Volkshochschule Dettingen an der Erms

Partner der vhs Reutlingen

vhs Programm
Frühjahr – Sommer
2021

Liebe Teilnehmerin,
lieber Teilnehmer,

*ein pralles Programm erwartet Sie in diesem Semester – wie gewohnt und trotz allem: Aktuelle Themen, bewährte und beliebte Kursangebote und neue Kursformate. Voller Zuversicht setzen wir weiterhin auf Präsenzkurse mit dem nötigen Abstand. Gleichzeitig wurden unsere Online-Angebote ausgebaut. Im Sprachenbereich mit »English Conversation« und »Italienisch am Vormittag«. Auch in den Gesundheitskursen schafft der digitale Wandel neue flexible Möglichkeiten. Neben »Pilates« können zukünftig »Rückenfit« und »Zumba« ganz bequem von zu Hause aus besucht werden. Ebenso die Seminare »Nichtrauchen leichtgemacht« für aufhörwillige Raucher*innen oder »Gelungene Kommunikation mit dem Enneagramm«. Wer lieber nach draußen in die Natur geht, kann durch »Waldbaden« oder »Streuobstwiesen-Spaziergänge« Gutes für sich tun. Ebenso mit einem informativen Abend über »Immunstarke Ernährung«. Kinder und Jugendliche können im Teens-Danceclub abschalten. »Klassisches Ballett« ist wieder – neben dem Orientalischen Tanz – im Programmheft zu finden. Es kann also losgehen! Hoffen wir auf ein Semester der unbegrenzten Möglichkeiten –*
wir freuen uns auf Sie!
Alles Gute, bleiben Sie gesund
und bis hoffentlich bald!

Ihre
Anke Adametz-Leichtle

Inhalt Seite

Veranstaltungen und Vorträge 3
Usbekistan
Nach Teneriffa mit dem Fahrrad
Von der Koma-Patientin zur (Über)Lebenskünstlerin

Sprachen 4
Englisch
Französisch
Italienisch
Spanisch

Beruf und Ehrenamt 5
Gelungene Kommunikation
Pressearbeit im Verein

Gesundheit 5
Nichtrauchen leicht gemacht
neu: Immunstarke Ernährung
Babymassage

Outdoor 5/6
neu: Waldbaden
neu: Streuobstwiesen-Spaziergang
Nordic Walking für Einsteiger*innen
Faszination Bogenschießen

Entspannung und Yoga 6
TRE® – Entspannungsübungen
Hatha-Yoga für den Rücken
Yoga und Entspannung am Abend und am Morgen

Gymnastik/Fitness/Tanz 7
Faszienfitness
neu: Afterwork Rückenfit
Rücken im Alltag
Pilates
Body-Fitness für Frauen
Fitnessgymnastik für Frauen
Fitness-Mix
Zumba®-Fitness
neu: Zumba®-Toning

Kreatives 8/9
Malen im Freien
Fotografieren mit dem Profi
Gefilzte Steine
Geflechte für den Garten: Sichtschutzwand
Flechthandwerk: Dekorative Kränze und Schalen
Korbflechten

Essen und Trinken 9
Männer – ran an den Herd
Sommerbuffet

Kinder und Jugendliche 9/10
Der Vorschulfuchs
Marburger Konzentrationstraining (MKT)
neu: Streuobstwiesen-Spaziergang mit der Familie
Gefilztes Fischmobile
Kinderkochstudio: Leckere Früchtchen
neu: Teens-Dance-Club
Klassisches Ballett
Orientalischer Tanz

Hinweise zur Anmeldung und allgemeine Informationen sowie Lageplan von Schillerschule und Altem Rathaus finden Sie auf Seite 11 dieses Programms.

= Online-Kurs

Das vhs-Orchester plant für 6. und 7. November 2021 sein nächstes Konzert in der Schillerhalle

vhs-Orchester Dettingen

Im vhs-Orchester musizieren Laienmusiker (Streicher, Holz- und Blechbläser etc.) miteinander. Einmal im Jahr findet normalerweise ein Herbstkonzert in sinfonischer Besetzung statt, in welchem klassische Werke, Filmmusiken und Musicalmelodien aufgeführt werden. Zudem übernehmen wir einmal im Jahr die musikalische Leitung eines Gottesdienstes. Aufgrund der Corona-Pandemie musste das Herbstkonzert 2020 jedoch leider abgesagt werden. Das Orchester probt regelmäßig montags (ausgenommen Ferienzeiten) von 20–21.30 Uhr im Bürgerhaus am Anger, Zillenhart-Saal. Musiker, die Freude am gemeinsamen Musizieren haben und ihr Instrument einigermaßen beherrschen, sind jederzeit herzlich willkommen.
Die Teilnahme ist gebührenfrei
Anmeldung bei der Dirigentin Paula Stark,
Telefon 07121 1382434 oder paulastark@gmx.de
Proben montags 20–21.30 Uhr, außer in den Ferien
Bürgerhaus am Anger, Susanna-von-Zillenhart-Saal
Paula Stark

UNTERWEGS NACH TENERIFFA

Veranstaltungen und Vorträge

Usbekistan – Märchen aus 1001 Nacht an der Seidenstraße

Multivisionsschau mit Karl-Heinz Unterberger
Taschkent – Samarkand – Buchara. Wie Diamanten an einer Kette reihen sich die Städte der sagenumwobenen Seidenstraße aneinander, jenem Geflecht alter Handelswege, das ab 300 vor Christus das Mittelmeer mit Ostasien verbindet. Die Städte am Handelspfad blühten auf, allen voran jene im heutigen Usbekistan. Noch heute lässt sich der einst unglaubliche Reichtum erahnen, es ist ein Stück Morgenland wie aus dem Bilderbuch. Irgendwo dort, zwischen den Minaretten und Mausoleen, könnten Aladdin und Sindbad umhergestreunt sein, und Ali Baba und die 40 Räuber ihr Unwesen getrieben haben. In Usbekistan wird alles lebendig, was man mit den Märchen aus 1001 Nacht verbindet.
Karl-Heinz Unterberger, der bekannte Fotograf und Dozent für Fotografie aus Münsingen-Böttingen hat Usbekistan besucht, und zeigt seine Eindrücke in einer faszinierenden Multivisionsschau.
Do, 6. Mai, 20 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Susanna-von-Zillenhart-Saal
6 Euro (ermäßigt 4 Euro)
Anmeldung erforderlich

USBEKISTAN

Auf den Spuren der Zeppeline: Nach Teneriffa mit dem Fahrrad

Reisebericht von Sybille & Thomas Schröder
Viele Jahre hatten die Schröders ihren »Winterurlaub« auf den Kanaren verbracht. Was lag also näher, dieses Ziel auch einmal en bicicleta anzusteuern? Auf den gut 3500 Kilometern wurde klar: Das ist Luftlinie fast die halbe Strecke nach Amerika. Auf ganz ähnlicher Route flogen einst die Zeppeline. Ein bisschen historische »Spurensuche«, viele Facetten und Reisesplitter von den unwegsamen Mittelgebirgen Frankreichs über den höchsten Pyrenäenpass (in Andorra) und die drückende Hitze im Ebrobecken bis zu den UNESCO-Welterbestädten Toledo, Córdoba und Sevilla ... Tipps zur Organisation einer solchen Reise gibt's natürlich auch.
Do, 17. Juni, 20 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Susanna-von-Zillenhart-Saal
6 Euro (ermäßigt 4 Euro)
Anmeldung erforderlich

»Der Triumph aus meinem Schicksal«: Von der Koma-Patientin zur (Über)Lebenskünstlerin

Erfahrungsbericht und Buchvorstellung
»Wir können das Schicksal nicht bezwingen. Aber wir können entscheiden, wie wir damit umgehen.« Im Alter von 30 Jahren fiel die Autorin und Journalistin Susanne Hutter durch einen septischen Schock, der ein multiples Organversagen zur Folge hatte, für rund sechs Wochen ins Koma. Den Weg zurück in den Alltag bezeichnet sie als die größte Herausforderung und intensivste Zeit ihres Lebens. Die Erfahrungen aus dieser Zeit, die Folgen des Komas und das Leben danach hat sie in ihrem Buch »Der Triumph aus meinem Schicksal« aufgearbeitet und im Selbstverlag veröffentlicht.

Die Lesung findet in Kooperation mit der Gemeindebücherei statt und bietet Raum für Fragen und Vertiefung. **Bitte mit Anmeldung in der Gemeindebücherei** unter 07123-7207410 oder buecherei@dettingen-erms.de
Di, 27. April, 19 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Susanna-von-Zillenhart-Saal
Susanne Hutter
Der Eintritt ist frei!

Sprachen

Englisch

English Conversation – online
Sie sprechen bereits Englisch und möchten Ihre Sprachkenntnisse bequem von zuhause aus oder auch von unterwegs mit interessanten Gesprächen lebendig halten? In diesem Online-Konversationskurs auf A2/B1-Niveau haben Sie die Gelegenheit, sich über vielfältige Themen zu unterhalten und auf diese Weise Ihre Englischkenntnisse anzuwenden und zu trainieren. Die vhsrt setzt höchste Qualitätsstandards an ihre Online-Angebote und unterstützt Sie gerne auch bei technischen Fragen rund um das Online-Sprachangebot.
Kein Kurs am 14. Mai
En4211DetQ A2/B1, Online-Kurs
Fr, ab 16. April, 18–19.30 Uhr, 8-mal
76,80 Euro
Evelyn Binder-Ludt

Let's speak English
Vielleicht haben Sie Ihre Vorkenntnisse der englischen Sprache einstauben lassen? Dann ist jetzt die Zeit, den Staub mit einem Auffrischungskurs wegzublasen! In lockerer Atmosphäre wiederholen wir nicht nur wichtige Vokabeln und grundlegende Grammatik, sondern lernen auch Alltagsgespräche zu führen.
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
En7011Det B2.1
Di, ab 13. April, 17.30–18.45 Uhr, 10-mal
Altes Rathaus, Großer Versammlungssaal
80 Euro
Evelyn Binder-Ludt

Bring your English back to life
Wenn Sie bereits ein wenig Englisch können oder vor längerer Zeit etwas Englisch gelernt haben, haben Sie in diesem Kurs die Gelegenheit, Ihre Kenntnisse zu erweitern bzw. aufzufrischen und für den alltäglichen Gebrauch oder auch zur Vorbereitung auf den Urlaub zu trainieren. Überzeugen Sie sich selbst, wie man in einer gemütlichen Runde stressfrei lernen und dabei Spaß haben kann!
Lehrbuch: Easy English A2.1 (Cornelsen),
En3131Det A2.3, ab Lektion 13
Do, ab 15. April, 10.15–11.45 Uhr, 10-mal
Altes Rathaus, Großer Versammlungssaal
96 Euro
Evelyn Binder-Ludt

Französisch

En français s'il vous plaît
Sie verfügen schon über grundlegende Vokabel- und Grammatikkenntnisse, wollen aber nochmals wiederholen und dabei vor allem viel sprechen? Machen Sie bei uns mit, neue Teilnehmer/-innen sind herzlich willkommen.
Lehrbuch: Couleurs de France Neu 3, (Klett),
ab Lektion 2
Fr5252Det B1
Di, ab 13. April, 19–20.30 Uhr, 6-mal
Altes Rathaus, Großer Versammlungssaal
57,60 Euro
Ulrike Jeske

Italienisch

In angenehmer, stressfreier Atmosphäre erhalten Sie in diesen Italienischkursen online oder in Präsenz einen Einstieg in die reizvolle Sprache unserer südlichen Nachbarn.
Die vhsrt setzt höchste Qualitätsstandards an ihre Online-Angebote und unterstützt Sie gerne auch bei technischen Fragen rund um das Online-Sprachangebot.

Italienisch am Vormittag
Online-Kurs für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: Chiaro! Nuova edizione A1 (Hueber)
[Kursbuch + Sprachtrainer]
It1012DetQ A1.1, ab Lektion 1
Mi, ab 5. Mai, 9.30–11 Uhr, 10-mal
96 Euro
Carla Masino

Italienisch
Online-Kurs für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: Chiaro! A1 (Hueber)
[Kursbuch + Sprachtrainer], ab Lektion 4
It1021DetQ A1.2
Mo, ab 12. April, 18–19.30 Uhr, 12-mal
115,20 Euro
Carla Masino

Italienisch
für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse.
Lehrbuch: Chiaro! Nuova edizione A1 (Hueber)
[Kursbuch + Sprachtrainer], ab Lektion 1
It1011Det A1.1
Mi, ab 14. April, 18–19.30 Uhr, 12-mal
Altes Rathaus, Kleiner Versammlungssaal
115,20 Euro, 14 Teilnehmende
Carla Masino

Italienisch am Vormittag
für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: Chiaro! A1 (Hueber)
[Kursbuch + Sprachtrainer], ab Lektion 3
It1022Det A1.2
Di, ab 13. April, 9.30–11 Uhr, 12-mal
Altes Rathaus, Kleiner Versammlungssaal
115,20 Euro
Carla Masino

Italienisch intensiv in den Pfingstferien
für Anfänger*innen mit geringen Grundkenntnissen
In entspannter Atmosphäre bauen wir auf ersten sprachlichen Grundlagen auf und vertiefen diese, unterhalten uns über landestypische Besonderheiten und spielen verschiedene touristische Alltagssituationen durch.
It1000Det A1
Di, Mi, Do, Fr, ab 25. Mai, 18–21 Uhr, 4-mal
Altes Rathaus, Kleiner Versammlungssaal
76,80 Euro, 14 Teilnehmende
Carla Masino

Spanisch

Spanisch intensiv in den Pfingstferien
für Sprachanfänger*innen
Tauchen Sie ein in die spanische Sprache und Kultur und lernen Sie in kürzester Zeit viel Wortschatz und zahlreiche Redewendungen für die Verständigung. Unterrichtsmaterial wird von der Dozentin gestellt
Sp1000Det A1
Di, Mi, Do, Fr, ab 25. Mai, 9–12 Uhr, 4-mal
Altes Rathaus, Großer Versammlungssaal
76,80 Euro
Yolanda Engelhart

Beruf und Ehrenamt

Gelungene Kommunikation

Sich selbst und andere besser verstehen mit dem Persönlichkeitsmodell Enneagramm

Möchten Sie endlich wissen, wieso bei manchen Menschen spontan die Chemie stimmt und warum Sie andere Typen lieber auf den Mond schießen möchten? Das Persönlichkeitsmodell Enneagramm wurde bereits in der Antike gelehrt und beschreibt in spannender Weise, wie wir unbewusst die Welt betrachten. Das Enneagramm eignet sich hervorragend, um anschaulich und anhand vieler Beispiele aus dem persönlichen Berufs- und Lebensalltag darzustellen, weshalb Menschen so unterschiedlich reagieren und dementsprechend kommunizieren. Dadurch entwickelt sich ein »Aha-so-ist-das-Verständnis«. Diese neue Sichtweise kann zu einer deutlichen Verbesserung der Kommunikation und sogar zur Konfliktlösung innerhalb der Familie, mit Kindern, Partnern, Vorgesetzten und Kollegen führen. Im Kurs erhalten Sie individuelle Anregungen, die Sie gleich im Alltag üben und umsetzen können!

Ro2101Det Online-Kurs
Mo, ab 3. Mai, 18.30–21 Uhr, 3-mal
56 Euro (inklusive 3 Euro Materialkosten)
Silke Huber

Pressearbeit im Verein

Vom sportlichen oder unternehmerischen Erfolg, einem gelungenen Ausflug, der Hauptversammlung oder einer anderen Veranstaltung möchten Vereine, Vereinigungen oder auch Betriebe im Gemeindeblatt oder der Tageszeitung lesen können – doch die Texte müssen erst geschrieben werden. Basiswissen rund ums Schreiben lässt sich erlernen, denn es gibt (handwerkliche) Regeln, wie Meldungen oder kleine Berichte aufgebaut sein sollten. Wer sich daran hält, tut sich leichter und erleichtert dem Leser das Lesen. Der Kurs vermittelt Tipps und schärft den Blick.

Lt5030Det
Mi, 16. Juni, 18.30–20.45 Uhr
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
21 Euro
Kirsten Oechsner

Gesundheit

Nichtrauchen leicht gemacht

Online-Kurs für aufhörwillige Raucher*innen jeden Alters

Sie möchten sich vom blauen Dunst verabschieden und haben es bisher nur noch nicht gewagt? Oder schon versucht und dann doch wieder nach den Zigaretten gegriffen? Gemeinsam mit Gleichgesinnten und unter fachkundiger Anleitung lernen Sie, den Versuchungen des Nikotins dauerhaft zu widerstehen. Technische Voraussetzung: Laptop oder Smartphone

Gs1040DetQ Online-Kurs
Mo, ab 12. April, 18.30–20 Uhr, 6-mal
Altes Rathaus, Kleiner Versammlungssaal
63,60 Euro
Marion Fischer

Immunstarke Ernährung

»Immunstark durch Ernährung« – geht das überhaupt? Wie unsere tägliche Lebensmittelauswahl unser Immunsystem unterstützen kann, wollen wir in diesem Seminar besprechen. Welche einzelnen Produkte und Inhaltsstoffe dafür verantwortlich sein können und wie die einzelnen Mahlzeiten zusammengestellt sein sollten wird Thema dieses Abends sein.

Gs7506Det
Do, 6. Mai, 19–21 Uhr
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
14,10 Euro
Wibke Tönjes-Batke

Babymassage

Dieses Schnupperangebot vermittelt die Grundgriffe der Babymassage und zeigt, wie der innige Kontakt und die Bindung zwischen Mutter und Kind während der Massage gefördert werden kann. Man nimmt sich dabei bewusst Zeit für das Baby und lernt dessen Stimmungen und Reaktionen wahrzunehmen und zu deuten.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, großes Handtuch und Babydecke.

Gs6061Det
Schnupperkurs für frischgebackene Mütter mit Kind
Sa, 10. Juli, 9.30–11 Uhr
Altes Rathaus, Großer Versammlungssaal
16,60 Euro (inklusive 6 Euro für Materialkosten)
Ivonne Randecker-Neumann

Gs6062Det
Schnupperkurs für frischgebackene Väter mit Kind
Sa, 24. Juli, 9.30–11 Uhr
Altes Rathaus, Großer Versammlungssaal
16,60 Euro (inklusive 6 Euro für Materialkosten)
Ivonne Randecker-Neumann

Outdoor

Waldbaden

In den Wald gehen und die Natur auf sich wirken lassen

Wer Entspannung sucht oder seine Gesundheit stärken will, sollte »Shinrin Yoku« oder »Waldbaden«, wie der Trend aus Japan hierzulande heißt, unbedingt einmal auszuprobieren. Mit Achtsamkeit in den Wald eintauchen, auf eine neue Art und Weise den Wald entdecken, die Waldatmosphäre erleben und einatmen, um Akkus wieder aufzuladen und neue Energie zu tanken. Zahlreiche Studien belegen die positiven Wirkungen der Waldatmosphäre und in Japan ist Waldbaden längst als wirksame Stress-Management-Methode anerkannt. Der Aufenthalt im Wald kann Stress abbauen, den Bluthochdruck senken, Puls und Atmung normalisieren sowie unser Immun-, Nerven- und Hormonsystem positiv beeinflussen. Wir verbinden das Schlendern durch den Wald mit ein paar Übungen, auch Sinnesübungen, die Sie gut in den Alltag integrieren können. Das Waldbad dauert etwa zwei Stunden. Wir gehen bei jedem Wetter, außer bei Sturmwarnung oder Starkregen.

Gs3201Det
Fr, ab 11. Juni, 18–20.15 Uhr, 3-mal
Treffpunkt: Parkplatz Füssleshütte Dettingen
47,70 Euro
Monika Scharf

Streuobstwiesen-Spaziergang: Wildbeeren & Sommerkräuter

Den Reichtum der Streuobstwiesen kann man im Sommer voll genießen. Die Natur schenkt uns leckere Beeren und Kräuter – man muss nur wissen, wie und wo man sie erkennt und was man dabei beachten muss. Auf unserem entspannten Spaziergang durch das Spahlertal sehen, riechen und schmecken wir die verschiedensten Kräuter und Beeren unserer Heimat.

Gs3151Det
Do, 24. Juni, 18.30–21 Uhr
Treffpunkt: Annes Haus & Garten,
Steinerweg 4, 72555 Metzingen
17,70 Euro
Anne Gekeler

Nordic Walking für Einsteiger*innen

Wollen Sie möglichst lange gesund, fit und beweglich bleiben? Dann erlernen Sie den wirkungsvollen Gesundheitssport Nordic-Walking! Dabei wird das Herz ohne Überanstrengung optimal trainiert und die Rückenmuskulatur gestärkt. Knie- u. Hüftgelenke werden durch die Stöcke entlastet. Muskelverspannungen im Nacken- und Schulterbereich lösen sich. Das Immunsystem wird gestärkt und Psychostress abgebaut. Der Kurs vermittelt schwerpunktmäßig Schritt für Schritt die gesundheitsfördernde Alfa-Technik und richtet sich auch an Teilnehmer mit geringer Kondition. Stöcke können gegen eine Gebühr (2 Euro pro Benutzung) gestellt werden. Bitte bei der Anmeldung angeben. Evtl. Neuanschaffung der Stöcke erst nach dem ersten Kurstermin planen! Bitte wetterangepasste Kleidung tragen.

Gy7115Det
Mi, ab 14. April, 18.30–19.30 Uhr, 6-mal
Treffpunkt: Schillerhalle Dettingen,
Parkplatz bei den Hartsportplätzen
42,40 Euro, 6 Teilnehmende
Silvia Bauer

Faszination Bogenschießen

Workshop für Anfänger*innen
Beim Bogenschießen finden wir den Ausgleich, den wir brauchen, um Stress und Hektik des Alltags bewältigen zu können. Das bewusste Spannen des Bogens und Lösen der Sehne kräftigt die Rücken- und Schultermuskulatur und wirkt positiv auf Körper und Geist.
Der Kurs beinhaltet: Vorstellung verschiedener Bogentypen, Schussablauf und Erklärung verschiedene Zieltechniken, Schießen auf verschiedene Entfernungen, Korrektur des Bewegungs-/Schussablaufes, Wettkampfspiele auf Scheibe. In Kooperation mit dem Schützenverein Dettingen an der Erms.

Hb1051Det
Sa, 8. Mai, 9.30–13 Uhr
24,70 Euro
Hb1052Det
Fr, 18. Juni, 18–21.30 Uhr
24,70 Euro
Bogenschießanlage Schützenverein Dettingen
Untere Buchhalde 2
Peter Essig

Entspannung und Yoga

TRE®-Entspannungsübungen

TRE® sind leichte Körperübungen, um tiefliegende, muskuläre Verspannungen im Körper, die durch verschiedene Arten von Stress entstanden sind, lösen zu können. Die Übungen aktivieren auf milde Art die natürliche Fähigkeit des menschlichen Körpers, ein unwillkürliches Zittern, auch neurogenes Zittern genannt, entstehen zu lassen. Zittern fördert die Selbstregulationsfähigkeit des Körpers im Umgang mit Spannungen und ist u. a. auch hilfreich bei muskulären Verspannungen, in Form von Rücken-, Bauch- oder Kopfschmerzen, nächtliches Knirschen mit den Zähnen, Schlafstörungen oder auch bei innerer Unruhe.

Bitte eigene Matte mitbringen!
Ep3647Det
Do, 17. Juni, 18.30–21.30 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
21,20 Euro
Shilanu Keidel-Weber

Hatha-Yoga für den Rücken

Durch gezielte Yoga-Übungen wird der Rücken gestärkt und gedehnt. Dadurch können Verspannungen sich lösen und Beschwerden abklingen.

Bitte eigene Matte mitbringen!
Ep6010Det
AOK-Förderung möglich!
Mo, ab 12. April, 10–11.15 Uhr, 12-mal
Sorglos Wohnen
106 Euro
Evelyn Binder-Ludt

Yoga und Entspannung

AOK-Förderung möglich!

Die verschiedenen aktiven und meditativen Yogaübungen und Körperhaltungen dehnen und kräftigen unsere Muskeln und Gelenke. Zugleich wirken sie stressabbauend und normalisieren Muskelspannung und Atmung. Durch regelmäßiges Üben kann sich körperliches und seelisches Wohlbefinden einstellen.

Bitte eigene Matte mitbringen!

Am Abend
Ep6014Det
Mo, ab 12. April, 17–18.15 Uhr, 12-mal
Ep6015Det
Mo, ab 12. April, 18.15–19.30 Uhr, 12-mal
Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
106 Euro
Evelyn Binder-Ludt

Am Morgen
Ep6040Det
Do, ab 15. April, 7.30–8.45 Uhr, 11-mal
Ep6041Det
Do, ab 15. April, 8.45–10 Uhr, 11-mal
Sorglos Wohnen, Gemeinschaftsraum
97,20 Euro, 7 Teilnehmende
Evelyn Binder-Ludt

Gymnastik/ Fitness/ Tanz

Faszienfitness

Elastische Faszien spielen eine große Rolle für unser Wohlbefinden und unsere Beweglichkeit. Sie sind mitverantwortlich bei Schmerzen, Verspannungen und Bewegungseinschränkungen. Die wichtigste Erkenntnis ist: Faszien lassen sich trainieren!
In diesem Workshop werden wir unsere Faszien trainieren, damit sie wieder elastisch werden und wir somit weniger Schmerzen, mehr Beweglichkeit und ein besseres Körpergefühl entwickeln können.
Sie erlernen den Umgang mit der Faszienrolle und wie Sie ganz ohne Hilfsmittel Ihre Faszien elastisch und gesund erhalten.
Bitte eigene Matte und Faszienrolle (falls vorhanden) mitbringen!
Gy5031Det
Mi, 21. April, 18.30–21.30 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
21,20 Euro
Michael Schray

Afterwork Rückenfit

Lassen Sie uns am Ende der Arbeitswoche mit viel Spaß und unter fachkundiger Anleitung unseren Rücken trainieren. Ganz bequem von zu Hause aus – Laptop genügt! Wir beugen gezielt und alltagsorientiert Rückenschmerzen vor – gerade in bewegungsarmen Homeoffice-Zeiten. Dabei vergessen wir nicht, Arme und Beine zu trainieren. Wir atmen tief durch und dehnen abschließend den ganzen Körper, um danach ganz entspannt das verdiente Wochenende genießen zu können.
AOK-Förderung möglich!
Gy3150DetQ Online-Kurs
Fr, ab 16. April, 16.55–17.55 Uhr, 12-mal
84,80 Euro
Andreas Hotz

Rücken im Alltag

AOK-Förderung möglich!

Für Junggebliebene, die schonend und bewusst ihren Körper, vor allem ihren Rücken, fit halten wollen. Ziel ist, den Alltag weiterhin mit seinen Aufgaben und Anforderungen meistern zu können! Wir arbeiten mit angemessenen Übungen daran, Rückenmuskulatur zu erhalten und zu stabilisieren. Dabei kommt natürlich Ihr Körper als Ganzes nicht zu kurz! Dehnung und Entspannung vervollständigen den Kursinhalt.
Bitte eigene Matte mitbringen!
Gy3132Det
Mi, ab 14. April, 16.55–17.55 Uhr, 12-mal
Schillerschule Dettingen, Gymnastikraum
84,80 Euro
Andreas Hotz

Pilates

Die Faszien halten uns aufrecht und alles an seinem Platz, ermöglichen unser Fortbewegen und sind unsere körpereigene Verletzungsprophylaxe. Faszio® Training setzt diese Erkenntnisse unter Pilatesprinzipien in Bewegung um.
Das abwechslungsreiche, mehrdirektionale Training setzt Impulse, fordert den ganzen inneren und äußeren Körper, alle Sinne und orientiert sich an den Anforderungen eines gesunden Alltags.
Und: Geschmeidige Faszien wirken innerlich und äußerlich wie ein Jungbrunnen!
Bitte eigene Matte mitbringen!

Gy4017DetQ Online-Kurs
Mo, ab 12. April, 20–21 Uhr, 12-mal
84,80 Euro
Gy4024Det für Fortgeschrittene
Di, ab 13. April, 17.30–18.30 Uhr, 11-mal
Schillerschule Dettingen, Gymnastikraum
77,70 Euro
Gy4025Det Mit Vorkenntnissen
Di, ab 13. April, 18.30–19.30 Uhr, 11-mal
Schillerschule Dettingen, Gymnastikraum
77,70 Euro
Gy4033Det Für Teilnehmer*Innen mit ersten Erfahrungen
Mi, ab 14. April, 10.30–11.30 Uhr, 11-mal
Schillerschule Dettingen, Gymnastikraum
77,70 Euro, 9 Teilnehmende
Sabine Wörner

Body-Fitness für Frauen

Steigern Sie Ihr körperliches und geistiges Wohlbefinden durch Ausdauer- und Intervalltraining, Schulung der Koordination und guter Haltung mit Hilfe moderner Geräte (Steps, Hanteln, Theraband, Aero Steps, Togon-Brasils etc.) und angepasster, flotter Musik. Das macht Sie leistungsfähiger und bringt Power und neuen Schwung für einen vitalen Start in den Tag. Neueinstieg ist problemlos möglich. Das in sich gestaffelte Trainingsprogramm wird allen Teilnehmerinnen gerecht.
Bitte eigene Matte mitbringen!
Gy1033Det
Mi, ab 14. April, 9–10 Uhr, 11-mal
Schillerschule Dettingen, Gymnastikraum
77,70 Euro
Sabine Wörner

Fitnessgymnastik für Frauen

Ein abwechslungsreiches gesundheitsorientiertes Fitnessprogramm mit Konditions-, Koordinations- und intensivem Muskelkräftigungstraining (für Bauch, Rücken, Po, Beine, Arme und Beckenboden) lässt uns ausgeglichener und leistungsfähiger werden. Verschiedene Geräte steigern die Effektivität. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab.
Bitte eigene Matte mitbringen!
Gy1028Det
Di, ab 13. April, 17.45–18.45 Uhr, 12-mal
Gy1029Det
Di, ab 13. April, 19–20 Uhr, 12-mal
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
84,80 Euro
Silvia Bauer

Fitness Mix

Dieser Kurs bietet eine vielseitige Mischung aus Ausdauerelementen und gezielten Koordinationsübungen. Im Anschluss folgen effektive Kräftigungsübungen für alle Muskelgruppen, wobei der Schwerpunkt auf der Bauch- und Rückenmuskulatur liegt. Stretching und Entspannung runden das Training ab. Vielfältige Handgeräte, wie Flexibar, TOGU Brasil etc. sorgen für Abwechslung.

Bitte eigene Matte mitbringen!
Gy1137Det
Do, ab 29. April, 19.15–20.15 Uhr, 10-mal
Schillerschule Dettingen, Gymnastikraum
70,70 Euro
Jessica Voigt

Zumba® Fitness

Zumba® ist ein Fitness-Tanz-Workout auf mitreißende lateinamerikanische und internationale Musik. Ganz nebenbei werden das Herz/Kreislaufsystem, die Muskulatur und die Beweglichkeit trainiert. Fitnessniveau, tänzerischer Hintergrund oder Alter – kein Problem. Dieses Fitnessprogramm ist für jede/-n und macht Spaß!

Gy5224DetQ Onlinekurs
Do, ab 22. April, 18.30–19.30 Uhr, 10-mal
70,70 Euro
Silke Falk

Gy5228Det
Di, ab 13. April, 19.45–20.45 Uhr, 12-mal
Schillerschule Dettingen, Gymnastikraum
Bitte eigene Matte mitbringen!
84,80 Euro
Silke Falk

Zumba® Toning

Das Workout für all diejenigen, die gerne Party machen, aber auch Wert auf Kräftigung und Muskeldefinition legen. Die Zumba® Toning Sticks (leichte Gewichte) helfen dabei, sich auf bestimmte Muskelgruppen zu konzentrieren. In Verbindung mit speziellen Moves verbessert man außerdem das eigene Rhythmusgefühl.

Bitte eigene Matte mitbringen!
Gy5229Det
Di, ab 27. April, 20.45–21.45 Uhr, 10-mal
Schillerschule Dettingen, Gymnastikraum
70,70 Euro
Silke Falk

Kreativität

Malen im Freien – Outdoor Painting

Aquarell und andere Techniken
Am spannendsten ist Malen in der Natur – jeder Kurstag ist an einer anderen Stelle. Wir treffen uns und fahren gemeinsam zum Motiv. Licht, Jahreszeiten und Lebendigkeit machen aus Landschaften phantasieanregende Motive. Beim Malen vertiefen und entspannen Sie sich und staunen danach über Ihr entstandenes Werk. Durch viele Tipps und Hilfestellung finden Sie rasch Ihre eigene Malhandschrift. Großzügig, farbstark, abstrakt oder zart, die Natur wiedergebend – wie Sie möchten.
Bei »schlechtem« Wetter malen wir im Raum, z. B. Stillleben, Mensch, nach Fotos, usw. Wir machen Übungen zu Maltechniken, Farblehre, Komposition und Abstraktion. Es gibt die Möglichkeit, verpasste Termine in anderen Kursen der Kursleiterin nachzuholen.

Bi2804Det
Mi, 19. Mai, 16. Juni und 21. Juli, 14–16.15 Uhr, 3-mal
Treffpunkt Bürgerforum Buchhalde, Pfitznerweg 2
47,70 Euro
Ingrid Wolf

Fotografieren mit dem Profi

Nach einer Einführung mit Erklärung der Einstellmöglichkeiten Ihrer Digitalkamera machen wir einen Spaziergang auf der Suche nach schönen Bildmotiven. Dabei lernen Sie die richtige Einstellung für Landschaften, Porträts und Nahaufnahmen. Dazu kommen noch viele Profitipps für gute Urlaubsfotos.
Als Abschluss bekommen Sie eine Einweisung in die Verbesserung der Fotos am Computer.

Fo1060Det
Sa, 19. Juni, 10–17 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
42,40 Euro
Karl-Heinz Unterberger

Gefilzte Steine

Filzen mit Wasser, Seife und Merinowolle
Sie sehen aus wie natürliche Steine und werden als Deko, Briefbeschwerer, Türstopper oder Sitzpolster verwendet. Es kann direkt über einen Stein gefilzt werden. Auch Steinhüllen sind möglich, die zu Hause noch mit Sand oder leichtem Material befüllt werden. Ebenso können runde Sitzpolster und weiche Sitzkissen in Steinoptik hergestellt werden. Sie haben die Wahl – in jedem Fall werden die gefilzten Steine ein Hingucker!
Tg1001Det
Sa, 8. Mai, 9.30–12.30 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
21,20 Euro (zzgl. Materialkosten im Kurs)
Silvia Bauer

Geflechte für den Garten

Sichtschutzwand
Unter der Anleitung der Korbmachermeisterin Monika Frischknecht stellen Sie eine Sichtschutzwand für den Außenbereich her. Als Flechtmaterial wird ungeschälte Weide verwendet.
Wk6140Det
Sa, 17. April, 9–18 Uhr
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
72,80 Euro (zzgl. Materialkosten ab etwa 40 Euro je nach Verbrauch im Kurs)
Monika Frischknecht

Flechthandwerk: Dekorative Kränze und Schalen

Unter der Anleitung der Korbmachermeisterin Monika Frischknecht flechten wir Kränze und Schalen in den unterschiedlichsten Größen, die sich je nach Jahreszeit wunderbar dekorieren lassen.
Wk6150Det
Fr, 21. Mai, 14–19 Uhr
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
44,50 Euro (zzgl. ab etwa 10 Euro Materialkosten pro Objekt je nach Verbrauch im Kurs)
Monika Frischknecht

Korbflechten

Sie flechten unter fachkundiger Anleitung Ihren eigenen runden Korb in der Größe eines Einkaufs- bzw. Erntekorbs – wahlweise mit eingeflochtenen Griffen, aufgesetzten Griffen oder einem Henkel. Sie lernen die wichtigsten Flechttechniken der Korbmacherei. Als Flechtmaterial wird ungeschälte Weide verwendet.
Wk7100Det
Fr., 16. Juli, 13–21 Uhr
Sa., 17. Juli, 9–20 Uhr
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
126,50 Euro (zzgl. je nach Größe etwa 35 Euro Materialkosten im Kurs)
Monika Frischknecht

Essen & Trinken

Männer – ran an den Herd

Männerkochkurs
Wir kochen ein leckeres 3-Gänge-Menü: Tomatensuppe mit Croutons, Kasslerbraten mit Chili-Orangen-Kruste, Kartoffelbrei, Thymiansauerkraut oder Krautsalat und Apfelküchle mit Vanillesoße.
Er1251Det
Fr, 14. Mai, 18.30–22 Uhr
Schillerschule Dettingen, Schulküche
34,70 Euro
(inklusive 10 Euro Lebensmittelkosten)
Dorothee Linder

Sommerbuffet

Wir zaubern ein leckeres Buffet mit verschiedenen Vorspeisen, Salaten und Desserts im Glas, z.B. Salatröllchen, pikante Eclairs, Blätterteigspiegelei u. v. m.
Er1051Det
Fr, 2. Juli, 18.30–22 Uhr
Schillerschule Dettingen, Schulküche
34,70 Euro (inklusive 10 Euro Lebensmittelkosten)
Dorothee Linder

Kinder und Jugendliche

Der Vorschulfuchs

Konzentration, Ausdauer und Fingerfertigkeiten sind u. a. wichtige Voraussetzungen für einen erfolgreichen Start in das Schulleben. Dieser Kurs soll mit gezielten Übungen, altersgerechten Spielen, gestalterischen und musischen Aktivitäten die genannten Fähigkeiten steigern. Wir malen nach Musik, experimentieren, begeben uns ins Zahlenland, machen Gedächtnis- und Konzentrationsübungen und haben jede Menge Spaß dabei. In einer kleinen Gruppe gleichaltriger Kinder wird Erlerntes vom Kindergarten vertieft und ergänzt.
Ro3251Det
Fr, ab 16. April, 14–15 Uhr, 10-mal
Ro3252Det
Fr, ab 16. April, 15.15–16.15 Uhr, 10-mal
Altes Rathaus, Großer Versammlungssaal
64 Euro (zzgl. Materialkosten im Kurs)
Jasmin Paluch

Marburger Konzentrations-training (MKT)

für Grundschüler*innen

Dieses Training wendet sich an SchülerInnen, die eher unaufmerksam, leicht ablenkbar und wenig ausdauernd, motorisch unruhig und überaktiv, impulsiv und schwer steuerbar sind. Aber auch an diejenigen SchülerInnen, die träumen und nicht bei der Sache sind, sehr lange brauchen, bis sie eine Aufgabe anfangen, häufig Flüchtigkeitsfehler machen, Gelerntes schon nach kurzer Zeit vergessen haben. Eng verbunden damit sind zwei Elternabende, bei denen Eltern Hilfen für den Alltag nähergebracht werden, um den Lernprozess der Kinder erfolgreich zu unterstützen. Beide Bausteine führen zu einer positiven Veränderung in der Beziehung zwischen den Eltern und dem Kind, aber auch zwischen dem/der Lehrer(in) und dem Kind. Das Training besteht aus sechs Terminen für die Kinder und zwei Elterngesprächen.
Elterntermine: 19. und 26. Juli 2021

Ro3214Det
Mo, ab 7. Juni, 16.30–17.45 Uhr, 8-mal
Altes Rathaus, Großer Versammlungssaal
67,50 Euro (inklusive 3,50 Euro Materialkosten)
Anna-Lena Grießinger

Es summt & brummt auf den Streuobstwiesen

Streuobstwiesen-Spaziergang auf dem Kirschenweg mit der Familie

Die Streuobstwiesen bieten unzähligen Tieren eine geeignete Heimat. Die meisten davon sind so klein, dass wir sie selten wirklich bemerken. Auf unserem Spaziergang durch die Wiesen wollen wir uns ganz bewusst auf die Suche nach diesen Tieren machen und einige davon genauer kennenlernen.
Treffpunkt: Parkplatz gegenüber CVJM-Gartenheim, Keckbronnenweg, Metzingen

Nw1060Det
Sa, 17. Juli, 16–18.30 Uhr
Erwachsenenpreis: 17,70 Euro
Kinderpreis: 16 Euro
Anne Gekeler

Gefilztes Fischmobile

Kinder filzen einen bunten Fisch

Wir filzen aus gefärbter Merinowolle mit Wasser und Seife einen wunderschönen bunten Fisch. Ein Hingucker am Fenster oder im Kinderzimmer!

Ju1602Det
Sa, 12. Juni, 9.30–12.30 Uhr
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
17 Euro (zzgl. 1,50 Euro Materialkosten im Kurs)
Silvia Bauer

Kinderkochstudio

Leckere Früchtchen

Wir kochen, backen und zaubern leckere Vorspeisen mit den unterschiedlichsten Früchten. Zum Abschluss lassen wir uns Muffins, Obstspieße, Obstsalat u. v. m. gemeinsam schmecken!

Er9061Det
Sa, 8. Mai, 9–12 Uhr
Schillerschule Dettingen, Schulküche
23,20 Euro (inklusive 4 Euro Lebensmittelkosten)
Dorothee Linder

Teens-Dance-Club

Coole Moves und Choreographien zu Deiner Lieblingsmusik aus den Charts! Wir kombinieren verschiedene Tanzstile wie Hip-Hop, Streetdance und Jazzdance. Mit viel Rhythmusgefühl erlernt man Koordination sowie Interpretation von trendiger Musik. Hier werden Spaß und Gruppendynamik groß geschrieben! **Bitte eigene Matte mitbringen.**

Ju3850Det
Fr, ab 23. April, 14–15 Uhr, 8-mal
Schillerschule Dettingen, Gymnastikraum
48 Euro
Silke Falk

Klassisches Ballett

Kinder tanzen gerne. Unter fachkundiger Anleitung wird das natürliche Interesse gefördert und intensiviert. Die Kinder erlernen eine gute Körperhaltung, Spannkraft und rhythmisches Gefühl zu entwickeln. Technische Grundlagen des klassischen Balletts werden Anfängern*innen und Fortgeschrittenen vermittelt, vom ersten Schritt bis zum Spitzentanz.

Ju3751Det
Pré-Ballett für Anfänger*innen ab 5 Jahren
Fr, ab 16. April, 15.15–16.15 Uhr, 10-mal

Ju3752Det
Für Anfänger*innen ab 7 Jahren
Fr, ab 16. April, 16.30–17.30 Uhr, 10-mal
Schillerschule Dettingen, Gymnastikraum
60 Euro
Birgit Kaiser-Mager

Orientalischer Tanz

Für Kinder und Jugendliche

Ohne Zwang, spielerisch und kindgemäß werden erste Tanzschritte und Bewegungen erlernt. Nebenbei wird auch das Rhythmus- und Taktgefühl, sowie Motorik und Koordination gefördert. Moderne Hits, arabische Songs, Latino-, Bollywood- und HipHop-Elemente garantieren viel Spaß und Freude beim Tanzen!

Ju3813Det ab 14 Jahren
Sa, ab 17. April, 9.30–10.30 Uhr, 10-mal

Ju3811Det ab 5 Jahren
Sa, ab 17. April, 10.30–11.30 Uhr, 10-mal

Ju3812Det ab 9 Jahren
Sa, ab 17. April, 11.30–12.30 Uhr, 10-mal

Ju3814Det ab 17 Jahren
Sa, ab 17. April, 12.30–13.30 Uhr, 10-mal
Tanzstudio Oz
72 Euro (inklusive Raummiete)
Heiderose Vernarlis

Geschäftsbedingungen

Anmeldung
Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung kommt der Vertrag zwischen dem Teilnehmer und der vhs zustande. Die Teilnahme an Veranstaltungen verpflichtet zu einer Eintragung in die Teilnehmerliste und zur Zahlung der Gebühr, die sofort fällig wird. Die allgemeinen Geschäftsbedingungen sind Bestandteil des Teilnehmervertrages. Die Anmeldungen werden in zeitlicher Reihenfolge bearbeitet.

Bezahlung
Bei der Anmeldung ist die Gebühr per Bankeinzug in voller Höhe zu entrichten. Ist der Bankeinzug trotz vorheriger Zusage nicht möglich, so werden, die anfallenden Kosten in Rechnung gestellt.
Kosten für Lehrbuch und Materialien sind in der Regel nicht in der Kursgebühr enthalten.

Teilnehmerkarte
Die Angemeldeten erhalten eine nicht übertragbare Teilnehmerkarte. Sollten Sie diese vor Kursbeginn nicht erhalten haben, so fragen Sie bitte im Sekretariat nach. Es erfolgt keine weitere Benachrichtigung, außer es treten Programmänderungen ein. Die Teilnehmerkarte gilt als Quittung und wird üblicherweise auch von den Behörden anerkannt. Die Teilnehmerkarte berechtigt nur zum Besuch des belegten Volkshochschulkurses, sie ist nicht übertragbar.
Die für die Statistik notwendigen Angaben auf der Anmeldekarte erfolgen, soweit sie nicht für die Zulassung von Bedeutung sind, freiwillig und dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Bei einer Verweigerung dieser Angaben entstehen keine Rechtsnachteile. Die Weitergabe der auf der Anmeldekarte erfassten Daten erfolgt ausschließlich anonym.

Beginn und Dauer
Beginn und Dauer der Veranstaltungen sind jeweils im Programm angegeben. Während der Schulferien und an den gesetzlichen Feiertagen findet in der Regel kein Unterricht statt.

Veranstaltungsort
Der Veranstaltungsort ist bei allen Veranstaltungen angezeigt. Die Volkshochschule ist nur Gast in vielen der von ihr benützten Gebäude. Bitte nehmen Sie darauf Rücksicht. Vor allen Dingen ist die Hausordnung zu beachten.
In Schulräumen und auf den Gängen ist Rauchen strikt verboten.

Teilnahme- und Leistungsbescheinigungen
Teilnahme- und Leistungsbescheinigungen können nur (für höchstens zwei Semester rückwirkend) ausgestellt werden, wenn 80 Prozent der Unterrichtsstunden besucht wurden. (Die Gebühr für die Teilnahmebescheinigung beträgt 3 Euro, für die Leistungsbescheinigung 5 Euro).

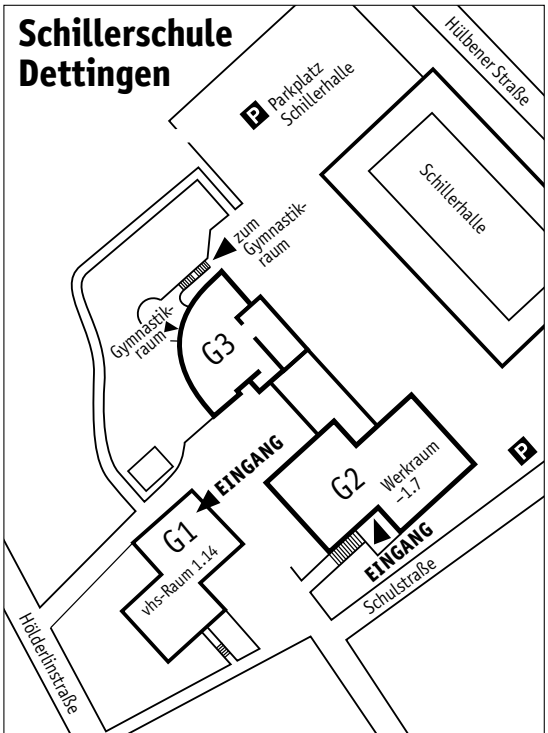
Rücktrittsrecht
a) Die Volkshochschule kann wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall eines Kursleiters oder anderer von ihr nicht zu vertretender Gründe vom Vertrag zurücktreten. In diesen Fällen werden die bereits bezahlten Gebühren nach Rückgabe der Teilnehmerkarte zurückerstattet. Weitere Ansprüche gegen die Volkshochschule sind ausgeschlossen.
b) Der Rücktritt eines, Teilnehmers bei Semesterkursen muss spätestens vor dem zweiten Kurstermin schiftlich oder persönlich unter Rückgabe der Teilnehmerkarte erklärt werden (eine telefonische Mitteilung ersetzt nicht die schriftliche Abmeldung). Die Gebühren werden anteilig und unter Einbehaltung einer Verwaltungsgebühr zurückerstattet.
Bei späterem Rücktritt durch den Teilnehmer erfolgt keine Rückerstattung.
c) Bei Wochenendseminaren, Ferienkursen, Kompaktkursen und Kursen mit weniger als 5 Unterrichtstagen muss der Rücktritt spätestens eine Woche vor Kursbeginn unter Rückgabe der Teilnehmerkarte im vhs-Sekretariat erklärt werden. Die Gebühren werden unter Einbehaltung einer Verwaltungsgebühr in Höhe von 5 Euro zurückerstattet.
Bei späterem Rücktritt durch den Teilnehmer erfolgt keine Rückerstattung.
d) Bei mehrsemestrigen Lehrgängen, Studienfahrten und -reisen gelten besondere Regelungen. Bei Studienfahrten sind Umbuchungen nur bedingt möglich.
Die Abmeldung beim Kursleiter ist nicht verbindlich, Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

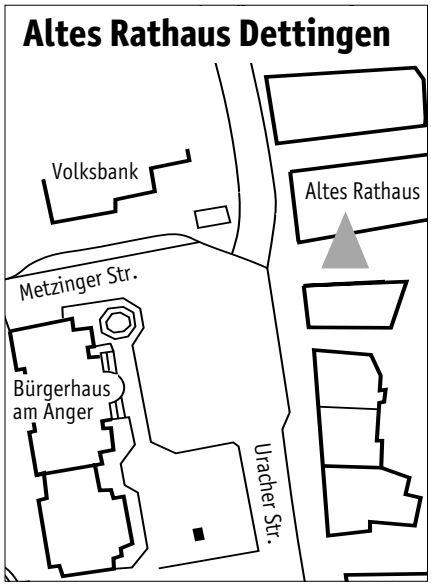
Haftung
Die Haftung der Volkshochschule Reutlingen GmbH für Schaden jedweder Art, gleich aus welchem Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf die Fälle beschränkt, in denen der vhs Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last fällt. Bei Verlust oder Diebstahl übernimmt die vhs keine Haftung.

Urheberschutz
Fotografieren und Bandmitschnitte in den Veranstaltungen sind nur nach Rücksprache mit der vhs möglich. Ausgeteiltes Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der vhs nicht vervielfältigt werden.

Sonstiges
Mit Bekanntmachung dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit. Mündliche Nebenabsprachen bedürfen zu ihrer Wirksamkeit der schriftlichen Bestätigung durch die Leitung der Volkshochschule. Sind diese Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise nicht Vertragsbestandteil geworden oder unwirksam, so bleibt der Vertrag im Übrigen wirksam.

Dieser Prospekt steht auch im Internet als pdf-Datei zum Download bereit. www.dettingen-erms.de





Anmeldung

Anmeldung: **Persönlich, telefonisch, per E-Mail oder online** nach Erscheinen des Programms in Dettingen, Rathaus Schlößle, Bürgerbüro.

Montags, dienstags, donnerstags 8–16 Uhr
Mittwochs 8–12 Uhr und 16–18.30 Uhr
Freitags 8–12 Uhr
Telefon: **07123-7207-0**
E-Mail: **vhs@dettingen-erms.de**
Online: **www.vhsrt.de**

Bei der Anmeldung ist die Kursgebühr per Bankeinzug unter Angabe von Kursnummer, Name, Anschrift, Telefon und Bankverbindung zu entrichten.
Eine Bestätigung erhalten Sie nicht.
Wir melden uns nur, wenn der gebuchte Kurs nicht stattfinden kann. Grundlage jeder Anmeldung sind unsere nebenstehenden Geschäftsbedingungen.

Anmeldung möglichst 10 Tage vor Kursbeginn.
Bei zu geringer Teilnehmerzahl müssen Kurse rechtzeitig abgesagt werden. Kurzfristige Anmeldungen können dann oft leider nicht mehr berücksichtigt werden und spontane Teilnehmer/-innen, die sich nicht angemeldet haben, stehen vor verschlossenen Türen. Wir wollen Ihnen und uns diese Enttäuschung ersparen. Deshalb bitte rechtzeitig anmelden!

Ermäßigungen

1. Schüler, Studenten, Auszubildende, Wehrdienstpflichtige, Zivildienstleistende. 10 Prozent.
Nur bei Vorlage der entsprechenden Nachweise und nur bei der Anmeldung!
2. Geschwisterermäßigung bei Kinderkursen.
ab dem zweiten Kind 25 Prozent wenn der gleiche Kurs belegt wird.

Informationen/Auskünfte

Informationen und Auskünfte können persönlich oder telefonisch im Rathaus eingeholt werden.

vhs Dettingen Telefon 07123-72 07-0

Geschenk-Idee. Schenken Sie doch einen vhs-Kurs!

Anlässe und Gelegenheiten gibt es genug. Vielleicht ein Italienisch-Sprachkurs für den Urlaub? »Bogenschießen« kann auch nicht jeder und Hobbyfotografen freuen sich immer über einen interessanten Fotografie-Kurs.

Gutscheine erhalten Sie bei uns im Bürgerbüro – wir beraten Sie gerne!

Das eigene Zuhause. Leichter als gedacht.

Ob Haus oder Wohnung – finden und finanzieren Sie mit der Sparkasse ganz einfach Ihre eigene Traumimmobilie.

Jetzt beraten lassen.

LBBW LBS SV

Kreissparkasse Reutlingen

www.ksk-reutlingen.de/eigenheim