



Volkshochschulen
Bad Säckingen & Wehr

Programm
Herbst / Winter 2018/19



Geschäftsstelle der VHS Wehr, Hauptstraße 14



Carina Wanowski, Geschäftsstelle Wehr



Dr. Reinhard Valenta, Leiter der Volkshochschule Wehr



Stefanie Trierweiler, Geschäftsstelle Wehr

Volkshochschule Wehr

Mitglied im Volkshochschulverband Baden-Württemberg e.V.

■ **Geschäftsstelle:**

Im Kultur- und Verkehrsamt Wehr,
Hauptstraße 14, 79664 Wehr
Tel.: +49 (7762) 808-603
Fax: +49 (7762) 808-150
Internet: <http://www.vhs-wehr.de>
E-Mail-Adresse: vhs@wehr.de

■ **Bürozeiten:**

Mo. bis Fr. 8.00 -12.00 Uhr und
Di. 14.00 -16.00 Uhr
Do. 15.00 -18.30 Uhr

■ **Leitung:**

Dr. Reinhard Valenta, Tel.: +49 (7762) 808-600

■ **VHS-Geschäftsstelle:**

Stefanie Trierweiler, Tel.: +49 (7762) 808-602
Carina Wanowski, Tel.: +49 (7762) 808-603

■ **1. Vorsitzende des Beirates:**

Annette Hufschmidt

■ **2. Vorsitzender des Beirates:**

Johannes Mulflur

■ **Konten der VHS:**

Sparkasse Hochrhein
BLZ 684 522 90, Kto.-Nr. 2900 0312
IBAN: DE46 6845 2290 0029 0003 12
BIC: SKHRDE6W

Volksbank Rhein-Wehra eG
BLZ 684 900 00, Kto.-Nr. 1000 9308
IBAN: DE90 6849 0000 0010 0093 08
BIC: GENODE61BSK

Inhaltsverzeichnis

Allgemeine Geschäftsbedingungen	53
Datenschutzbestimmungen	55
VHS am Wochenende	56
European-Energy-Award	57
Junge VHS	57
Kultur am Nachmittag	58
Vorträge & Diashows	59
Führungen & Ausflüge	62
Kultur, Kunst und Musik	62
VHS-Gesundheitszentrum	72
VHS-Ernährung	82
VHS-Sprachenschule	84
EDV-Kurse	87
Mediathek	88
Fax-Anmeldeformular	89

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Wehr

Die Volkshochschule der Stadt Wehr ist eine von der Stadt getragene Einrichtung der Weiterbildung, die allen Erwachsenen und Heranwachsenden offen steht.

Anmeldung

Bei allen Veranstaltungen der VHS (Vorträge und Konzerte ausgenommen) ist **eine Anmeldung nach Erscheinen des Programms erforderlich**. Die Anmeldung erfolgt schriftlich mit der unterschriebenen Anmeldekarte, per Fax oder E-Mail an die Geschäftsstelle. Mit der Anmeldung werden die Geschäftsbedingungen der VHS Wehr anerkannt.

Die erhobenen Daten werden für Verwaltungszwecke elektronisch gespeichert; sie werden nicht an Dritte weitergegeben.

Die Anmeldung ist verbindlich. Sie gilt als bestätigt, falls keine schriftliche oder telefonische Absage erteilt wird. Nur bei Änderungen und Kursabsagen werden Sie benachrichtigt.

Die Anmeldungen sollten spätestens 4 Arbeitstage vor Kursbeginn eingegangen sein. Die Aufnahme in die Kurse erfolgt in der Reihenfolge des Eingangs der Anmeldung bei der Geschäftsstelle.

Daueranmeldung

Sie können sich „daueranmelden“. Formulare sind bei der Geschäftsstelle erhältlich.

Diese Möglichkeit ist besonders für die Teilnehmer/innen interessant, die kontinuierlich an einem bestimmten Kurs teilnehmen wollen, ohne zu Beginn eines jeden Semesters eine neue Anmeldekarte ausfüllen zu müssen.

Damit können Sie auch der Enttäuschung vorbeugen, aufgrund einer großen Nachfrage eventuell in dem von Ihnen gewünschten Kurs nicht mehr unterkommen zu können - mit der Daueranmeldung ist Ihnen der Platz bis zu Ihrem Widerruf sicher.

Gebühren

Die Gebühren für den Besuch der Veranstaltungen sind im Programmheft ausgewiesen. Bei Kursen mit Materialverbrauch sind die Materialkosten nicht in den Kursgebühren enthalten. Diese Materialkosten werden in der Regel separat ausgewiesen und gemeinsam mit den Kursgebühren in Rechnung gestellt.

Die Zahlung der Gebühren erfolgt per Überweisung nach Erhalt der Rechnung. Die Rechnungszustellung erfolgt nach dem 3. Kursabend. Die Kursgebühr ist innerhalb von 14 Tagen ab Rechnungsdatum zu überweisen. Für die Anmahnung von Teilnehmergebühren erhebt die VHS eine Bearbeitungsgebühr von € 3,00. Bei Vorträgen oder Einzelveranstaltungen wird die Gebühr an der Abendkasse bezahlt.

Die VHS gewährt folgende Gebührenermäßigungen:

25 % Ermäßigung für Schüler, Studenten, Auszubildende, ALG –Empfänger, Leistungsempfänger nach dem Asylbewerbergesetz auf Kurse und Seminare. Keine Ermäßigung bei Studienreisen, Exkursionen, Führungen und Kinderkursen. Geschwisterabbatt beim 2. Kind 25 %. Diese Regelung gilt nicht für Kurse, mit weniger als 10 voll zahlenden Teilnehmern/innen.

Kinder/Familienangebote mit Ausnahme solcher Kurse, die vom Land Baden-Württemberg nicht gefördert werden, sollen lediglich kostendeckend (d.h. Honorar = Gebühr) kalkuliert werden. Der VHS-Beirat hat die Möglichkeit, diese Kurse, wenn sie von besonderer sozialer Bedeutung sind, zusätzlich günstiger zu gestalten.

Der Ermäßigungsanspruch entfällt bei Kursen mit weniger als 10 voll zahlenden Teilnehmern.

Über weitere Gebührenermäßigungen oder Befreiungen in besonderen Einzelfällen entscheidet der VHS-Leiter.

Abmeldung / Rücktritt

Angemeldete Kursteilnehmer können sich ohne Angabe von Gründen schriftlich bei der VHS-Geschäftsstelle abmelden:

Folgende **Fristen** sind für einen kostenfreien Rücktritt zu beachten:

- bei Kursen mit 7 oder weniger Terminen, bei Wochenendkursen und Exkursionen: bis zu 4 Arbeitstage vor Kursbeginn
- bei Kursen mit 8 oder mehr Terminen: bis zu 4 Arbeitstage nach dem ersten Kursabend

Entscheidend ist der Eingang der Abmeldung bei der VHS-Geschäftsstelle.

Das Fernbleiben vom Kurs bzw. von der Exkursion gilt nicht als Abmeldung!

Bei nicht rechtzeitiger Abmeldung wird die volle Kursgebühr zuzüglich der Materialgebühr erhoben.

Durchführung der Veranstaltungen

Die VHS kann eine Veranstaltung wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall eines Kursleiters oder auch aus anderen Gründen absagen. In diesem Fall werden die angemeldeten Kursteilnehmer benachrichtigt. Weitergehende Forderungen gegenüber der VHS sind ausgeschlossen.

Durch Krankheit oder sonstige Verhinderung des Kursleiters ausfallende Stunden werden nachgeholt.

Ein Sprachkurs kann bei weniger als 10 Teilnehmern in der Regel nur durchgeführt werden, wenn ein von der VHS festgesetzter Preisaufschlag (lt. Tabelle im Programmteil) von allen Kursteilnehmern akzeptiert wird. Die Entscheidung fällt zu Beginn der zweiten Kursveranstaltung.

Über eine Kurszusammenlegung oder Kursteilung entscheidet die Leitung der Volkshochschule.

Teilnahmebescheinigungen

Bei der Anmeldung ist zu vermerken, ob eine Teilnahmebescheinigung gewünscht wird. Diese wird gegen Ende des Kurses vom Kursleiter ausgehändigt, wenn mindestens 80 % der Kurstermine besucht wurden. Die Gebühr für die Bescheinigungen ist in den Kursgebühren enthalten. Kursbescheinigungen, die nach Ablauf eines Semesters verlangt werden, können nur bis 3 Jahre rückwirkend und gegen Zahlung von 3,00 € ausgestellt werden.

Unterrichtsräume

Die Teilnehmer werden um pflegliche Behandlung der Räume und Einrichtungen gebeten. Die Hausordnung des jeweiligen Veranstaltungsortes ist zu beachten. In allen Schul- und Unterrichtsräumen ist das Rauchen verboten.

Haftung

Die Volkshochschule vermittelt die Veranstaltungen, übernimmt jedoch keine Haftung für irgendwelche Schäden, die bei der Teilnahme an Veranstaltungen und Studienfahrten entstehen können. Dies gilt für die Teilnehmer und die Dozenten. Eltern haften für ihre Kinder. Kursteilnehmer haften für die durch sie verursachten Schäden.

Aktuelle Hinweise

Hinweise über Änderungen bei Veranstaltungen entnehmen Sie bitte dem Lokalteil der örtlichen Tageszeitungen oder dem Mitteilungsblatt der Stadt Wehr.

Veranstaltungsorte

- Talschule I, Talschule II, Talschule III sowie Talturnhalle (Schulplatz 4-7)
- Gemeinschaftsschule Wehr, Zelgturnhalle (Zelgstraße 39 und 39a)
- Seebodenhalle (Seebodenstr. 21)
- Altes Schloss (beim Rathaus)
- Seminarraum/ Gruppenräume, Hintereingang Stadthalle Wehr (Hauptstraße 14)
- Museum der Stadt Wehr (Hauptstraße 14)
- Grund- und Hauptschule Öflingen (Wehratalstraße 56, Stadtteil Öflingen)
- Stadthalle Wehr (Hauptstr. 14)
- Hallenbad Wehr (Frankenmatt 10)
- Zeitungsleseraum in der Mediathek (Waldstr. 8)
- Tanzstudio Iris Jäger (Schopfheimerstr. 16)
- Evangelischer Pfarrsaal (Bahnstr. 4)
- Die Küche (Todtmooser Straße 43)
- VHS-Gymnastikraum, Bahnhofplatz 9a (oberhalb Physiotherapie Motz)

Unterrichtsfreie Zeit

Sofern mit den Kursleitern nicht ausdrücklich etwas anderes vereinbart wird, finden während der Schulferien und an gesetzlichen Feiertagen keine Kurse statt.

Datenschutzbestimmungen der Volkshochschule Wehr

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Wehr, Hauptstraße 14, 79664 Wehr (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

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, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen.

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.

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.

3. Newsletter

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

4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch

die Kontaktaufnahme bei Änderungen.

5. Kontaktaufnahme

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

6. 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.

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.

7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS 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.

Die Kontaktdaten unserer externen Datenschutzbeauftragten Franziska Malik lauten: **datenschutz@wehr.de** Über die angegebene E-Mail-Adresse ist Frau Malik direkt erreichbar.

VHS am Wochenende! Die Wochenend-Termine auf einen Blick...

Zeit zum Durchatmen und Entspannen...

EUROPEAN-ENERGY-AWARD

E-Bike Genießer-Tour,
Sonntag, 28.10.2018, 11:00 - 14:00 Uhr



JUNGE VHS

Kinderyoga zur Adventszeit mit anschließendem Plätzchen backen (6 - 10 Jahre),
Samstag, 15.12.2018, 09:00 - 12:00 Uhr

KULTUR AM NACHMITTAG

„Mit HEBEL in de SUNNE“,
Sonntag, 16.09.2018, 12:00 Uhr

VORTRÄGE UND DIASHOWS

Bewerbungshilfe (Workshop) - Tipps und Tricks für Ihre erfolgreiche Bewerbung,
Samstag, 13.10.2018, 09:00 - 12:30 Uhr



FÜHRUNGEN UND AUSFLÜGE

Baselführung (Workshop),
Samstag, 29.09.2018, 09:30 - 16:47 Uhr

KULTUR, KUNST UND MUSIK

Informationsnachmittag der Malschule Elena Romanzin,
Samstag, 08.12.2018, 15:00 - 17:00 Uhr

Nachtlandschaften,
Samstag, 15.09.2018 / Sonntag, 16.09.2018, 09:00 - 16:30 Uhr

Einführung in die Acrylmalerei,
Samstag, 27.10.2018, 09:00 - 16:30 Uhr



Fehlerlösungen in der Acrylmalerei,
Sonntag, 28.10.2018, 09:00 - 16:30 Uhr



Mediterrane Landschaften,
Samstag, 03.11.2018 / Sonntag, 04.11.2018, 09:00 - 16:30 Uhr

Himmel & Wolken,
Samstag, 10.11.2018, 09:00 - 16:30 Uhr

1 Objekt: Kerzenlicht,
Samstag, 24.11.2018, 09:00 - 16:30 Uhr

1 Objekt: Metall,
Sonntag, 25.11.2018, 09:00 - 16:30 Uhr

Herbst!,
Samstag, 17.11.2018, 09:00 - 16:30 Uhr

Steine,
Sonntag, 18.11.2018, 09:00 - 16:30 Uhr

Meeresrauschen,
Samstag, 01.12.2018, 09:00 - 16:30 Uhr

Polarlichter,
Sonntag, 02.12.2018, 09:00 - 16:30 Uhr

Perspektivisches Zeichnen,
Samstag, 29.09.2018, 09:00 - 16:30 Uhr

Räumliche Tiefe erzeugen,
Samstag, 06.10.2018, 09:00 - 16:30 Uhr

VHS-GESUNDHEITZENTRUM

SUP-YOGA im Hallenbad,
Sonntag, 04.11.2018, 19:00 - 20:00 Uhr

VHS-ERNÄHRUNG

Syrische Heimatküche - Die beste Küche im Vorderen Orient,
Samstag, 10.11.2018, 10:00 - 13:00 Uhr

Nähere Informationen finden Sie im Innenteil unter den jeweiligen Rubriken.

EUROPEAN-ENERGY-AWARD

Der European Energy Award ist ein internationales Qualitätsmanagementsystem und Zertifizierungsverfahren für kommunalen Klimaschutz, das bereits seit mehr als zehn Jahren zahlreiche Kommunen in Deutschland und Europa auf dem Weg zu mehr Energieeffizienz unterstützt – systematisch, partnerschaftlich, nachhaltig. Mit mess- und sichtbarem Erfolg: Dafür steht der European Energy Award.

**EUROPEAN
ENERGY
AWARD**

Mit der Teilnahme am European Energy Award hat sich die Stadt Wehr zum Ziel gesetzt, die Themen Nachhaltigkeit, Energieeffizienz und Klimaschutz voranzubringen. Passend dazu bietet die VHS in diesem Semester eine E-Bike-Tour an, die sich mit einem nachhaltigen Lebensstil beschäftigt.

Kurs-Nr.: 218-110565

E-Bike Genießer-Tour

Dozent/in: Clemens Thoma
 Beginn: Sonntag, 28.10.2018
 Uhrzeit: 11:00 Uhr - 14:00 Uhr
 Treffpunkt: Talschulplatz
 Gebühr: frei!
 Material: Rucksackverpflegung, festes Schuhwerk



Die E-Bike-Tour führt über Wehr-Brennet nach Laufenburg. Vorbei am Buchbrunnen und am Säckinger Waldbad geht es entlang dem Fuße des Hotzenwaldes bis Murg und weiter nach Laufenburg. In der dortigen Altstadt besteht die Möglichkeit zur kurzen Einkehr. Über die Alte Rheinbrücke wechseln wir dann hinüber in die Schweiz, um auf gut ausgebauten Radwegen über Kaisten, Eiken und Bad Säckingen wieder zum Ausgangspunkt in Wehr zurückzukehren.

Die Fahrt führt teilweise über unbefestigte Wege, kann jedoch mit jedem E-Bike bewältigt werden. Bevorzugt werden verkehrssame Straßen und Wege, die ein intensives Naturerlebnis bieten. Die reine Fahrtzeit beläuft sich auf ca. 3 Std., es sind knapp 50 km zu bewältigen.

Bitte beachten Sie:

Telefonische Anmeldungen können wir nicht entgegennehmen.

JUNGE VHS

Kurs-Nr.: 218-106500

Kindertöpfern ab 7 Jahren

Dozent/in: Marianne Sturn
 Beginn: Freitag, 28.09.2018
 Termin: 4 x freitags
 Uhrzeit: 16:00 Uhr - 18:00 Uhr
 Ort: Werkraum, Schule Öflingen
 Kursgebühr: 43,00 €
 Material: 15,00 € (Materialkosten werden vor Ort bezahlt)

Gemessen am Alter und der individuellen Fähigkeit des Kindes lernen wir verschiedene Techniken kennen. Das Erlebnis mit dem weichen, formbaren Ton regt die Phantasie sowie die Experimentierfreude des Kindes an und kann somit auch eine emotionale Entspannung bewirken.

Die Anmeldung ist verbindlich und wird von der VHS nicht bestätigt.

Eine Benachrichtigung erfolgt nur bei Änderung, Kursabsagen oder bei Nichtberücksichtigung der Anmeldung wegen Überbelegung!

Kurs-Nr.: 218-106501

Kinderyoga zur Adventszeit mit anschließendem Plätzchen backen (6 - 9 Jahre)

Dozent/in: Bianca Beck, Patrizia Pauciello
 Beginn: Samstag, 15.12.2018
 Termin: 1 x samstags
 Uhrzeit: 09:00 Uhr - 12:00 Uhr
 Ort: Jugendhaus der Stadt Wehr
 Kursgebühr: 16,00 €
 Materialgebühr: 2,00 €
 Material: Matte, Decke, bequeme Kleidung, Flasche Wasser und eine Schürze.

Mit viel Phantasie und Kreativität gehen wir gemeinsam auf Entdeckungsreise in die Yoga-Welt zur Weihnachtszeit. Anschließend backen wir gemeinsam leckere Plätzchen.

Kurs-Nr.: 218-106502

Kinderyoga für Mädchen und Jungs von 6 bis 9 Jahre

Dozent/in:	Bianca Beck
Beginn:	Dienstag, 25.09.2018
Termin:	6 x dienstags
Uhrzeit:	18:15 Uhr - 19:15 Uhr
Ort:	Gymnastikraum, Talturnhalle
Kursgebühr:	48,00 €
Material:	bequeme Kleidung, Decke, eine Flasche Wasser



Kinder-Yoga ist eine Form der Bewegungserziehung mit bestimmten Körperübungen aus dem klassischen Yoga, die dem Alter und Wesen der Kinder entspricht und somit ihre Entwicklung fördert. Die Kinder erlernen die Körperübungen in spielerischen, nachahmenden Tierstellungen, empfindungsfreudigen Blumenübungen, verpackt in spannenden Geschichten. Es werden Atem-, Entspannungs-, Konzentrations-, Bewusstseins- oder gar Meditationsübungen spielerisch ausgeführt. Yoga hilft Ihrem Kind:

- Bei sich zu bleiben und sich selber zu spüren.
- Das Selbstbewusstsein jedes Kindes wird gestärkt.
- Bewegung ohne Leistungs- und Zeitdruck.
- Kinder lernen ihre Grenzen kennen und erzielen immer neue persönliche Erfolge.
- Gefühle und Ideen auszudrücken und persönliche Grenzen zu erfahren.

In den Yoga-Einheiten, welche individuell gestaltet werden, finden die Kinder Wege zur Ruhe und Entspannung. Yoga und Entspannung hilft letztendlich den Kindern und Schülern bei der Bewältigung ihres Alltags weiter.

Anmeldung

Wie melde ich mich an?

- Nur schriftlich nach Erscheinen des Programms
- Anmeldekarten und Fax-Vordruck im Heft
- Per Internet oder E-Mail
- Telefonische Anmeldungen können nicht entgegengenommen werden!

Ihre Anmeldung ist verbindlich!

- Sie wird nicht bestätigt
- Nur bei Änderungen und Kursabsagen werden Sie benachrichtigt

KULTUR AM NACHMITTAG

Kurs-Nr.: 218-110500

Literarische Teestunde Moderne Schweizer Literatur

Dozent/in:	Claudia Sielaff
Beginn:	Dienstag, 09.10.2018
Termin:	12 x dienstags (alle 14 Tage)
Uhrzeit:	17:00 Uhr - 18:30 Uhr
Ort:	Claudia Sielaff, Albert-Rupp-Straße 15, 79664 Wehr
Kursgebühr:	96,00 €

Literatur aus der Schweiz steht in diesem Semester auf der Themenliste der „Literarischen Teestunde“. So vielfältig wie die Schweizer Sprachenlandschaft ist auch die Literatur unseres Nachbarlandes. Mit einer kleinen Auswahl der interessantesten zeitgenössischen Autoren starten wir in den Leseherbst. Wir beginnen mit Peter Stamm's Roman „Die sanfte Gleichgültigkeit der Welt“, wobei wir im Vergleich ausschnitthaft auf andere Texte des vielfach ausgezeichneten Autors zurückgreifen werden. Dann wenden wir uns Thomas Hürlimann, dem ironischen Kritiker seines Heimatlandes, zu, der in seiner Novelle „Fräulein Stark“ seine Erlebnisse als Stiftsschüler im Kloster Einsiedeln verarbeitet. Vertiefend lesen wir seinen Roman „Vierzig Rosen“. Eine Entdeckung wird auch Urs Faes' Künstler- und Liebesroman „Als hätte die Stille Türen“ sein.

Zunehmende Aufmerksamkeit wird einer Autorin zuteil, die in Zürich lebt, aber im ehemaligen Jugoslawien geboren wurde: Melinda Nadj Abonji bekam für ihren autobiographischen Roman „Tauben fliegen auf“ den Schweizer Buchpreis. Mit ihr endet unsere Reise durch die literarische Schweiz, die eventuell im nächsten Semester fortgesetzt wird.

Der Kurs umfasst 12 Termine in vierzehntätigem Rhythmus. Der erste Teil endet am 18.12.2018 und der zweite Teil beginnt am 5.2.2019 und endet am 9.4.2019.

Fax-Anmeldeformular auf Seite 89

Abmeldungen

Nur persönlich oder schriftlich bei der Geschäftsstelle der VHS möglich!

Kurs-Nr.: 218-110501**„Mit HEBEL in de SUNNE“**

Dozent/in: Inge Hemberger
 Termin: Sonntag, 16.09.2018
 Uhrzeit: 12:00 Uhr
 Anmeldefrist: bis 10.09.2018
 Ort: Landgasthof Sonne, Enkendorfstraße 38
 Kursgebühr: 35,00 €
 Material: Gebühr inkl. Mittagessen mit Dessert,
 Getränke nicht im Preis enthalten

„Chönnt denn d'Welt no besser si?
 Mit sim Trübel, mit sim Wi....“

unter diesem Motto blickt Inge Hemberger in ihrer Wiesentäler Tracht auch in diesem Herbst auf Johann Peter Hebel, und - Sie erfahren etwas aus seinem Leben, - hören altbekannte alemannische Gedichte und - lauschen seinen hochdeutschen Kalendergeschichten



Dabei genießen wir im Wechsel ein meisterlich gerichtetes „SONNEN-Herbstmenü“:

- Rinderkraftbrühe mit Markklößli
- Frischlingspfeffer mit hausgemachten Spätzle
- * Rotkraut mit glasierten Kastanien
- * gefüllte Birne
- * gebratene Waldpilze
- Italienische Zabaione
- * mit hausgemachtem Vanilleparfait
- * im Baumkuchenmantel
- Getränke à la carte (nicht im Preis eingeschlossen)

Lassen Sie sich an einem frischen „Herbschtsunntig“ so richtig verwöhnen
 - in einem feinen Ambiente und in Gesellschaft literarisch-interessierter Menschen!
 Wir freuen uns auf Sie!

Immer für eine Überraschung gut...

Geschenkgutscheine der VHS

Vorträge & Diashows**Kurs-Nr.: 218-110550****Die pädagogische Mobilmachung - Schule in Baden im Zeichen des Nationalsozialismus**

Dozent/in: Dr. phil. Ingeborg Wiemann-Stöhr
 Termin: Mittwoch, 10.10.2018
 Uhrzeit: 19:00 Uhr
 Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
 Eintritt: 6,00 €



Schule und Schulaufsicht, Unterricht und Lehrerschaft, Lehrpläne und Lehrwerke in Baden in der Zeit des „Dritten Reiches“ stehen im Zentrum des Vortrags. In welchem Maße war das badische Schulsystem von den Nationalsozialisten auf ihre „Weltanschauung“ umgestaltet?

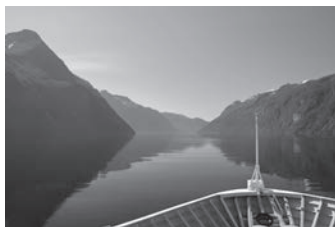
In ihrer Dissertation hat Frau Wiemann-Stöhr viele der in der Literatur allgemein akzeptierten Thesen für Baden falsifiziert und einen neuen Forschungsstand geschaffen, den man vom liberalen Baden nicht erwartet hätte. Sie findet für Baden eigene, vielfach abweichende Verhältnisse und eine nahezu vollständige Nazifizierung der Schule, für die der vom Hauptlehrer bis zum Ministerialdirektor aufgestiegene Karl Gärtner stand. Sein planvoll-visionäres Vorgehen führte dazu, dass in Baden die Weichen gestellt wurden, dass schon ab 1933/34 ein auf der Ideologie des Nationalsozialismus basierender Unterricht erteilt werden konnte.

Kurs-Nr.: 218-110551**Multivisionsshow - „NORWEGEN per Hurtigrute“**

Dozent/in: Peter Stecher
 Termin: Mittwoch, 24.10.2018
 Uhrzeit: 19:00 Uhr
 Ort: Großer Saal, Stadthalle Wehr
 Eintritt: 6,00 €

Sie gilt als die schönste Seereise der Welt: eine Reise mit den Hurtigruten. Kein Wunder, denn von Bergen bis Kirkenes passiert die norwegische Postschifflinie eine spektakuläre Küsten- und Fjordlandschaft. Die Tour führt längs der zerklüfteten norwegischen Westküste, zu der Inselgruppe der Lofoten und zum Nordkap bis nach Kirkenes an der Barentssee und der russischen Grenze.

Sehenswerte Küstenstädte und spektakuläre Fjorde steuern die Schiffe an. Die eigentliche Attraktion dieser Schiffsreise ist jedoch die Natur: einsame, wilde Küstenlandschaften, mächtige Gletscher, steile Berghänge und tosende Wasserfälle.



Der Golfstrom ist in dieser Region für Mensch und Tier lebensspendend. Auch die Fische und Millionen von Seevögeln lieben die warme Strömung.

Erleben Sie in dieser digitalen Bildpräsentation mit Live-Vortrag die fantastische Welt aus Bergen, Gletschern, Fjorden, kleinen Fischerdörfern und Küstenorten.

Kurs-Nr.: 218-110552

Live - HDAV Multimediashow von Iris Kürschner & Dieter Haas: GTA - Durch die vergessenen Alpen des Piemont

Dozent/in: Iris Kürschner & Dieter Haas
Termin: Mittwoch, 14.11.2018
Uhrzeit: 19:30 Uhr
Ort: Großer Saal, Stadthalle Wehr
Karten im Vorverkauf: 13,00 €
Karten an der Abendkasse: 15,00 €



Eine einzigartige Fußreise führt vom ewigen Eis, den Gletschern am nördlichsten Punkt des Piemont, bis zu den Palmenhainen am Strand von Ventimiglia.



Die Multivisionsshow zeichnet eine überraschende Bilderreise unglaublicher Landschaften, köstlicher Küche und Gastgeber, die Besucher wie Freunde empfangen, so dass man am liebsten gleich seine Wanderschuhe schnüren und den Rucksack schultern möchte.

Portrait des Referenten:

Iris Kürschner ist seit ihrer Geburt in der Schweiz von den Bergen infiziert. Eine Kamera kam ihr schon mit 10 Jahren in die Hände und ließ sie nicht mehr los. Anfang der 90er Jahre begann ihre Mitarbeit bei einschlägigen Bergmagazinen, Verlagen und im Fernsehen. Eine ihrer Reportagen über den indischen Himalaya wurde verfilmt: Das Tal der Wolkenmen-

schen in der Serie Länder-Menschen-Abenteuer.

Bald 30 Bücher, Bildbände und Trekkingführer wurden mittlerweile von ihr veröffentlicht. Im schönen Wallis am Aletschgletscher lernte sie den Österreicher Dieter Haas kennen. Ein ideales Team hatte sich gefunden. Die Mehrheit des Jahres sind die Beiden zu Fuß durch alpine Gebirgsregionen unterwegs, am liebsten auf Pfaden abseits des Mainstreams. Im Vordergrund ihrer Reisen stehen vor allem die Menschen, ihr Leben in den Bergen, ihre Ansichten und Weisheiten, der Respekt vor der Natur.

Kurs-Nr.: 218-110553

Weltnomadin auf Reisen - 15 Monate um die Erde (Teil I) Bildvortrag mit Erzählungen

Dozent/in: Nadine Kiefer
Termin: Mittwoch, 21.11.2018
Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Kleiner Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt: 6,00 €



Auf dem Landweg nach Indonesien...

Zunächst ging es mit der Transsibirischen Eisenbahn durch die herbstliche Taiga zum Baikalsee, der größte Frischwasservorrat der Erde. Weiter durch die Mongolei mit der facettenreichen Gobi-Wüste und bis nach Peking in China. Mit Bus und Bahn quer durch Südostasien, wo eine große Vielfalt an Landschaften und Kulturen allgegenwärtig ist. Vor allem die Flora und Fauna, einmalige Naturlandschaften und authentische Begegnungen mit den Einheimischen prägen die Schlüsselerlebnisse auf Nadines Reise. Bis Indonesien wurde nur auf dem Land- und Seeweg gereist. Zu den Höhepunkten gehören das Leben mit den Steppennomaden der Mongolei, das Wandern auf der Großen Chinesischen Mauer, die majestätischen Tempel von Angkor, Campen im tropischen Regenwald, die Begegnung mit wilden Orang Utans auf Sumatra und die bunte Unterwasserwelt im Komodo Nationalpark.



Nadine Kiefer aus Gersbach fand nach dem Abitur während eines einjährigen Work & Travel- Aufenthaltes in Neuseeland ihre Leidenschaft fürs Reisen. Nach dem Studium in BWL-Tourismus arbeitete sie im Tourismus-Marketing und machte sich

schließlich im September 2014 auf zu einer Weltreise. Sie liebt es andere Kulturen und Lebensweisen kennen und lernen. Schon immer galt ihr Interesse wilden Tieren, der Natur sowie deren Schutz. Die besuchten Naturparadiese gehören somit zu den Höhepunkten der Reisen. Mittlerweile bereiste sie über 37 Länder, bevorzugt auf dem Landweg. Seit 2009 berichtet sie in Vorträgen von ihren Reisen.



Kurs-Nr.: 218-110554

**Bewerbungshilfe (Workshop)
Tipps und Tricks für Ihre erfolgreiche Bewerbung**



Dozent/in: Annette Walter
Termin: Samstag, 13.10.2018
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 12:30 Uhr
Ort: Museum der Stadt Wehr
Kursgebühr: 42,00 €
Material: Schreibmaterial und eigenes Notebook / Tablet

So überzeugen Sie mit Ihrer Bewerbung! Dieser Workshop hilft Ihnen, sich und Ihre Fähigkeiten optimal zu präsentieren. Mit Ihrem eigenen Notebook/Tablet erstellen Sie vor Ort Ihre eigenen Bewerbungsunterlagen und erhalten Tipps und Tricks vom Profi!

Kurs-Nr.: 218-110555

Digitalisierung: Wohin entwickelt sich unsere Gesellschaft?



Dozent/in: Holger Hagenlocher
Termin: Mittwoch, 23.01.2019
Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Kleiner Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt: 6,00 €

Die Digitalisierung ist voll im Gange und zieht in alle Lebensbereiche ein. Privat und beruflich spüren wir bereits jetzt die Auswirkungen. Noch immer stehen wir am Anfang. Doch der Digitalisierungs-Zug nimmt Fahrt auf und vielen Unternehmen geht

es darum, auf den fahrenden Zug aufzuspringen, um nicht den Anschluss zu verlieren.

Doch was sind die Folgen für den Arbeitsmarkt und die Gesellschaft? Wie verändern sich unser privates Leben und die Anforderungen angesichts Robotik und Künstlicher Intelligenz? Droht uns durch die Digitalisierung eine weitere Spaltung der Gesellschaft? Die Veränderungen können weitreichende Folgen auf das bestehende System der sozialen Sicherung und den Zusammenhalt der Gesellschaft haben, weshalb es gilt, sich aktiv auf die zukünftigen Entwicklungen einzustellen.

In seinem Vortrag stellt Holger Hagenlocher, freier Journalist und Lehrbeauftragter an verschiedenen Hochschulen, den aktuellen Stand der Digitalisierung dar und gibt einen Ausblick auf Trends und Strömungen. Dabei möchte er das Publikum für Chancen und Risiken sensibilisieren. Um die digitale Spaltung der Gesellschaft abzumildern, plädiert er für eine Bildungsoffensive sowie das Übernehmen gesellschaftlicher Verantwortung durch Unternehmen.

Der Vortrag wendet sich besonders an interessierte Einsteiger in das Thema, die sich grundlegend zur Digitalisierung informieren möchten.

Kurs-Nr.: 218-110556

**Kinder- und Frauenarbeit in Südbaden im 19. Jahrhundert
Die vergessene Kehrseite der Industrialisierung**



Dozent/in: Andreas Müller
Termin: Mittwoch, 16.01.2019
Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Kleiner Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt: 10,00 € / 8,00 € erm.

Mit Beginn der Industrialisierung zu Beginn des 19. Jahrhunderts waren viele Bewohner des südlichen Schwarzwaldes gezwungen, als Arbeiter in den neu geschaffenen Fabriken ihr Brot zu verdienen. Doch auch bei bis zu 13stündiger Arbeitszeit reichte der Lohn nicht aus, um eine Familie zu ernähren. Somit war oftmals auch die Ehefrau gezwungen, den mitunter weiten Weg zur Fabrik anzutreten. Zum ersten Mal in der Geschichte wurden Frauen in größerem Umfang in Fabriken beschäftigt. Doch damit nicht genug; auch Kinder ab 9 Jahren mussten zum Lebensunterhalt der Familie beitragen. Dies wurde von Seiten des Staates unterstützt, damit die Kinder „nicht dem Müßiggang und Bettelei anheimfallen“. Was dies für die Gesundheit der Kinder, insbesondere den jungen Mädchen und für die Schulbildung bedeutet hat, ist nach zu vollziehen.

FÜHRUNGEN UND AUSFLÜGE

Auszug aus dem Jahresprogramm der Spätlese 2018

Spätlesefahrt August

Fahrt zum Seelisberg CH mit Schiff und Standseilbahnfahrt inkl. Mittagessen
Donnerstag, 02.08.2018

Spätlesefahrt September

„Vogtsbauernhöfe“ in Gutach im Schwarzwald
Donnerstag, 06.09.2018

Spätlesefahrt Oktober

Kaiserstuhlrundfahrt zur Weinlese mit zünftiger Einkehr
Donnerstag, 04.10.2018

Spätlesefahrt November

Besuch des Orgelmuseums Waldkirch
Donnerstag, 08.11.2018

Spätlesefahrt Dezember

Fahrt zu einem Weihnachtsmarkt, Nikolausfeier für unsere treuen Spätlesefahrerinnen und Spätlesefahrer
Mittagessen im schönen Breisgau!
Donnerstag, 06.12.2018

Änderungen vorbehalten!!! Bitte beachten Sie die Pressemitteilungen im Wehratalkurier oder in den Tageszeitungen. Dort werden auch erst die Abfahrtszeiten bekannt gegeben. Wir geben auch gerne telefonische Auskunft, Tel.: 07762/808601 (Volkshochschule Wehr). Anmeldungen werden erst 14 Tage vor der jeweiligen Fahrt bei der Volkshochschule Wehr entgegen genommen.



Kurs-Nr.: 218-115500

Baselführung

Dozent/in: Dr. Ingrid Bißwurm, Lehrerausbildnerin / Kunsthistorikerin
Beginn: Samstag, 29.09.2018
Treffpunkt: Bahnhof Wehr- Brennet 9.30 Uhr – Rückfahrt vom Badischen Bahnhof 16.47 Uhr
Ort: Basel Gang zu Fuß vom Badischen Bahnhof bis zum Münsterplatz und in die Innenstadt
Kursgebühr: 30,00 €
Fahrkarte: 9,00 €
Nicht inbegriffen sind die Kosten, die in der Mittagspause entstehen und die Fahrkarte der Fähre.

Die Führung beginnt am Badischen Bahnhof, von dort geht es zur Mustermesse, mit kurzem Halt an der Clarakirche bis zur Mittleren Rheinbrücke. Den Rhein nach Großbasel überqueren wir mit der Fähre, die uns unterhalb des Münsters an Land bringt. Vor und im Münster führe ich in die Baugeschichte ein. Danach besuchen wir frühe Zeugen der Besiedlung Basels. Zu einer Mittagspause begeben wir uns in die Innenstadt zum Andreasplatz. Insgesamt führt uns der Weg zeitlich vom 21. Jahrhundert bis zu den Kelten ins erste vorchristliche Jahrhundert. Um Anmeldung bis 22.09. wird gebeten, um eine günstigere Fahrkarte zu besorgen.

KULTUR, KUNST UND MUSIK

Kurs-Nr.: 218-201500

Gitarrenkurs für Anfänger

Dozent/in: Gerhard Ulrich
Beginn: Montag, 24.09.2018 (1. Informationstreffen mit Gruppeneinteilung)
Termin: 12 x montags
Uhrzeit: 18:00 Uhr - 19:00 Uhr
Ort: Zimmer 002, Neubau, Gemeinschaftsschule Wehr
Kursgebühr: 84,00 €

Ein Rockstar wird man zwar nicht in einem Gitarrenkurs, aber man kann sich elementare Kenntnisse auf der Gitarre aneignen. Das populärste Instrument ist und bleibt die Gitarre auf jeden Fall. Der Kurs wird in verschiedene Gruppen aufgeteilt, so dass

man von kinderleicht bis ganz schön stark lernen kann. Kursteilnehmer sollten mindestens 12 Jahre alt sein, nach oben gibt es keine Grenze. Anmeldungen sind auch beim ersten Treffen möglich.

Kurs-Nr.: 218-201501

Gitarrenkurs für Fortgeschrittene

Dozent/in: Gerhard Ulrich
 Beginn: Montag, 24.09.2018 (1. Informationstreffen mit Gruppeneinteilung)
 Termin: 12 x montags
 Uhrzeit: 19:15 Uhr - 20:15 Uhr
 Ort: Zimmer 002, Neubau, Gemeinschaftsschule Wehr
 Kursgebühr: 84,00 €

Siehe Kurs-Nr.: 218-201500

Kurs-Nr.: 218-201502

CAJON SPIELEN lernen

Dozent/in: Fritz Rollbühler
 Beginn: Donnerstag, 27.09.2018
 Termin: 10 x donnerstags
 Uhrzeit: 18:00 Uhr - 19:00 Uhr
 Ort: Musiksaal, Talschule I
 Kursgebühr: 100,00 €

Jeder kennt mittlerweile dieses kleine, einer „hölzernen Transportkiste“ ähnelnde Schlaginstrument. Aber wie spielt man darauf richtig? Wie entlockt man ihm einen saten Bass-, Snare- oder Tipton? Gibt es spezielle Schlagtechniken? An 10 Abenden werden sich die Teilnehmer in kleiner Runde spielerisch mit dem CAJON vertraut gemacht. Im Mittelpunkt soll aber das Zusammenspielen in der Gruppe stehen - das gemeinsame „Grooven“, das sehr viel Spaß macht!

Anmeldung!

Nur schriftlich mit der beiliegenden Anmeldekarte, dem Fax-Anmeldeformular, online unter: www.vhs-wehr.de oder per E-Mail möglich!

Kurs-Nr.: 218-201503

CAJON SPIELEN für Fortgeschrittene

Dozent/in: Fritz Rollbühler
 Beginn: Donnerstag, 27.09.2018
 Termin: 10 x donnerstags
 Uhrzeit: 19:15 Uhr - 20:15 Uhr
 Ort: Musiksaal, Talschule I
 Kursgebühr: 100,00 €

Siehe Kurs-Nr.: 218-201502

Kurs-Nr.: 218-201504

Handarbeitskreis: Sticken, stricken, häkeln

Dozent/in: Lydia Albiez, Christine Voss
 Beginn: Donnerstag, 27.09.2018
 Termin: Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat
 Uhrzeit: 19:30 Uhr
 Ort: Museum der Stadt Wehr
 Kursgebühr: frei!

Wir sind eine Gruppe, die Freude am sticken, stricken und häkeln hat. Wer Interesse hat, ist herzlich zur Mitarbeit und zum Erfahrungsaustausch eingeladen. Gebühren für den Arbeitskreis fallen nicht an. Bei Rückfragen stehen Ihnen Frau Christine Voss, Tel. 07762/806368 und Frau Lydia Albiez, Tel. 07762/3785 gerne zur Verfügung.

Kurs-Nr.: 217-201505

Fotofreunde Wehr (Arbeitsgruppe)

Dozent/in: Sandra Scherer
 Beginn: Donnerstag, 05.10.2017
 Termin: Jeden 1. Donnerstag im Monat (3. Donnerstag, wenn der 1. Donnerstag auf einen Feiertag o.ä. fällt)
 Uhrzeit: 20:00 Uhr
 Ort: Museum der Stadt Wehr
 Kursgebühr: frei!

Die Fotofreunde sind eine Arbeitsgruppe, die sich bereits seit 1986 regelmäßig trifft, um Bilder und Foto-Techniken zu diskutieren, Projekte und Ausstellungen vorzubereiten sowie sich mit Gleichgesinnten zu fotografischen Themen auszutauschen. Es sind Teilnehmer aller Altersgruppen und Kenntnisstände

herzlich willkommen.

Die Fotofreunde setzen sich auch Jahresthemen, mit denen jeder Teilnehmer sich im Laufe des Jahres beschäftigen und entsprechende Bilder an den Themenabenden mitbringen sollte. Außerdem sind natürlich auch Bilder zu freien Themen - je nach Interesse der einzelnen Fotografen - gerne gesehen. Es kommen sowohl analoge als auch digitale Aufnahmetechniken zum Zuge, an allen Terminen stehen Laptop und Beamer zur Verfügung, außerdem besteht an einigen Terminen auch die Möglichkeit Dias zu zeigen. Ebenso werden manchmal Zusatztermine zu speziellen Themen, Ausflüge o.ä. organisiert. Alle zwei Jahre wird eine Fotoausstellung im Alten Schloss in Wehr organisiert.

Die Fotofreunde sind eine gesellige Runde mit Teilnehmern jeden Alters und freuen sich immer über neue Teilnehmer, die zu der Gruppe dazu stoßen möchten.

Weitere Infos, aktuelle Termine und Treffpunkte finden Sie unter www.fotofreunde-wehr.de.

Bei zusätzlichen Fragen oder Interesse an der Teilnahme sind die Fotofreunde unter info@fotofreunde-wehr.de zu erreichen.

Kurs-Nr.: 218-201506

Keramikwerkstatt für Anfänger und Fortgeschrittene

Dozent/in: Christa Keser
Beginn: Mittwoch, 26.09.2018
Termin: 8 x mittwochs
Uhrzeit: 19:30 Uhr - 21:30 Uhr
Ort: Werkraum, Schule Öflingen
Gebühr: 96,00 €

Mit den eigenen Händen ein Werkstück formen - da kann man sich entspannen und auf neue Ideen kommen. In dem Kurs werden Anfänger in die Techniken des Töpfers eingeführt. Fortgeschrittene können verschiedene Aufbautechniken kennen lernen, aus denen sich Keramik für Haus und Garten herstellen lässt. Ton kann im Kurs erworben werden.

Besuchen Sie uns im Internet:

www.vhs-wehr.de

Kurs-Nr.: 218-201507

Keramikwerkstatt für Anfänger und Fortgeschrittene

Dozent/in: Christa Keser
Beginn: Donnerstag, 27.09.2018
Termin: 8 x donnerstags
Uhrzeit: 19:30 Uhr - 21:30 Uhr
Ort: Werkraum, Schule Öflingen
Gebühr: 96,00 €

Siehe Kurs-Nr.: 218-201506

Kurs-Nr.: 218-201508

Grundkurs „Schmiedekunst“

Dozent/in: Marcel Rosello, Kunstschmied
Beginn: Freitag, 21.09.2018
Termin: 4 x freitags
Uhrzeit: 18:30 Uhr - 20:30 Uhr
Ort: Atelier Marcel Rosello (Gewerbeareal Wehra), Todtmooser Straße 43 (Halle 5.6)
Kursgebühr: 116,00 €
Materialgebühr: 20,00 €
Material: Sicherheitsschuhe oder feste Schuhe, Arbeitskleidung (Synthetik vermeiden).



In diesem Kurs werden wir die Grundlagen des Schmiedens behandeln und dabei eine Rose herstellen. Danach besteht die Möglichkeit eigene Entwürfe umzusetzen.

Zum Schmieden ist niemand zu jung oder zu alt, bitte vergessen Sie aber nicht: Schmieden ist ein altes Handwerk, an offenem Feuer und körperliche Arbeit.

Weitere Informationen finden Sie unter www.der-spanische-schmied.com.



Kurs-Nr.: 218-201509

Gestalten mit Metall I

Dozent/in: Marcel Rosello, Kunstschmied
Beginn: Mittwoch, 26.09.2018
Termin: 5 x mittwochs
Uhrzeit: 18:30 Uhr - 20:30 Uhr
Ort: Atelier Marcel Rosello (Gewerbeareal Wehra), Todtmooser Straße 43 (Halle 5.6)



Kursgebühr: 145,00 €
 Materialgebühr: 25,00 €
 Material: Sicherheitsschuhe oder feste Schuhe, Schutzbrille, evtl. Schweisshelm, Arbeitskleidung (Synthetik vermeiden).

Vom Kerzenständer bis zur Gartenskulptur aus Metall - es wird zurecht geschnitten, geschweisst, gebogen und geschmiedet. In diesem Kurs steht die eigene Kreation im



Vordergrund. Damit dies gelingt, steht Marcel Rosello mit Rat zur Seite und erklärt die notwendigen Grundlagen des Metallgestalten, während jeder Teilnehmer der eigenen Kreativität freien Lauf lassen kann. Um die Lerninhalte optimal vermitteln zu können, sind die Plätze begrenzt.

Zum Schmieden ist niemand zu jung oder zu alt, bitte vergessen Sie aber nicht: Schmieden ist ein altes Handwerk, an offenem Feuer und körperliche Arbeit.

Weitere Informationen finden Sie unter www.der-spanische-schmied.com.

Kurs-Nr.: 218-201510

Gestalten mit Metall II

Dozent/in: Marcel Rosello, Kunstschmied
 Beginn: Mittwoch, 14.11.2018
 Termin: 5 x mittwochs
 Uhrzeit: 18:30 Uhr - 20:30 Uhr
 Ort: Atelier Marcel Rosello (Gewerbeareal Wehra), Todtmooser Straße 43 (Halle 5.6)
 Kursgebühr: 145,00 €
 Materialgebühr: 25,00 €
 Material: Sicherheitsschuhe oder feste Schuhe, Schutzbrille, evtl. Schweisshelm, Arbeitskleidung (Synthetik vermeiden).



Siehe Kurs-Nr.: 218-201509

Kurs-Nr.: 218-201511

Betrachtung einzelner ausgewählter Werke im Kunstmuseum Basel (Workshop)

Dozent/in: Dr. Ingrid Bißwurm, Lehrerausbildnerin / Kunsthistorikerin

Termin: Freitag, 09.11.2018: 16.00 - 19.00 Uhr vorbereitende Bildbetrachtung der Werke (Museum der Stadt Wehr)
 Samstag, 10.11.2018: Abfahrt Bahnhof Wehr- Brennet 9.30 Uhr – Rückfahrt vom Badischen Bahnhof 16.47 Uhr
 Ort: Museum der Stadt Wehr
 Kursgebühr: 38,00 €
 Fahrkarte: 9,00 €
 Material: Nicht in der Kursgebühr inbegriffen sind die Kosten für den Eintritt und diejenigen, die in der Mittagspause entstehen.

Zur vertieften Betrachtung wurden einige Kunstwerke des Kunstmuseums ausgewählt. In einer vorbereitenden Sitzung am Freitag werden die Bilder genau betrachtet, am Samstag die Erkenntnisse vor dem Original erweitert. Im Museum selbst ist noch Zeit für einen eigenen Rundgang eingeplant.

Online anmelden unter:
www.vhs-wehr.de

Kurs-Nr.: 218-201512

Malkreis Öfflingen

Dozent/in: Hansjörg Bißwurm
 Beginn: Dienstag, 18.09.2018
 Termin: 10 x dienstags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
 Ort: Werkraum, Schule Öfflingen
 Kursgebühr: 107,00 €
 Material: Mitzubringen sind Arbeitsmaterial nach eigener Wahl und Acrylfarben. Alles weitere nach Absprache.



Im Malkreis treffen sich weiterhin Menschen jeden Alters, von nah und fern, mit Interesse am Malen. Schwerpunkte sind die technischen und kreativen Möglichkeiten der Acrylmalerei, die erprobt und weiterentwickelt werden für die eigenen Bedürfnisse und Bildideen. Aber auch andere Farben und Techniken können gerne eingebracht und auf Wunsch erlernt werden.

Es wird teilnehmerorientiert in einer Gruppe bis zehn Personen gearbeitet. Ob Anfänger/in oder Fortgeschrittene/r: Individuelle Anregungen des Kursleiters und gegenseitige Anregungen sowie das Malen in einer Gruppe wecken und entwickeln die Freude am Malen.



MALSCHULE
ELENA ROMANZIN
Maltechnik & Workshops

Workshops & wöchentliche Kurse nach Maltechniken:

Acryl, Aquarell, Pastell und Zeichnen

Das Unterrichtsangebot der Malschule Elena Romanzin gliedert sich in ein- und zweitägige Wochenendkurse in vier verschiedenen Maltechniken, sowie kontinuierliche wöchentliche Kurse in Acryl. Die Dozentin berücksichtigt den jeweiligen Stand der einzelnen Teilnehmer und passt den Anspruch mit der Zeit dem individuellen Fortschritt an.

An unverbindlichen und kostenfreien Info-Nachmittagen wird anschaulich und mit kleinen Demonstrationen das neue Kursprogramm vorgestellt.

Wochenendprogramm (1-2 tägige in sich abgeschlossene Workshops, Sa./So., 6,5 bzw. 13 Stunden, 9:00 - 16:30 Uhr, 1 Stunde Pause*):

Die Workshops richten sich an all diejenigen, die einmal in die jeweilige Maltechnik hinein schnuppern wollen oder unter Anleitung eine neue Stilrichtung erlernen möchten, ohne bereits in die Malmittel investieren zu müssen. Vorhandene Grundkenntnisse sind durchaus willkommen, da sie zu realistischeren Ergebnissen führen, sind aber keine Voraussetzung.

*Für die einstündige Mittagspause der Wochenendkurse besteht die Möglichkeit eines gemeinsamen Mittagstisches mit vergünstigter Mittagskarte im Storchehus. Nutzen Sie die Gelegenheit zu weiterführenden Gesprächen mit den anderen Kursteilnehmern und der Dozentin.

Wöchentliche Maltechnik-Kurse in Acryl (12 Wochen, 24 Stunden):

Die wöchentlichen Maltechnik-Kurse richten sich an diejenigen, die die Acrylmalerei von der Pike auf erlernen und kontinuierlich verbessern möchten. Anhand von Landschaftsgemälden wird die gesamte Farbpalette aus den Primärfarben abgeleitet und die Bildkompositionen zunehmend komplexer entwickelt. Für einen Neueinstieg werden die Mittwochskurse empfohlen.

Ausführliche Kursbeschreibungen & Buchungslinks:
www.elenaromanzin.com/malschule

Kostenloser Info-Nachmittag zum neuen Kursangebot

Kurs-Nr.: 218-201513

Informationsnachmittag der Malschule Elena Romanzin

Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Samstag, 08.12.2018
Termin: 1 x samstags
Uhrzeit: 15:00 Uhr - 17:00 Uhr
Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
Eintritt: frei!

Wer die Malerei von der Pike auf lernen möchte oder nur einmal in die ein oder andere Maltechnik hinein schnuppern möchte, ist in der Malschule Elena Romanzin gut aufgehoben. Aber was genau muss ich können bzw. mitbringen oder



was genau wird in den neuen Kursen vermittelt? Für alle offenen Fragen, kleine Präsentationen und ein erstes Kennenlernen gibt es diesen Info-Nachmittag. Die neuen Kurse und Workshops für das Frühjahr 2019 werden präsentiert, erklärt und mit Beispielen veranschaulicht. Kommen Sie uns unverbindlich in dem Veranstaltungsort der Kurse in der Talschule besuchen.

Wochenendkurse in ACRYL (1 & 2 Tage)

Kurs-Nr.: 218-201514

Nachtlandschaften

Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Samstag, 15.09.2018 / Sonntag, 16.09.2018
Termin: 1 x samstags / sonntags (insgesamt 13 Stunden, jeweils 1 Stunde Mittagspause)
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
Kursgebühr: 99,00 €
Materialgebühr: 22,00 €
Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, Leinwand 50x70cm, alle Zeichen- /Malmaterialien & Acrylfarben.

Gerne können Sie auch Ihre eigenen Malutensilien und Fotovorlagen zu Nachtlandschaften mitbringen.

In diesem Kurs gehen wir auf die Lichtverhältnisse und Farbpaletten von Nachtlanschaften ein. Wir stellen uns dabei folgende Fragen: Wie ändern sich die Farben in einer Landschaft, in der es mehr als eine Lichtquelle gibt bzw. die Landschaft nachts vom Mond beleuchtet wird? Wie malt man realistisch Sterne und Mond? In diesem Workshop werden in einfachen Motiven die typischen Farben, Reflexionen und Lichteinflüsse von Nachtszenen auf Leinwand ganz ohne Schwarz eingefangen. Dadurch entsteht eine leicht dramatische, melancholische bzw. expressive Stimmung.

Dazu werden in Demonstrationen und Praxisübungen kurz die grundlegenden Techniken der Acrylmalerei und der Aufbau eines Acrylgemäldes vermittelt. Danach werden Sie Schritt für Schritt durch Ihr Werk begleitet, bis Sie abschließend mit gezielt gesetzten Effekten die Stimmung in Ihrem Werk unterstreichen.

Kurs-Nr.: 218-201515

Einführung in die Acrylmalerei

Dozent/in: Elena Romanzin
 Beginn: Samstag, 27.10.2018
 Termin: 1 x samstags (1 Stunde Mittagspause)
 Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
 Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
 Kursgebühr: 59,00 €
 Materialgebühr: 18,00 €
 Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, Leinwand 30x40cm, alle Zeichen- & Malutensilien



Acrylmalerei ist inzwischen eine der meist verwendeten Maltechniken. Aber was ist das besondere an Acrylfarben? Was sind die Unterschiede auf dem unübersichtlichen Farbmarkt? Und wie genau muss man sie für ein optimales Ergebnis anwenden?

In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie Acrylfarben korrekt anwenden. Mit einer Grundpalette an Farben schaffen wir uns die Basis für alle weiteren Farben. Sie erfahren, wie Sie eine Leinwand grundieren, die Techniken zum Übertragen Ihrer Zeichnung, welche Art von Pinseln sich eignen und viel mehr. Während dieses Kurses entwickeln wir ebenfalls ein 30x40 cm Gemälde einer Landschaft bzw. eines Ausschnitts.

Dieser Kurs richtet sich insbesondere an Anfänger in der Acryl-Maltechnik sowie diejenigen, die ihre Grundlagen solider ausbauen wollen.

Kurs-Nr.: 218-201516

Fehlerlösungen in der Acrylmalerei

Dozent/in: Elena Romanzin
 Beginn: Sonntag, 28.10.2018
 Termin: 1 x sonntags (1 Stunde Mittagspause)
 Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
 Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
 Kursgebühr: 59,00 €
 Materialgebühr: 18,00 €
 Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, Papier & Malgründe, alle Zeichen- & Malutensilien



Acrylmalerei ist einfach und macht Spaß. Es gibt jedoch einige Dinge zu beachten, um Probleme beim Malen zu vermeiden. Auch wenn etwas schief gegangen ist, können Sie mit ein paar Tricks Ihr Werk noch retten, anstatt es übermalen zu müssen.

In diesem Kurs werden wir einige häufige Fehler analysieren, die beim Malen in Acryl entstehen. Einige dieser Problemfälle, die wir in diesem Workshop behandeln werden, sind das Malen von hellen Farben über dunklen Hintergründen, wie man die gewünschte Deckung erreicht, wie man räumliche Tiefe ins Gemälde bringt, wie man unbeabsichtigte Farbflächen entfernt und wie man einen schmutzigen oder über-sättigten Gesamteindruck verhindert. Der Workshop wird von praktischen Übungen auf Malgrund und Papier begleitet. Dieser Kurs eignet sich für Anfänger sowie Fortgeschrittene, die ihre Grundlagen solider ausbauen wollen.

Ihre Anmeldung zu einem Kurs gilt als bestätigt, falls Sie keine Absage erhalten.

Eine besondere Anmeldebestätigung erfolgt nicht.

Bitte beachten Sie die Geschäftsbedingungen der VHS Wehr

Sie sind auf Seite 53-54 abgedruckt und regeln die Einzelheiten zu den Veranstaltungen der VHS!

Kurs-Nr.: 218-201517

Mediterrane Landschaften

Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Samstag, 03.11.2018 / Sonntag, 04.11.2018
Termin: 1 x samstags / sonntags (insgesamt 13 Stunden, jeweils 1 Stunde Mittagspause)
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
Kursgebühr: 99,00 €
Materialgebühr: 22,00 €
Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, Leinwand 50x70cm, alle Zeichen- /Malmaterialien & Acrylfarben.
Gerne können Sie auch Ihre eigenen Malutensilien und Fotovorlagen zu mediterranen Landschaften mitbringen.

Gehen Sie an diesem Wochenende auf eine kreative Reise in eine mediterrane Landschaften. In einfachen bzw. mittelschweren Motiven werden die warmen Farben und Lichteinflüsse eingefangen, z.B. Toskana, Provence, Griechenland, Nordafrika oder einer spanischen Landschaft. Das 2-tägige zusammenhängende, 13-stündige Maltechnik-Wochenende bietet somit eine interessante Alternative zu den wöchentlichen 2-stündigen Kursen. Es erfordert keine Vorkenntnisse und richtet sich an all diejenigen, die die Malerei anhand von Themenlandschaften solide von der Pike auf erlernen bzw. verfeinern möchten. Dazu werden in Demonstrationen und Praxisübungen kurz die grundlegenden Techniken der Acrylmalerei, die Herstellung aller Farben aus den Elementarfarben und der Aufbau eines Acrylgemäldes vermittelt.

Kurs-Nr.: 218-201518

Himmel & Wolken

Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Samstag, 10.11.2018
Termin: 1 x samstags (1 Stunde Mittagspause)
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
Kursgebühr: 59,00 €
Materialgebühr: 20,00 €
Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, Leinwand 50x50cm, alle Zeichen- & Malutensilien

In diesem Workshop stehen Wolkenformationen und Himmelsstimmungen im Mittelpunkt. Wie kann man einen Himmel mit der richtigen räumlichen Tiefe malen? Wie erhält man weiche und graduelle Farbübergänge? Wie malt man Wolken, die flauschig und nicht massiv aussehen? Das alles können Sie in diesem Workshop erlernen!

In einfachen Motiven werden die typischen Farben, Reflexionen und Lichteinflüsse eingefangen und auf einer Leinwand umgesetzt. Gemalt wird im trendigen quadratischen 50x50cm Format. Sie werden hierbei Schritt für Schritt durch Ihr Werk begleitet, bis Sie abschließend mit gezielt gesetzten Effekten die Stimmung in Ihrem Werk herausgearbeitet haben. Dieser Kurs ist mit einfacheren Motiven auch für Anfänger geeignet.

Kurs-Nr.: 218-201519

1 Objekt: Kerzenlicht

Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Samstag, 24.11.2018
Termin: 1 x samstags (1 Stunde Mittagspause)
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
Kursgebühr: 59,00 €
Materialgebühr: 18,00 €
Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, Leinwand 30x40cm, alle Zeichen- & Malutensilien

In der Acryl-Reihe „Ein Objekt“ konzentrieren wir uns auf ein Element und schenken ihm dafür die volle Aufmerksamkeit. In diesem Kurs geht es um das Licht einer Kerze. Wie malt man eine flackernde Flamme? Wie werden die Farben des Umfeldes von der Flamme einer Kerze beeinflusst?

Wir lernen, wie man Dunkelheit ohne Schwarz erzeugen kann und wie Sie mit einer einfachen Farbpalette warme Farbtöne und starke Farbkontraste erzielen.

Dazu werden in Demonstrationen und Praxisübungen kurz die grundlegenden Techniken der Acrylmalerei, die Herstellung aller Farben aus den Elementarfarben und der Aufbau eines Acrylgemäldes vermittelt. Ziel des Kurses ist ein Acrylgemälde mit einer leuchtende Kerze im Dunkeln auf einer 30x40 cm großen Leinwand.

Für diesen Kurs sind Grundkenntnisse in der Acrylmalerei empfohlen.

Kurs-Nr.: 218-201520

1 Objekt: Metall

Dozent/in: Elena Romanzin
 Beginn: Sonntag, 25.11.2018
 Termin: 1 x sonntags (1 Stunde Mittagspause)
 Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
 Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
 Kursgebühr: 59,00 €
 Materialgebühr: 18,00 €
 Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, Leinwand 30x40cm, alle Zeichen- & Malutensilien

In der Acryl-Reihe „Ein Objekt“ konzentrieren wir uns auf ein Element und schenken ihm dafür die volle Aufmerksamkeit. Inhalt dieses Kurses ist das Element Metall. An einfachen Sujets ergründen wir die metallische Oberfläche des Objektes und werden diese mit realistischen Farben, Glanz- und Lichteinflüssen so auf der Leinwand einfangen, dass eine räumliche Tiefe entsteht.

Dazu werden zunächst in Demonstrationen und Praxisübungen kurz die grundlegenden Techniken der Acrylmalerei, die Herstellung aller Farben aus den Elementarfarben und der Aufbau eines Acrylgemäldes vermittelt. Ziel des Kurses ist ein fertiges Acrylgemälde mit einem Element vor einem Hintergrund auf einer 40x30 cm großen Leinwand.

Für diesen Kurs sind Grundkenntnisse in der Acrylmalerei empfohlen.

Wöchentliche Maltechnik-Kurse in ACRYL (12 Wochen, 24 Stunden)

Basierend auf den individuellen Vorkenntnissen vermittelt die Dozentin weiterführende Maltechniken. Die Landschaften werden zunehmend komplexer und beinhalten schwierigere Lichteffekte, Reflexionen und Details. Der Kursteilnehmer hält am Ende des Kurses ein fertiges und versiegeltes Landschaftsgemälde in der Größe 50x70 cm in seinen Händen. Für einen Neueinstieg werden die Mittwochskurse empfohlen.

Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, Leinwand 50x70cm, alle Zeichen- / Malmaterialien & Acrylfarben. Bitte mitbringen: Tischstaffelei und Pinsel für Acrylmalerei nach Gespräch mit der Dozentin.

Weitere Informationen: www.elenaromanzin.com/malschule

Kurs-Nr.: 218-201521

Landschaftsmalerei am Montag (Maltechnik-Kurs: Acryl auf Leinwand)

Dozent/in: Elena Romanzin
 Beginn: Montag, 10.09.2018
 Termin: 12 x montags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
 Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
 Kursgebühr: 165,00 €
 Materialgebühr: 22,00 €

Kurs-Nr.: 218-201522

Landschaftsmalerei am Dienstag (Maltechnik-Kurs: Acryl auf Leinwand)

Dozent/in: Elena Romanzin
 Beginn: Dienstag, 11.09.2018
 Termin: 12 x dienstags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
 Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
 Kursgebühr: 165,00 €
 Materialgebühr: 22,00 €

Anmeldung

Wie melde ich mich an?

- nur schriftlich nach Erscheinen des Programms
- Anmeldekarten und Fax-Vordruck im Heft
- per Internet oder E-Mail
- Telefonische Anmeldungen können nicht entgegengenommen werden!

Ihre Anmeldung ist verbindlich!

- Sie wird nicht bestätigt.
- Nur bei Änderungen und Kursabsagen werden Sie benachrichtigt.

Immer für eine Überraschung gut...

Geschenkgutscheine der VHS

Kurs-Nr.: 218-201523

Landschaftsmalerei am Nachmittag (Maltechnik-Kurs: Acryl auf Leinwand)

Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Mittwoch, 12.09.2018
Termin: 12 x mittwochs
Uhrzeit: 16:30 Uhr - 18:30 Uhr
Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
Kursgebühr: 165,00 €
Materialgebühr: 22,00 €
Besonders geeignet für Neueinsteiger!

Kurs-Nr.: 218-201524

Landschaftsmalerei am Mittwoch (Maltechnik-Kurs: Acryl auf Leinwand)

Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Mittwoch, 12.09.2018
Termin: 12 x mittwochs
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
Kursgebühr: 165,00 €
Materialgebühr: 22,00 €

Wochenendkurse in AQUARELL (1 Tag)

Kurs-Nr.: 218-201525

Herbst!

Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Samstag, 17.11.2018
Termin: 1 x samstags (1 Stunde Mittagspause)
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
Kursgebühr: 59,00 €
Materialgebühr: 18,00 €
Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, Hahnemühle Aquarellpapier, alle Zeichen- /Malmaterialien & Schmincke Aquarellfarben. Bitte mitbringen: Mindestens 26x34cm grosse Mappe, um Werke Heim zu bringen.

Im Herbst zeigt die Natur eine erstaunliche Farbpalette! Schöne orange, rote, ockerfarbene Töne explodieren in einer Vielzahl von Formen und Farbnuancen, bevor sich der Winter ankündigt. Stimmungsvolle Landschaften, farbfrohe Blätter und Bäume sind ein Traum für jeden Aquarellmaler. Schritt für Schritt werden Sie bemerken, wie das Auftragen verschiedener Farben Ihrer Arbeit Textur verleiht.

Dazu werden zunächst in Form von Demonstrationen und Praxisübungen kurz die grundlegenden Techniken der Aquarellmalerei und die Erklärung über Materialien und Utensilien vermittelt. Dieser Workshop eignet sich sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene, da die Themen und Kompositionen einfacher oder komplexer sein können. In diesem Kurs entstehen etwa 1-2 Aquarelle.

Kurs-Nr.: 218-201526

Steine

Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Sonntag, 18.11.2018
Termin: 1 x sonntags (1 Stunde Mittagspause)
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
Kursgebühr: 59,00 €
Materialgebühr: 18,00 €
Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, Hahnemühle Aquarellpapier, alle Zeichen- /Malmaterialien & Schmincke Aquarellfarben. Bitte mitbringen: Mindestens 26x34cm grosse Mappe, um Werke Heim zu bringen.

Steine und Kieselsteine sind äußerst interessante Motive, die man in Aquarell malen kann. Mit ihren Mustern, Texturen und Farben macht es Spaß, sie abzubilden und zu interpretieren. In diesem Kurs wird dem Verständnis von Formen, Licht und Schatten eine besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Dazu werden zunächst in Form von Demonstrationen und Praxisübungen kurz die grundlegenden Techniken der Aquarellmalerei und die Erklärung über Materialien und Utensilien vermittelt. Wir werden mit hochwertigen Kunst-Materialien arbeiten.

Dieser Workshop eignet sich sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene, da die Sujets und Kompositionen einfacher oder komplexer sein können. In diesem Kurs entstehen etwa 1-2 Aquarelle.

Wochenendkurse in PASTELL (1 Tag)

Kurs-Nr.: 218-201527

Meeresrauschen

Dozent/in: Elena Romanzin
 Beginn: Samstag, 01.12.2018
 Termin: 1 x samstags (1 Stunde Mittagspause)
 Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
 Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
 Kursgebühr: 59,00 €
 Materialgebühr: 13,00 €
 Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Mal- & Zeichenmaterialien, Pastellpapier 30x40cm. Bitte mitbringen: Grosse Mappe, um Werke Heim zu bringen.

Rollende Wellen und türkisfarbenes Wasser: Erlernen Sie, die Anatomie von Wellen zu erkennen und zu zeichnen und wie man kraftvolle und ausdrucksstarke Meereslandschaften in der Pastelltechnik umsetzt.

Das Besondere an diesem Kurs ist, dass mit Pastellfarben gearbeitet wird. Dazu werden zunächst in Demonstrationen und Praxisübungen kurz die grundlegenden Techniken der Pastellmalerei und die Grundlage der Perspektive vermittelt. Ziel des Kurses ist ein fertiges Gemälde auf Pastellpapier. In der Pastellmalerei erzielt man mit den frischen Farben bereits nach kurzer Zeit ausgesprochen lebhaft und beeindruckende Ergebnisse.

Kurs-Nr.: 218-201528

Polarlichter

Dozent/in: Elena Romanzin
 Beginn: Sonntag, 02.12.2018
 Termin: 1 x sonntags (1 Stunde Mittagspause)
 Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
 Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
 Kursgebühr: 59,00 €
 Materialgebühr: 13,00 €
 Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Mal- & Zeichenmaterialien, Pastellpapier 30x40cm. Bitte mitbringen: Grosse Mappe, um Werke Heim zu bringen.

Die Aurora Borealis ist eines der faszinierendsten Phänomene in der Natur. Polarlichter können den Nachthimmel surreal erscheinen lassen, ja fast abstrahieren.

In diesem Workshop erlernen Sie, wie man die einzigartigen Nordlichtfarben und dunklen Hintergründe aufeinander abstimmt, wie man das typische Aussehen einer von leuchtenden Farben beleuchteten Landschaft erhält. Sie erfahren, welche Farben Sie anwenden müssen und wie Sie alle wichtigen Informationen zur Pastelltechnik und zum Farbauftrag nur mit den Fingern erhalten.

Dazu werden zunächst in Demonstrationen und Praxisübungen kurz die grundlegenden Techniken der Pastellmalerei erklärt. Ziel des Kurses ist ein fertiges Gemälde auf Pastellpapier.

Wochenendkurse in ZEICHNEN (1 Tag)

Kurs-Nr.: 218-201529

Perspektivisches Zeichnen

Dozent/in: Elena Romanzin
 Beginn: Samstag, 29.09.2018
 Termin: 1 x samstags (1 Stunde Mittagspause)
 Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
 Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
 Kursgebühr: 59,00 €
 Materialgebühr: 13,00 €
 Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, unterschiedliche Papiersorten, Zeichen- /Malmaterialien. Bitte mitbringen: eine mindestens DIN A3 grosse Mappe (oder gefaltete Pappe), um Ihre Zeichnungen unbeschadet Heim zu bringen.

Das Zeichnen in der Perspektive ist sehr wichtig, um Tiefe und Realismus in jeder Landschaft, Stadtbild, Veduta zu erreichen. In diesem Workshop erlernen Sie, Perspektiven mit 1, 2 oder 3 Fluchtpunkten zu zeichnen und zu erkennen, welche Perspektive gilt, wenn wir von einem Foto zeichnen. Das Wissen zur Perspektive hilft, Fehler zu korrigieren oder Elemente hinzuzufügen, die nicht im Foto sind. Wir werden mehrere Skizzen auf verschiedenen Papiersorten mit Bleistift, weißer Kreide, Kohle zeichnen. Dieser Workshop erfordert keine Vorkenntnisse und richtet sich an diejenige, die Perspektive als wesentliche Grundlegung der Malerei empfinden: Anfänger realistischer Zeichnungen und Fortgeschrittene, die das Gefühl haben, dass ihnen die Grundlagen fehlen bzw. sie ihre Arbeit auf ein höheres Niveau bringen möchten.

Kurs-Nr.: 218-201530

Räumliche Tiefe erzeugen

Dozent/in: Elena Romanzin
Beginn: Samstag, 06.10.2018
Termin: 1 x samstags (1 Stunde Mittagspause)
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 16:30 Uhr
Ort: TW-Raum, Talschule II (Eingang Talschule IIS)
Kursgebühr: 59,00 €
Materialgebühr: 13,00 €
Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit der Kursgebühr erhoben. Sie beinhaltet alle Verbrauchsmaterialien, unterschiedliche Papierarten, Zeichen- /Malmaterialien.
Bitte mitbringen: eine mindestens DIN A3 grosse Mappe (oder gefaltete Pappe), um Ihre Zeichnungen unbeschadet Heim zu bringen.

Das Verständnis für räumliche Tiefe und die Positionierung der Elemente in einer Landschaft (aber auch Stilleben) ist entscheidend, um eine realistische Tiefe in einem Gemälde zu erreichen. Wenn Sie verstehen, eine Szene zu „lesen“, indem Sie sie auf wenige wesentliche Elemente reduzieren, können Sie besser nachvollziehen, wie Sie Ihre Beobachtungen in eine Zeichnung übertragen können. In diesem Workshop analysieren und demonstrieren wir einfache oder komplexere Szenen, und erfahren so, wie Objekte in einer Szene korrekt platziert oder eliminiert werden können, ohne die allgemeine Komposition zu irritieren. Während dieses Workshops werden viele Zeichnungen gemacht. Der Kurs erfordert keine Vorkenntnisse und richtet sich an all diejenigen, die das Verständnis der räumlichen Tiefe für ihre Malerei benötigen.

VHS-GESUNDHEITZENTRUM

Kurs-Nr.: 218-300400

Herzwoche 2018 „Herz außer Takt - Vorhofflimmern und Gerinnungshemmung“

mit dem Ärzteteam der Kardiologie-Hochrhein Bad Säckingen
Termin: Dienstag, 13.11.2018
Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Großer Saal, Stadthalle Wehr
Eintritt: frei!



Themen und Referenten werden noch bekannt gegeben!

Kurs-Nr.: 218-300401

Schnupperabend: Ätherische Öle für Körper, Geist und Seele

Dozent/in: Sabine Stock
Beginn: Montag, 19.11.2018
Termin: 1 x montags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
Ort: Studio „Frau is(s)t fit“, Storchenstr. 5
Kursgebühr: 15,00 €
Materialgebühr: 5,00 €
Material: Schreibmaterial

Wir lernen verschiedene Öle kennen, deren Duft und Wirkung gesunde Haut, Zahnpflege und Körperpflege positiv unterstützen. Außerdem lernen wir verschiedene Möglichkeiten der Anwendung kennen.
Auf Wunsch können einfache kosmetische Produkte hergestellt werden.

Kurs-Nr.: 218-300402

Antlitzdiagnose - Homöopathische Mineralsalze nach Dr. Schüssler

Dozent/in: Anita Wagner
Beginn: Montag, 05.11.2018
Termin: 1 x montags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 22:00 Uhr
Ort: Museum der Stadt Wehr
Kursgebühr: 16,00 €
Material: Schreibmaterial und Buntstifte sowie evtl. einen Spiegel

Mangelerscheinungen von Mineralsalzen in unserem Körper führen zu den verschiedenartigsten Ausdruckserscheinungen in Unwohlsein und Krankheiten. Die Fähigkeiten, diese Mangel-Erscheinungsbilder an sehr einfachen Zeichen unseres Gesichtes (Antlitz) zu erkennen, ist leicht erlernbar. Somit kann der Einsatz der Schüssler-Mineralsalze gezielt erfolgen.

Im Rahmen dieses Kursangebotes werden Sie die Fähigkeit erlangen, diese Betrachtungsweise im Alltag umzusetzen und die Mängel an Mineralsalzen aus dem Gesicht zu lesen und die Zell-Funktionssalze nach Dr. Schüssler gesundheitsfördernd anzuwenden.

Dieses Angebot eignet sich für Anfänger und auch Wiederholer zur Verfestigung der bereits erlernten Erkennungszeichen.

Kurs-Nr.: 218-300403

Bach-Blüten für Hunde und Katzen

Dozent/in: Melanie Kessler, Tierheilpraktikerin
 Beginn: Donnerstag, 17.01.2019
 Termin: 1 x donnerstags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
 Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
 Kursgebühr: 24,00 €

In diesem Kurs erfahren Sie die Geschichte von Dr. Edward Bach sowie die Entstehung und Herstellung von Bach-Blütenessenzen bzw. Mischungen in theoretischen Beispielen. Wir schauen uns in tiergerechten Kurzportraits die 38 Bach-Blüten und Rescue Remedy Notfalltropfen an. Sie lernen alles Wissenswerte über die Bach-Blüten und ihre Anwendung im Alltag von Hunden und Katzen.



Kurs-Nr.: 218-300404

Notfälle bei Katzen

Dozent/in: Melanie Kessler, Tierheilpraktikerin
 Beginn: Donnerstag, 29.11.2018
 Termin: 1 x donnerstags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
 Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
 Kursgebühr: 24,00 €



Wissen verschafft Vorsprung und kann in Notsituationen Leben retten. Die meisten Notfälle bei der Katze gehen nicht mit offensichtlichen Verletzungen einher, nicht mit lautem Wehklagen oder eindeutigen Symptomen. Manche entstehen scheinbar aus dem Nichts heraus. Nur wer weiß, welche Notfälle sich bei seiner Katze entwickeln können, weiß auch, worauf er achten muss. Auch mit ersten Hilfemaßnahmen bei der Katze werden wir uns beschäftigen. Ziel des Kurses ist es nicht, den Tierarztbesuch zu ersetzen, sondern die richtigen Handgriffe und Maßnahmen zu kennen, damit die verletzte oder akut erkrankte Katze optimal in der Tierarztpraxis weiterbehandelt werden kann.

**Online anmelden unter:
www.vhs-wehr.de**

Kurs-Nr.: 218-300405

Katzensenioren - gesund und glücklich alt werden

Dozent/in: Melanie Kessler, Tierheilpraktikerin
 Beginn: Donnerstag, 18.10.2018
 Termin: 1 x donnerstags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
 Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
 Kursgebühr: 24,00 €



Alter ist auch bei Katzen keine Krankheit, sondern ein natürlicher Prozess. Dennoch gibt es altersbedingte Veränderungen sowie häufiger auftretende Krankheiten, die der Katze ein glückliches Leben erschweren können. In vielen Fällen kann dem Katzensenioren bei rechtzeitigem Erkennen geholfen werden. In diesem Kurs erfahren Sie alles, was Sie als Halter einer älteren Katze wissen sollten.

Kurs-Nr.: 218-300406

Mental Training für Sportler

Dozent/in: Melanie Hinz, Entspannungstrainerin
 Beginn: Freitag, 28.09.2018
 Termin: 8 x freitags
 Uhrzeit: 18:30 Uhr - 19:30 Uhr
 Ort: Galerie, Altes Schloss
 Kursgebühr: 64,00 €
 Material: Weiche Unterlage (Isomatte), bequeme Kleidung, Decke, evtl. Sitzkissen, warme Socken



Um sich zu verbessern trainiert der/die Sportler/in die Muskeln, die Ausdauer, die Technik und den physischen Körper. Jedem/r Sportler/in ist bewusst, dass die Psyche ein entscheidender Punkt über Sieg oder Niederlage ist. Wer die „Nerven“ behält siegt.

Sie lernen in diesem Kurs verschiedene Techniken kennen, um in einer Wettkampfsituation einen klaren Kopf zu bewahren. Verbessern Sie Ihre Trainingsleistung mit Hilfe von Meditation und stellen Sie fest, dass Ihre sportliche Motivation und Leistung immer besser wird. Sie lernen, Ihr sportliches Potential auf den Punkt abzurufen.

Entspannungstrainerin Melanie Hinz, selbst Sportlerin aus dem Kampfsport-Bereich, setzte sich sehr früh mit dem Thema Mentaltraining auseinander und gibt ihr Wissen heute an Sportler/innen weiter.

Kurs-Nr.: 218-300407

Meditationskurs

Dozent/in: Annette Lämmle, Heilpraktikerin
Beginn: Montag, 07.01.2019
Termin: 5 x montags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:30 Uhr
Ort: Galerie, Altes Schloss
Kursgebühr: 68,00 €
Material: Isomatte, Decke, warme Strümpfe, Kissen, wenn vorhanden: Meditationskissen oder Meditationshocker.

In diesem Meditationskurs lernen Sie verschiedene Meditationsformen kennen.

Sie können erfahren, welche Meditationsform am besten zu Ihnen passt und wie Sie Möglichkeiten finden, Meditation in Ihren Alltag zu integrieren.

Mit unterschiedlichen Übungen lernen Sie Ihre Selbstwahrnehmung zu schärfen und Ihr Gedankenkarusell abzustellen, um ins Hier und Jetzt zu kommen. Verschiedene Atemtechniken helfen dabei achtsam im gegenwärtigen Moment zu verweilen und dahin immer wieder zurückzukehren.

Es erwarten Sie interessante Erkenntnisse und angenehme Entspannung.

Die positive gesundheitliche Wirkung von Meditation lässt sich mittlerweile medizinisch nachweisen. Meditation trainiert unser Gehirn zum Innehalten. Übt man in ruhigen Momenten das gezielte Abschalten, kann sich die Zentrale im Kopf regenerieren. Auch in turbulenten Zeiten ist man dann in der Lage, Ruhe zu bewahren. Meditation ist hilfreich, um den immer hektischer werdenden Alltag besser bewältigen zu können.

Kurs-Nr.: 218-300408

Yoga 60 plus

Dozent/in: Edith Obersteiner
Beginn: Montag, 24.09.2018
Termin: 12 x montags
Uhrzeit: 09:00 Uhr - 10:30 Uhr
Ort: Galerie, Altes Schloss
Kursgebühr: 96,00 €
Material: Yogamatte, Wolldecke, warme Socken, bequeme Kleidung

Mit Yogaübungen achtsam den Körper geschmeidig, gekräftigt und gedehnt erhalten und somit aktiv und geistig fit bleiben.

Ebenso werden Körper und Geist entspannt und können zur Ruhe kommen. Auch für Anfänger geeignet.

Kurs-Nr.: 218-300409

Yoga für den Rücken

Dozent/in: Edith Obersteiner
Beginn: Dienstag, 25.09.2018
Termin: 12 x dienstags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:30 Uhr
Ort: Galerie, Altes Schloss
Kursgebühr: 96,00 €
Material: Yogamatte, bequeme Kleidung, Decke, Sitzkissen

Ein Bewegungsprogramm zur Vorbeugung von Beschwerden und zur Linderung bereits eingetretener Beschwerden im gesamten Rückenbereich. Es stärkt und wappnet außer dem Rücken den gesamten Körper und lässt Sie die wohltuenden Wirkungen des Yoga bis tief in Körper und Geist spüren. Vorkenntnisse sind erwünscht!

Vergessen Sie den Kursbeginn nicht!

Auch bei Nichtteilnahme ist die Kursgebühr fällig, wenn der Rücktritt nicht rechtzeitig erfolgt ist!
(siehe Geschäftsbedingungen Seite 53 - 54)

Kurs-Nr.: 218-300410

Hatha - Yoga und Stille

Dozent/in: Gabi Andlauer
Beginn: Montag, 24.09.2018
Termin: 12 x montags
Uhrzeit: 20:00 Uhr - 21:30 Uhr
Ort: Galerie, Altes Schloss
Kursgebühr: 96,00 €
Material: Bequeme Kleidung, Matte, warme Decke und Sitzkissen

Ein Kurs für alle, die Freude an der Beweglichkeit ihres Körpers haben, sich innere Ruhe und Ausgeglichenheit wünschen. Vor und nach dem Yoga tauchen wir ein in die Stille, die das Entspannen fördert und uns hilft im Jetzt anzukommen. Nur für Fortgeschrittene.

Kurs-Nr.: 218-300411

**Klassisches Hatha Yoga
(mit Elementen aus anderen Yogastilen)**

Dozent/in: Dorothea Giesen
 Beginn: Mittwoch, 26.09.2018
 Termin: 12 x mittwochs
 Uhrzeit: 20:00 Uhr - 21:30 Uhr
 Ort: Galerie, Altes Schloss
 Kursgebühr: 96,00 €
 Material: Gymnastik- oder Yogamatte, bequeme Kleidung, Sitzkissen, etwas zu trinken



Für TeilnehmerInnen mit und ohne Erfahrung. Atemübungen (Pranayama), Sonnengruß, Körperhaltungen (Asanas) so wie Entspannungsübungen sind fester Bestandteil einer jeden Yoga-Einheit. Elemente aus dem Yin Yoga (Faszienyoga), Yoga für die Chakren (Energiezentren) oder der Yogatherapie lassen Dich erfahren, wie vielfältig Yoga ist. Du lernst verschiedene Haltungen und Bewegungsformen kennen und erfährst so, was für Dich und Deinen Körper besonders effektiv ist. Eine angenehme Begleiterscheinung ist die gesundheitsfördernde Wirkung auf Körper, Seele und Geist sowie ein besserer Umgang mit Stress und den Anforderungen des Alltags.

Kurs-Nr.: 218-300412

Early Bird - Kundalini-Yoga am Morgen

Dozent/in: Bianca Beck
 Beginn: Freitag, 28.09.2018
 Termin: 8 x freitags
 Uhrzeit: 08:30 Uhr - 09:30 Uhr
 Ort: Kosmetikpraxis Bianca Beck, Kreuzmattstraße 3f, Wehr
 Kursgebühr: 64,00 €
 Material: bequeme Kleidung, Decke, Kissen, eine Flasche Wasser



Mit Yoga bewusst den Tag beginnen. Yoga ist ein Weg zu sich selbst, zu tieferem Bewusstsein und zu größerer Achtsamkeit. Frei von Leistungsdenken erleben wir Körper und Seele auf neue Weise. Neben Körperübungen (Asanas) und dem Umgang mit dem Atem (Pranayama) lernen wir Meditations-Sitzübungen kennen. Schrittweise erfahren wir so Zugang zu den Inhalten des Kundalini-Yogas.

Kurs-Nr.: 218-300413

Qigong - Pflege der Lebenskraft

Dozent/in: Dr. Nicole Voß
 Beginn: Montag, 24.09.2018
 Termin: 10 x montags
 Uhrzeit: 18:00 Uhr - 19:30 Uhr
 Ort: Galerie, Altes Schloss
 Kursgebühr: 80,00 €
 Material: Matte, Decke, bequeme Kleidung, Socken oder Gymnastikschuhe, etwas zu trinken



Wir werden anhand der 18 leicht zu erlernenden Übungen des Taichi Qigong die grundlegenden Elemente des Qigong kennenlernen. Die langsamen, fließenden Bewegungen verbinden Körper, Atem, Vorstellungskraft und Konzentration. Die Beweglichkeit und Gelenkigkeit des gesamten Bewegungsapparates und besonders der Wirbelsäule werden gefördert, die Koordinationsfähigkeit wird erhöht. Des Weiteren werden die Körper- und Selbstwahrnehmung verfeinert, das Immunsystem gestärkt und das vegetative Nervensystem harmonisiert. Der Kurs ist für Anfänger und Geübte geeignet.

Kurs-Nr.: 218-300414

SUP-YOGA im Hallenbad

Dozent/in: Dunja Trunzer
 Beginn: Sonntag, 04.11.2018
 Termin: 14 x sonntags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:00 Uhr
 Ort: Hallenbad Wehr
 Kursgebühr: 124,00 €
 Leihgebühr: 65,00 €
 Material: Badekleidung und evtl. Funktionskleidung, Getränk, Handtuch

Für Teilnehmer mit und ohne Yoga-Erfahrung. Beim SUP-Yoga werden die Yoga-Übungen (sog. Asanas) auf der „schwimmenden Matte“, dem SUP-Board ausgeführt. Dabei hilft die Instabilität des Wassers, die Tiefenmuskulatur noch besser zu aktivieren. Auch auf das bewusste Atmen, das sog. Pranayama, wird in der Stunde geachtet.

Immer für eine Überraschung gut...
 Geschenkgutscheine der VHS

Kurs-Nr.: 218-300415

Faszienyoga - Faszientraining mit YIN YOGA

Dozent/in: Dorothea Giesen
Beginn: Dienstag, 25.09.2018
Termin: 12 x dienstags
Uhrzeit: 18:00 Uhr - 19:30 Uhr
Ort: VHS-Gymnastikraum
(oberhalb Physiotherapie Motz)
Kursgebühr: 101,00 €
Material: Gymnastik- oder Yogamatte, bequeme Kleidung, Sitzkissen, etwas zu trinken



Für TeilnehmerInnen mit und ohne Erfahrung.

Im Yin Yoga werden alle Asanas (Körperhaltungen) sanft entwickelt und ohne Muskelaktivität und Kraft über eine längere Zeit gehalten – ganz nach den individuellen Möglichkeiten. Dieses Praktizieren stimuliert und trainiert das gesamte fasziale Netz, welches alle Körperorgane, Muskeln und Gewebe umhüllt. Die Faszien werden so passiv gedehnt, wieder geschmeidig gemacht und der freie Energiefluss durch den ganzen Körper wird unterstützt. Mit Yin Yoga und Faszienyoga verschaffst Du Dir Kraft und Leistungssteigerung, Beweglichkeit, Entspannung und ...eine gute Figur!

Kurs-Nr.: 218-300416

Fitnessstraining und Faszienyogastik „Fi-Fa“

Dozent/in: Dorothea Giesen
Beginn: Montag, 24.09.2018
Termin: 12 x montags
Uhrzeit: 19:30 Uhr - 20:45 Uhr
Ort: VHS-Gymnastikraum
(oberhalb Physiotherapie Motz)
Kursgebühr: 85,00 €
Material: Gymnastikmatte, 1 Tennisball, großes Handtuch, bequeme Kleidung, Sportschuhe, evtl. etwas zu trinken



Dieses Fitness- und Konditionstraining für Ausdauer und Muskelaufbau hilft mit Elementen aus der Aerobic, dem Bodyforming und dem Faszientraining den Körper leistungsfähiger, beweglicher, straffer und geschmeidiger werden zu lassen. Eine wirksame Stärkung und Belebung der Faszien verbessern die Körperhaltung und das Körpergefühl. Beide Trainingsformen sind somit eine ideale Ergänzung für Fitness und Gesundheit und steigern angenehm das allgemeine Wohlbefinden.

Kurs-Nr.: 218-300417

Pilates Einsteiger (für Frauen und Männer)

Dozent/in: Dorothea Giesen
Beginn: Montag, 24.09.2018
Termin: 12 x montags
Uhrzeit: 17:30 Uhr - 18:45 Uhr
Ort: VHS-Gymnastikraum
(oberhalb Physiotherapie Motz)
Kursgebühr: 69,00 €
Material: Bequeme Kleidung, Handtuch, Matte

Pilates ist eine Methode, die die Körperstruktur in die richtige Balance bringt und Fehlhaltungen korrigiert. Der Ursprung jeder Übung geht von der Körpermitte aus. Es ist ein figurformendes Trainingsprogramm, bei dem die Muskeln sowohl durch Kräftigung als auch durch Dehnung beansprucht werden. Somit wird die Koordination verbessert und Rückenbeschwerden vorgebeugt.

Zum Erlernen der Pilates-Technik ist es notwendig, bei den ersten Terminen anwesend zu sein!

**Kursangebote online unter:
www.vhs-wehr.de**

Ihre Anmeldung zu einem Kurs gilt als bestätigt, falls Sie keine Absage erhalten.

Eine besondere Anmeldebestätigung erfolgt nicht.

Kurs-Nr.: 218-300418

Wirbelsäulengymnastik

Dozent/in: Beate Frommherz
Beginn: Montag, 17.09.2018
Termin: 12 x montags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:00 Uhr
Ort: Gymnastikraum, Schule Öflingen
Gebühr: 69,00 €
Material: Sportkleidung und eine Matte

In diesem Kurs wollen wir unsere Muskulatur gezielt kräftigen, dehnen und natürlich entspannen. Denn nur eine gesunde, ausgeglichene Muskulatur hilft unserer Wirbelsäule, dem großen Haltungsproblem „Rückenschmerzen“ entgegenzutreten. Unser gezieltes Training soll zu einer gekräftigten und entlasteten Wirbelsäule führen.

Kurs-Nr.: 218-300419

Wirbelsäulengymnastik

Dozent/in: Beate Frommherz
 Beginn: Montag, 17.09.2018
 Termin: 12 x montags
 Uhrzeit: 20:00 Uhr - 21:00 Uhr
 Ort: Gymnastikraum, Schule Öflingen
 Gebühr: 69,00 €
 Material: Sportkleidung und eine Matte

Siehe Kurs-Nr.: 218-300418

Kurs-Nr.: 218-300420

Wirbelsäulengymnastik

Dozent/in: Beate Frommherz
 Beginn: Dienstag, 18.09.2018
 Termin: 12 x dienstags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:00 Uhr
 Ort: VHS-Gymnastikraum
 (oberhalb Physiotherapie Motz)
 Gebühr: 69,00 €
 Material: Sportkleidung und eine Matte

Siehe Kurs-Nr.: 218-300418

Kurs-Nr.: 218-300421

XXL-Gymnastik

Mehr Lebensqualität durch bessere Beweglichkeit

Dozent/in: Dorothea Giesen
 Beginn: Montag, 24.09.2018
 Termin: 12 x montags
 Uhrzeit: 18:30 Uhr - 19:30 Uhr
 Ort: VHS-Gymnastikraum
 (oberhalb Physiotherapie Motz)
 Kursgebühr: 69,00 €
 Material: Gymnastikmatte

Haben Sie mit Übergewicht zu kämpfen? Dann sollten Sie sich viel bewegen - aber nicht jede Art von Bewegung ist für Sie geeignet. Unter fach-fraulicher Anleitung lernen Sie Übungen aus Gymnastik und Sport kennen, welche die Körperwahrnehmung fördern und Ihnen vermitteln, wie der Körper beweglicher wird. Kein Trainingskonzept, das Sie überfordert, sondern ein behutsamer Einstieg in eine sportliche Betätigung.

Kurs-Nr.: 218-300422

Callanetics

Dozent/in: Ursula Kramer
 Beginn: Freitag, 14.09.2018
 Termin: 12 x freitags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:00 Uhr
 Ort: VHS-Gymnastikraum
 (oberhalb Physiotherapie Motz)
 Gebühr: 69,00 €
 Material: Isomatte oder Decke

Callanetics ist:

- ein Übungsprogramm für die Tiefenmuskulatur
- die Methode für einen schönen, straffen Körper
- gezieltes Training ohne Belastung der Gelenke

Kurs-Nr.: 218-300423

Callanetics

Dozent/in: Ursula Kramer
 Beginn: Freitag, 14.09.2018
 Termin: 12 x freitags
 Uhrzeit: 20:00 Uhr - 21:00 Uhr
 Ort: VHS-Gymnastikraum
 (oberhalb Physiotherapie Motz)
 Gebühr: 69,00 €
 Material: Isomatte oder Decke

Siehe Kurs-Nr.: 218-300422

Kurs-Nr.: 218-300424

Callanetics

Dozent/in: Ursula Kramer
 Beginn: Dienstag, 11.09.2018
 Termin: 12 x dienstags
 Uhrzeit: 19:30 Uhr - 20:30 Uhr
 Ort: VHS-Gymnastikraum
 (oberhalb Physiotherapie Motz)
 Gebühr: 69,00 €
 Material: Isomatte oder Decke

Siehe Kurs-Nr.: 218-300422

Kurs-Nr.: 218-300425

Orientalischer Tanz für alle Stufen

Dozent/in: Angelika Schmitt-Alokpa
Beginn: Freitag, 12.10.2018
Termin: 8 x freitags
Uhrzeit: 17:30 Uhr - 18:45 Uhr
Ort: VHS-Gymnastikraum
(oberhalb Physiotherapie Motz)

Kursgebühr: 58,00 €
Material: Bequeme Kleidung, Tanz- oder Gymnastikschläppchen, Hüfttuch, Matte oder Decke für die Entspannungsübungen, etwas zu trinken.

Der Kurs richtet sich an Frauen jeden Alters, denn für Bauchtanz gibt es weder Alters- noch Gewichtsgrenzen. Bauchtanz ist Ausdruck weiblichen Selbstbewusstseins, lässt Frauen ihre Mitte und Balance finden und fördert die optimale Haltung des Körpers.

Zu Beginn der Kursstunden tanzen wir leichte Gruppentänze mit einfachen Elementen aus orientalischen Folkloretänzen, die jede Anfängerin bald mittanzen kann.

Während die Anfängerinnen und Wiedereinsteigerinnen die Basisbewegungen üben und vertiefen, lernen die Fortgeschritteneren bekannte und neue Bewegungselemente miteinander zu kombinieren. Accessoires wie Schleier und Zimbeln sorgen für abwechslungsreiche Bauchtanzstunden. Choreographien werden von Zeit zu Zeit wiederholt, ergänzt und aus neuen Bewegungselementen werden neue Tänze kreiert. Eine rückenfreundliche Entspannungs- und Cool-down-Phase rundet jede Tanzstunde ab.

Kurs-Nr.: 218-300426

Salsa Tanzkurs (Paartanz)

Grundkurs - Level 1

Dozent/in: Wolfgang Schäfer
Beginn: Donnerstag, 04.10.2018
Termin: 10 x donnerstags
Uhrzeit: 20:15 Uhr - 21:00 Uhr
Ort: VHS-Gymnastikraum
(oberhalb Physiotherapie Motz)

Kursgebühr: 50,00 €

Wer Spaß und Freude an Bewegung hat und von der Musik des Salsa mitgenommen wird, ist bei diesem Kurs genau richtig. Salsa ist ein Paartanz, der ursprünglich aus Kuba stammt und

von den Latinos nach Puerto Rico und Kolumbien gebracht wurde. Später haben sich dann auch Tanzstile in NY und LA entwickelt. Hier werden die ersten Grundschritte und Figurenkombinationen vermittelt und die Unterschiede der einzelnen Tanzstile aufgezeigt. Gelernt wird hauptsächlich der Salsa-Puertoricana. Wer diesen Kurs besucht hat, sollte sich auf dem Tanzparkett sicher bewegen können

Kurs-Nr.: 218-300427

Salsa Tanzkurs (Paartanz)

Mittelstufe - Level 2

Dozent/in: Wolfgang Schäfer
Beginn: Donnerstag, 04.10.2018
Termin: 10 x donnerstags
Uhrzeit: 21:10 Uhr - 21:55 Uhr
Ort: VHS-Gymnastikraum
(oberhalb Physiotherapie Motz)

Kursgebühr: 50,00 €

Im Level 2 werden weitere Grundelemente des Salsa-Puertoricana unterrichtet. Außerdem werden bereits erlernte Figuren vertieft und miteinander kombiniert. Auch die technischen Aspekte des Salsatanzens kommen nicht zu kurz, damit Figurenkombinationen bequemer geführt und getanzt werden können.

Kurs-Nr.: 218-300428

Zumba - Fitness

Dozent/in: Mariola Lau
Beginn: Mittwoch, 10.10.2018
Uhrzeit: 18:45 - 19:45 Uhr
Termin: 8 x mittwochs
Ort: VHS-Gymnastikraum
(oberhalb Physiotherapie Motz)

Kursgebühr: 48,00 €
Material: Mitzubringen sind bequeme Sportschuhe, etwas zu trinken und ein Handtuch.

„Zumba“ ist ein Wort aus dem spanischen Slang für „Bewegung und Spaß haben“ und ist weltweit ein riesiger Erfolg. Zumba verbindet Elemente aus Aerobic und Intervall-Training. Allerdings bewegen wir uns hier zu lateinamerikanischen, heißen Rhythmen und lernen viele Musik-Stilrichtungen kennen (Salsa, Merengue, Cumbia, Reggeaton usw.). Mit Spaß und großartiger Partystimmung zu mitreißendem Musik-Mix „tanzen“ wir hier nicht nur die überflüssigen Pfunde, sondern auch den ganzen Alltagsstress weg. Alles in einem: ein Power-Workout mit

Gute-Laune-Suchtfaktor!
Der Kurs richtet sich an alle zwischen 16 und 60 Jahren.

Kurs-Nr.: 218-300429

Power Aerobic & Workout

Dozent/in: Anne Matt
 Beginn: Donnerstag, 27.09.2018
 Termin: 10 x donnerstags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:00 Uhr
 Ort: VHS-Gymnastikraum
 (oberhalb Physiotherapie Motz)
 Kursgebühr: 58,00 €
 Material: Matte, Turnschuhe, Handtuch und etwas zu trinken

Eine Mischung aus Cardiotraining zur Verbesserung der Ausdauer und Workout zur Kräftigung und Körperformung. Der perfekte Mix zur Optimierung der Fettverbrennung und um fit in den Winter zu starten.

Trainiert wird auf motivierende Musik der aktuellen Charts. Es werden Aerobicsschritte zu einfachen, aber effektiven Choreographien zusammengestellt. Die Schrittfolgen werden gemeinsam aufgebaut und trainiert, sodass der Kurs auch für Teilnehmer ohne Aerobic Vorkenntnisse geeignet ist. Die Workout Übungen werden mit Hilfe des eigenen Körpergewichts, also ohne Geräte, durchgeführt. Da sich auch die Workout Übungen in unterschiedlichen Leistungsleveln trainieren lassen, kommen sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene in diesem Kurs auf Ihre Kosten.

Kurs-Nr.: 218-300430

FunTone® Cardio - der Fatburner

Dozent/in: Anne Matt
 Beginn: Dienstag, 11.09.2018
 Termin: 8 x dienstags
 Uhrzeit: 18:30 Uhr - 19:30 Uhr
 Ort: Zelgturnhalle
 Kursgebühr: 43,00 €
 Material: Turnschuhe, Handtuch und etwas zu trinken

45 seconds. BE READY

Das erfolgreiche Konzept steht für funktionelles Training und jede Menge Fun. FunTone® ist ein freies, mehrgelenkiges und multidimensionales Toning, welches das Maximum aus dir herausholt und die schnellsten Trainingsresultate garantiert. Es werden Bewegungsabläufe geübt, statt die einzelnen Muskeln

isoliert zu trainieren. In verschiedenen 45 Sekunden FunTone®-Intervallen werden alle Muskelketten im Körper beansprucht. Durch die gesteigerte Durchblutung und Flüssigkeitsversorgung der Muskelketten werden die Bindegewebsstrukturen verbessert, vorhandene Fettspeicher können schneller erreicht und abgebaut werden. Zusätzlich zu Kraft und Ausdauer werden im FunTone® Koordination, Schnellkraft, Stabilität und Beweglichkeit trainiert.

FunTone® Cardio - der Fatburner

Im FunTone® Cardio steht das Ausdauertraining im Vordergrund! Die Herzfrequenz erhöht sich spielerisch und der Kalorienverbrauch steigt. FunTone® Cardio kombiniert athletische Übungen mit einfachen und intensiven Intervallen auf dem Step und lässt die Fettpolster schmelzen. Da die Übungen in unterschiedlichen Schwierigkeitsleveln ausgeführt werden können, ist FunTone® eine Option für alle, egal ob du Einsteiger oder Fortgeschrittener bist.

Melde dich an und mach dich bereit für deine 45 Sekunden!

Kurse im Hallenbad Wehr

Neu!

Alle Hallenbad-Kurse finden außerhalb der Bade-Öffnungszeiten statt, somit werden keine Eintrittsgebühren mehr fällig. Wichtig: Grundsätzlich muss jeder, der in den letzten Jahren nicht regelmäßig sportlich aktiv war oder starke körperliche Veränderungen erfahren hat (auch Krankheiten, Operationen), sein Einverständnis vom Hausarzt einholen!

Kurs-Nr.: 218-300431

Fit ins Alter - Wassergymnastik 70 plus (Flachwasser)

Dozent/in: Michael Hoffmann
 Beginn: Montag, 05.11.2018
 Termin: 15 x montags
 Uhrzeit: 15:15 Uhr - 16:00 Uhr
 Ort: Hallenbad Wehr
 Kursgebühr: 85,00 €

Aquafit ist ein ganzheitliches Bewegungstraining mit positiven Wirkungen auf den gesamten Organismus. Genießen Sie die Bewegung im Wasser, denn durch den Auftrieb wird der Körper leicht, Gelenke und Wirbelsäule werden entlastet. Der Kurs ist für Nichtschwimmer bestens geeignet. Trainiert wird mit verschiedenen Hilfsmitteln, die einerseits den Widerstand erhöhen, andererseits als Auftriebshilfe fungieren und vor allem für Spaß und Abwechslung sorgen.

Kurs-Nr.: 218-300432

Aquafit für Pfundige (Flachwasser)

Dozent/in: Susanne Dede
Beginn: Montag, 05.11.2018
Termin: 10 x montags
Uhrzeit: 16:15 Uhr - 17:00 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr
Kursgebühr: 57,00 €



Möchten oder müssten Sie eigentlich Sport treiben, haben aber Hemmungen, meiden Fitness-Studios, öffentliche Schwimmbäder oder Sportvereine?

In dieser Kleingruppe sind Sie unter sich. Im Wasser geht alles leichter, das Körpergewicht wird auf 1/10 reduziert und die Gelenke werden absolut geschont. Die Übungen sind nicht schweißtreibend und bringen Sie nicht außer Atem. Ziel des Sports im Wasser ist ein Ganzkörpertraining, bei effektivem Fettabbau. Bei entsprechender Musik (mit und ohne Sportgeräte), bereitet das abwechslungsreiche Gesundheitstraining viel Spaß.

Auch für Nichtschwimmer geeignet: Flachwasser!

Wassertemperatur: 28° Grad

Kurs-Nr.: 218-300433

Aquafit - Aquajogging am Montag (Tiefwasser)

Dozent/in: Susanne Dede
Beginn: Montag, 05.11.2018
Termin: 10 x montags
Uhrzeit: 17:15 Uhr - 18:00 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr
Kursgebühr: 57,00 €
Material: Entweder einen Aquajogginggürtel oder Beinschwimmer

Aqua-Jogging ist ein schonendes, effektives Ganzkörpertraining im Tiefwasser. Es wird mit verschiedenen Hilfsmitteln trainiert, die zur Widerstandserhöhung oder als Auftriebshilfe dienen. Das Medium Wasser eignet sich optimal zur Bewegungsschulung, zum Muskelaufbau, zur Steigerung von Kraft, Ausdauer und Gleichgewicht sowie zur allgemeinen Fitness. Bei diesem idealen Herz-Kreislauf-Training werden zudem Gelenke, Sehnen, Bänder und Wirbelsäule durch den Auftrieb im Wasser geschont.

Aqua-Jogging kann von jedem betrieben werden, unabhängig vom jeweiligen Trainingszustand und Alter. Dieser Kurs bietet

die Gelegenheit beweglicher zu werden, fit zu werden und fit zu bleiben. Die Teilnehmer des Kurses sollten sich angstfrei in tiefem Wasser bewegen können.

Kurs-Nr.: 218-300434

Aqua-Fitness - Aquajogging (Tiefwasser)

Dozent/in: Susanne Dede
Beginn: Montag, 05.11.2018
Termin: 10 x montags
Uhrzeit: 20:00 Uhr - 20:45 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr
Kursgebühr: 57,00 €
Material: Entweder einen Aquajogginggürtel oder Aquafitness Beinschwimmer



Aqua-Jogging ist ein schonendes, effektives Ganzkörpertraining im Tiefwasser. Es wird mit verschiedenen Hilfsmitteln trainiert, die zur Widerstandserhöhung oder als Auftriebshilfe dienen. Das Medium Wasser eignet sich optimal zur Bewegungsschulung, zum Muskelaufbau, zur Steigerung von Kraft, Ausdauer und Gleichgewicht sowie zur allgemeinen Fitness. Bei diesem idealen Herz-Kreislauf-Training werden zudem Gelenke, Sehnen, Bänder und Wirbelsäule durch den Auftrieb im Wasser geschont.

Aqua-Jogging kann von jedem betrieben werden, unabhängig vom jeweiligen Trainingszustand und Alter. Dieser Kurs bietet die Gelegenheit beweglicher zu werden, fit zu werden und fit zu bleiben. Die Teilnehmer des Kurses sollten sich angstfrei in tiefem Wasser bewegen können.

Kurs-Nr.: 218-300435

Aquafit (Flachwasser)

Dozent/in: Sigrid Staudt
Beginn: Donnerstag, 08.11.2018
Termin: 15 x donnerstags
Uhrzeit: 09:45 Uhr - 10:30 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr
Kursgebühr: 85,00 €
Material: Ein paar einfache Baumwollsocken

Aquafit ist ein ganzheitliches Bewegungstraining mit positiven Wirkungen auf den gesamten Organismus. Genießen sie die Bewegung im Wasser, denn durch den Auftrieb wird der Körper leicht, Gelenke und Wirbelsäule werden entlastet. Der Kurs ist auch für Nichtschwimmer bestens geeignet. Trainiert

wird mit verschiedenen Hilfsmitteln, die einerseits den Widerstand erhöhen, andererseits als Auftriebshilfe fungieren und vor allem für Spaß und Abwechslung sorgen.

Kurs-Nr.: 218-300436

Aqua-Power (Flachwasser)

Dozent/in: Susanne Dede
 Beginn: Donnerstag, 08.11.2018
 Termin: 10 x donnerstags
 Uhrzeit: 10:45 Uhr - 11:30 Uhr
 Ort: Hallenbad Wehr
 Kursgebühr: 57,00 €



Ein Kurs für alle, die sich gerne sportlich betätigen und auch mal gefordert werden wollen. Im Wasser ist ein hervorragendes Ganzkörpertraining möglich. Die Muskulatur wird gelenkschonend gekräftigt. Die Herz-Kreislauf-Fitness, die Beweglichkeit, die Kondition, die Koordination und das Gleichgewicht werden effektiv verbessert. Das Abnehmen wird begünstigt. Bei entsprechender flotter Musik (mit und ohne Sportgeräte) bereitet das abwechslungsreiche Gesundheitstraining viel Freude. Auch für Nichtschwimmer geeignet: Flachwasser!

Kurs-Nr.: 218-300437

Aqua-Power (Flachwasser)

Dozent/in: Susanne Dede
 Beginn: Donnerstag, 08.11.2018
 Termin: 10 x donnerstags
 Uhrzeit: 11:45 Uhr - 12:30 Uhr
 Ort: Hallenbad Wehr
 Kursgebühr: 57,00 €

Siehe Kurs-Nr.: 218-300436

Kurs-Nr.: 218-300438

Aqua-Power (Flachwasser)

Dozent/in: Susanne Dede
 Beginn: Donnerstag, 17.01.2019
 Termin: 10 x donnerstags
 Uhrzeit: 11:45 Uhr - 12:30 Uhr
 Ort: Hallenbad Wehr
 Kursgebühr: 57,00 €

Siehe Kurs-Nr.: 218-300436

Kurs-Nr.: 218-300439

Aqua-Fit für Männer (Flachwasser)

Dozent/in: Susanne Dede
 Beginn: Donnerstag, 08.11.2018
 Termin: 10 x donnerstags
 Uhrzeit: 17:00 Uhr - 17:45 Uhr
 Ort: Hallenbad Wehr
 Kursgebühr: 57,00 €



Im Wasser ist ein hervorragendes Ganzkörpertraining für Menschen jeden Alters möglich. Das Wasser trägt den Körper, dadurch sind die Übungen schonend für die Gelenke. Die Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer wird gesteigert und die Entspannung gefördert. Durch das bewusste Arbeiten mit dem Wasserwiderstand wird das Herz-Kreislauf-System trainiert und die Muskulatur durch den Widerstand gekräftigt. Bei entsprechender flotter Musik mit und ohne Sportgeräte bereitet das abwechslungsreiche Gesundheitstraining viel Freude. Auch für Nichtschwimmer geeignet: Flachwasser! Die Wassertemperatur: 28° Grad

Kurs-Nr.: 218-300440

Aqua-Fitness - die schönste Art, Kraft und Ausdauer zu schaffen (Tiefwasser)

Dozent/in: Susanne Dede
 Beginn: Donnerstag, 08.11.2018
 Termin: 10 x donnerstags
 Uhrzeit: 20:00 Uhr - 20:45 Uhr
 Ort: Hallenbad Wehr
 Kursgebühr: 57,00 €
 Material: Entweder einen Aquajogginggürtel oder Aquafitness Beinschwimmer



Mit und ohne Geräteeinsatz spielen wir verschiedenste Varianten zur Erfahrung des Wasserwiderstandes durch. Elemente aus Aquajogging und Aqua-Aerobic kräftigen die Muskulatur, stärken den Rücken, verbessern die Haltung/Atmung, fördern die Beweglichkeit und das Wohlbefinden. Ob zur Trainingseinheit, zum Leistungssport oder einfach nur zum Spaß: Wer den Sport im Wasser und damit die positive Wirkung auf seinen Körper kennengelernt hat, wird dieses Ganzkörpertraining nicht mehr missen wollen.

**Tipp: SUP-Yoga im Hallenbad
 (siehe S. 75)**

Kurs-Nr.: 218-300441

Aqua-Fitness 60 plus (Flachwasser)

Dozent/in: Michael Hoffmann
Beginn: Freitag, 02.11.2018
Termin: 15 x freitags
Uhrzeit: 11:30 Uhr - 12:15 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr
Kursgebühr: 85,00 €

Fitnessgymnastik im Wasser ist ein schonendes, effektives Ganzkörpertraining im Flachwasser speziell für Menschen ab 60 Jahren. Es wird mit verschiedenen Hilfsmitteln trainiert, die zur Widerstandserhöhung oder als Auftriebshilfe dienen. Das Medium Wasser eignet sich optimal zur Bewegungsschulung, zum Muskelaufbau, zur Steigerung von Kraft, Ausdauer und Gleichgewicht sowie zur allgemeinen Fitness. Bei diesem idealen Herz-Kreislauf-Training werden zudem Gelenke, Sehnen, Bänder und Wirbelsäule durch den Auftrieb im Wasser geschont.

Aqua-Fitness kann von jedem betrieben werden, unabhängig vom jeweiligen Trainingszustand. Dieser Kurs eignet sich für Schwimmer und Nichtschwimmer jeder Altersgruppe. Wassergymnastik bietet die Gelegenheit beweglicher zu werden, fit zu werden und fit zu bleiben.

Kurs-Nr.: 218-300442

Aquafit (Flachwasser)

Dozent/in: Sigrid Staudt
Beginn: Freitag, 02.11.2018
Termin: 15 x freitags
Uhrzeit: 12:45 Uhr - 13:30 Uhr
Ort: Hallenbad Wehr
Kursgebühr: 85,00 €
Material: Ein paar einfache Baumwollsocken

Aquafit ist ein ganzheitliches Bewegungstraining mit positiven Wirkungen auf den gesamten Organismus. Genießen sie die Bewegung im Wasser, denn durch den Auftrieb wird der Körper leicht, Gelenke und Wirbelsäule werden entlastet. Der Kurs ist auch für Nichtschwimmer bestens geeignet. Trainiert wird mit verschiedenen Hilfsmitteln, die einerseits den Widerstand erhöhen, andererseits als Auftriebshilfe fungieren und vor allem für Spaß und Abwechslung sorgen.

VHS-ERNÄHRUNG

Kurs-Nr.: 218-307500

Whisky-Workshop: „Echt stark - Schottischer Whisky in Faszstärke“

Dozent/in: Thomas Ide
Beginn: Mittwoch, 07.11.2018
Termin: 1 x mittwochs
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 22:00 Uhr
Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
Kursgebühr: 20,00 €
Materialgebühr: 25,00 €
Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit den Kursgebühren erhoben.

Der schottische Whisky ist das Wasser des Lebens und seit vielen Jahren ein absolutes Kultgetränk. Es ist nicht irgendeine Spirituose, sondern essentieller Teil der schottischen Kultur, die seit vielen Jahrhunderten mit Liebe zum Detail gepflegt wird. Geschichte, Herstellung, Reifung, Geschmacksfaktoren und viele andere Aspekte werden wir an diesem Abend beim Nosen und Degustieren besprechen. Ein Schwerpunkt wird der Einfluss der unterschiedlichen Fässer im Reifungsprozess sein.



Mindestalter für Teilnehmer: 18 Jahre

Kurs-Nr.: 218-307501

Whisky-Workshop: „Whisky & Schokolade = kein Widerspruch“

Dozent/in: Thomas Ide
Beginn: Donnerstag, 31.01.2019
Termin: 1 x donnerstags
Uhrzeit: 19:00 Uhr - 22:00 Uhr
Ort: Bürgersaal, Altes Schloss
Kursgebühr: 20,00 €

Materialgebühr: 25,00 €
 Material: Die Materialgebühr wird gemeinsam mit den Kursgebühren erhoben.

Die Geschmacksvielfalt von schottischem Single Malt Whisky & edler Schokoladen treffen aufeinander. Kontrast oder Harmonie? ...es muss kein Widerspruch sein. Erfahren Sie mehr über den schottischen Whisky und die edle Schokolade.
 4 Schokoladen treffen auf 4 Single Malt Whiskies (limitierte Einzelfassabfüllungen für den Kenner).

Mindestalter für Teilnehmer: 18 Jahre

Kurs-Nr.: 218-307503

**Syrische Heimatküche
 Die beste Küche im Vorderen Orient**

Dozent/in: Bashira Maai
 Beginn: Samstag, 10.11.2018
 Termin: 1 x samstags
 Uhrzeit: 10:00 Uhr - 13:00 Uhr
 Ort: Lehrküche, Gemeinschaftsschule Wehr, Neubau
 Kursgebühr: 21,00 €
 Materialgebühr: 13,00 €
 Material: Schürze und evtl. kleine Vorratsbehälter. Die Materialgebühr wird zusammen mit den Kursgebühren erhoben.

Hummus, Baklava und Kebab sind mittlerweile fast auf der ganzen Welt bekannt, aber die Küche des Nahen Ostens hat noch sehr viel mehr zu bieten. Die Syrerin Bashira Maai, die schon beim Wehrer Kochbuchprojekt „Brot & Safran – Frauen kochen um die Welt“ mitgewirkt hat, wird uns die syrische Esskultur mit zwei Gerichten näher bringen. Gekocht werden Maqluba (Reis, Auberginen und Lammfleisch) und gerollte Traubenblätter.
 Freuen Sie sich auf ein Fest für Gaumen und Auge!

Besuchen Sie uns im Internet:
www.vhs-wehr.de

Kurs-Nr.: 218-307502

Kochen nach traditionellen, kretischen Rezepten

Mit kretischem Olivenöl Einblicke in die herzhafte, aber auch süße kretische Küche sammeln
 Dozent/in: Petra Burczyk
 Beginn: Dienstag, 09.10.2018
 Termin: 1 x dienstags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 22:00 Uhr
 Ort: Die Küche - Günter Hierholzer, Todtmooser Straße 43
 Kursgebühr: 39,00 €
 Materialgebühr: 13,00 €
 Material: Schürze und evtl. kleine Vorratsbehälter. Die Materialgebühr wird zusammen mit den Kursgebühren erhoben.

Die Küche Kretas ist anerkannter Weise eine der gesündesten der Welt - das ist wissenschaftlich belegt. Obwohl simpel, ist das kretische Essen solide und gut. Die Art des Kochens hat nichts Verfeinertes oder Abgehobenes.
 Nicht die Art, wie das Essen zubereitet wird, sondern die Qualität und Frische der einzelnen Zutaten ist von größter Bedeutung: das Öl (immer Olivenöl) muss vom Feinsten sein, der Fisch frisch, das Fleisch zart und das Gemüse möglichst frisch gepflückt.



Kurs-Nr.: 218-307504

**Fernkost Asiatische Verführung Teil I
 Chinesische Teigwaren: Wang-Tan, Frühlingsrollen, Dim Sum etc.**

Dozent/in: Liping Li
 Beginn: Dienstag, 23.10.2018
 Termin: 1 x dienstags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 22:00 Uhr
 Ort: Die Küche - Günter Hierholzer, Todtmooser Straße 43
 Kursgebühr: 39,00 €
 Materialgebühr: 10,00 €
 Material: Schürze und evtl. kleine Vorratsbehälter. Die Materialgebühr wird zusammen mit den Kursgebühren erhoben.

China hat eine traditionsreiche Küche, die aufgrund der Ressourcen der verschiedenen Regionen unglaublich vielfältig ist und immer neue Geschmackserlebnisse bietet. Bei diesem Kochkurs erfahren Sie mehr über regionaltypische Spezialitäten der chinesischen Küche. Kommen Sie mit uns auf kulinarische Reise durchs Land der Mitte.



Kurs-Nr.: 218-307505

Fernkost Asiatische Verführung Teil II Japanische Küche: Sushi & Co. für Anfänger

Dozent/in: Liping Li
 Beginn: Dienstag, 27.11.2018
 Termin: 1 x dienstags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 22:00 Uhr
 Ort: Die Küche - Günter Hierholzer, Todtmooser Straße 43
 Kursgebühr: 39,00 €
 Materialgebühr: 12,00 €
 Material: Schürze und evtl. kleine Vorratsbehälter. Die Materialgebühr wird zusammen mit den Kursgebühren erhoben.

Das japanische Essen hat einige Ähnlichkeiten mit der Küche anderer ostasiatischer Länder; der bedeutendste Unterschied ist aber die sehr viel sparsamere Verwendung von Öl und Gewürzen. Vielmehr soll der Eigengeschmack der frischen Produkte möglichst deutlich erhalten bleiben. Kommen Sie mit uns auf eine Reise durch „das Land der aufgehenden Sonne“!



Immer für eine Überraschung gut...

Geschenkgutscheine der VHS

Die Anmeldung ist verbindlich und wird von der VHS nicht bestätigt.

Eine Benachrichtigung erfolgt nur bei Änderung, Kursabsagen oder bei Nichtberücksichtigung der Anmeldung wegen Überbelegung!

Kurs-Nr.: 218-307506

Fernkost Asiatische Verführung Teil III Japanische Küche: Sushi & Co. für Fortgeschrittene (Tempura Sushi, Sushi Variationen, Fullmoon Sushi, etc.)

Dozent/in: Liping Li
 Beginn: Dienstag, 29.01.2019
 Termin: 1 x dienstags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 22:00 Uhr
 Ort: Die Küche - Günter Hierholzer, Todtmooser Straße 43
 Kursgebühr: 39,00 €
 Materialgebühr: 12,00 €
 Material: Schürze und evtl. kleine Vorratsbehälter. Die Materialgebühr wird zusammen mit den Kursgebühren erhoben.

Siehe Kurs-Nr.: 218-307505

Kursangebote online unter:
www.vhs-wehr.de

VHS-SPRACHENSCHULE

Gebührenveränderung bei geringer Teilnehmerzahl

Alle Teilnehmer von Sprachkursen werden am ersten Kurstag befragt, ob sie bereit sind, den Kurs weiterhin zu besuchen, falls die Gebühr wegen geringer Teilnehmerzahl erhöht werden muss. Verbleiben am zweiten Kurstag fünf bis sieben Teilnehmer, ist die Durchführung nur möglich, wenn diese der erhöhten Gebühr zugestimmt haben. Kurse mit weniger als fünf Teilnehmern können nicht durchgeführt werden, auch wenn es sich um die Fortsetzung eines Kurses aus dem vergangenen Semester handelt.

Unterrichtsstunden	12 UE	16 UE	24 UE	30 UE	36 UE
Anzahl Teilnehmer					
8 TN und mehr	€ 36,00	€ 48,00	€ 72,00	€ 90,00	€ 108,00
5 - 7 TN	€ 58,00	€ 77,00	€ 116,00	€ 144,00	€ 172,00

Arabisch

Kurs-Nr.: 218-401500

Arabisch für Fortgeschrittene

Dozent/in: Salem Sammain
 Beginn: Montag, 24.09.2018
 Termin: 10 x montags
 Uhrzeit: 17:00 Uhr - 18:30 Uhr
 Ort: Museum der Stadt Wehr
 Kursgebühr: 72,00 €
 Material: Ein liniertes Heft.

Die Teilnehmer lernen seit zwei Semestern gemeinsam Arabisch.

Neue Teilnehmer sind trotzdem sehr willkommen. Gerne können Sie sich vorher mit dem Dozenten in Verbindung setzen.

Material: Lehrbuch: Oxford University Press Headway A1, Lektion: wird noch bekannt gegeben (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Follow up course 118-406501

Kurs-Nr.: 218-406502

EASY ENGLISH: Evenings

Dozent/in: Fred Parks
 Beginn: Montag, 01.10.2018
 Termin: 12 x montags
 Uhrzeit: 19:00 Uhr - 20:30 Uhr
 Ort: Seminarraum, Hintereingang Stadthalle
 Kursgebühr: 72,00 €
 Material: Lehrbuch: Oxford University Press Headway B1, Lektion 9 (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Follow up course 118-406502

Kurs-Nr.: 218-406503

ENGLISH CONVERSATION: Carry on talking!

Dozent/in: Fred Parks
 Beginn: Dienstag, 25.09.2018
 Termin: 12 x dienstags
 Uhrzeit: 18:00 Uhr - 19:00 Uhr
 Ort: Museum der Stadt Wehr
 Kursgebühr: 48,00 €

Follow up course 118-406503
 No books! Just come along and chat!

Kurs-Nr.: 218-406504

ENGLISH CONVERSATION: Better late than never!

Dozent/in: Fred Parks
 Beginn: Dienstag, 25.09.2018
 Termin: 12 x dienstags
 Uhrzeit: 19:30 Uhr - 20:30 Uhr
 Ort: Museum der Stadt Wehr
 Kursgebühr: 48,00 €

Follow up course 118-406504
 No books! Just come along and chat!

Englisch

Kurs-Nr.: 218-406500

EASY ENGLISH: Mornings

Dozent/in: Fred Parks
 Beginn: Montag, 01.10.2018
 Termin: 12 x montags
 Uhrzeit: 09:30 Uhr - 11:00 Uhr
 Ort: Seminarraum, Hintereingang Stadthalle
 Kursgebühr: 72,00 €
 Material: Lehrbuch: Oxford University Press Headway B1, Lektion 9 (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Follow up course 118-406500

Kurs-Nr.: 218-406501

ENGLISH für Anfänger

Dozent/in: Fred Parks
 Beginn: Montag, 01.10.2018
 Termin: 12 x montags
 Uhrzeit: 18:30 Uhr - 18:45 Uhr
 Ort: Seminarraum, Hintereingang Stadthalle
 Kursgebühr: 36,00 €

Italienisch

Kurs-Nr.: 218-409500

Italienisch für Anfänger II

Dozent/in: Valentina Valente
 Beginn: Montag, 24.09.2018
 Termin: 12 x montags
 Uhrzeit: 18:30 Uhr - 20:00 Uhr
 Ort: Filmsaal, Talschule I
 Kursgebühr: 72,00 €
 Material: Lehrbuch: Allegro nuovo A1, ab Lektion 6,
 Verlag Klett
 (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Kurs-Nr.: 218-409501

Italienisch Conversando

Dozent/in: Valentina Valente
 Beginn: Dienstag, 25.09.2018
 Termin: 12 x dienstags
 Uhrzeit: 18:30 Uhr - 20:00 Uhr
 Ort: Filmsaal, Talschule I
 Kursgebühr: 72,00 €
 Material: Lektion: Adesso, Spotlight Verlag

Kurs-Nr.: 218-409502

Italienisch für Fortgeschrittene

Dozent/in: Valentina Valente
 Beginn: Mittwoch, 26.09.2018
 Termin: 12 x mittwochs
 Uhrzeit: 18:30 Uhr - 20:00 Uhr
 Ort: Filmsaal, Talschule I
 Kursgebühr: 72,00 €
 Material: Lehrbuch: Allegro nuovo A2, Lektion 1,
 Verlag Klett
 (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Kurs-Nr.: 218-409503

Italienisch für Anfänger

Dozent/in: Valentina Valente
 Beginn: Donnerstag, 27.09.2018
 Termin: 12 x donnerstags
 Uhrzeit: 18:30 Uhr - 20:00 Uhr
 Ort: Filmsaal, Talschule I
 Kursgebühr: 72,00 €
 Material: Lehrbuch: Allegro nuovo A1, Lektion 1,
 Verlag Klett
 (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Spanisch

Kurs-Nr.: 218-422500

Conversacion en español para jovenes Spnischtraining für Schüler

Dozent/in: Monika Hudec-Plasencia
 Beginn: Dienstag, 25.09.2018
 Termin: 10 x dienstags
 Uhrzeit: 17:00 Uhr - 18:00 Uhr
 Ort: Gruppenraum I, Hintereingang Stadthalle
 Kursgebühr: 20,00 €
 Material: Das Material wird von der Kursleiterin gestellt.

Ven vamos a platicar! Musica , cultura, viajes y temas de interes del mundo del español.

Ofrecemos dos niveles, ven y platica con nosotros.

Dieser Kurs richtet sich an Schüler, die Spanisch lernen und sich in einer lockeren Atmosphäre verbessern möchten.

Wir bieten 2 Stufen an.

Kommt, wir beraten Euch gerne.

Kurs-Nr.: 218-422501

Spanisch para avanzados

Dozent/in: Ligia De Thiemann
 Beginn: Mittwoch, 10.10.2018
 Termin: 10 x mittwochs
 Uhrzeit: 09:30 Uhr - 11:45 Uhr
 Ort: Museum der Stadt Wehr
 Kursgebühr: 104,00 €
 Material: Das Material wird von der Kursleiterin gestellt.

Practicamos los conocimientos actuales y adquirimos nuevo vocabulario.

Repasamos la gramática que el grupo necesite.

Wir werden sprechen üben. Sie werden in praktischen Situationen Ihre spanischen Ausdrucksmöglichkeiten verbessern.

Bitte beachten Sie:

Lehrbücher sollten erst nach Kursbeginn
 von den Teilnehmern erworben werden!

Kurs-Nr.: 218-422502

Spanisch Sprachtraining für Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen

Dozent/in: Ligia De Thiemann
 Beginn: Mittwoch, 10.10.2018
 Termin: 10 x mittwochs
 Uhrzeit: 18:00 Uhr - 19:30 Uhr
 Ort: Museum der Stadt Wehr
 Kursgebühr: 70,00 €

Für Teilnehmer mit einfachen bis mittleren Vorkenntnissen. Effektiv und entspannt lernen Sie in einfachen Situationen sich gut auszudrücken. Lernmaterial wird von der Kursleiterin gestellt. Das Sprechen steht im Vordergrund.

Kurs-Nr.: 218-422503

Spanisch für Anfänger mit Grundkenntnissen

Dozent/in: Ligia De Thiemann
 Beginn: Mittwoch, 10.10.2018
 Termin: 10 x mittwochs
 Uhrzeit: 19:30 Uhr - 21:00 Uhr
 Ort: Museum der Stadt Wehr
 Kursgebühr: 70,00 €
 Material: Lehrbuch: Mirada Aktuell, Lektion 13, Hueber Verlag (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Wir lernen seit drei Semestern zusammen Spanisch, wir arbeiten in einem gemäßigten Tempo. Wir üben das Sprechen, effektiv und entspannt.

Kurs-Nr.: 218-422504

Spanisch für Anfänger I (A1)

Dozent/in: Clara Garabato González-Hilpert
 Beginn: Donnerstag, 27.09.2018
 Termin: 15 x donnerstags
 Uhrzeit: 18:30 Uhr - 20:00 Uhr
 Ort: Seminarraum, Hintereingang Stadthalle
 Kursgebühr: 90,00 €
 Material: Lehrbuch: Mirada Aktuell, ab Lektion 1, Hueber Verlag (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Wir lernen und üben einfache Unterhaltungen. Für alle, die sich für die spanische Sprache interessieren und keine Vorkenntnisse haben.

Kurs-Nr.: 217-422504

Spanisch für Anfänger III (A2)

Dozent/in: Clara Garabato González-Hilpert
 Beginn: Donnerstag, 27.09.2018
 Termin: 15 x donnerstags
 Uhrzeit: 20:00 Uhr - 21:30 Uhr
 Ort: Seminarraum, Hintereingang Stadthalle
 Kursgebühr: 90,00 €
 Material: Lehrbuch: Mirada Aktuell, ab Lektion 10, Hueber Verlag (bitte erst nach Kursbeginn kaufen)

Der Kurs ist eine Fortsetzung des letzten Semesters sowie für Einsteiger mit entsprechenden Kenntnissen.

EDV-KURSE

Kurs-Nr.: 218-211500

Android Phone / Smartphone - die Praxisschulung

Dozent/in: Michael Fritz
 Beginn: Mittwoch, 21.11.2018
 Termin: 3 x mittwochs
 Uhrzeit: 17:15 Uhr - 19:15 Uhr
 Ort: Zeitungsleseraum der Mediathek
 Kursgebühr: 75,00 €

Zielgruppe: Sie haben ein neues Handy ein sog. Smartphone mit Android z.B. Samsung Galaxy, HTC, Sony, LG, etc. und möchten nun Schritt für Schritt die Bedienung kennenlernen?

Hierzu gehören die Knöpfe und Schalter und die Gestenbedienung per Finger, das Verwenden der Bildschirmtastatur und diverse Einstellungen (z.B. WLAN, GPS, Bluetooth, Displayaufbau, etc.) Was kann dieses Gerät alles? Lernen Sie, was Apps sind, wie Sie sie installieren und nutzen.

Voraussetzungen: Sie verfügen über ein eigenes Android Phone (Smartphone) und bringen dieses mit vollem Akku in den Kurs mit. Bitte kennen Sie auch die PIN und wenn vorhanden ein Kennwort zu Ihrem Google-Konto (Gmail-Adresse).

Anmeldung!

Nur schriftlich mit der beiliegenden Anmeldekarte, dem Fax-Anmeldeformular, online unter: www.vhs-wehr.de oder per E-Mail möglich!

MEDIATHEK der Stadt WEHR

VERANSTALTUNGEN & TERMINE DER MEDIATHEK IM HERBST / WINTER 2018 / 2019

10. Literaturtage der Mediathek 2018

17. Oktober:

Mechtild Borrmann liest aus ihrem neuen Roman „Grenzgänger“



19. Oktober:

Oliver Bottini liest aus „Der Tod in den stillen Winkeln des Lebens“



26. Oktober:

Alex Capus stellt sein neues Buch „Zwischen uns ein ganzes Leben“ vor



Beginn jeweils 20 Uhr,
Vorverkauf Buchhandlung Volk und Mediathek

Kindertheatersaison 2018 / 2019

12. November: Theater Choo Choo spielt für Kinder ab 4 Jahren frei nach Wilhelm Hauff „**Kalif Storch**“.

3. Dezember: Marotte Figurentheater spielt „**Der kleine Weihnachtsmann**“ für alle ab 4 Jahren

14. Januar: Happy-End-Figurentheater spielt für Kinder ab 4 Jahren: „**Mimi die Märchenmaus**“

4. Februar: Das AugustTheater aus Dresden spielt für alle Kinder ab 3 Jahren „**Der kleine Maulwurf**“



Beginn jeweils 15 Uhr,
Vorverkauf empfohlen über die Mediathek

FAX-Anmeldeformular

Volkshochschule Wehr

FAX-Nr. 0 77 62 / 808-150

Kurs-Nr.:	Kurstitel:	Betrag:	€
Kurs-Nr.:	Kurstitel:	Betrag:	€
Kurs-Nr.:	Kurstitel:	Betrag:	€
Kurs-Nr.:	Kurstitel:	Betrag:	€
Kurs-Nr.:	Kurstitel:	Betrag:	€

Bemerkung:

Teilnahmebescheinigung: ja nein**Bezahlung:**Sie erhalten nach Kursbeginn eine Rechnung.
Abbuchung oder Barzahlung ist nicht möglich.

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ/Ort

Tel. priv.:

Tel. dienstl.:

Fax:

Email:

Unterschrift:

Mit Ihrer Unterschrift haben Sie die VHS-Geschäfts-
und Datenschutzbedingungen anerkannt.*Für die Statistik: Alter*

- bis 18 J.
 bis 25 J.
 bis 35 J.
 bis 50 J.
 bis 65 J.
 über 65 J.
- männl.
 weibl.



*gemeinsam
für mehr Bildung*

VHS Grenzach-Wyhlen

Jacob-Burckhardt-Str. 8
79639 Grenzach-Wyhlen
Tel.: 07624 / 1033
Fax: 07624 / 6785
vhs@grenzach-wyhlen.de
www.vhs-gw.de

VHS Kandern

Hauptstr. 18
79400 Kandern
Tel.: 07626 / 973-228
Fax: 07626 / 973-229
vhs@kandern.de
www.kandern.de

VHS Rheinfelden e.V.

Hardtstr. 6
79618 Rheinfelden
Tel.: 07623 / 72400
Fax: 07623 / 724034
info@vhs-rheinfelden.de
www.vhs-rheinfelden.de

VHS Bad Säckingen

Friedrichstr. 33
79713 Bad Säckingen
Tel.: 07761 / 2101
Fax: 07761 / 2550
verwaltung@vhs-bad-saeckingen.de
www.vhs-bad-saeckingen.de

VHS Schopfheim

Joh.-Karl-Grether-Str. 2
79650 Schopfheim
Tel.: 07622 / 6739-180
Fax: 07622 / 6739-179
vhs@schopfheim.de
www.vhs-schopfheim.de

VHS Steinen

Eisenbahnstr. 26
79585 Steinen
Tel.: 07627 / 910086
Fax: 07627 / 910087
post@vhs-steinen.de
www.vhs-steinen.de

VHS Waldshut-Tiengen

Kaiserstr. 28 - 32
79761 Waldshut-Tiengen
Tel.: 07751 / 833149
Fax: 07751 / 833355
vhs@waldshut-tiengen.de
www.vhs-wt.de

VHS Wehr

Hauptstr. 14
79664 Wehr
Tel.: 07762 / 808603
Fax: 07762 / 808150
vhs@wehr.de
www.wehr.de

VHS Weil am Rhein

Humboldtstr. 5
79576 Weil am Rhein
Tel.: 07621 / 704 – 413
Fax: 07621 / 5102012
mail@vhs-weil-am-rhein.de
www.vhs-weil-am-rhein.de