspirieren. In diesem Kurs werden die Grundtechniken des Holzschnitzens sowie Kenntnisse über Holz, Werkzeuge, Pflege und das Schärfen der Schnitzwerkzeuge vermittelt. Erleben Sie die Spannung zwischen Idee und der Umsetzung derselben bei der Bearbeitung des faszinierenden Werkstoffes Holz.

Das Holz kann mitgebracht oder im Kurs erworben werden. Werkzeug steht zur Verfügung.

6 – 8 Personen  
Klosterwiesenschule, Boschstr. 1,  
Werkraum  
55,30 EUR (keine Ermäßigung)

#### Kurs 1

Nr. P2081-01W3  
Samstag, 19.10.2019 und Sonntag,  
20.10.2019, jeweils 10:00 - 15:00 Uhr

#### Kurs 2

Nr. P2081-02W3  
Samstag, 09.11.2019 und Sonntag,  
10.11.2019, jeweils 10:00 - 15:00 Uhr

#### Kurs 3

Nr. P2081-03W3  
Samstag, 25.01.2020 und Sonntag,  
26.01.2020, jeweils 10:00 - 15:00 Uhr



## Gesundheit

### Vormittagskurs

Nr. P3012-01W3  
**Mit Yoga fit in den Tag!**

Yvonne Jaudas, ausgebildete und zertifizierte Yogalehrerin (BYV)

Dieser Kurs bietet ganzheitliches und kompaktes Yoga für einen guten Start in den Tag:

Tanke neue Energie mittels dynamischer Sonnengröße, Yoga-Stellungen, Atemtechniken und Tiefenentspannung! Der

Sonnengruß (Surya Namaskar) ist eine fließende Abfolge mehrerer Bewegungen und trainiert Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer. Die Körperstellungen (Asanas) stärken und fördern die Flexibilität des Körpers auf harmonische Weise: Mal langsam und besinnlich, mal dynamisch und kraftvoll. Atemübungen (Pranayama) wirken stressreduzierend und harmonisieren das Atemsystem. Die abschließende Tiefenentspannung (=Shavasana) bringt den Geist zur Ruhe und liefert Kraft für den Tag. Yoga entwickelt ein gesundes Körperbewusstsein, starke Muskeln, Entspannung und ein ruhiges Gemüt.

Es gibt keine Voraussetzungen für die Teilnahme an diesem Kurs. Jeder kann Yoga praktizieren, alle Übungen sind individuell anpassbar.

Bitte mitbringen: Yogamatte und Kissen. Bei Bedarf: Decke und warme Socken.

7 – 12 Personen  
5 Vormittage, 20.09.2019 - 25.10.2019  
Freitag, 07:45 - 09:15 Uhr  
Klosterwiesenschule, Boschstr. 1,  
Rote Halle  
31,00 EUR

### Vormittagskurs

Nr. P3012-03W3

#### Mit Yoga fit ins Neue Jahr!

Yvonne Jaudas, ausgebildete und zertifizierte Yogalehrerin (BYV)

Dieser Kurs bietet ganzheitliches und kompaktes Yoga für einen guten Start in den Tag: Tanke neue Energie mittels dynamischer Sonnengröße (Surya Namaskar), Yoga-Stellungen (Asanas), Atemtechniken (Pranayama) und Tiefenentspannung (Shavasana)! Yoga entwickelt ein gesundes Körperbewusstsein, starke Muskeln, Entspannung und ein ruhiges Gemüt. Jeder kann Yoga praktizieren, alle Übungen sind individuell anpassbar.

Bitte mitbringen: Yogamatte und Yogakissen. Bei Bedarf: Decke und warme Socken.

7 – 12 Personen  
4 Vormittage, 10.01.2020 - 31.01.2020  
Freitag, 07:45 - 09:15 Uhr  
Klosterwiesenschule, Boschstr. 1,  
Rote Halle  
24,80 EUR

### Vormittagskurs

NEU

Nr. P3012-02W3

#### Yoga für einen starken Rücken!

Yvonne Jaudas, ausgebildete und zertifizierte Yogalehrerin (BYV)

Yoga ist die perfekte Bewegungsform, um deinen Rücken zu stärken, Verspannungen zu beseitigen und gesund zu bleiben. Alle Yoga-Übungen sind sorgfältig ausgewählt und mobilisieren deinen Körper auf sanfte und stärkende Weise.

- Lösung von Anspannungen in der Rücken- und Schultermuskulatur
- Mobilisierung von Wirbelsäule und Gelenken
- Stärkung und Stabilisierung der Muskulatur



– ... und in der Tiefenentspannung können die Yoga-Asanas wunderbar nachwirken!

In diesem Yoga-Kurs erhältst du wertvolle Tipps für deine eigene Übungspraxis zuhause. Regelmäßiges Praktizieren von Yoga lindert Rückenschmerzen und fördert eine gesunde Rückenmuskulatur.

Bitte mitbringen: Yogamatte und Kissen. Bei Bedarf: Decke und warme Socken. Hinweis: Alle Übungen sind sowohl für Anfänger (ohne Vorkenntnisse) als auch für Fortgeschrittene geeignet. !!! Bei akuten Rückenschmerzen, Bandscheibenvorfällen oder anderen Erkrankungen der Wirbelsäule, sprich bitte vorab mit deinem Arzt!!!

7 – 12 Personen  
5 Vormittage, 08.11.2019 - 06.12.2019  
Freitag, 07:45 - 09:15 Uhr  
Klosterwiesenschule, Boschstr. 1, Rote Halle  
31,00 EUR



**Wirbelsäulengymnastik**

Carola Brammertz, Physiotherapeutin  
Die Inhalte dieses Kurses setzen sich zusammen aus Körperwahrnehmungsübungen, verschiedenen Entspannungstechniken, funktioneller Gymnastik in verschiedenen Ausgangsstellungen sowie dem Erlernen eines rückengerechten Verhaltens im Alltag. Die Ziele dieses Kurses sind die Verbesserung des Körperbewusstseins, Hinführung zu einem rückenfreundlichen Verhalten und die Verbesserung der körperlichen Fitness. Bitte bringen Sie ein kleines Kissen und eine Decke mit.

**Kurs 1**  
Nr. P3031-02W3  
7 – 15 Personen  
10 Abende, 17.09.2019 - 26.11.2019  
Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr  
Klosterwiesenschule, Boschstr. 1, Rote Halle  
41,30 EUR

**Kurs 2**  
Nr. P3031-03W3  
7 – 15 Personen  
10 Abende, 17.09.2019 - 26.11.2019  
Dienstag, 20:00 - 21:00 Uhr  
Klosterwiesenschule, Boschstr. 1, Rote Halle  
41,30 EUR

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

**Ausgleichsgymnastik für Frauen**

Karin Halder  
Schonende Übungen für die Wirbelsäule, Stabilisierung, Muskelkräftigung, Entspannung und Haltungskorrektur. Gleichzeitig wird ein Übungsprogramm für zuhause erarbeitet. Bei akuten Beschwerden bitte vorher den Arzt fragen. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.

Vormittagskurs

**Kurs 1**  
Nr. P3021-01W3  
7 – 17 Personen  
15 Vormittage, 18.09.2019 - 15.01.2020  
Mittwoch, 08:30 - 09:30 Uhr  
Klosterwiesenschule, Boschstr. 1, Rote Halle  
62,00 EUR

Vormittagskurs

**Kurs 2**  
Nr. P3021-02W3  
7 – 17 Personen  
15 Vormittage, 18.09.2019 - 15.01.2020  
Mittwoch, 09:45 - 10:45 Uhr  
Klosterwiesenschule, Boschstr. 1, Rote Halle  
62,00 EUR

**Kurs 3**  
Nr. P3021-03W3  
7 – 17 Personen  
15 Abende, 19.09.2019 - 23.01.2020  
Donnerstag, 17:45 - 18:45 Uhr  
Klosterwiesenschule, Boschstr. 1, Rote Halle  
62,00 EUR

**Die vhsApp**

[www.volkshochschule.de](http://www.volkshochschule.de)

Seien Sie mit dabei – entdecken Sie mit Spaß Sprachen und wählen Sie unter tausenden von Angeboten der Volkshochschulen!

**Finden Sie VHS-Kurse bundesweit**

Mit der vhsApp können Sie bundesweit nach Ihrem Kurs suchen und unter den vielen Angeboten vor Ort wählen. Sie können sich beruflich weiterbilden, andere Kulturen kennenlernen, etwas für Ihr Wohlbefinden und Ihre Fitness tun, über politische Themen informieren oder in eine von 50 Fremdsprachen eintauchen...

**mit der vhsApp sind Sie nur einen Klick entfernt!**

Laden Sie sich einfach die kostenlose vhsApp auf Ihr Handy oder Tablet. Der Download ist ganz unkompliziert. Gehen Sie einfach auf [www.volkshochschule.de](http://www.volkshochschule.de) oder direkt in den Apple App Store oder Google Playstore.

**Alls VHS-Kurse mit einem Klick...**



Kostenlos erhältlich in den App-Stores



## BERG

**Außenstellenleiterin:**

Susanne Haudek  
Telefon 0751 56084-12  
Telefax 0751 56084-22  
s.haudek@berg-schussental.de

**Verwaltung:**

Bürgermeisteramt Berg  
Bergstraße 35, 88276 Berg  
Telefon 0751 56084-0

**VHS-Ausschuss:**

Helmut Grieb, Bürgermeister  
Sylvia Hellweg-Volk, Rektorin  
Christa Stierle, Gemeinderätin  
Philipp Straub, Gemeinderat

**Veranstaltungsort:**

Alle Kurse und Vorträge finden in der Grund-, Haupt- und Werkrealschule Berg sowie im Rathaus statt.

**Öffnungszeiten:**

Dienstag und Donnerstag  
8.00 bis 12.00 Uhr

**Bankverbindungen:**

VR-Bank Ravensburg-Weingarten eG  
IBAN: DE64 6506 2577 0047 2750 06  
BIC: GENODES1RRV  
Kreissparkasse Ravensburg  
IBAN: DE47 6505 0110 0048 0015 28  
BIC: SOLADES1RVB

Zu allen Veranstaltungen (außer Vorträgen) ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs wirksam. Unverbindliche Reservierungen sind nicht möglich.

**Die Anmeldung erfolgt**

- schriftlich (Formulare sind dem Programmheft zu entnehmen oder liegen in der Geschäftsstelle aus). Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung. Damit erteilen Sie der VHS Weingarten die Erlaubnis, die Kursgebühren im SEPA-Basislastschriftverfahren einzuziehen.
- online über die Homepage der VHS Weingarten unter [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de). Hierzu ist das dort hinterlegte Anmeldeformular mit SEPA-Basislastschriftmandat auszufüllen und im Original an die VHS zurück zu schicken.
- telefonisch - wenn Sie bereits Kunde sind. Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung und das Einverständnis zur Teilnahme am SEPA-Basislastschriftverfahren.
- durch Unterschrift auf dem Bogen „Weitermelde-Liste für das Folgesemester“.

Jede Form der Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur vollen Entgeltzahlung. Sollte ein Kurs bereits voll belegt sein, bekommen Sie von uns eine Absage bzw. Mitteilung, dass Sie auf eine Warteliste gesetzt wurden.

Sie erhalten **keine** Anmeldebestätigung. Sollten wir Ihre Anmeldung wegen Überbelegung nicht mehr berücksichtigen können, werden Sie benachrichtigt, ebenso, wenn der Kurs ausfällt oder der Kurstermin sich ändert. Sie gelten als angemeldet, wenn Sie von uns keine Nachricht erhalten. Sollten Sie Rückfragen zu Kursen der Außenstellen haben, wenden Sie sich bitte direkt an die Leitung der jeweiligen Außenstelle. Bei Rücktritten ist die Außenstelle fristgerecht zu informieren. Im Übrigen gelten die Allgemeinen Hinweise und Geschäftsbedingungen der VHS Weingarten.

**Kreatives Arbeiten****Experimentelles Malen in Acryl und Aquarell**

Franz Anton Gaulinger

Das Ziel ist eine Auseinandersetzung mit zeitgenössischen Malern und der Analyse ihrer Malweise. Im Mittelpunkt des Kurses stehen praktische Übungen: neue Fertigkeiten entdecken, Experimentieren mit verschiedenen Methoden, Komposition und Perspektive.  
Bitte mitbringen: Papier, Leinwand, Aquarell- und Acrylfarbe.

6 – 9 Personen

Rathaus Berg, Bergstr. 35, VHS-Raum  
102,70 EUR (keine Ermäßigung)

**Vormittagskurs****Kurs 1**

Nr. P2072-01W4  
10 Vormittage, 19.09.2019 - 05.12.2019  
Donnerstag, 09:30 - 11:30 Uhr

**Abendkurs****Kurs 2**

Nr. P2072-02W4  
10 Abende, 19.09.2019 - 05.12.2019  
Donnerstag, 18:00 - 20:00 Uhr

**Tanz**

vhs für  
Europa

Nr. P2053-01W4

**Schottische Tänze**

Roswitha Betsche

Schottische Tänze werden mit viel Elan zu schnellen und langsamen Rhythmen getanzt. Es macht Spaß die vielfältigen Figuren zu meistern und Teil einer Gruppe zu sein. Auch Anfänger sind willkommen. Da die Tanzpartner nach jedem Tanz wechseln, ist ein fester Partner nicht erforderlich. Wichtig sind jedoch leichte Gymnastikschuhe.

6 – 20 Personen  
10 Abende, 24.09.2019 - 03.12.2019  
Dienstag, 18:45 - 20:15 Uhr  
Schule Berg, Bergstr. 10, Atelier  
80,00 EUR (keine Ermäßigung)



vhs für  
Europa

**Wochenend-Workshop**

Nr. P2053-02W4

**Scottish Country Dancing (SCD)****Schottischer Gesellschaftstanz**

Cathrine Schmid

Scottish Country Dancing wird in Gruppen von 6 - 10 Personen zu schwungvoller schottischer Musik getanzt. Vorkenntnisse oder ein/e Tanzpartner/in als Begleitperson sind nicht erforderlich. Außerdem gibt es für dieses Vergnügen keine Altersgrenze, denn Körper, Geist und Seele werden von dieser geselligen Tanzart angeregt.

Sie benötigen Tanzschuhe mit weichen Sohlen, etwas Kühles zum Trinken und Spaß an der Bewegung zur Musik.

6 – 12 Personen

Samstag, 28.09.2019, 14:00 - 17:00 Uhr  
Schule Berg, Bergstr. 10, Atelier  
16,00 EUR (keine Ermäßigung)



Nr. P2055-01W4

**Tango Argentino für Einsteiger und Anfänger**

Michaela Berg, Günter Späth

Jeder kann Tango Argentino tanzen, unabhängig vom Alter und den Vorkenntnissen. Um die Begeisterung am Tango näher zu bringen, werden im Kurs mit Einsteigern und Anfängern Strukturen und Schritte entwickelt, die das „Rüstzeug“ für diesen Tanz an die Hand geben. Weitere Kursinhalte sind die Arbeit an der Körperhaltung, Führungsübungen und Musikalität.

Bitte mitbringen: Schuhe mit glatten Sohlen, Damen-Schuhe mit Riemchen und ein Getränk. Single Anmeldungen sind möglich!

7 – 12 Personen

6 Nachmittage, 13.10.2019 - 15.12.2019  
Sonntag, 15:30 - 17:00 Uhr  
Schule Berg, Bergstr. 10, Atelier  
68,40 EUR (keine Ermäßigung)

Nr. P2055-02W4

**Tango Argentino für mittleres und fortgeschrittenes Niveau**

Michaela Berg, Günter Späth

Für diesen Kurs im mittleren und fortgeschrittenen Niveau sind Vorkenntnisse im Tango Argentino erforderlich. Unterrichtet werden Tango, Milonga, Vals, Musikalität, Schritt-Kombinationen und Figuren. Das Niveau des Kurses richtet sich nach den Kenntnissen der Teilnehmer/innen. Bitte mitbringen: Schuhe mit glatten Sohlen, Damen-Schuhe mit Riemchen und ein Getränk. Single Anmeldungen sind möglich!

7 – 12 Personen

6 Abende, 13.10.2019 - 15.12.2019

Sonntag, 17:15 - 18:45 Uhr

Schule Berg, Bergstr. 10, Atelier

68,40 EUR (keine Ermäßigung)

**Gesundheit**

Nr. P3022-00W4

**Pilates-Mix****Fortgeschrittene**

Dr. Christiana Berner

Wir verbinden in diesem Kurs Übungen aus Pilates, Yoga und Tanz zu einem Bewegungsfluss. In Verbindung mit dem Atemfluss erweitern wir unsere Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Balance. Dabei sprechen wir insbesondere unsere tiefliegenden Muskelgruppen an und kräftigen unser „Powerhouse“. Balance- und Haltearbeit mit dem eigenen Körpergewicht sind zentrale Elemente. Alle Übungen werden präzise angeleitet. Von Mal zu Mal erweitern wir den Bewegungsfluss hin zu einem Pilates-Mix-Flow. Voraussetzung sind eingeübte Grundkenntnisse in Pilates oder Yoga oder Tanz.

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch und Getränk.

Bitte pünktlich kommen aufgrund der Schließanlage.

7 – 10 Personen

11 Abende, 23.09.2019 - 09.12.2019

Montag, 17:30 - 18:30 Uhr

Schule Berg, Bergstr. 10, Atelier

46,90 EUR

Nr. P3031-01W4

**Rückenfit mit Pilates****Fortgeschritten**

Dr. Christiana Berner

Mobilisation, Kräftigung und Dehnung sind die zentralen Elemente dieses Kurses. Angeleitet werden Übungen aus dem Rückenfit in Verbindung mit Pilates, um insbesondere Rücken und Bauch zu kräftigen. Weiter werden wir in Verbindung mit dem Atemfluss die Körpermitte sowie die Nacken-/Schulterpartie dehnen und bewusst entspannen. Trainiert wird barfuß und mit dem eigenen Körpergewicht. Von den Fuß- bis in die Fingerspitzen trainieren wir vernetzte Muskel-

NEU

gruppen und spüren so, wie wir uns mehr und mehr aus einer starken Körpermitte heraus zentriert und entspannt aufrichten können. Der Kurs baut auf Vorerfahrungen in Rückenfit oder Pilates auf.

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch und Getränk.

Bitte pünktlich kommen aufgrund der Schließanlage.

7 – 10 Personen

11 Abende, 23.09.2019 - 09.12.2019

Montag, 18:30 - 19:30 Uhr

Schule Berg, Bergstr. 10, Atelier

46,90 EUR

Nr. P3031-02W4

**Blackroll-Faszientraining**

Dr. Christiana Berner

All unsere Muskeln, Organe, Bänderstrukturen sind von unserer Faszien/ unserem Bindegewebe umgeben. Sind die Faszien verklebt, ist unsere Beweglichkeit behindert, unsere Kraft und Ausdauer eingeschränkt. Mit und auf der Blackroll/Faszienrolle sowie mit kleinen Blackrollbällen wollen wir durch fließende Bewegungen die Gleitfähigkeit unserer Faszien erhöhen. Da wir beim Rollen die ganze Zeit Halte- und Balancearbeit leisten, kräftigen wir gleichzeitig insbesondere Handgelenke, Arme, Schultern sowie die Rumpfmuskulatur mit. Die Bewegungen werden in Verbindung mit dem Atemfluss ruhig ausgeführt. Wir spüren von innen heraus wie unser Körper auf den Reiz der Übungen mit der Blackroll/Faszienrolle reagiert, sich öffnet, flexibler wird. Ein ideales Training auch zum Abschalten und Entspannen. Blackrolls/Faszienrollen sowie Blackrollbälle werden gestellt.

Voraussetzung für den Kurs ist ein Grundmaß an körperlicher Fitness, um die Stütz- und Haltearbeit beim Rollen durchführen zu können.

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch und Getränk.

Bitte pünktlich kommen aufgrund der Schließanlage.

7 – 10 Personen

11 Abende, 23.09.2019 - 09.12.2019

Montag, 19:30 - 20:15 Uhr

Schule Berg, Bergstr. 10, Atelier

41,30 EUR (Leihgebühr für die Blackroll ist enthalten)

Nr. P3021-01W4

**Zumba® Gold**

Anna Imgrunt

Zumba® Gold richtet sich speziell an Anfänger, aktive ältere Personen, Schwangere und Teilnehmer mit Rücken- oder Gelenkproblemen.

Zumba® Gold basiert auf der Zumba-Formel und das Tempo wird auf die Bedürfnisse der Teilnehmern angepasst. Dabei werden alle Elemente beibehalten, die das Zumba-Fitness so beliebt machen: Lateinamerikanische Musik wie Salsa, Merengue, Cumbia und Reggaeton sowie Klänge aus der ganzen Welt, anregende und leicht erlernbare Bewegungen

und eine mitreißende Party-Atmosphäre. Ein Tanzfitnesskurs für die Gesundheit! Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk

8 – 15 Personen

10 Abende, 06.11.2019 - 22.01.2020

Mittwoch, 19:30 - 20:30 Uhr

Schule Berg, Bergstr. 10, Atelier

41,30 EUR

**Sprachen****Samstagskurs**

NEU

Nr. P4091-03W4

**Crashkurs Italienisch GER A1/A2 – Fresh up am Samstag**

Maria Sannelli

Reisen Sie gerne nach bella Italia?

Dieser Kurs eignet sich besonders für Sie, wenn Sie wenig Zeit haben, aber rasch und ohne Hausaufgaben einen Überblick über Italien bekommen bzw. Ihre Kenntnisse auffrischen möchten. An zwei Samstagen erwerben Sie spielerisch anhand 10 relevanten Themen für den Urlaub Basiskenntnisse über die Sprache, Kultur, Musik, Küche und die Regionen Italiens. Ganz nebenbei lernen Sie nette Gleichgesinnte kennen und sind dann fit für Ihren Urlaub.

5 – 16 Personen

2 Vormittage, 12.10.2019, 19.10.2019

Samstag, 09:30 - 13:00 Uhr,

inkl. 30 Min. Pause

Schule Berg, Bergstr. 10

25,60 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 30,70 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 35,80 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**EDV**

Nr. P5022-01W4

**Excel-Workshop für Erzieher/innen****Grundlagen-Kurs**

Birgit Wurm

An alle Erzieher/innen: Dieser Kurs schafft wichtige Grundlagen für den Erzieher/innen-Alltag bei entspannter Schulungsatmosphäre und unter Gleichgesinnten. Wollten Sie schon immer mal eine schöne Adressliste oder eine Übersicht mit einfachen Formeln und Berechnungen erstellen, sortieren, speichern, ausdrucken und die wichtigsten grundlegenden Formeln kennenlernen? Dann sind Sie hier genau richtig! Wir lernen alles rund um Excel anhand praktischer Übungen und Beispiele und es gibt jede Menge praktische Tipps dazu.

5 – 10 Personen

4 Abende, 10.10.2019 - 07.11.2019

Donnerstag, 17:30 - 19:30 Uhr

Schule Berg, Bergstr. 10, EDV-Raum

61,70 EUR (keine Ermäßigung, inkl. 3,00 EUR Kopierkosten)



## FRONREUTE

**Außenstellenleiterin:**

Evelyn Habnitt-Stohr  
Tel.: 07502 954-22  
evelyn.stohr@fronreute.de

**Verwaltung und Organisation:**

Bürgermeisteramt Fronreute  
Schwommengasse 2  
88273 Fronreute  
Tel.: 07502 954-22  
Fax: 07502 954-33

**Öffnungszeiten:**

Montag bis Freitag 8.00 - 12.00 Uhr  
Dienstag 16.00 - 19.00 Uhr

**VHS-Ausschuss:**

Hans Breuninger, Artur Kühny,  
Florian Schmieder, Gerhard Oelhaf

Zu allen Veranstaltungen (außer Vorträgen) ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs wirksam. Unverbindliche Reservierungen sind nicht möglich.

**Die Anmeldung erfolgt**

- schriftlich (Formulare sind dem Programmheft zu entnehmen oder liegen in der Geschäftsstelle aus). Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung. Damit erteilen Sie der VHS Weingarten die Erlaubnis, die Kursgebühren im SEPA-Basislastschriftverfahren einzuziehen.
- online über die Homepage der VHS Weingarten unter [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de).
- Hierzu ist das dort hinterlegte Anmeldeformular mit SEPA-Basislastschriftmandat auszufüllen und im Original an die VHS zurück zu schicken.
- telefonisch – wenn Sie bereits Kunde sind. Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung und das Einverständnis zur Teilnahme am SEPA-Basislastschriftverfahren.
- durch Unterschrift auf dem Bogen „Weitermeldeliste für das Folgesemester“.

Jede Form der Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur vollen Entgeltzahlung. Sollte ein Kurs bereits voll belegt sein, bekommen Sie von uns eine Absage bzw. Mitteilung, dass Sie auf eine Warteliste gesetzt wurden.

Sie erhalten **keine** Anmeldebestätigung. Sollten wir Ihre Anmeldung wegen Überbelegung nicht mehr berücksichtigen können, werden Sie benachrichtigt, ebenso, wenn der Kurs ausfällt oder der Kurstermin sich ändert. Sie gelten als angemeldet, wenn Sie von uns keine Nachricht erhalten.

Sollten Sie Rückfragen zu Kursen der Außenstellen haben, wenden Sie sich bitte direkt an die Leitung der jeweiligen Außenstelle. Bei Rücktritten ist die Außenstelle fristgerecht zu informieren. Im Übrigen gelten die Allgemeinen Hinweise und Geschäftsbedingungen der VHS Weingarten.

## Kreatives Arbeiten

## Vormittagskurs

Nr. P2071-01W5  
**Malen im Atelier**

**Stilleben und Landschaften**

Elisabeth Duelli

Malen beflügelt Geist und Seele. Dieser Kurs ist auch für Neu- oder Wiedereinsteiger als Anregung und Auffrischung gedacht. Wir malen Stilleben nach aufgebauten Gegenständen sowie Landschaften nach Vorlagen oder aus dem Kopf. Ziel ist es, die eigene Kreativität anzuregen und das Formgefühl zu stärken. Maltechniken sind Aquarell und Gouache.

Bitte mitbringen: Aquarellblock, Aquarellfarben, Gouachefarben, festes Tonpapier, Flachpinsel z. B. Nr. 12 und Nr. 16.

5 – 8 Personen  
6 Vormittage, 17.10.2019 - 28.11.2019  
Donnerstag, 09:00 - 11:30 Uhr  
Im Kalkofen 6, Atelier Duelli  
92,00 EUR (keine Ermäßigung)



Nr. P2091-02W5-K  
**Nähkurs in den Herbstferien**

**Für Kinder ab 9 Jahren**

Birgit Stern

Wenn du Lust zum Nähen hast, aber noch nicht genau weißt wie es geht, oder du es schon ein wenig ausprobiert hast, aber einfach mehr dazu lernen möchtest: Dann bist du hier genau richtig. Im Kurs kannst du deine Ideen umsetzen, dir aber auch neue Inspirationen holen oder auch erst mal einen Näh-Einstieg finden. Gemeinsam nähen wir Taschen und Täschen (Kosmetik, .....). Turnbeutel und Kissen. Ihr könnt eure eigenen Stoffe mitbringen oder aber auch passende Stoffe im Kurs erwerben.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Schere, Nähgarn, Näh- und Stecknadeln, Maßband.

Die Mittagspause findet von 12:00 - 12:45 Uhr im Kursraum statt. Bitte entsprechend ausreichend Essen und Trinken mitbringen.

6 Kinder/Jugendliche  
Dienstag, 29.10.2019, 09:00 - 15:30 Uhr  
Mochenwanger Str. 14, Bürgerhaus Staig  
33,80 EUR (keine Ermäßigung, ggf. zzgl. Materialkosten nach Verbrauch)



Nr. P2091-01W5  
**Nähen für Anfänger/innen und Fortgeschrittene**

Birgit Stern

Der Sommer ist zu Ende, die langen Abende kommen und schöne Woll-, Walk- und Strickstoffe für neue Herbst- und Winterkleider, aber auch für Wohnaccessoires (z. B. Kissen) sind jetzt da. Wir schneiden mit einfachen Schnitten und individueller Abänderung für alle Größen. Damit die hergestellten Kleidungsstücke oder Accessoires dem persönlichen Geschmack entsprechen, geht eine intensive Beratung über Schritte und Materialien voraus. Typgerechte Stoffe und Schnitte können mit der Kursleiterin am zweiten Kurstermin (Samstag, 09.11.2019) in Ravensburg eingekauft oder selbst mitgebracht werden. Die Details hierfür und weiterreichende Fragen werden am ersten Kursabend besprochen. Aus diesem Grund muss zum ersten Termin noch keine Nähmaschine mitgebracht werden.

Für diesen Kurs ist eine eigene Nähmaschine zwingend erforderlich. Eventuell anfallende Materialkosten sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schnittpapier oder -folie, Stoffschere und Papierschere, Nähgarn, Näh- und Stecknadeln, Maßband und Schneiderkreide, Nähmaschine, Stoff

6 Personen  
4 Termine, Mittwoch, 06.11.2019, 19:00 - 21:00 Uhr,  
Samstag, 09.11.2019, 09:30 - 11:30 Uhr,  
Freitag, 15.11.2019, 18:00 - 21:00 Uhr,  
Samstag, 16.11.2019, 09:00 - 17:30 Uhr,  
30 Min. Pause  
Bauhofstr. 41, Schule Blitzenreute  
(1. Termin), Mochenwanger Str. 14, Bürgerhaus Staig (3. und 4. Termin)  
82,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Musik und Gesang

Nr. P2131-01W5  
**Sing mit uns!**

**Folk- und Popsongs im Chor**

Karl Knittel

Wir sind ein gemischter Chor und singen deutsche, bzw. internationale Lieder, arrangiert im mehrstimmigen Chorsound. Die einzige Voraussetzung ist die Freude am Chorgesang und Offenheit für musikalische Neuwege.

8 – 22 Personen  
10 Abende, 25.09.2019 - 04.12.2019  
Mittwoch, 19:30 - 21:00 Uhr  
Kirchstraße 10, Dorfgemeinschaftshaus  
Blitzenreute  
58,00 EUR

Nr. P2133-01W5  
**Gitarre für Neueinsteiger**

Thomas Kalkreuth, Gitarrenlehrer  
Ein Lied singen und auf der Gitarre begleiten ist Thema dieses Kurses. Vom Lagerfeuersong über Pop-Songs bis hin zum Weihnachtslied: Die verschiedenen Richtungen bieten eine sehr große Auswahl. Dieser Kurs richtet sich an erwachsene Anfänger/innen. Gelernt werden Grundakkorde und Anschlagsmuster auf der Gitarre, die wir mit Liedern zusammen einüben. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Unterrichtsmaterial wird ausgeteilt. Die Materialkosten hierfür von ca. 5 Euro werden direkt im Kurs eingesammelt.

Benötigt wird: Eine eigene Gitarre, ein Fußbänckchen und ein Notenständer

5 – 10 Personen  
10 Abende, 23.09.2019 - 09.12.2019  
Montag, 19:00 - 20:00 Uhr  
Kirchstraße 10, Dorfgemeinschaftshaus  
Blitzenreute  
69,30 EUR



## Tanz

Nr. P2052-01W5  
**Kreistänze – rund um die Welt**

Marion Matuschek  
Bei den Kreistänzen können die Gedanken zur Ruhe kommen, Körper und Seele werden erfrischt, um anschließend wieder mit neuen Kräften in den Alltag zurückzukehren. Die Musik stammt aus verschiedenen Kulturen sowie aus der Klassik und dem Bereich der Entspannung. Wir tanzen gemeinsam im Kreis, es ist also kein Partner erforderlich. Neue Tanzbegeisterte sind herzlich willkommen. Der Kurs findet einmal im Monat statt.

6 – 20 Personen  
5 Abende, 12.09., 17.10., 14.11., 05.12., 09.01.2020  
Donnerstag, 20:00 - 21:30 Uhr  
Mochenwanger Str. 14, Bürgerhaus Staig  
41,50 EUR (keine Ermäßigung)

## Gesundheit

### Qi Gong

Rita Krahl  
Qi Gong ist ein sehr altes Übungssystem aus der chinesischen Medizin und heißt übersetzt: Pflege der Lebensenergie. Qi Gong umfasst Übungen in Bewegung und in Stille, innere Übungen zur Beruhigung des Geistes und zur Selbstwahrnehmung, Atmung, Körperhaltung sowie spezielle Energieübungen. Qi Gong stärkt die Lebenskraft, verhilft zu einer gesunden Lebensführung und zu einer positiven Lebenseinstellung und geistigen Verfassung.  
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und warme Socken.  
(zzgl. 3,00 EUR Materialkosten – werden im Kurs eingesammelt)

### Kurs 1

Nr. P3014-01W5  
7 Personen  
6 Abende, 16.09.2019 - 21.10.2019  
Montag, 19:30 - 21:00 Uhr  
Meretsreute 14, QiGong-Studio Krahl  
Fronhofen  
42,00 EUR (keine Ermäßigung)

### Vormittagskurs

### Kurs 2

Nr. P3014-02W5  
7 Personen  
6 Vormittage, 17.09.2019 - 22.10.2019  
Dienstag, 08:15 - 09:45 Uhr  
Meretsreute 14, QiGong-Studio Krahl  
Fronhofen  
42,00 EUR (keine Ermäßigung)

### Kurs 3

Nr. P3014-03W5  
7 Personen  
6 Nachmittage, 17.09.2019 - 22.10.2019  
Dienstag, 16:45 - 18:15 Uhr  
Meretsreute 14, QiGong-Studio Krahl  
Fronhofen  
42,00 EUR (keine Ermäßigung)

### Yoga zum Wohlfühlen

Susanne Schulz,  
Yogalehrerin, Sozialpädagogin  
Leichte Bewegungsabläufe, verschiedene Körperhaltungen und bewusste Atmung werden geübt. Körper, Geist und Seele erfahren Beweglichkeit und Geschmeidigkeit sowie Ruhe, Entspannung und Konzentration.  
Bitte eine Unterlage, bequeme Kleidung, warme Socken und ein Kissen mitbringen.

### Kurs 1

Nr. P3012-01W5  
7 – 12 Personen  
12 Abende, 18.09.2019 - 11.12.2019  
Mittwoch, 19:15 - 20:30 Uhr  
Mochenwanger Str. 14, Bürgerhaus Staig  
64,00 EUR

## Kurs 2

Nr. P3012-02W5  
7 – 12 Personen  
11 Abende, 19.09.2019 - 12.12.2019  
Donnerstag, 17:00 - 18:15 Uhr  
Kirchstraße 10, Dorfgemeinschaftshaus  
Blitzenreute  
58,70 EUR

## Kurs 3

Nr. P3012-03W5  
7 – 12 Personen  
11 Abende, 19.09.2019 - 12.12.2019  
Donnerstag, 18:30 - 19:45 Uhr  
Kirchstraße 10, Dorfgemeinschaftshaus  
Blitzenreute  
58,70 EUR

Nr. P3011-03W5  
**FELDENKRAIS® Methode –  
Bewusstheit durch Bewegung**

Gabriele Wagner-Krammig  
Sie suchen Wege zu einer erweiterten körperlichen Beweglichkeit im Alltag? Sie wünschen sich mehr Ausgeglichenheit und Wohlbefinden?  
Bei der Gruppenarbeit „Bewusstheit durch Bewegung“ (entwickelt von Dr. Moshe Feldenkrais) können Sie auf einfache Weise entdecken, WANN und WIE Sie durch achtsam und bewusst ausgeführte Bewegungen Ihrem Körper mehr Leichtigkeit und Geschicklichkeit verleihen.

Sie finden einen Weg, Ihre individuelle Beweglichkeit (auch bei Einschränkungen wie Verspannungen, Schmerz, Verlust von Körpergefühl, Erschöpfung etc.) müheloser und flexibler zu gestalten und Bewegung klüger zu steuern.  
Sie werden herausfinden, wie unter anderem Ihr Denken, Ihre Gewohnheiten und Emotionen Ihre Beweglichkeit beeinflussen:  
Sie entdecken und lernen  
– Ihre Körperwahrnehmung zu verfeinern,  
– Bewegungsvielfalt neu zu erforschen und effektiver zu gestalten,  
– Ausgeglichenheit und Wohlbefinden zu erleben und die geistige Flexibilität zu verbessern.

Alle Teilnehmer sind willkommen, mit oder ohne Vorerfahrung.  
Bringen Sie bitte warme und bequeme Kleidung, eine Matte und zwei kleine Kissen mit.

7 – 14 Personen  
7 Abende, 23.10.2019 - 11.12.2019  
Mittwoch, 18:00 - 19:15 Uhr  
Kirchstraße 10, Dorfgemeinschaftshaus  
Blitzenreute  
39,70 EUR (keine Ermäßigung)

### Rückhalt – Ganzheitliche Rückenschule

Stephanie Angerer  
Individuelles Muskelaufbautraining wird durch eine Vielzahl einfacher, aber sehr effektiver Übungen für die Wirbelsäule ergänzt und sorgt für ein „Rundum-Wohlfühl“.

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

Jeder Teilnehmer passt die Übungsintensität und den Übungsumfang seinen Bedürfnissen an. Gepaart mit viel Spaß, guter Laune und Abwechslung erwartet den Teilnehmer ein rücken- und gelenkschonendes Fitnessprogramm zu Musik mit

- einer Aufwärmphase, Dehnübungen und Mobilisationsübungen,
- variierenden, aber gezielten Übungen zur Kräftigung der Muskulatur,
- und einer abschließenden Entspannung

Bitte mitbringen: Unterlage, warme Socken und evtl. ein kleines Kissen.

### Vormittagskurs

#### Kurs 1

Nr. P3031-01W5  
7 – 12 Personen  
8 Vormittage, 30.09.2019 - 25.11.2019  
Montag, 09:00 - 10:00 Uhr  
Kirchstraße 10,  
Dorfgemeinschaftshaus Blitzenreute  
34,10 EUR

### Vormittagskurs

#### Kurs 2

Nr. P3031-02W5  
7 – 12 Personen  
8 Vormittage, 30.09.2019 - 25.11.2019  
Montag, 10:15 - 11:15 Uhr  
Kirchstraße 10,  
Dorfgemeinschaftshaus Blitzenreute  
34,10 EUR

#### Kurs 3

Nr. P3031-03W5  
7 – 12 Personen  
8 Abende, 30.09.2019 - 25.11.2019  
Montag, 17:30 - 18:30 Uhr  
Landjugendheim Fronhofen,  
Rathausstr. 9, Bürgersaal  
34,10 EUR

#### Kurs 4

Nr. P3031-04W5  
7 – 12 Personen  
8 Abende, 30.09.2019 - 25.11.2019  
Montag, 18:45 - 19:45 Uhr  
Landjugendheim Fronhofen,  
Rathausstr. 9, Bürgersaal  
34,10 EUR



### Fremdsprachenkino

In Kooperation mit den Volkshochschulen Weingarten und Ravensburg zeigt das Kulturzentrum Linse verschiedene Filme in zahlreichen Originalsprachen mit Untertiteln.

Bitte beachten Sie dazu das aktuelle Kino-Programm unter [www.kulturzentrum-linse.de](http://www.kulturzentrum-linse.de)

### Kochen



Nr. P3051-01W5

### Geschenke aus dem Thermomix

Waltraud Leuthold

Heute zaubern wir viele wunderbare Geschenke aus dem Thermomix für die Advents- und Weihnachtszeit.

Bitte mitbringen: Getränk, Kugelschreiber, Klarsichthülle, Geschirrtücher, 2 kleine Flaschen, 4 Twist-Off-Gläser, Behälter für Pralinen und Gebackenes und wer hat einen Thermomix (ohne Varoma) aber mit Spatel. (Immer zwei Teilnehmer arbeiten an einem Gerät).

7 – 12 Personen  
Mittwoch, 13.11.2019, 18:30 - 21:30 Uhr  
Schule Fronhofen, Kornstr. 15,  
Schulküche  
24,80 EUR (Lebensmittelkosten sind in der Gebühr enthalten)

### Sprachen

Nr. P4062-05W5

### English Conversation GER A2 – für fortgeschrittene Anfänger

Manuela Brellenthin

In entspannter Atmosphäre und in einem angenehmen Tempo werden Grundkenntnisse aufgefrischt und vertieft. Sie wollen sich in einfachen Gesprächssituationen verständigen können und gerne nochmals in der englischen Sprache Grund legen? Dann ist dieser Kurs das Richtige für Sie. Everyone welcome! Lehrbuch wird bekannt gegeben.

5 – 12 Personen  
10 Abende, 18.09.2019 - 27.11.2019  
Mittwoch, 18:00 - 19:30 Uhr  
Dorfgemeinschaftshaus Blitzenreute,  
Kirchstraße 10  
Standardgruppe ab 7 TN: 64,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 76,80 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 89,60 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)





## SCHLIER

**Außenstellenleiterin:**

Cornelia Böhme  
Telefon 07529 977 - 48  
Telefax 07529 861  
boehme@schlier.de

**Verwaltung:**

Bürgermeisteramt Schlier  
Rathausstraße 10, 88281 Schlier  
Telefon 07529 977-48

**Bankverbindung:**

VR-Bank Ravensburg-Weingarten eG  
IBAN: DE50 6506 2577 0106 9320 04  
BIC: GENODES1RRV

Zu allen Veranstaltungen (außer Vorträgen) ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs wirksam. Unverbindliche Reservierungen sind nicht möglich.

**Die Anmeldung erfolgt**

- schriftlich (Formulare sind dem Programmheft zu entnehmen oder liegen in der Geschäftsstelle aus). Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung. Damit erteilen Sie der VHS Weingarten die Erlaubnis, die Kursgebühren im SEPA-Basislastschriftverfahren einzuziehen.
- online über die Homepage der VHS Weingarten unter [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de). Hierzu ist das dort hinterlegte Anmeldeformular mit SEPA-Basislastschriftmandat auszufüllen und im Original an die VHS zurück zu schicken.
- telefonisch - wenn Sie bereits Kunde sind. Bei Neukunden, deren Daten noch nicht erfasst sind, benötigen wir eine schriftliche Anmeldung und das Einverständnis zur Teilnahme am SEPA-Basislastschriftverfahren.
- durch Unterschrift auf dem Bogen „Weitermeldeliste für das Folgesemester“.

Jede Form der Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur vollen Entgeltzahlung.

Sollte ein Kurs bereits voll belegt sein, bekommen Sie von uns eine Absage bzw. Mitteilung, dass Sie auf eine Warteliste gesetzt wurden.

Sie erhalten **keine** Anmeldebestätigung. Sollten wir Ihre Anmeldung wegen Überbelegung nicht mehr berücksichtigen können, werden Sie benachrichtigt, ebenso, wenn der Kurs ausfällt oder der Kurstermin sich ändert. Sie gelten als angemeldet, wenn Sie von uns keine Nachricht erhalten.

Sollten Sie Rückfragen zu Kursen der Außenstellen haben, wenden Sie sich bitte direkt an die Leitung der jeweiligen Außenstelle.

Bei Rücktritten ist die Außenstelle fristgerecht zu informieren.

Im Übrigen gelten die Allgemeinen Hinweise und Geschäftsbedingungen der VHS Weingarten.

## Garten



## Wochenendkurs

Nr. P2101-01W6

**Winterschnitt von Ziersträuchern, Obstbäumen und Rosen**

Kai Wilde, Gärtnermeister

Bäume und Sträucher bilden das Gerüst in einem Garten. Sie gliedern den Raum und setzen Akzente. Damit sich Obst, Sträucher und Gehölze gut entwickeln können, ist der richtige Schnitt zum richtigen Zeitpunkt wichtig. Die Teilnehmenden sollen im Kurs die Grundregeln des Gehölzschnitts lernen und später mit Erfolg im eigenen Garten anwenden können. Themen des Kurses sind:

- Aufbau- und Verjüngungsschnitt bei Obstbäumen und Beerensträuchern
- Erhaltungs- und Verjüngungsschnitt bei Laubgehölzen und Sträuchern
- Erhaltungs- und Verjüngungsschnitt bei Klettergehölzen
- Winterschnitt

Nach der Theorie am ersten Abend werden die erlernten Kenntnisse am folgenden Tag in den Gärten der Teilnehmenden und des Kursleiters praktisch umgesetzt.

5 – 8 Personen

2 Tage, 25.10.2019, 26.10.2019

Freitag, 18:00 - 20:30 Uhr

Samstag, 09:00 - 16:00 Uhr

Laurentiusstr. 6, Dorfgemeinschaftshaus Unterankenreute

54,00 EUR (keine Ermäßigung)

## Gesundheit

Nr. P3014-01W6

**Einführung in Qigong Yangsheng nach Jiao Guorui****15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong**

Robert Schnetz

Die 15 Formen des Taiji-Qigong wurden im alten China als Förderer für Gesundheit, Wohlbefinden und geistige Klarheit sehr geschätzt. Diese 15 Formen sind die einfachste im Lehrsystem von Jiao Guorui. Sie fördern einen ruhigen Atemfluss und bauen durch ihre vielseitigen fließenden Bewegungen innere Ruhe und Konzentration auf. Die Übungen fördern und fördern die Vorstellungskraft. Durch regelmäßiges Üben können Störungen der Körper-Seele-Geist-Harmonie aufgelöst werden. Der Kurs eignet sich für Personen jeden Alters und jeder körperlichen Konstitution.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Getränk, Gymnastikschuhe oder dicke Socken.

7 – 12 Personen

10 Abende, 19.09.2019 - 05.12.2019

Donnerstag, 19:45 - 21:00 Uhr

Schule Schlier, Schulstr. 21, VHS-Raum 56,70 EUR

Nr. P3012-01W6

**Hatha Yoga**

Marianne Rasch

Die Yogapraxis macht Dich beweglich, dehnt und kräftigt die Muskulatur. Der Stoffwechsel und die Verdauung werden angeregt. Die Atmung vertieft sich. Körper und Geist werden über die Atmung verbunden, Entspannung kann geschehen. Dadurch hilft Hatha Yoga zu mehr Harmonie und Lebensfreude, Dein Energieniveau zu steigern und in Deiner Mitte zu sein.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Isomatte und warme Socken.

7 – 12 Personen

12 Abende, 20.09.2019 - 20.12.2019

Freitag, 17:00 - 18:15 Uhr

Turn- und Festhalle Wetzisreute, Jahnstr. 47-49, Großer Mehrzweckraum 66,00 EUR

**Wirbelsäulengymnastik**

Martina Ihlo

Rückenschmerzen entstehen meist durch muskuläre Schwächen und Beweglichkeitsdefizite aufgrund einseitiger Belastung im Alltag. In diesem Kurs stehen die Kräftigung der Rumpfmuskulatur, Wirbelsäulenmobilisation und Muskeldehntechniken im Vordergrund. Ebenso erhalten Sie Tipps zum rückengerechten Verhalten im Alltag wie z. B. richtiges Heben/Tragen, richtiges Sitzen usw. Bei akuten Beschwerden bitte vorher mit dem Arzt Rücksprache halten. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte oder Isomatte, bequeme Kleidung und Turnschuhe.

**Kurs 1**

Nr. P3031-01W6

8 – 12 Personen

8 Abende, 08.10.2019 - 03.12.2019

Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr

Turn- und Festhalle Wetzisreute, Jahnstr. 47-49, Großer Mehrzweckraum 34,10 EUR

**Kurs 2**

Nr. P3031-02W6

8 – 12 Personen

8 Abende, 08.10.2019 - 03.12.2019

Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr

Turn- und Festhalle Wetzisreute, Jahnstr. 47-49, Großer Mehrzweckraum 34,10 EUR

Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)

## Vormittagskurs

Nr. P3022-01W6

**Pilates****Für Bewegungserfahrene und Fortgeschrittene**

Brigitte Schiller

Pilates ist ein Tiefenmuskeltraining, welches das Körperzentrum stärkt. Die Beweglichkeit der Wirbelsäule, Kräftigung des Beckenbodens, Verbesserung der Körperhaltung und der Figur durch Pilatesübungen ist unser Ziel! Durch den gleichbleibenden Bewegungsfluss wirkt Pilates stressabbauend und mental stärkend. Da der Schwerpunkt des Trainings auf der Körperkontrolle liegt, garantiert die Pilatesmethode ein einzigartiges Workout, das lang anhaltende Trainingsergebnisse erbringt.

Es werden verschiedene Materialien eingesetzt.

Der Kurs ist für Anfänger sowie Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen: Gymnastik- oder Isomatte, Handtuch, evtl. kleines Kissen, bequeme Sportkleidung, Socken.

7 – 14 Personen

12 Vormittage, 17.09.2019 - 10.12.2019

Dienstag, 08:30 - 09:30 Uhr

Turn- und Festhalle Wetzisreute,

Jahnstr. 47-49, Großer Mehrzweckraum

51,20 EUR



## Vormittagskurs

Nr. P3022-03W6

**Pilates**

Brigitte Schiller

Pilates ist eine ganzkörperorientierte Trainingsmethode. Jede Übung wird konzentriert, kontrolliert, fließend und mit entsprechender Atmung ausgeführt. Mit diesem Körpertraining werden die Muskeln gestärkt und geformt, die Haltung verbessert, Flexibilität und Gleichgewicht erhöht. Pilates festigt sowohl den Körper als auch Geist.

Bitte mitbringen: Sport- oder Isomatte, bequeme Sportkleidung, Socken.

7 – 14 Personen

12 Vormittage, 17.09.2019 - 10.12.2019

Dienstag, 09:30 - 10:30 Uhr

Turn- und Festhalle Wetzisreute,

Jahnstr. 47-49, Großer Mehrzweckraum

51,20 EUR

## Sprachen



Nr. P4062-01W6

**English Conversation GER A2 – für fortgeschrittene Anfänger**

Manuela Brellenthin

Join us for a Conversation class in English!

Als Gruppe wiederholen und üben wir Aufbau und Wortschatz der englischen Sprache. Wir unterhalten uns über aktuelle Themen, Reisen und Interessen der Teilnehmer/innen. Wir arbeiten ohne Lehrwerk, jedoch vertiefen wir grammatische Kenntnisse mit gezielten Arbeitsaufgaben. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen.

Kurs ohne Lehrbuch. Die Dozentin erstellt Arbeitsmaterialien.

5 – 12 Personen

11 Abende, 16.09.2019 - 02.12.2019

Montag, 17:30 - 19:00 Uhr

Schule Schlier, Schulstr. 21, VHS-Raum

Standardgruppe ab 7 TN: 70,40 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 84,50 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 98,60 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)



## Vormittagskurs

Nr. P4091-09W6

**Italienisch für fortgeschrittene Anfänger GER A2**

Rosella Cairo

Wir werden den Wortschatz erweitern und Grammatikinhalt erarbeiten. Außerdem stehen die Konversation zu Alltags- und Reisesituationen sowie leichte Lektüre auf dem Programm. Herzlich willkommen sind auch neue Teilnehmende mit Vorkenntnissen!

Lehrbücher: „Espresso 3“, Hueber Verlag (ISBN 3-19-005349-9), ab Lektion 5 und „A voi la parola“, Klett Verlag (ISBN 978-3-12-525574-6)

5 – 16 Personen

15 Vormittage, 19.09.2019 - 23.01.2020

Donnerstag, 10:30 - 12:00 Uhr

Schule Schlier, Schulstr. 21, VHS-Raum

Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR

(gültig ab 7 Teilnehmenden)

Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)

Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine

Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

**Sprachen lernen – um sich  
besser zu verstehen!**

## WOLPERTSWENDE

### Außenstellenleiterin:

Claudia Kruspel  
Telefon 07502 94 03-0  
c.kruspel@wolpertswende.de

### Verwaltung:

Bürgermeisteramt  
88284 Wolpertswende  
Telefon 07502 94 03-0  
Telefax 07502 94 03-26

### Bankverbindung:

VR-Bank Ravensburg-Weingarten eG  
IBAN: DE67 6506 2577 0030 2530 04  
BIC: GENODES1RRV

### VHS-Ausschuss:

Daniel Steiner, Bürgermeister  
Roswitha Steinhauser  
Esther Knörle  
Monika Schauflier

Die örtliche Verwaltung hat das Bürgermei-  
steramt (Kursanmeldungen, Zah-  
lungen, Auskünfte, etc.).

Zu allen Veranstaltungen (außer Vorträ-  
gen) ist eine verbindliche Anmeldung  
erforderlich. Die Anmeldungen werden  
in der Reihenfolge ihres Eingangs wirk-  
sam. Unverbindliche Reservierungen  
sind nicht möglich.

### Die Anmeldung erfolgt

- schriftlich oder per Fax (Formulare  
sind dem Semesterplan zu entneh-  
men oder liegen in der Geschäfts-  
stelle aus).
- online über die Homepage der VHS  
Weingarten unter [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de). Hierzu ist das dort hinter-  
legte Anmeldeformular auszufüllen.
- durch Unterschrift auf dem Bogen  
„Anmeldung zum Nachfolgeseme-  
ster“.
- durch unangemeldete Teilnahme an  
einer Veranstaltung. Eine nachträg-  
liche Anmeldung unter Angabe der  
erforderlichen Daten hat unverzüglich  
zu erfolgen.

Jede Form der Anmeldung ist verbind-  
lich und verpflichtet zur vollen Entgelt-  
zahlung.

Die VHS Wolpertswende versendet  
**keine** Anmeldebestätigungen. Falls  
der Kurs bereits voll belegt ist, bekom-  
men Sie von uns eine Absage bzw. eine  
Mitteilung, dass Sie von uns auf die  
Warteliste gesetzt wurden. **Sie gelten  
als angemeldet, wenn Sie von uns  
keine Nachricht erhalten.** Als Anmel-  
dung gilt ebenso die Abbuchung des  
Kursbeitrages von Ihrem Konto. Hörer-  
karten werden nur auf Antrag ausge-  
stellt.

Im Übrigen gelten die Allgemeinen Hin-  
weise und Geschäftsbedingungen der  
VHS Weingarten entsprechend.

## Musik

Nr. P2135-01W7

### Mundharmonika spielen für Anfänger

#### Das Orchester in der Hosentasche

Eberhard Luedecke

In froher Runde und bei Wanderungen, ist  
sie immer dabei: Mit der chromatischen  
Mundharmonika können Sie für Stim-  
mung und Unterhaltung sorgen. Auch  
ohne Vorkenntnisse lernen Sie schnell mit  
einer einfachen Methode die Grundlagen  
des Spielens nach Noten. Vorhandene  
chromatische Mundharmonikas in Tonart  
„C“ bitte mitbringen.

Empfehlung des Dozenten für Anfänger:  
„Discovery 48“ von Hohner (Verkaufs-  
preis 125,00 EUR). Nach Rücksprache  
können Instrumente (auch gebrauchte)  
beim Kursleiter (Tel. 07542 21988) erwor-  
ben werden.

6 – 10 Personen  
6 Nachmittage, 11.10.2019 - 29.11.2019  
Freitag, 16:00 - 17:30 Uhr  
Niedersweiler Str. 5,  
Pfarrhaus Wolpertswende  
56,40 EUR (keine Ermäßigung)



Nr. P2135-02W7

### Chromatische Mundharmonika für Fortgeschrittene

NEU

Eberhard Luedecke

Wer das Spielen in Einzeltönen und nach  
Noten in der Tonart C schon gelernt hat,  
ist fit für den Folgekurs. Wir spielen auch  
in den Tonarten G und F, lernen das Hin-  
zufügen von Akkorden und spielen takt-  
voll, auch mehrstimmig in der Gruppe in  
Dur und Moll, nach Noten.

6 – 12 Personen  
6 Abende, 11.10.2019 - 29.11.2019  
Freitag, 18:00 - 19:30 Uhr  
Niedersweiler Str. 5,  
Pfarrhaus Wolpertswende  
56,40 EUR (keine Ermäßigung)

## Gesundheit

### Klang – Pause – Zeit für mich!

Ute Fischer, Klangmassagepraktikerin  
nach Peter Hess

Bei einer Fantasiereise mit Klangschalen  
geht es darum, sich eine Pause vom All-

tag zu gönnen. Die Außenwelt verliert  
dabei an Bedeutung, so entsteht Raum  
für das Wahrnehmen dessen, was gera-  
de ist. Das kann das Gefühl der Entspan-  
nung sein, das sich mit den Klängen meist  
schnell einstellt, das kann aber auch die  
Wahrnehmung kreisender Gedanken  
oder schmerzhafter Körperstellen sein.  
All das wertfrei zu beobachten, führt zu  
einem tieferen Selbstverständnis und  
damit zu einem erfüllteren Leben.  
Einfach nur ich sein, die Seele baumeln  
lassen, zur Ruhe kommen, Entspannen,  
nichts tun: Die wichtigsten Momente des  
Tages sind die, in denen wir ganz bei uns  
sind. Peter Hess  
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung,  
Handtuch.

### Kurs 1

Nr. P3011-00W7  
7 – 9 Personen  
5 Abende, 07.10.2019 - 11.11.2019  
Montag, 19:00 - 20:00 Uhr  
Pfarrgasse 4,  
Klangschalenraum – Ute Fischer  
26,70 EUR

### Kurs 2

Nr. P3011-01W7  
7 – 9 Personen  
5 Abende, 09.10.2019 - 13.11.2019  
Mittwoch, 19:00 - 20:00 Uhr  
Pfarrgasse 4,  
Klangschalenraum – Ute Fischer  
26,70 EUR

### Vormittagskurs

Nr. P3021-03W7

### Fitnesscocktail am Vormittag

Karin Bellrich-Bluhm, Sportlehrerin,  
Kursleiterin Reha Sport

Wir machen Gymnastik mit Musik, die aus  
einer abwechslungsreichen Mischung  
verschiedener Gymnastikarten besteht:  
Konditions- und Ganzkörpertraining,  
Gymnastik mit Kleingeräten, Wirbelsäu-  
lengymnastik, Stretching, Lockerungs-  
und Entspannungsübungen. Ziel ist die  
Verbesserung von Beweglichkeit, Aus-  
dauer und Kraft, um so zu mehr Fitness  
und Wohlbefinden zu gelangen.  
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte.

8 – 25 Personen  
12 Vormittage, 07.10.2019 - 20.01.2020  
Montag, 09:45 - 11:00 Uhr  
Panoramastr. 2,  
Panoramahalle Wolpertswende  
62,00 EUR

### Vormittagskurs

Nr. P3023-03W7-S

### Seniorenport „Aktiv jünger bleiben“

Karin Bellrich-Bluhm, Sportlehrerin,  
Kursleiterin Reha Sport

In diesem Kurs wird durch den Einsatz  
verschiedener Handgeräte ein abwechs-  
lungsreiches und gymnastisch ausgewo-  
genes Übungsprogramm angeboten,  
das zur Erhaltung und Verbesserung der  
körperlichen und geistigen Leistungs-  
fähigkeit und des allgemeinen sozialen



Wohlbefindens beitragen soll. Neben Lockerungs- und Entspannungsübungen wird durch gezielte Gymnastik die Beweglichkeit von Wirbelsäule und Gelenken erhalten. Koordination und Belastbarkeit des Herz-Kreislaufsystems werden gefördert sowie ein Bewegungsprogramm angeboten zur Stärkung der Muskelkraft und zur Schulung des Gleichgewichts als einige der wichtigen Faktoren zur Sturzprophylaxe.  
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte.

8 – 25 Personen  
12 Vormittage, 07.10.2019 - 20.01.2020  
Montag, 08:30 - 09:30 Uhr  
Panoramastr. 2,  
Panoramahalle Wolpertswende  
48,00 EUR (keine Ermäßigung)



Lehrbuch: Let's Enjoy English A 1.1, Klett-Verlag (ISBN 978-3-12-501630-9), ab Lektion 6/7

5 – 14 Personen  
13 Abende, 18.09.2019 - 18.12.2019  
Mittwoch, 19:45 - 20:45 Uhr  
Schulgebäude Wolpertswende, Niedersweiler Straße 9, Zimmer 4, 1. OG  
Standardgruppe 55,50 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 66,60 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 77,70 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)



Nr. P4091-01W7  
**Italienisch für Anfänger mit Vorkenntnissen GER A2**

Rosella Cairo

Wir haben Spaß am Italienischlernen und setzen unseren Kurs fort. Unser aktuelles Wissen wollen wir mit Dialogen und grammatikalischen Übungen erweitern und vertiefen. Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Die Dozentin ist Muttersprachlerin.

Lehrbuch: Passo dopo passo A2, Hueber Verlag (ISBN 978-3-19-509599-0), ab Lektion 3

5 – 18 Personen  
15 Abende, 19.09.2019 - 23.01.2020  
Donnerstag, 17:00 - 18:30 Uhr  
Schulgebäude Wolpertswende, Niedersweiler Straße 9, Zimmer 4, 1. OG  
Standardgruppe ab 7 TN: 96,00 EUR (gültig ab 7 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 6 TN: 115,20 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 6 Teilnehmenden)  
Kleingruppe 5 TN: 134,40 EUR, keine Ermäßigung (gültig bei 5 Teilnehmenden)

## Smartphone



Nr. P5012-01W7  
**Android – Grundlagen für Smartphone- und Tabletanwendungen für Senioren**

Elke Weise


Sie besitzen ein Android-Smartphone oder Tablet und möchten mehr als nur telefonieren und SMS schreiben? Dann ist das genau der richtige Kurs für Sie. Sie erlernen die grundlegende Bedienung und Funktionsweise Ihres Geräts und es werden Ihnen praktische Apps vorgestellt. Bei Bedarf wird ein Google-Konto eingerichtet. Sie lernen, wie man fotografiert und WhatsApp benutzt und natürlich, wie Sie Ihr Gerät mit Ihrem PC verbinden können, z. B. um Fotos zu übertragen.

Der Kurs ist nicht für iPhone/iPad oder Windows-Phone Geräte geeignet! Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet mit Netzteil und Stromkabel mit.

6 – 10 Personen  
4 Vormittage, 09.01.2020 - 30.01.2020  
Donnerstag, 10:00 - 11:30 Uhr  
Panoramahalle Wolpertswende, Panoramastr. 2, Jugendraum  
39,60 EUR (keine Ermäßigung)

**Weitere Smartphone-Kurse finden Sie auch im Programmbereich 5 unter Berufliche Qualifikation und Weiterbildung**

## Sprachen

Nr. P4061-01W7-K **Spielerisch Englisch Lernen – für Kinder der Grundschule (Klasse 1 und 2)** NEU 

Manuela Brellenthin

Dieser Kurs führt die Kinder spielerisch in die Welt der englischen Sprache ein. Auf natürliche und zwanglose Weise lernen die Kinder im „Sprachenbad“ den Umgang mit der Sprache durch Spiele, Lieder, Reime, Erzählen und Zuhören. Alltägliche Themen werden in den Mittelpunkt gerückt: Kleidung, Tiere, Geburtstag, etc.. Ein spannender Kurs für Kinder!

8 – 16 Kinder  
6 Nachmittage, 18.09.2019 - 23.10.2019  
Mittwoch, wöchentlich, 16:00 - 17:00 Uhr  
Eugen-Bolz-Schule  
Mochenwangen, Sportplatzweg 3  
24,80 EUR (gültig ab 8 Teilnehmenden)

Nr. P4061-02W7  
**Englisch-Refresher GER A1 – für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen**

Manuela Brellenthin

In entspannter Atmosphäre und in einem angenehmen Tempo werden Grundkenntnisse nochmals aufgefrischt. Sie wollen sich in einfachen Gesprächssituationen verständigen können und gerne nochmals in der englischen Sprache Grund legen? Dann ist dieser Kurs das Richtige für Sie.

**Täglich aktuell: [www.vhs-weingarten.de](http://www.vhs-weingarten.de)**

## Hinweise zu den Lehrwerken

Die für die einzelnen Kurse angegebenen Lehrwerke werden nicht im Kurs ausgegeben, sondern müssen von den Teilnehmer/innen über den Buchhandel besorgt werden.

# » SWR1

EINS GEHÖRT GEHÖRT.



## DIE GRÖßTEN HITS ALLER ZEITEN.

SWR1.DE

SWR1 – das erfolgreiche Programm für Ihre Hörfunkwerbung. Weitere Informationen zur Werbung unter Telefon 0711 929 12951 oder mailen Sie uns: werbung@swr.de

vhs

## Online anklicken – vor Ort teilnehmen

Kurssuche online unter  
[www.volkshochschule.de](http://www.volkshochschule.de)  
oder mobil mit der vhsApp

Kostenlos erhältlich in den App-Stores



© Foto: ESB Professional/shutterstock.com

Politik, Gesellschaft,  
Umwelt

Kultur und Gestalten

Gesundheit

Deutsch

Sprachen

Arbeit und Beruf

Außenstellen  
Weingarten

## Stichwortverzeichnis der VHS Weingarten

<b>A</b> ktzeichnen	S. 32	<b>G</b> arten	S. 105	<b>Q</b> igong	S. 40, 103, 105
Allg. Geschäftsbedingungen	S. 11	Generation ON	S. 20	<b>R</b> echt	S. 25
Alphabetisierung	S. 54	GER für Sprachen	S. 64	Rücken	S. 46, 48, 96, 98, 101, 103, 105
Anmeldeinformationen	S. 7	Gesang	S. 35, 102	Russisch	S. 76
Anmeldeformular	S. 9	Geschichte	S. 22	<b>S</b> chlier VHS-Programm	S. 105
Ansprechpartner/innen VHS	S. 6	Gewürze	S. 52	Schnee	S. 14, 48
Arabisch	S. 65	Gitarre	S. 18, 35, 94, 103	Schreibatelier	S. 28
Arabische Küche	S. 50	Glas	S. 33	Schule Prüfungsvorbereit.	S. 20
Arbeitsplatzorganisation	S. 85	Globales Lernen	S. 23, 26	Schwedisch	S. 76
Asiatische Küche	S. 50	Gymnastik & Fitness	S. 42, 95, 99, 101, 103, 105, 107	Schwimmen	S. 19, 44, 49
Atemtraining	S. 26, 38	<b>H</b> andwerkliches Gestalten	S. 34, 98	Seniorensport	S. 47, 107
Augentraining	S. 48	Heilmittel	S. 48	Singen	S. 35, 102
Ausdrucksmalen	S. 32	Heimatkunde	S. 26	Smartphone	S. 82, 108
Außenstellen-Leitungen	S. 6	Holz	S. 33, 98	Spanisch	S. 76
Autogenes Training	S. 38	<b>I</b> ntegrationskurse	S. 56	Sportausflüge	S. 14, 48
<b>B</b> aierenfurt VHS-Programm	S. 94	Inklusion	S. 13, 34, 46, 48	Sprachberatung	S. 61
Baindt VHS-Programm	S. 98	Italienisch	S. 71	Sprachkurse	S. 61
Ballspiele	S. 49	<b>J</b> unge VHS	S. 18	Sprachkurs richtig finden	S. 62
Bankverbindung VHS-WGT	S. 7	<b>K</b> inderkurse	S. 18	Steuererklärung	S. 25
Berg VHS-Programm	S. 100	Kinsporth®	S. 45, 50	Stress	S. 39, 86
Berufliche Qualifikation	S. 80	Klima	S. 23	Studienfahrten	S. 12
Betriebsbesichtigungen	S. 13	Klößeln	S. 34	Studienreisen Geopuls	S. 16
Bewerbungen	S. 86	Knigge	S. 27, 87	Styling	S. 18, 36
Bildnerisches Gestalten	S. 31, 100, 102	Kochkurse	S. 19, 50, 87, 104	<b>T</b> anz	S. 18, 29, 43, 100
Buchführung	S. 84	Kommunikation	S. 26, 83	Tastaturschreiben	S. 84
Bürger in Kontakt	S. 93	Kritik & Anregungen	S. 79	Test „Leben in Deutschland“	S. 59
Bürgerschaftl. Engagement	S. 24	Kulturveranstaltungen	S. 37	Textiles Gestalten	S. 18, 33, 95, 102
Büroorganisation	S. 84	Kunst- & Kulturgeschichte	S. 30	Theater	S. 29
Business-Kurse „Fit im Berufsleben“	S. 83	Kursorte VHS-WGT	S. 5	Thermomix	S. 51, 104
Business Englisch	S. 68, 87	<b>L</b> änderkunde	S. 27	Ton	S. 94
<b>C</b> omputerkurse	S. 24, 80	Latein	S. 75	Türkisch	S. 78
<b>D</b> atenschutzhinweise	S. 10	Laufen	S. 45, 50	<b>V</b> eranstaltungsorte VHS	S. 5
DeuFöV-Kurse	S. 55	Lesung	S. 21	VHS-Team Weingarten	S. 6
Deutsch als Fremdsprache	S. 54	Literatur	S. 28, 94	Vorträge	S. 22, 24, 25, 26
Deutsch-Prüfungen	S. 58	<b>M</b> alwerkstatt	S. 31, 100, 102	<b>W</b> asser	S. 14, 19, 44, 49
Digitales Lernen	S. 23, 72, 77, 80, 82, 88	Massage	S. 38	Wein	S. 52
<b>E</b> DV-Kurse	S. 24, 88	Mittwochsseminare	S. 26	Whisky	S. 52
Elternkurse	S. 19, 20	Moderation	S. 84	Wolpertswende VHS-Progr.	S. 107
Englisch	S. 65	Montessori	S. 3	Work-Life-Balance	S. 86
Entspannung	S. 18, 39, 95, 96, 103, 107	Mundharmonika	S. 35, 107	<b>X</b> pert Business Webinare	S. 88
Essen & Trinken	S. 19, 50, 87, 104	<b>N</b> ähen	S. 18, 33, 95, 102	<b>Y</b> oga	S. 40, 95, 98, 103, 105
Ernährung	S. 51	Newsletter	S. 3	<b>Z</b> eichnen	S. 32
Euregio-Veranstaltung	S. 21	<b>O</b> pernfahrten	S. 13	Zirkus	S. 19
<b>F</b> aszien	S. 44, 46, 101	<b>P</b> apier	S. 33	Zumba	S. 43, 95, 101
Finanzen	S. 25, 84, 88	PC-Kurse	S. 24, 80		
Fit im Berufsleben	S. 83	Persönlichkeitstraining	S. 26		
Flöten	S. 18	Pilates	S. 46, 101, 106		
Fotografie	S. 24, 35	Piloxing	S. 43		
Französisch	S. 69	Plastisches Gestalten	S. 33, 98		
Fremdsprachen	S. 61	Politik	S. 22		
Fronreute VHS-Programm	S. 102	Portugiesisch	S. 75		
Führung	S. 83	Protokolle	S. 85		

Bilder: [www.123rf.com](http://www.123rf.com)  
[www.fotolia.com](http://www.fotolia.com), VHS Weingarten





