

**Programm Frühling - Sommer 2020**

***Durch Anklicken der Nummer eines Kurses gelangen Sie auf seine Webseite und können ihn direkt buchen.***



**Volkshochschule/Musikschule  
Rottenburg am Neckar**

**Hirrlingen, Neustetten, Starzach**

# Werbung Volksbank

## Allgemeine Infos



Stadtplan	4
Kontakt	4
Terminübersicht Vorträge	6
Highlights	7

## junge vhs & Integration



junge vhs	8
Integration	14

## Gesellschaft - Umwelt - Technik



Geschichte - Zeitgeschichte	17
Politik - Gesellschaft	17
Philosophie	18
Ökonomie - Recht - Finanzen	18
Umwelt - Nachhaltigkeit	19
Länder-/ Heimatkunde	20
Naturwissenschaften	22
Kultur am Nachmittag	23

## Kunst - Kultur - Kreativität



Kunstgeschichte - Architektur	26
Literatur	26
Theater	27
Tanz	27
Malen - Zeichnen - Drucktechnik	28
Plastisches Gestalten	29
Textiles Gestalten - Mode	30
Handwerk - Kunsthandwerk	30
Fotoworkshops	31
Musik	32

## Gesundheit



Vorträge	36
Psychologie -	
Persönlichkeitsentwicklung	37
Prävention - Sicherheit	39
Naturheilkunde und Hausmittel	40
Gesund und Fit im Alter	40
Yoga	41
Qigong	42
Stressabbau	43
Rund um den Rücken	43
Fitness und Gymnastik	44
Pilates	45
Wassergymnastik	46
Outdoor	46
Essen und Trinken	48

## Sprachen



Englisch	50
Französisch	53
Italienisch	54
Portugiesisch	55
Spanisch	55
Türkisch	56
Deutsch als Fremdsprache	58
Deutsch - Integration	59

## Beruf - EDV



Beruf	60
Einstieg PC, Tablet, Smartphone	61
Office	62
Internet	63

## vhs vor Ort



Ergenzingen	65
Eckenweiler	70
Bad Niedernau	71
Baisingen	71
Kiebingen	71
Seebrohn	72
Hirrlingen	73
Neustetten	74
Starzach	75
Weiler	75

## Musikschule



Musikschule	76
Instrumentalunterricht	77
Ensembles	79
Kontakt & Gebühren	80
SBS - Singen, Bewegen, Sprechen	80
Kinderkurse	81
Musiktheater	82
Instrumentenkarussell	82
Termine	83
Musikschulfest	85

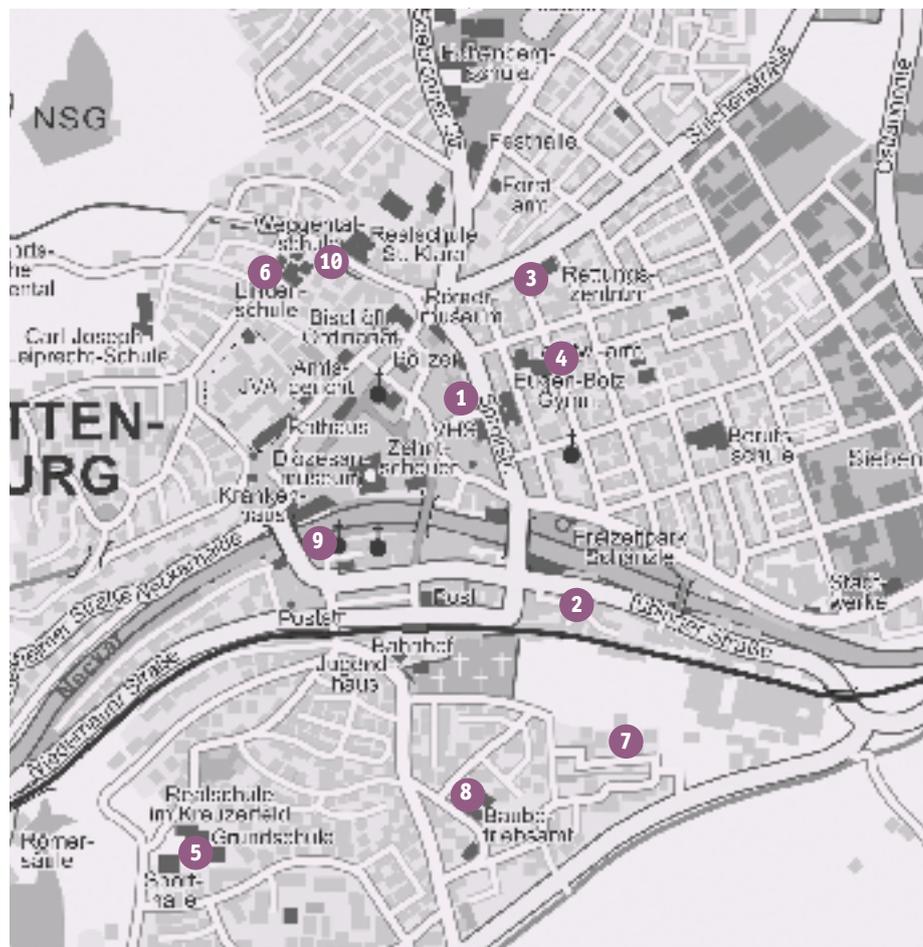
## AGBs - Index



Impressum	64
Geschäftsbedingungen	86
Stichwortverzeichnis	87

Seit 2012 ist die vhs nach AZAV zertifiziert:





## Geschäftsstelle:

### vhs & Musikschule Rottenburg am Neckar

Alte Realschule, Sprollstraße 22  
72108 Rottenburg am Neckar  
Tel: 07472 9833-0, Fax: 07472 9833-11  
info@vhs-rottenburg.de  
info@musikschule-rottenburg.de

### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 9:00 bis 12:30 Uhr  
Dienstag und Donnerstag:  
14:00 bis 17:00 Uhr  
Musikschule auch am Dienstag u.  
Mittwochnachmittag 14:00 bis 17:00 Uhr

## Geschäftsleitung:



### Bodo Müller

Leitung vhs  
sowie Fachbereiche  
Gesellschaft, Beruf & EDV  
Tel: 07472 9833-40  
bodo.mueller@  
vhs-rottenburg.de



### Gabriele Richter

Leitung Musikschule  
Tel: 07472 9833-50  
gabriele.richter@  
musikschule-rottenburg.de

## Fachbereichsleitungen:



### Anke Huesken

Kunst-Kultur-Kreativität,  
junge vhs  
Tel: 07472 9833-45  
anke.huesken@  
vhs-rottenburg.de



### Angelika Busse

Gesundheit  
Tel: 07472 9833-46  
angelika.busse@  
vhs-rottenburg.de



### Uta Dehner

Sprachen,  
Integrationskurse  
Tel: 07472 9833-43  
uta.dehner@  
vhs-rottenburg.de



### Susanne Anane

Integration, Projekte  
Tel: 07472 9833-25  
susanne.anane@  
vhs-rottenburg.de

- 1 vhs-Hauptgebäude, „Alte Realschule“ Sprollstr. 22
- 2 vhs-Gesundheitszentrum Ziegelhütte 9
- 3 Rettungszentrum, Sülchenstr. 24
- 4 Eugen-Bolz-Gymnasium, Mechthildstr. 20
- 5 Grund- u. Realschule Kreuzerfeld Gelber Kreidebusen 41
- 6 Lindenschule Leipziger Str. 3
- 7 Wohnheim Dätzweg (Bus Linie 1), Saint-Claude-Str. 74-78
- 8 Künstlerhof, Klausenstr. 25
- 9 Arbeiterwohlfahrt-Heim, Morizplatz 7
- 10 Weggentalsschule, Weggentalstr. 35

## Semester Frühjahr/Sommer 2020

### März 2020

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
						1
10	2	3	4	5	6	7
11	9	10	11	12	13	14
12	16	17	18	19	20	21
13	23	24	25	26	27	28
14	30					

### April 2020

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
14		1	2	3	4	5
15	6	7	8	9	10	11
16	13	14	15	16	17	18
17	20	21	22	23	24	25
18	27	28	29	30		

### Mai 2020

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
18					1	2
19	4	5	6	7	8	9
20	11	12	13	14	15	16
21	18	19	20	21	22	23
22	25	26	27	28	29	30

### Juni 2020

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
23	1	2	3	4	5	6
24	8	9	10	11	12	13
25	15	16	17	18	19	20
26	22	23	24	25	26	27
27	29	30				

### Juli 2020

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
27		1	2	3	4	5
28	6	7	8	9	10	11
29	13	14	15	16	17	18
30	20	21	22	23	24	25
31	27	28	29	30	31	

### August 2020

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
31					1	2
32	2	4	5	6	7	8
33	10	11	12	13	14	15
34	17	18	19	20	21	22
35	24	25	26	27	28	29
36	30	31				

☐ = Ferien bzw. unterrichtsfrei/Feiertage    ☐ = Semesterbeginn/-ende

## Sachbearbeitung:



**Sigrid Urban**  
Tel: 07472 9833-33  
sigrid.urban@  
vhs-rottenburg.de



**Susanne Weiß**  
Tel: 07472 9833-0  
susanne.weiss@  
vhs-rottenburg.de



**Anna Nowak**  
in Vertretung von Jenny Illig  
Tel: 07472 9833-10 bzw. -55  
anna.nowak@  
vhs-rottenburg.de bzw.  
musikschule-rottenburg.de



**Roswita Nowotny**  
Tel: 07472 9833-55  
roswita.nowotny@  
musikschule-rottenburg.de



**Dagmar Patzold**  
Integrationskurse  
Tel: 07472 9833-17  
dagmar.patzold@  
vhs-rottenburg.de

## Buchhaltung:



**Carmen Braun**  
Tel: 07472 9833-60  
carmen.braun@  
vhs-rottenburg.de



**Anke Teufel**  
Tel: 07472 9833-65  
anke.teufel@  
vhs-rottenburg.de

## FSJ Kultur:

**Valerie Kohle**  
FSJ Kultur  
Telefon 07472 9833-75  
fsj@vhs-rottenburg.de

Liebe Leserin,  
lieber Leser,

die **Volkshochschulen** bieten seit mehr als hundert Jahren (in Rottenburg bereits seit fast 50 Jahren) vielfältige Lernangebote für die BürgerInnen aller Schichten, Milieus und Altersgruppen. Sie tragen damit zum Zusammenhalt unserer Gesellschaft bei, auch weil Volkshochschule immer ein Lern-, Begegnungs- und Austauschort ganz unterschiedlicher Individuen, Meinungen und Einstellungen ist.

Unser Landesverband regt nun an der Frage nachzugehen „Was hält unsere Gesellschaft zusammen?“ Wir wollen uns damit nicht in Vorträgen und Diskussionen - also theoretisch - auseinandersetzen. Vielmehr werden wir dieses Motto praktisch umsetzen: Dazu werden wir mit den „Fridays for Future“ Aktiven und dem BUND einen Aktionstag „There is no planet B“ für Schulkassen durchführen. Zusätzlich werden wir im neu entstandenen Quartierstreff Kreuzerfeld eine vhs-Schnupper-Reihe im vierzehntägigen Rhythmus anbieten. Denn Bildungsarbeit vor Ort fördert den Zusammenhalt in einem Stadtteil.

Gemeinsam laden **vhs und Musikschule** Jugendliche und Erwachsene ein, die Welt von Beats, Loops, Sounds und Mixing zu entdecken (siehe S. 11, 33), um eigene Musik am PC zu gestalten.

Das Musizieren gehört zu den menschlichen Lebensäußerungen wie die Sprache. Und ähnlich wie eine Sprache will es auch gelernt sein. „Ohne Musik wäre das Leben ein Irrtum“, so empfand es Nietzsche.

Im Jahr 2020 feiert die Musikwelt den 250. Geburtstag von Ludwig van Beethoven. Seine Musik berührt, begeistert und verbindet Menschen überall auf der Welt. Unsere **Musikschule und vhs** erinnern in verschiedenen Veranstaltungen an den berühmten Komponisten.

Zum Ausprobieren und Mitmachen laden wir zu unserem bunten Musikschulifest am 7. März ein. Und alle, die sich schon für ein Instrument entschieden haben, sind in unseren Orchester- und Ensemblekonzerten zu hören.

vhs-Leitung

Musikschulleitung

## Vorstand:

**des Trägervereins Volkshochschule und Musikschule Rottenburg am Neckar e.V.:**

Erster Vorsitzender:	Oberbürgermeister Stephan Neher
Stellvertretende Vorsitzende:	Ursula Sieber
Weitere Mitglieder des Vorstands:	Helge Johannes Baudis, Birgit Reinke, Dr. Simon Steiff

## Vorträge und Einzelveranstaltungen

Nummer	Titel	Termin	Seite
20150100E	PC, Notebook, Tablet, Smartphone oder E-Book-Reader - Was kann man damit machen?	Mo 02.03.2020 17:00	61
20130001E	Schwerhörigkeit	Mi 04.03.2020 19:30	36
20150409E	Vernissage: Äthiopien - Menschen, Landschaften und Kultur	Fr 06.03.2020 19:00	25
20110200E	Gott existiert, ihr Name ist Petrunya	So 08.03.2020 11:00	17
20110305E	Richtig versorgt mit Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung	Di 10.03.2020 19:30	18
20130002ER	Blutegel - Helfer aus dem Tierreich	Mi 11.03.2020 19:00	65
20130002E	Geburtstrauma	Mi 11.03.2020 19:30	36
20120101E	Die Stunde, in der Europa erwachte - Kurt Oesterle liest aus seinem Roman	Mi 11.03.2020 19:30	26
2012010 E	Fördergelder (KfW, L-Bank und BAFA) für energieeffizientes Bauen und Sanieren	Mi 11.03.2020 18:45	19
20131304E	Phonophorese - Mit Klängen von Stimmgabeln zu Wohlbefinden und Entspannung	Di 17.03.2020 18:00	36
20130003ER	Volkskrankheit Sodbrennen	Di 17.03.2020 19:00	65
20110201E	China von Innen - Beobachtungen eines Schwiegersohns	Di 17.03.2020 19:30	17
20110501E	Snorri & der Babyschwimmclub (Film+Gespräch)	Do 19.03.2020 18:00	8
20110410E	Repair Café - Wegwerfen? Nein danke!	Mo 23.03.2020 17:30	19
20130003E	Kopfschmerz und Migräne	Mi 25.03.2020 19:30	36
20111204E	Der Sülchgauer Altertumsverein e.V.	Do 26.03.2020 15:00	23
20120600E	Raffael von Urbino (1483-1520) - Werk und Wirkung	Mo 30.03.2020 19:30	26
20131307E	Die Kunst, alt zu werden und dabei gesund zu bleiben	Di 31.03.2020 18:00	38
20110202E	Meinungsmache in digitalen Medien am Beispiel russischer Einflussnahme	Mi 01.04.2020 19:30	17
20120601E	Beethoven - Wegbereiter der Romantik	Di 21.04.2020 19:00	33
20110203E	Film+Gespräch: Alles außer gewöhnlich	Do 22.04.2020 20:00	18
20111201E	Digitalisierung im Spannungsfeld von Fluch und Segen?	Do 23.04.2020 15:00	23
20110401E	Foodsharing wider die Lebensmittelverschwendung!	Do 23.04.2020 19:00	19
20110504ER	Konflikte im Kindergartenalter	Do 23.04.2020 19:00	65
20110101E	Vortrag & Stadtrundgang: Stolpersteine - Verfolgung u. Ermordung Rottenburger BürgerInnen	Di 28.04.2020 18:30	17
20130004E	Bluthochdruck	Mi 29.04.2020 19:30	37
20110505E	Aggressives Verhalten bei Klein- und Kindergartenkindern	Mi 06.05.2020 20:15	8
20110106E	75 Jahre Kriegsende: Jahrhundertzeugen - Die Botschaft der letzten Helden gegen Hitler	Fr 08.05.2020 19:00	17
20110306E	Fehlervermeidung vor und nach dem Erbfall	Mo 11.05.2020 19:30	19
20111011E	Schnecken: Globetrotter, Lebenskünstler und Objekt der Begierde	Di 12.05.2020 19:30	22
20130005E	Brustgesundheit stärken	Mi 13.05.2020 19:30	37
20131309E	Gedanken verloren - Unthinking: Vom Analyst, der ging, um die Welt mit dem Herzen zu sehen	Do 14.05.2020 20:00	38
20110204E	Warum Philosophie in einer Welt der Digitalisierung	Mo 18.05.2020 19:30	18
20111001E	Nachtfalter - scheinbar unscheinbar - Ein Streifzug durch die im nächtlichen Dunkel	Di 19.05.2020 19:30	22
20121301E	Frühlingskonzert der Orchestervereinigung der vhs Rottenburg	Do 21.05.2020 16:00	33
20110301E	Trennung und Scheidung - wer bekommt was? Unterhalt, Vermögen, Immobilien	Di 26.05.2020 19:30	18
20111202E	Veränderungen in der Begräbniskultur - Auswirkungen auf Friedhofsgestaltung u. Gesellschaft	Do 28.05.2020 15:00	23
20130006E	Homöopathie	Mi 17.06.2020 19:30	37
20130007E	Stoffwechsel und Ernährung	Mi 24.06.2020 19:30	37
20111203E	Unsere Welt wird zunehmend pluraler und komplizierter - Wie können wir gut damit leben?	Do 25.06.2020 15:00	23
20110205E	Von der Logik der Macht - Der Staatstheoretiker Niccolò Machiavelli (1469-1527)	Do 25.06.2020 19:30	18
20110403E	Workshop: Besser leben ohne Plastik - mit Spiegelbestellerautorin Nadine Schubert	Sa 27.06.2020 16:00	19
20111200E	Kultur am Nachmittag: Beethovens 250. Geburtstag	Do 23.07.2020 15:00	23

## Vorträge - Lesungen

**Schwerhörigkeit**

Prof. Dr. Hans-Peter Zenner  
Mittwoch, 04.03.2020, 19:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Siehe S. 36.

**Die Stunde, in der Europa erwachte**

Kurt Oesterle liest aus seinem Roman  
Mittwoch, 11.03.2020, 19:30  
Café Stadtgespräch in der Stadtbibliothek  
Siehe S. 26.

## Nachhaltigkeit

**Nähprojekte für mehr Nachhaltigkeit im Alltag**

Aus Stoffresten nähen wir verschiedene „Alltagsbegleiter“ mit Jasmin Ernst  
Samstag, 09.05.2020, 14:00 - 18:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG  
Siehe S. 30.

**Repair Café**

Wegwerfen? Nein danke!  
Wir reparieren defekte Geräte des Alltags, um ein Zeichen gegen die Wegwerf-Praxis zu setzen. Für das leibliche Wohl sorgt das Café.  
Jeweils: Mo. 23.03.2020, 04.05.2020, 15.06.2020 und 20.07.2020, 17:30 - 19:30  
Rottenburg, Arbeiterwohlfahrt AWO  
Siehe S.19.

## Sommer an der vhs

**Inklusion leben - Sommerwerkstatt auf dem Künstlerhof**

Menschen mit und ohne Behinderung treffen sich zum kreativen Arbeiten.  
Siehe S. 25.

**Beethoven - Wegbereiter der Romantik**

Dr. Susanne Cramer  
Dienstag, 21.04.2020, 19:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Siehe S. 33.

**Aggressives Verhalten bei Klein- und Kindergartenkindern**

Dipl. Psych. Daphne Kaempff-Asomah  
Mittwoch, 06.05.2020, 20:15  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Siehe S. 8.

**Jahrhundertzeugen: Die Botschaft der letzten Helden gegen Hitler**

Spiegel-Bestsellerautor Tim Präse liest zu 75 Jahre Kriegsende.  
Freitag, 08.05.2020, 19:00 - 21:00  
Café Stadtgespräch in der Stadtbibliothek  
Siehe S. 17.

**Gedanken verloren - Unthinking:**

Christof Jauernig: Vom Analytiker, der ging, um die Welt mit dem Herzen zu sehen:  
Donnerstag, 14.05.2020, 20:00  
Eine Bild u. Ton Reise im Kino im Waldhorn  
Siehe S. 38.

**Foodsharing -**

wider die Lebensmittelverschwendung!  
MitarbeiterInnen von Foodsharing berichten.  
Donnerstag, 23.04.2020, 19:00 - 21:30  
Café Stadtgespräch in der Stadtbibliothek,  
Siehe S. 19.

**Feste Shampoos - Zero Waste**

Naturkosmetik ohne Plastikverpackung: wir stellen gemeinsam Shampooseife her  
Elke Atzert  
Bärbel Hauger  
Freitag, 24.04.2020, 18:00 - 21:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Siehe S. 40.

**Besser leben ohne Plastik**

Workshop zum Vortrag vom Herbst mit Spiegel-Bestsellerautorin Nadine Schubert  
Samstag, 27.06.2020, 16:00 - 18:15  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Siehe S. 19.

**There is no planet B: Aktionstag mit Fridays for Future**

Zusammen mit der Fridays for Future- und der BUND Ortsgruppe Rottenburg laden wir Schulklassen ein, um an einem Aktionstag mehr über das Thema zu erfahren.  
Mittwoch, 22.07.2020, 08:30 - 16:30  
vhs Hauptgebäude  
Siehe S. 19.

**Fitness, Tanz und Entspannung**

Wollen Sie sich in den Ferien bewegen und fit halten? Beachten Sie dazu unseren „Sommer an der vhs“-Flyer (ab Mai 2020 erhältlich).

**Sommerferienprogramm**

Für Kinder gibt es im städtischen Ferienprogramm wieder viele spannende Angebote der vhs. Infos hierzu finden Sie im Sommerferien-Programmheft der Stadt Rottenburg.

**Fachbereichsleitung:**  
Anke Hüskens  
Tel: 07472 9833 45



**Anmeldung/Info:**  
Sigrid Urban  
Tel: 07472 9833 33

**Pädagogik - Erziehung - Familie**



**Snorri & der Babyschwimmclub  
Film+Gespräch**

Snorri Magnússon ist Islands bekanntester Baby-Schwimmlehrer. Aber was Snorri mit den Kleinen anstellt, geht wohl weit über das hinaus, was ihre Eltern und das Filmpublikum erwartet haben dürften. Als „Babyflüsterer“ findet er mit ebenso viel Geduld wie Empathie einen ganz besonderen Zugang zu seinen Schützlingen: Er taucht die Babys unter wie Torpedos und lässt sie wieder hervorschnellen wie kleine Flieger - und genau das haben die Filmemacherinnen Elín Hansdóttir, Anna Rún Tryggvadóttir und Hanna Björk Valsdóttir in ihrem Dokumentarfilm festgehalten. Ein herzerwärmender Film über eine besondere Art der Kommunikation - ohne viel Worte. Im Anschluss findet ein Nachgespräch mit Anne Schröder statt, vhs-Schwimmlehrerin und Sportkordinatorin der Stadt Rottenburg.

**20110501E**

Donnerstag, 19.03.2020, 18:00  
Kino im Waldhorn, Rottenburg, Königstraße 12  
Gebühr: Es gelten die üblichen Eintrittspreise.  
Kartenvorbestellung: 07472 / 22888

**Geburtstrauma**

Nähere Infos finden Sie auf Seite 36.

**20130002E**

Dr. med. Klaus G. Weber, Michaela Wiese  
Mittwoch, 11.03.2020, 19:30 - 21:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

**Kindernotfälle**

Nähere Infos finden Sie auf Seite 39.

**20133006**

Torsten Pfeifer  
Mittwoch, 18.03.2020, 08:30 - 12:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 32,00 €, zzgl. 5,00 € Materialkosten.



**Konflikte im Kindergartenalter**

Nähere Infos finden Sie auf Seite 65.

**20110504ER**

Christa Böffert  
Donnerstag, 23.04.2020, 19:00 - 21:00  
Kindergarten St. Maria, Ergenzingen, Königsberger Straße 51  
Eintritt (keine Anmeldung erforderlich): 2,00 €

**Aggressives Verhalten bei Klein- und Kindergartenkindern**

Kinder haben in vorübergehenden Phasen, oder auch länger andauernd Wutanfälle, schlagen, beißen oder werfen mit Gegenständen. Eltern fühlen sich dadurch verunsichert, hilflos oder werden wütend und fragen sich, ob mit ihrem Kind alles in Ordnung ist. Sie suchen nach Antworten: Wie kann aggressives Verhalten im Rahmen der kindlichen Entwicklung verstanden werden, was für Ursachen oder Auslöser kann es dafür geben, und wie können Eltern mit den Aggressionen ihrer Kinder umgehen? Daphne Kaempf-Asomah wird an diesem Abend Informationen dazu vermitteln, Anregungen geben und Möglichkeit zum Gespräch bieten.

In Kooperation mit der FBS Tübingen.

**20110505E**

Dipl. Psych. Daphne Kaempf-Asomah  
Mittwoch, 06.05.2020, 20:15 - 22:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

**Tiergestützte Interventionen in Kindergarten und Schule**

Fortbildung für ErzieherInnen und PädagogInnen

Nähere Infos finden Sie auf Seite 65.

**20110506R**

Julia Grammer  
Samstag, 16.05.2020, 10:00 - 16:00  
Ergenzingen, zur Kalkwerkfarm:  
Straße „Im Gärtle“ Richtung Hailinger Höfe folgen. Sie geht in einen geteerten Feldweg über, dann links einbiegen.  
Gebühr: 80,00 €

**Elterngeld - Infoabend**

Der Abend bietet Müttern und Vätern eine Orientierungshilfe und wertvolle Tipps, die

sie bei wichtigen Entscheidungen rund um die folgenden Themen unterstützen: Mutterschaftsgeld, Elterngeld, Erziehungszeit, Kindergeld, Kinderzulage, Absicherung der Arbeitskraft, Absicherung der Kinder, Steuerliche Zusammenhänge und Rücklagenbildung für eventuelle Steuernachzahlungen. In Kooperation mit der FBS Tübingen.

**20110304**

Daniel Brinsky  
Freitag, 19.06.2020, 19:00 - 20:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG  
Gebühr: 7,50 €, Anmeldung erforderlich

**There is no planet B: Aktionstag mit Fridays for Future**

Umwelt, Klima und Nachhaltigkeit bestimmen unser aktuelles Zeitgeschehen. Zusammen mit der Fridays for Future- und der BUND Ortsgruppe Rottenburg laden wir Schulklassen der Mittel- und Oberstufe ein, um an einem Aktionstag mehr über das Thema zu erfahren. Mit einem kleinen Vortrag und den nachfolgenden Workshops möchten wir den SchülerInnen praktische Möglichkeiten aufzeigen, wie sie z.B. in ihrem Alltag den Kunststoffverbrauch verringern können und vieles mehr! Bei einer Klamottentauschparty im Anschluss können Jugendliche untereinander ihre „alten“ Klamotten tauschen. Wir lassen den Tag mit einem aktuellen Kinofilm über den Klimaschutz um 18:00 Uhr im Kino Waldhorn ausklingen.

Interessierte Erwachsene sind ab 14:00 Uhr ebenfalls herzlich willkommen!

LehrerInnen, die mit Ihrer Klasse an dem Aktionstag teilnehmen wollen, können sich jetzt schon anmelden: [fsj@vhs-rottenburg.de](mailto:fsj@vhs-rottenburg.de)

**20110402JE**

Mittwoch, 22.07.2020, 08:30 - 16:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG



## Eltern &amp; Kinder

**LEFino© - Gruppen**

In den LEFino©-Kursen werden junge Familien im ersten Lebensjahr ihres Babys begleitet und unterstützt. In jeder Kurseinheit erwarten die Kinder Angebote, die zum Entdecken und Ausprobieren einladen. Auch Lieder, Finger- und Bewegungsspiele gehören zum Kurs. Durch immer wiederkehrende Rituale gewinnt ihr Kind Orientierung und Sicherheit. Eltern erhalten Informationen zu Entwicklung und Erziehung sowie Anregungen zu Entwicklungsschritten, die auch zuhause umgesetzt werden können. Weitere Infos unter [www.lefino.de](http://www.lefino.de)

Anmeldung NUR über die Familienbildungsstätte Tübingen (Tel.: 07071 / 9304-66).

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Tübingen.

Bitte mitbringen: 2 Bade- oder Moltontücher, Ersatzwindel und für die Eltern Socken, leichte, bequeme Kleidung und ein Getränk.

## Für Juni - August 2019 geborene Kinder

**20110503JC**

Stefanie Küpper

8x Mo. 23.03.2020 - 25.05.2020, 10:45 - 12:15

Familienhaus Martin Luther, Rottenburg, Anton-Buhl-Weg 6

Gebühr: 93,60 €

**20110507JC**

Stefanie Küpper

7x Mo. 15.06.2020 - 27.07.2020, 10:45 - 12:15

Familienhaus Martin Luther, Rottenburg, Anton-Buhl-Weg 6

Gebühr: 81,90 €

## Für Oktober - November 2019 geborene Kinder

**20110502JC**

Stefanie Küpper

8x Mo. 23.03.2020 - 25.05.2020, 09:00 - 10:30

Familienhaus Martin Luther, Rottenburg, Anton-Buhl-Weg 6

Gebühr: 93,60 €

**20110506JC**

Stefanie Küpper

7x Mo. 15.06.2020 - 27.07.2020, 09:00 - 10:30

Familienhaus Martin Luther, Rottenburg, Anton-Buhl-Weg 6

Gebühr: 93,40 €

**Spiel, Bewegung und Spaß**

für Mütter/Väter und Kinder  
(2-4 Jahre)

Spielerisch erfahren schon die Kleinen die Freude an der Bewegung. Dabei werden



Koordinationsfähigkeit, Körperkontrolle und Beweglichkeit ganz nebenbei geschult - es soll v.a. aber Spaß machen!

Mitbringen: Bequeme Kleidung; Turn-/Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken

**20132010J**

Hannah Göhner

6x Fr. 06.03.2020 - 24.04.2020, 15:30 - 16:15

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 22,00 €

NEU

**Kunstwerkstatt: für Kinder**

(ab 6 J.) und ihre (Groß-)Eltern  
Experimentieren mit Farben und Spuren

Welche Spuren hinterlassen Farben auf einem Untergrund? Wie viele Spuren kann ein Pinsel kreieren? Braucht man für Spuren einen Pinsel? Woran erinnern die Spuren?

In Kooperation mit der Lebenspraxis.  
Bitte mitbringen: Malerkittel oder alte Kleidung anziehen.

**20120759J**

Claudia Honecker

Samstag, 25.04.2020, 15:00 - 17:00

Lebenspraxis, Rottenburg, Gartenstraße 8

Gebühr: 19,00 €, zzgl. ca. 5,00 € für Material

NEU

**Komm, wir kochen vegetarisch**

Kochen für Kinder von 6 - 11 Jahren mit Eltern/Großeltern

Gemeinsam mit Kindern zu kochen bedeutet nicht nur, dass die Kinder etwas fürs Leben mitnehmen und Freude an gesunder und nachhaltiger Ernährung lernen - sondern auch, dass die mit Papa/Mama gemeinsam verbrachte Zeit einfach Spaß macht. Ihre Kinder werden es auch nach dem Kurs lieben Gemüse zuzubereiten und zu essen!  
Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben

**20135107J**

Sona Hannaleck

Samstag, 16.05.2020, 15:00 - 18:30

Kreuzerfeld-Realschule, Küche

Gebühr: 12,50 €, zzgl. ca. 6,00 € für Lebensmittel (Kinder) und ca. 10,00 € (Erwachsene) inkl. Getränke

NEU

**Gemeinsam Fotografieren am Märchensee**

für Kinder ab neun Jahren und ihre (Groß-)Eltern

Wenn Sie Lust haben zusammen mit Ihrem Kind oder Enkel etwas zu unternehmen, dann versuchen Sie es doch mal mit einem gemeinsamen Foto-Shooting. Der Spaß am

**Familien-Bildungsstätte Tübingen e.V.**

Angebote für alle, die nicht aufhören, Neues zu entdecken:

- Kochen, Kreativität, Musik, Nähen, Ferienangebote
- Gymnastik, Yoga, Pilates, Zumba, Tanzen, Karate
- Eltern-Kind-Gruppen, Elternseminare, Vorträge
- Geburtsvorbereitung, PEKiP, Babymassage, Musikgarten

**Weitere Informationen und Anmeldung:**

FBS Tübingen e.V., Hechinger Straße 13, 72072 Tübingen

Tel.: 07071-930466 [www.fbs-tuebingen.de](http://www.fbs-tuebingen.de) Email: [buero@fbs-tuebingen.de](mailto:buero@fbs-tuebingen.de)





Fotografieren steht im Vordergrund: wer möchte, verkleidet sich in eine Märchengestalt und wir fotografieren uns gegenseitig oder die märchenhafte Landschaft. Die Kursleiterin gibt Anregungen für die Bildkomposition und hilft mit viel praktischem Know-how für gelungene Bilder. Ausrüstung: Kamera(s), Smartphone, wetterfeste Kleidung, Kostüm (falls vorhanden) und Vesper.

**20150406J**

Gundis Bort  
04.07.2020 - 04.07.2020  
Samstag, 04.07.2020, 10:00 - 15:00  
Treffpunkt: Parkplatz Grundschule Wendelsheim  
Gebühr: 17,50 €

Weitere Eltern-Kind-Kurse finden Sie ab S. 66.

## Ferienangebote

**Kreative Osterwoche für Kinder von 6 - 11 Jahren****Ferienprogramm**

In der Woche vor Ostern wollen wir Eier mit Wachstechnik bemalen oder sie „befilzen“, bunte Osterhasen backen, ein Osternest herstellen und zwischendrin Geschichten hören. Bei schönem Wetter spielen und bewegen wir uns auch draußen.

Von Montag bis Mittwoch basteln wir im vhs-Hauptgebäude und am Donnerstag backen wir in der Küche der Kreuzerfeld-Realschule.

Bitte mitbringen: ausgeblasene Eier, einen Schuhkarton, wetterfeste Kleidung, Schürze, Vesper und ein Getränk.

**20120838J**

Elke Atzert  
Bärbel Hauger  
4x Mo. 06.04.2020 - 09.04.2020, 09:00 - 13:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 69,00 €, zzgl. 10,00 € für Material  
Geschwister erhalten je 10 % Rabatt auf die Gebühr.

**20120839J**

Elke Atzert  
Bärbel Hauger  
4x Mo. 06.04.2020 - 09.04.2020, 14:00 - 18:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 69,00 €, zzgl. 10,00 € für Material  
Geschwister erhalten je 10 % Rabatt auf die Gebühr.

**Ferien auf der Kalkwerkfarm für Kinder und Jugendliche von 6 - 16 Jahren****Osterferien**

**20110731JR**  
Julia Grammer  
4x Di. bis Fr. 14.04.2020 - 17.04.2020, 10:00 - 14:00  
Ergenzingen, Kalkwerkfarm  
Nähere Infos finden Sie auf Seite 66.

**Pfingstferien**

**20110732JR**  
Julia Grammer  
3x Mo. bis Mi. 08.06.2020 - 10.06.2020, 10:00 - 14:00  
Ergenzingen, Kalkwerkfarm  
Nähere Infos finden Sie auf Seite 66.

**Kinderschwimmen Grundlagen 1, 5 - 8 Jahre in den Pfingstferien**

Auf spielerische Art und Weise werden die

Kinder an die neue Bewegungswelt Wasser und an das Brustschwimmen herangeführt. Mindestkörpergröße: 1,10 m. Zehn Minuten vor Unterrichtsbeginn ist der gemeinsame Einlass zur Umkleide (Umkleidekabine „Schule und Verein“). In den Kursgebühren ist der Eintritt ins Rottenburger Hallenbad nicht mit eingeschlossen. Wir empfehlen den Kauf einer 10er-Karte.

**20132529J**

Claudia Honecker  
4x Di. 02.06.2020 - 05.06.2020, 14:30 - 15:15  
Hallenbad, Rottenburg  
Gebühr: 24,00 €

**Kinderschwimmen Grundlagen 2, 6 - 9 Jahre in den Pfingstferien**

Verbesserung und Festigung der bereits erlernten Grundtechniken. Voraussetzung: Die Kinder sollten bereits einen Anfängerkurs absolviert haben oder entsprechende Kenntnisse besitzen. Mindestkörpergröße: 1,10 m. Zehn Minuten vor Unterrichtsbeginn ist der gemeinsame Einlass zur Umkleide (Umkleidekabine „Schule und Verein“). In den Kursgebühren ist der Eintritt ins Rottenburger Hallenbad nicht mit eingeschlossen. Wir empfehlen den Kauf einer 10er-Karte.

**20132530J**

Claudia Honecker  
4x Di. 02.06.2020 - 05.06.2020, 15:15 - 16:00  
Hallenbad, Rottenburg  
Gebühr: 24,00 €

**Fit für die Realschulabschlussprüfung Englisch (Osterferien)**

Nähere Infos finden Sie auf Seite 13,52.

**20140681J**

N.N.  
3x, Mo.-Mi., 06.04 - 08.04.2020, 10:00 - 13:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG  
Gebühr: 54,00 €

## Kunst - Kultur - Kreativität

**Kunstwerkstatt**

Euch Kindern steht ein Kreativraum zur Verfügung, in dem ihr eure Mal- und Werkideen verwirklichen könnt.

Ob Bilder malen, drucken oder gestalten, Skulptur oder Handpuppe herstellen, Nagel- oder Knetbild machen - ihr entscheidet, womit ihr arbeiten möchtet und was entstehen soll. Falls nötig, bekommt ihr Unterstützung beim Umsetzen eurer Ideen. Ansonsten: Bahn frei für KünstlerInnen und solche, die es werden wollen!

In Kooperation mit der Lebenspraxis. Bitte mitbringen: Malerkittel oder alte Kleidung anziehen.

**Für KünstlerInnen von 5 - 10 Jahren****20120757J**

Claudia Honecker

6x Do. 19.03.2020 - 07.05.2020, 14:15 - 15:45  
Lebenspraxis, Rottenburg, Gartenstraße 8  
Gebühr: 60,00 €, zzgl. 15,00 € für Material**Für Kinder ab 11 Jahren****20120758J**

Claudia Honecker

6x Do. 19.03.2020 - 07.05.2020, 16:30 - 18:00  
Lebenspraxis, Rottenburg, Gartenstraße 8  
Gebühr: 60,00 €, zzgl. 15,00 € für Material**Do your music! ab 11 Jahren  
(Basic Kurs)****Beats, Loops, Sounds und Mixing  
Music am PC**

Die Musik beginnt im Kopf. Wir entdecken gemeinsam die Welt von Beats, Loops, Sounds und Mixing. Bei uns lernst du alles, was man wissen muss, um eigene Musik am PC zu gestalten. DER Kurs für junge, zukünftige Songwirter, DJs und Sounddesigner! In Kooperation mit der Musikschule Rottenburg. Anmeldung NUR über die vhs möglich!

**20121363J**

Fernando Lepe Arias

Christian Zimmermann

Samstag, 21.03.2020, 10:00 - 15:00 Uhr  
vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG  
Gebühr: 49,00 €

NEU

**Keramik für Kinder****Grundlagenkurs für Kinder (6 - 10 J.)**

Ton ist ein wunderbar vielfältiges Naturmaterial, das euch ermöglicht, ganz unterschiedliche Sinneseindrücke zu sammeln, eure Phantasie und Kreativität spielen zu lassen und euch am Ende über die entstandenen Kunstwerke zu freuen, die wir im zweiten Kursteil noch bemalen. Wir beginnen den Kurs mit der Herstellung eines kleinen Drachen und anschließend könnt Ihr eure eigenen Ideen mit Hilfe der Kursleiterin umsetzen. Nach dem Glasurbrand dürft ihr die Tonarbeiten abholen. Bitte mitbringen: Schürze oder Malkittel, kleines Vesper und Getränk.

**20120810J**

Adelheid Hahn

2x Sa., 28.03. + 04.04.2020, 09:00 - 12:30  
Eugen-Bolz-Gymnasium, Werkraum  
Gebühr: 33,00 €, zzgl. ca. 5,00 € für Material**Keramik für Jugendliche  
(11 - 16 Jahre)**

In diesem Kurs habt ihr die Möglichkeit euer Können im Umgang mit dem Material Ton weiter zu entwickeln. Wir beginnen mit einem gemeinsamen Einstieg, danach unterstützt euch die Kursleiterin bei der Umsetzung eurer eigenen Ideen und Vorstellungen. Im zweiten Kursteil bemalen wir die Werkstücke und nachdem der Brennvorgang mit der Glasur abgeschlossen ist, könnt ihr die Kunstwerke abholen. Den Termin vereinbaren wir nach Kursablauf. Bitte mitbringen: Schürze oder Malkittel, kleines Vesper und Getränk

**20120811J**

Adelheid Hahn

2x, Sa., 28.03. + 04.04.2020, 14:30 - 18:00  
Eugen-Bolz-Gymnasium, Werkraum  
Gebühr: 33,00 €, zzgl. ca. 5,00 € für Material**Keramik am Abend**

für Erwachsene und Jugendliche ab 15 J.  
Nähere Infos finden Sie auf Seite 29.

**20120816**

Adelheid Hahn

3x Mo. 09.03.2020 - 23.03.2020, 19:00 - 22:00  
Eugen-Bolz-Gymnasium, Werkraum  
Gebühr: 75,00 €, zzgl. 10,00 - 20,00 € für Material je nach Verbrauch**Mein Freund Charlie****Das interaktive Kindertheater  
mit Hund**

Kim ist eine Träumerin - sie redet mit ihren Zehen, fantasiert lustige Geschichten. Doch ein bisschen allein ist sie schon, und sie wünscht sich so sehr einen Freund! Denn in der neuen Stadt ärgern sie die Nach-

barskinder und Papa ist dauernd im Stress. Da erfindet sich Kim einen unsichtbaren Freund, den Hund Charlie, der sie von nun an überallhin begleitet. Nur Kim kann ihn sehen, er tröstet sie und macht ihr Mut. Gemeinsam mit den Kindern stürzen sie sich ins Abenteuer - und dann wird er auch noch lebendig!

In Kooperation mit der Stadtbibliothek und dem Förderverein der Stadtbibliothek Rottenburg am Neckar.

**20120401J**

Theater Sturmvogel

Samstag, 28.03.2020, 15:00 - 16:00

Café Stadtgespräch in der Stadtbibliothek, Rottenburg, Königstraße 2

Eintritt (keine Anmeldung erforderlich): 5,00 €, Karten gibt es im VVK ab Di., 03.03.2020 in der Stadtbibliothek oder an der Tageskasse.

NEU

**Wir batiken ein T-Shirt****für Kinder von 7 - 12 Jahren**

Batiken macht Spaß! Mit viel Wasser und Farbe könnt ihr euch euer ganz besonders T-Shirt färben.

In Kooperation mit der Stadtbibliothek Rottenburg a.N..

**20120901J**

Johanna Mayer

Montag, 30.03.2020, 16:00 - 18:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 5,00 €

NEU

**Handlettering****Workshop für Jugendliche**

Die Kunst der schönen Buchstaben DIYs liegen voll im Trend. Dazu zählt auch Handlettering - die Kunst schöne Buchstaben zu erschaffen. Hast du Deine Leiden-



schaft dafür erst einmal entdeckt, wird dein Schülerkalender zum Hingucker, dein Mäppchen zum Unikat und dein Zimmer zum Künstleratelier.

Verena Friebolin zeigt dir die Grundlagen des Handletterings, welches Material du brauchst, welche Schreibtechniken es gibt und wie du Schmuckelemente gestaltest. In Kooperation mit der Stadtbibliothek Rottenburg a. N..

**20120760J**

Verena Friebolin  
Freitag, 03.04.2020, 15:00 - 17:00  
Stadtbibliothek, Seminarraum (2.OG), Rottenburg, Königstraße 2  
Gebühr: 15,00 €, (inkl. Materialkosten)



**Wimpelkette nähen für Kinder ab 8 Jahren**

Wir nähen Wimpelketten! Damit könnt ihr euer Zimmer, den Garten oder die Haustür schmücken. Oder sie wird als einzigartige, mit viel Liebe hergestellte Überraschung verschenkt! Und ganz nebenbei lernt ihr den Umgang mit der Nähmaschine, Zuschneiden und ein Schrägband verarbeiten.

**20120911J**

Johanna Mayer  
Samstag, 21.03.2020, 10:00 - 13:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG  
Gebühr: 16,80 €, zzgl. ca. 8,00 € für Material



**Anfängernähkurs für Kinder (ab 8 Jahren)**

Im Kurs lernt ihr den Umgang mit der Nähmaschine - vom Einfädeln bis zum Nähen eines Werkstücks. Wir üben auf Papierbögen und wagen uns danach an unser erstes „richtiges“ Nähprojekt: ein Rollmäppchen für Stifte.

Bitte mitbringen: Stoffschere (falls vorhanden) und eigene Nähmaschine (falls vorhanden)

**20120915J**

Jasmin Ernst  
Samstag, 20.06.2020, 10:00 - 14:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG  
Gebühr: 17,80 €, zzgl. ca. 15,00 € für Material



**Tanz**

**Kreativer Kindertanz (5 - 7 Jahre)**

Phantasie, Bewegungsfreude, Spiel und Spaß sind die wesentlichen Elemente dieses Kursangebots, das sich besonders zum tänzerischen Einstieg eignet. Spielerisch werden tänzerische Grundlagen vermittelt. Dabei werden Koordinationsfähigkeit, Körperkontrolle, Beweglichkeit und Kraft ganz nebenbei geschult.

**20120504J**

Marianne Stegemann  
12x Mo. 09.03.2020 - 29.06.2020, 17:15 - 18:00  
Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG  
Gebühr: 49,20 €

**Tanzen wie die Stars**

Showdance/Freestyle  
Pffiffige Choreographien, coole Moves, Showdance - mit viel Spaß am Tanz werden wir die Grenzen zwischen den einzelnen Stilen überwinden und Choreographien einüben, die sich sehen lassen können.

**6 - 9 Jahre**

**20120506J**

Jana Leske  
10x Fr. 06.03.2020 - 26.06.2020, 16:45 - 17:45  
Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG  
Gebühr: 54,60 €

**10 - 15 Jahre**

**20120507J**

Jana Leske  
10x Fr. 06.03.2020 - 26.06.2020, 17:45 - 18:45  
Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG  
Gebühr: 54,60 €

**Zumba® für Kids (7 - 11 Jahre)**

Nähere Infos finden Sie auf Seite 66.

**20120587JR**

Silke Eistetter  
10x Mo. 09.03.2020 - 25.05.2020, 15:00 - 16:00  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)  
Gebühr: 54,70 €

**Bewegung & Gesundheit**

**Stand Up Paddling für Kids (10 - 13 Jahre)**

Beim Stand Up Paddling steht ihr auf einem Surfboard und fahrt mit einem Paddel stehend vorwärts. Die richtige Paddel- und Steuerungstechnik lernt ihr hier von einem Profi. Der Unterricht findet spielerisch und kind-/jugendgerecht statt. Teilnahme auf eigene Gefahr. Der Kurs findet auch bei leichtem Regen statt. Verbindlicher Ersatztermin bei Schlechtwetter: Sa., 13.06.2020

Bitte mitbringen: Badekleidung, Sonnencreme, Kopfbedeckung, Regenjacke, Turnschuhe/Sandalen, Getränk (keine Glasflaschen), Snack

**20132619J**

Thomas Bühner, Black Forest Magic/Feldberg  
Samstag, 23.05.2020, 09:00 - 10:30  
Treffpunkt: Parkplatz Badensee Epple, 72138 Kirchentellingsfurt  
Gebühr: 39,00 €, für Teilnehmende von 13 - 16 Jahren: 35,00 €  
Paddel, Schwimmweste und Surfboards werden kostenfrei zur Verfügung gestellt. Neopren ist gegen Aufpreis von 10,00 € vor Ort erhältlich.



**Kinderschwimmen**

**Snorri & der Babyschwimmclub Film+Gespräch**

Nähere Infos finden Sie auf Seite 8.

Anne Schröder  
Donnerstag, 19.03.2020, 18:00  
Kino im Waldhorn, Rottenburg, Königstraße 12  
Gebühr: Es gelten die üblichen Eintrittspreise.  
Kartenvorbestellung: 07472 / 22888

**Grundlagen 1 (5 - 8 Jahre)**

Auf spielerische Art und Weise werden die Kinder an die neue Bewegungswelt Wasser und an das Brustschwimmen herangeführt. Mindestkörpergröße: 1,10 m. Zehn Minuten vor Unterrichtsbeginn ist der gemeinsame Einlass zur Umkleide (Umkleidekabine „Schule und Verein“). In den Kursgebühren ist der Eintritt ins Rottenburger Hallenbad nicht mit eingeschlossen. Wir empfehlen den Kauf einer 10er-Karte.

Bitte mitbringen: Badeschuhe

**20132524J**

Heike Schatz  
10x Fr. 13.03.2020 - 19.06.2020, 15:15 - 16:10  
Hallenbad, Rottenburg  
Gebühr: 69,00 €

**20132522J**

Nina Hentschel  
Madita Rapp  
10x Fr. 13.03.2020 - 19.06.2020, 15:15 - 16:10  
Hallenbad, Rottenburg  
Gebühr: 69,00 €

**20132521J**

Nina Hentschel  
Madita Rapp  
10x Fr. 13.03.2020 - 19.06.2020, 14:20 - 15:15  
Hallenbad, Rottenburg  
Gebühr: 69,00 €

Weitere Kinderschwimmkurse finden in den Pfingstferien (s. S. 10) und in Hirrlingen (s. S. 73) statt.

## Grundlagen 2 (6 - 9 Jahre)

Verbesserung und Festigung der bereits erlernten Grundtechniken. Voraussetzung: Die Kinder sollten bereits einen Anfängerkurs absolviert haben oder entsprechende Kenntnisse besitzen. Mindestkörpergröße: 1,10 m. Zehn Minuten vor Unterrichtsbeginn ist der gemeinsame Einlass zur Umkleide (Umkleidekabine „Schule und Verein“). In den Kursgebühren ist der Eintritt ins Rottenburger Hallenbad nicht mit eingeschlossen. Wir empfehlen den Kauf einer 10er-Karte. Bitte mitbringen: Badeschuhe

### 20132525J

Nina Hentschel  
Madita Rapp  
11x Fr. 13.03.2020 - 26.06.2020, 16:10 - 17:05  
Hallenbad, Rottenburg  
Gebühr: 75,90 €

### 20132526J

Nina Hentschel  
Madita Rapp  
11x Fr. 13.03.2020 - 26.06.2020, 17:05 - 18:00  
Hallenbad, Rottenburg  
Gebühr: 75,90 €

### 20132527J

Heike Schatz  
11x Fr. 13.03.2020 - 26.06.2020, 16:10 - 17:05  
Hallenbad, Rottenburg  
Gebühr: 75,90 €

### 20132518J

Claudia Honecker  
11x Mi. 18.03.2020 - 24.06.2020, 17:15 - 18:00  
Hallenbad, Rottenburg  
Gebühr: 62,50 €

## Grundlagen 3 (ab 6 Jahren)

In diesem Kurs werden die Grundlagen der verschiedenen Schwimmstile (Brustschwimmen, Kraulen) vermittelt. Voraussetzung: Die Kinder sollten das Seepferdchen abgelegt haben. Mindestkörpergröße: 1,10 m. Zehn Minuten vor Unterrichtsbeginn ist der gemeinsame Einlass zur Umkleide. (Umkleidekabine „Schule und Verein“). In den Kursgebühren ist der Eintritt ins Rottenburger Hallenbad nicht mit eingeschlossen. Wir empfehlen den Kauf einer 10er-Karte. Bitte mitbringen: Badeschuhe

### 20132523J

Heike Schatz  
10x Fr. 13.03.2020 - 19.06.2020, 14:20 - 15:15  
Hallenbad, Rottenburg  
Gebühr: 69,00 €

### 20132528J

Heike Schatz  
10x Fr. 13.03.2020 - 19.06.2020, 17:05 - 18:00  
Hallenbad, Rottenburg  
Gebühr: 69,00 €



## Lernen & Schule

### Spielend Mathe begreifen

#### für Grundschul Kinder

Die Kinder können mit Hilfe vieler verschiedener Materialien, mit Tipps und Tricks spielerisch Erfahrungen über die Zusammenhänge in der Mathematik machen. In der Gruppe lässt es sich prima experimentieren, spielen, ausprobieren, forschen, diskutieren, hinterfragen. Die mathematischen Inhalte der jeweiligen Klassen können auf diese Weise erarbeitet bzw. nachgearbeitet werden. Der Schwierigkeitsgrad wird auf die teilnehmenden Kinder abgestimmt.

Die Kursleiterin ist Spieltherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie.

In Kooperation mit der Lebenspraxis.

### 20160004J

Claudia Honecker  
10x Mo. 16.03.2020 - 15.06.2020, 15:00 - 16:00  
Lebenspraxis, Rottenburg, Gartenstraße 8  
Gebühr: 99,00 €

### Fit für die Realschulabschlussprüfung Englisch (Osterferien)

In diesem Kurs können Realschüler der 10. Klasse für ihre Englischprüfung trainieren. Die einzelnen Kompetenzen (Übungsteile) werden intensiv geübt und die zugrundeliegende Grammatik gefestigt.

### 20140681J

N.N.  
3x, Mo.- Mi., 06.04 - 08.04.2020, 10:00 - 13:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG  
Gebühr: 54,00 €

### There is no planet B:

Aktionstag mit Fridays for Future  
Nähere Infos finden Sie auf Seite 19.

### 20110402JE

Mittwoch, 22.07.2020, 08:30 - 16:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG



### Bitte beachten Sie die Regelungen zur Aufsichtspflicht gemäß unserer AGB:

Die vhs übt eine Dienstaufsicht für Kinder/Jugendliche, wie sie z. B. bei Kindergärten und Schulen Pflicht ist, nicht aus. Die Aufsicht als reine Organisationsaufsicht findet während der Kurszeiten und für die Gänge zur Toilette statt. Die Erziehungsberechtigten sind für Bringen und Holen selbst zuständig. Für alle TeilnehmerInnen unter 18 Jahren gilt, dass sie den Anweisungen der Kursleitung nachkommen und sich nicht ohne Abmeldung bei der Kursleitung vom Veranstaltungsort entfernen. Bitte beachten Sie, dass im Interesse der gesamten Gruppe einzelne Kinder nicht in besonderer Weise betreut werden können.

**Fachbereichsleitung:**  
**Susanne Anane**  
**Tel. 07472 983325**



**susanne.anane@**  
**vhs-rottenburg.de**

## Anerkennungsberatung

Die IN VIA - dezentrale Anerkennungsberatung in Reutlingen und Tübingen berät Sie kostenlos zur Anerkennung Ihres ausländischen Berufsabschlusses und begleitet Sie während des Anerkennungsprozesses. Die persönliche Beratung findet monatlich in der vhs Rottenburg statt. Bitte vereinbaren Sie einen Termin.  
 Sami Ibrahim  
 E-Mail: [s.ibrahim@invia-drs.de](mailto:s.ibrahim@invia-drs.de)  
 Tel: 0160 970 976 26

## Migrationsberatung

Beratung und Hilfen für jugendliche und erwachsene MigrantInnen bieten Karin Kluth-Buchholz (Caritas) und Uwe Gieseler (Diakonie) auch in Rottenburg in der vhs an.  
 Sie helfen bei rechtlichen Fragen,  
 - vermitteln Sprachkurse,  
 - informieren über Kindergarten und Schule,  
 - unterstützen bei Bewerbung und Arbeits-/Ausbildungsplatzsuche,  
 - begleiten die Anerkennung von beruflichen Qualifikationen,  
 - informieren über Sozialleistungen und soziale Fragen,  
 - helfen bei der Wohnungssuche,  
 - unterstützen bei Krankenversicherung und Arztbesuchen,  
 - informieren über Alltags- und Freizeitgestaltung.

Karin Kluth-Buchholz  
 Tel: 07071 7962-50  
 dienstags vierzehntägig 12:00-13:30  
 Rettungszentrum, Raum Z1, 2. OG

Uwe Gieseler  
 Tel: 07071 9304-76  
 dienstags 16:00-17:30 vhs Hauptgebäude,  
 Raum 202, 2. OG



# Integration

## Karrierewerkstatt

Migrantinnen und Migranten können zu den offenen Terminen mit allen Fragen rund um Job- und Ausbildungssuche, Bewerbungsverfahren, Probleme bei der Arbeit und weiteren dazugehörigen Themen kommen. Bei den Veranstaltungen kann man sich zusätzlich zu kostenlosen Einzelcoachings anmelden.  
 Sabrina Miller  
 12x Do. 05.03.2020 - 20.08.2020, 17:00 - 19:00  
 DHL-Gebäude, Saint-Claude-Straße 72

## Dolmetschernetzwerk Rottenburg International

Das Dolmetschernetzwerk Rottenburg International unterstützt und begleitet Einwanderer in ihrem Integrationsprozess. Die Ehrenamtlichen des Netzwerks haben Kenntnisse in gefragten Fremdsprachen. Sie vermitteln sprachlich und auch kulturell bei Gesprächen in der Schule, im Kindergarten oder beim Arzt. Dafür erhalten sie eine Aufwandsentschädigung, die die Stadt Rottenburg finanziert.  
 Susanne Anane  
 Tel: 07472 9833-25  
[rottenburg.international@vhs-rottenburg.de](mailto:rottenburg.international@vhs-rottenburg.de)

## Ausbildung in Teilzeit für geflüchtete Mütter und Migrantinnen

Sie haben kleine Kinder und möchten eine Ausbildung machen? Wir informieren zu Möglichkeiten der Teilzeitausbildung und Kinderbetreuung in der Region. Es gibt kurze Vorträge. Danach können Fragen gestellt werden. Es gibt außerdem DolmetscherInnen (Arabisch, Farsi und Englisch) und ein Spielangebot für Kinder.  
 In Kooperation mit K.I.O.S.K, Fachdienst für Geflüchtete des Landratsamts Tübingen und Stadt Rottenburg am Neckar  
 Dienstag, 10.03.2020, 14:00 - 16:00  
 vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
 Gebühr: keine, Anmeldung nicht erforderlich

## Grundlagen am PC für Migrantinnen und Migranten

Sie haben wenig Erfahrung mit der Arbeit am PC? In diesem Kurs lernen Sie den Umgang mit Windows und Word. Wir machen Sie vertraut mit Windows, zeigen Ihnen Programme und erstellen Dateien. Sie wollen zusätzlich im Internet surfen und sich online bewerben? Auch das werden Sie üben und natürlich wird auf Ihre Fragen und Wünsche zum Thema eingegangen.  
 Voraussetzung sind gute Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1.

### 20106202

Rainer Schäuble  
 8x Mo. 20.04.2020 - 13.05.2020, 08:30 - 10:45  
 vhs Hauptgebäude, 201 (EDV-Raum)  
 Gebühr: 55,00 €



## Jede kann schwimmen lernen! Schwimmkurs für Frauen

Sie möchten schwimmen lernen? In unserer kleinen Schwimmgruppe für Frauen werden Sie von Stunde zu Stunde sicherer im Wasser! In den Kursgebühren ist der Eintritt ins Rottenburger Hallenbad nicht enthalten. Wir empfehlen den Kauf einer 10er-Karte. Das Bad kann damit nach dem Kurs weiter genutzt werden.

### 20132510

Claudia Honecker  
 10x Mi. 04.03.2020 - 20.05.2020, 16:30 - 17:15  
 Hallenbad, Rottenburg  
 Gebühr: 39,00 €

## Internationaler Frauenchor

Das Repertoire des Chors ist einzigartig - moderne und bekannte Lieder aus aller Welt werden auf Deutsch, Türkisch, Serbisch, Persisch, Ungarisch, Chinesisch u.a. Sprachen gesungen. Die Sängerinnen kommen aus Deutschland und der Welt und sind auch nach den Proben noch gern als bunte Gruppe zusammen.



## Deutschkurse zur Integration

Nähere Infos finden Sie auf Seite 59.



Sie sprechen nicht Türkisch, Serbisch, Persisch ...? Kein Problem, die neuen Lieder lernen alle gemeinsam und musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### 20107101

Evgeniia Wiest

17x Do. 05.03.2020 - 23.07.2020, 18:30 - 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG

Gebühr: Um eine Spende wird gebeten.

#### Weltreise durch Wohnzimmer

In Rottenburg leben Menschen aus über 100 verschiedenen Nationen. Mit der Weltreise durch Wohnzimmer können Sie diese Vielfalt an Kulturen entdecken und erhalten einen Eindruck vom Reiseland aus erster Hand. Unsere ReiseleiterInnen freuen sich, Sie für zwei Stunden als Gäste in ihrem

Wohnzimmer zu begrüßen und Ihnen von ihren Heimatländern zu erzählen. Lassen Sie sich überraschen. Wir wünschen Ihnen eine angenehme Reise. Sie erhalten einen Reisepass, in den das Reiseland gestempelt wird.

Erfunden wurde dieses Begegnungsprogramm von Catrin Geldmacher aus Rheda-Wiedenbrück. Mehr Informationen gibt es auf [www.weltreisedurch.de](http://www.weltreisedurch.de)

#### Reiseland Syrien

##### 20107202

Nisreen Khatib

Freitag, 19.06.2020, 18:00 - 20:00

Rottenburg, die genaue Adresse erhalten Sie eine Woche vorher

Gebühr: 10,00 €

#### Reiseland Indonesien

##### 20107203

Nurhaidah Saragih

Freitag, 10.07.2020, 18:00 - 20:00

Obernau, die genaue Adresse erhalten Sie eine Woche vorher

Gebühr: 10,00 €

#### Yatzees & Yatzoos - eine interkulturelle Simulation

Lassen Sie uns an diesem Abend gemeinsam und spielerisch daran arbeiten, wie interkulturelle Kommunikation gut gelingen kann. Sie werden in eine Situation versetzt, die im Kontakt mit einer anderen Kultur spontane Interaktion nötig macht. Welche Gefühle erleben wir? Wie können wir die spezifischen Herausforderungen gut bewältigen? Wie lassen sich interkulturelle Begegnungen gut gestalten?

Die Kursleiterin ist zertifizierte Interkulturelle Trainerin (IKUD).

##### 20107301

Susanne Anane

Dienstag, 17.03.2020, 19:00 - 21:00

vhs Hauptgebäude, Raum 206, 2. OG

Gebühr: kostenfrei, Anmeldung erforderlich

Wussten Sie schon, dass der **21. Mai der Welttag der kulturellen Vielfalt** ist?

Passend dazu feiert Rottenburg kulturelle Vielfalt beim **Fest der Nationen**. Kommen Sie und feiern Sie mit!

Der internationale Frauenchor der vhs wird mit neuem Repertoire auftreten.



**Fest der Nationen**  
23. und 24. Mai 2020  
Rottenburg am Neckar  
Freizeitpark Schänzle

Eintritt  
frei

seit 25 Jahren  
hilfsbereit & kompetent

Schuhstr. /Ecke Sprollstr.  
72108 Rottenburg  
Tel. 07472 21409  
[www.copyshop-rottenburg.de](http://www.copyshop-rottenburg.de)

**FIORE**  
**COPY**  **PRINT**  
IHR MEDIENDIENSTLEISTER IN ROTTENBURG A.N.



Gerechtigkeit ist eine  
Schnecke, helfen wir  
ihr auf die Sprünge.



**WELTLADEN**  
ROTTENBURG

Metzelplatz 8  
72108 Rottenburg

Öffnungszeiten:

Mo – Fr: 9:30 – 18:00 Uhr

Sa: 9:00 – 14:00 Uhr

Telefon: 07472 24876

[www.weltladen-rottenburg.de](http://www.weltladen-rottenburg.de)  
[info@weltladen-rottenburg.de](mailto:info@weltladen-rottenburg.de)

2003 - 2020



**Öffnungszeiten:**

Mo - Fr 8.30 - 12.30 h

u. 15.00 - 18.30 h

Sa 8.00 - 13.00 h

außer Mi-Nachmittag

Tel: 07073 - 91 97 50

[www.bioladen-reusten.de](http://www.bioladen-reusten.de)

**Der freundliche Bio-Markt**  
**im Herzen**  **des Ammertals -**  
**seit langem: Genossenschaft**



Die Begleitung von Schulklassen wird in der KZ-Gedenkstätte Hailfingen/Tailfingen durch pädagogisch geschulte „Jugend-Guides“ übernommen. Durch den geringeren Altersunterschied können Jugendliche in besonderer Weise angesprochen werden. Infos und Video über Jugend-Guides-Führungen und -Ausbildung:

[www.kz-gedenkstaette-hailfingen-tailfingen.de](http://www.kz-gedenkstaette-hailfingen-tailfingen.de)





## Geschichte - Zeitgeschichte

### Stolpersteine in Rottenburg - Verfolgung und Ermordung Rottenburger BürgerInnen

#### Vortrag und Stadtrundgang

Seit 1997 erinnern in vielen deutschen Städten im Boden eingelassene, 10 x 10 cm große Messingtafeln an verfolgte und ermordete NS-Opfer vor deren letzten Wohnhäusern. Der Künstler Gunter Demnig aus Köln hat diese „Stolpersteine“ entworfen und bisher Tausende in zahlreichen deutschen und ausländischen Städten verlegt, so auch in Rottenburg am 25.06.2014. Mit einem Vortrag und einem anschließenden Stadtrundgang zu den 10 Stolpersteinen soll an das Schicksal der Opfer erinnert sowie über die Lebensumstände und die Zusammenhänge von Verfolgung und Widerstand in Rottenburg in der Zeit von 1933 bis 1945 berichtet werden. Aber auch zu den jüngsten Ereignissen und den (Stolperstein-) Widerständen in Rottenburg wird ein Bezug in die Gegenwart hergestellt. Referent: Andreas Kroll, Initiator der Stolpersteine Rottenburg, Vorstandsmitglied KZ Gedenkstätte Hailfingen-Tailfingen. Dauer ca. 1,5h. In Kooperation mit dem Verein KZ Gedenkstätte Hailfingen-Tailfingen e.V.

#### 20110101E

Andreas Kroll

Dienstag, 28.04.2020, 18:30

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Gebühr: keine, Anmeldung nicht erforderlich



#### Lesung zu 75 Jahre Kriegsende:

#### Jahrhundertzeugen:

#### Die Botschaft der letzten Helden gegen Hitler

Spiegel-Bestsellerautor Tim Proße liest aus „Jahrhundertzeugen - Die Botschaft der letzten Helden gegen Hitler“, für die er prominente Widerstandskämpfer und Opfer des NS-Terrors behutsam begleitete und porträtierte. U.a. traf er zwei Hitler-Attentäter, Sophie Scholls Schwester, Graf Stauffenbergs Sohn, den Juden-Retter Berthold Beitz und den „Letzten von Schindlers Liste“. Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Stadtbibliothek Rottenburg a.N.

#### 20110106E

Freitag, 08.05.2020, 19:00

Café Stadtgespräch in der Stadtbibliothek

Rottenburg, Königstraße 2

Gebühr: 5,00 €, Anmeldung nicht erforderlich

Kunstgeschichtliche und musikwissenschaftliche Vorträge finden Sie auf den S. 26 u. 33

## Politik &amp; Gesellschaft

#### Film+Gespräch zum Weltfrauentag:

#### Gott existiert, ihr Name ist Petrunya

In einem kleinen Ort in Mazedonien wirft der Hohepriester am Dreikönigstag ein gesegnetes Kreuz in das örtliche Gewässer. Hunderte Männer versuchen es wiederzufinden. Derjenige, der das Kreuz findet, soll ein Leben lang Glück und Wohlstand erlangen. Die arbeitslose Petrunya (Zorica Nusheva) ist Anfang 30 und studierte Wissenschaftlerin für Geschichte, springt ins Wasser und findet das Kreuz. Eine Frau hat es gewagt zu konkurrieren und zu erreichen, was die Männer zu erreichen versuchen. Das Ganze weitet sich zu einem waschechten Skandal aus.

#### Fachbereichsleitung:

Bodo Müller

Tel: 07472 9833 40

#### Anmeldung/Info:

Anna Nowak

Tel: 07472 9833 10



#### 20110200E

Sonntag, 08.03.2020, 11:00

Kino im Waldhorn, Rottenburg, Königstraße 12

Gebühr: (Es gelten die üblichen Eintrittspreise.)

Kartenvorbestellung: 07472 / 22888)

#### Die Stunde, in der Europa erwachte

Kurt Oesterle liest aus seinem Roman

Nähere Infos finden Sie auf S. 26.

#### 20120101E

Mittwoch, 11.03.2020, 19:30

Café Stadtgespräch in der Stadtbibliothek, Königstraße 2, Rottenburg

Eintritt (keine Anmeldung erforderlich): 5,00 €,

#### China von Innen

In nur 70 Jahren hat sich China fast schon zur zweiten Supermacht entwickelt. Die letzten 40 Jahre erlebte Klaus Gabriel - Reisejournalist, Fotograf und Reisebuchautor - diese unglaubliche Entwicklung mit. Seit fünf Jahren pendelt er mit seiner chinesischen Gattin zwischen beiden Welten. Der Vortrag zeigt selektiv die Entwicklung seit den 80er Jahren und gibt ganz private Einblicke fernab des Touristischen. In eindrucksvollen Bildern und Video-Clips schildert er das Leben der „Anderen“, das dem flüchtigen Besucher Chinas meist verborgen bleibt. Anschließend stellt er sich mit seiner Gattin Ihren Fragen.

#### 20110201E

Dienstag, 17.03.2020, 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

#### Meinungsmache in digitalen Medien

am Beispiel russischer Einflussnahme

Fake News, politische Propaganda, Meinungen werden als „alternative“ und „unabhängige“ Nachrichten der professionell recherchierten Nachricht gegenübergestellt. Russische Staatsmedien inszenieren sich als Alternative, die den „fehlenden Part“ in der Berichterstattung in Deutschland aufdeckt. Sie schaffen eine Gegenöffentlichkeit und werfen den etablierten Medien in Deutschland vor, die Wahrheit zu verschweigen. Dabei greifen sie geschickt bereits vorhandene Zweifel in der Gesellschaft wie eine gewisse Medien-Skepsis auf. Die Verwirrung ist oft groß, das Vertrauen in die Medien insgesamt sinkt. Doch einfache Fragen können helfen, die Glaubwürdigkeit und Seriosität einer Nachricht zu bewerten. Wie das geht, wird im

Vortrag anschaulich erklärt und diskutiert. In Zusammenarbeit mit der Friedrich-Nau- mann-Stiftung.

**20110202E**

Dr. Susanne Spahn  
Mittwoch, 01.04.2020, 19:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Gebühr: keine, Anmeldung nicht erforderlich



**Inklusion konkret:**

**Alles außer gewöhnlich**

Film & Gespräch

Der neueste Film des Regie-Duos Éric Toledano/ Olivier Nakache („Ziemlich beste Freunde“) erzählt die wahre Geschichte von zwei Männern, die von dem Willen beseelt sind, die Welt für sich und für andere besser zu machen. Bei ihrer Arbeit mit autistischen jungen Menschen und ihren Betreuern vollbringen Bruno und Malik tagtäglich kleine Wunder: Mit viel Engagement, Feingefühl und Humor gelingt es den beiden, aus vielen unterschiedlichen Persönlichkeiten eine Gemeinschaft zu formen, in der jeder Einzelne die Chance bekommt, über sich hinaus zu wachsen. Im Anschluss führt Bodo Müller, vhs-Leiter mit den KinobesucherInnen ein Nachgespräch.

**20110203E**

Mittwoch, 22.04.2020, 20:00  
Kino im Waldhorn, Rottenburg, Königstraße 12  
Gebühr: (Es gelten die üblichen Eintrittspreise.  
Kartenvorbestellung: 07472 / 22888)

**Philosophie**

**Warum Philosophie in einer Welt der Digitalisierung?**

Die rasante Digitalisierung, die Entwicklung der Künstlichen Intelligenz stellen neue fundamentale Fragen an den Menschen. Sein Selbstverständnis und seine Stellung in dieser Welt der Digitalisierung will bedacht sein. Das ursprüngliche Fragen, das philosophische und theologische Denken, dem es darum zu tun war, das Dasein zu verstehen, erscheinen an den Rand gedrückt, bedeutungslos geworden. Dennoch drängen sich diese Fragen nach dem Sinn der Existenz des Einzelnen gerade in einer Welt der Herrschaft der Computersysteme, die zugleich

die Installation einer Weltherrschaft zum Ziel haben, erneut auf. Der Vortrag will Hinweise geben und Argumente bieten für die Unverzichtbarkeit solch grundlegender Fragestellungen, wie sie dem philosophischen Denken seit alters her eigen ist.

**20110204E**

Prof. Wolfgang Urban  
Montag, 18.05.2020, 19:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Gebühr: 5,00 €, Anmeldung nicht erforderlich

*Zum Lustspiel „La Mandragola“, das in Rottenburg als Sommertheater aufgeführt wird, erhalten Sie spannende Hintergrundinformationen zum Leben und Werk dieses bedeutenden Denkers der Renaissance.*

**Von der Logik der Macht**

Der Staatstheoretiker

Niccolò Machiavelli (1469-1527)



„Von allen jedoch, die einen Staat meinten konstruieren zu können, ist Machiavelli ohne Vergleich der größte“, konstatiert der Kulturhistoriker Jacob Burckhardt 1860 in „Die Kultur der Renaissance in Italien“. Niccolò Machiavelli stand in höchsten Diensten des Stadtstaates und damaligen europäischen Weltmacht Florenz und ist einer der einflussreichsten Theoretiker von Staat und Macht der Neuzeit. 1494 gab er Florenz eine demokratische Verfassung. Aus der Praxis der Regierungsarbeit in Innen- wie Außenpolitik verfasste er seine historischen und staatsrechtlichen Studien. Noch die Staatstheoretiker und Staatsrechtler des 20. Jahrhunderts aber wie Karl Schmitt und Carlo Schmid, letzterer einer der Väter des Grundgesetzes, befassen sich intensiv mit Machiavellis Gedanken zu Staat und Recht.

**20110205E**

Prof. Wolfgang Urban  
Donnerstag, 25.06.2020, 19:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Gebühr: 5,00 € (Anmeldung nicht erforderlich)

**Ökonomie - Recht - Finanzen**

**Trennung und Scheidung - wer bekommt was?**

Unterhalt, Vermögen, Immobilien  
Im Zusammenhang mit einer Trennung bzw. Ehescheidung stellt sich auch die Frage, wer welche Vermögenswerte erhält, insbesondere auch im Zusammenhang mit Immobilien. Des Weiteren bestehen nach einer Trennung bzw. Scheidung regelmäßig Unterhaltsansprüche (Kindes- und/oder Ehegattenunterhalt). Der Vortrag zeigt Möglichkeiten der Vermögensauseinandersetzung bei Trennung und Scheidung auf und beschäftigt sich auch mit dem Vermögensausgleich (Zugewinnausgleich) im Falle der Ehescheidung, ferner mit der Praxis des Unterhaltsrechts.

**20110301E**

Volker Spohn  
Dienstag, 26.05.2020, 19:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Gebühr: 5,00 € (Anmeldung nicht erforderlich)

**Elterngeld - Infoabend in Rottenburg**

Der Abend bietet Müttern und Vätern eine Orientierungshilfe und wertvolle Tipps, die sie bei wichtigen Entscheidungen rund um die folgenden Themen unterstützen: Mutterschaftsgeld, Elterngeld, Erziehungszeit, Kindergeld, Kinderzulage, Absicherung der Arbeitskraft, Absicherung der Kinder, Steuerliche Zusammenhänge und Rücklagenbildung für eventuelle Steuernachzahlungen. In Kooperation mit der FBS Tübingen.

**20110304**

Daniel Brinsky  
Freitag, 19.06.2020, 19:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG  
Gebühr: 7,50 €, Anmeldung erforderlich

**Richtig versorgt mit Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung**

Viele Menschen sorgen sich für den Fall, dass sie nicht mehr über ihre eigene medizinische Versorgung, Pflege und Regelung ihrer sonstigen Angelegenheiten bestimmen können. Der Vortrag gibt Auskunft über rechtliche Möglichkeiten, wie im Voraus für den Fall der Fälle verbindliche Handlungsanweisungen festgelegt werden können.

**20110305E**

Dr. Sascha Straub  
10.03.2020, 19:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Gebühr: 5,00 € (Anmeldung nicht erforderlich)

## Fehlervermeidung vor und nach dem Erbfall

Maschinengeschriebene Testamente, vergessene Erbverträge oder plötzlich auftauchende Kinder - vieles kann dazu führen, dass der letzte Wille doch nicht gilt. Der Vortrag zeigt, was Sie beim Testament beachten sollten und wie sich Erben und Enterbte nach dem Erbfall richtig verhalten.

**20110306E**

Dr. Sascha Straub

11.05.2020, 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Gebühr: 5,00 € (Anmeldung nicht erforderlich)

## Nachhaltigkeit - Umwelt



### Repair Café

Wegwerfen? Nein danke!

Im Repair Café werden defekte Geräte des Alltags gemeinsam unter fachkundiger Anleitung repariert, um ein Zeichen gegen die Wegwerf-Praxis unserer Zeit zu setzen. Es können tragbare Gegenstände aus Holz oder Metall sein, mechanische Geräte, Fahrräder, Elektro-Kleingeräte, Handys und Computer, Haushaltsgeräte und Textilien. Die Aktivitäten des Repair Cafés finden ehrenamtlich und auf Spendenbasis statt.

Für das leibliche Wohl sorgt das Café.

**20110410E**

Einzeltermine: Mo. 23.03.2020, 04.05.2020, 15.06.2020 und 20.07.2020, jew. 17:30 - 19:30  
Rottenburg, Arbeiterwohlfahrt AWO

Gebühr: keine, Anmeldung nicht erforderlich



Die nachfolgenden beiden Veranstaltungen werden in Kooperation mit der Stabstelle Umwelt und Klimaschutz der Stadt Rottenburg durchgeführt:

## Fördergelder für energieeffizientes Bauen und Sanieren

Programme der KfW, L-Bank und BAFA sinnvoll nutzen

Die aktuelle Fördersituation ist so gut wie noch nie. Im Vortrag von Klaus Lambrecht, Berater der Landes- u. Bundesregierung zur EnEV, EWärmeG, Sanierungsfahrplan

u. Energieberatung, werden Sie einen umfassenden Überblick über die Fördermöglichkeiten für Wohngebäude erhalten und erfahren aus der Praxis heraus, was Sie konkret beachten müssen, um Fördergelder auch sinnvoll zu nutzen.

**20110409E**

Mittwoch, 11.03.2020, 18:45 - 20:15

Rottenburg, Rathaus, Neuer Sitzungssaal (Eingang Burgsteige)

Gebühr: keine, Anmeldung nicht erforderlich

## Workshop: Besser leben ohne Plastik mit Spiegel-Bestsellerautorin

Nadine Schubert

Beim Workshop heißt es nun: Machen! Die Teilnehmer dürfen selbst verschiedene Waschmittel, Reiniger und Pflegeprodukte herstellen, die alle umweltverträglich und sehr günstig sind. Benötigt werden nur einige wenige Zutaten. Die Herstellung ist denkbar einfach und wer einmal gesehen hat, wie es geht, ist überzeugt! Bitte mitbringen: leere Waschmittelflasche oder großes Glas mit Schraubdeckel, zwei leere Sprühflaschen, mehrere kleine und mittelgroße Gläser mit weiter Öffnung, Trichter, Geschirrtuch, kleine Schüssel, Ess-/Teelöffel

**20110403E**

Samstag, 27.06.2020, 16:00 - 18:15

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

## Belastungsfreie Nutzung moderner Haustechnik

Nähere Infos siehe S. 36

**20130010E**

Dipl.-Ing. Jochen Rubik

Donnerstag, 02.04.2020, 19:00

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Gebühr: 13,00 €

## Foodsharing

Wider die Lebensmittelverschwendung! Die Initiative Foodsharing hat sich zum Ziel gesetzt, die Vernichtung ungewollter und zu viel produzierter Lebensmittel zu verhindern. Sie versteht sich als bildungspolitische Bewegung und fühlt sich nachhaltigen Umwelt- und Konsumzielen verpflichtet. Welche Wege beschreiten die MitarbeiterIn-

nen von Foodsharing? Welche Möglichkeiten haben Verbraucher, wenn auch sie sich diesen Zielen verpflichtet fühlen und mit Lebensmitteln vernünftig umgehen wollen? In Kooperation mit der Stadtbibliothek Rottenburg am Neckar.

**20110401E**

Donnerstag, 23.04.2020, 19:00

Café Stadtgespräch in der Stadtbibliothek Rottenburg, Königstraße 2

Abendkasse: 5,00 €, Anmeldung ab Do, 09.04. unter 07472/165-165 oder [stadtbibliothek@rottenburg.de](mailto:stadtbibliothek@rottenburg.de)

Gebühr: 15,00 €

## There is no planet B: Aktionstag mit Fridays for Future

Umwelt, Klima und Nachhaltigkeit bestimmen unser aktuelles Zeitgeschehen. Zusammen mit der Fridays for Future- und der BUND Ortsgruppe Rottenburg laden wir Schulklassen der Mittel- und Oberstufe ein, um an einem Aktionstag mehr über das Thema zu erfahren.

Mit einem Vortrag und Workshops möchten wir den SchülerInnen praktische Möglichkeiten aufzeigen, wie sie in ihrem Alltag den Kunststoffverbrauch verringern können und vieles mehr! Bei einer Klamottentauschparty im Anschluss können Jugendliche untereinander ihre „alten“ Klamotten tauschen. Wir lassen den Tag mit einem aktuellen Kinofilm über den Klimaschutz um 18:00 Uhr im Kino Waldhorn ausklingen.

Interessierte Erwachsene sind ab 14:00 Uhr ebenfalls herzlich willkommen!

LehrerInnen, die mit Ihrer Klasse an dem Aktionstag teilnehmen wollen, können sich jetzt schon anmelden: [fsj@vhs-rottenburg.de](mailto:fsj@vhs-rottenburg.de)

**20110402JE**

Mittwoch, 22.07.2020, 08:30 - 16:30

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

## Psychologie - Persönlichkeitsentwicklung

Kursangebote zu diesem Themenbereich finden Sie auf S. 37ff.



## Länder- und Heimatkunde

**Vom Adler bis zum Walfisch -**

was Wirtshaus Schilder über unsere Schwäbische Kultur verraten

Prof. Wolfgang Faigle hat über tausend Wirtshaus Schilder in Schwaben und den angrenzenden alemannischen und fränkischen Gebieten fotografiert, die Namen registriert und analysiert - zierliche und mächtige, bekannte und seltene, kunstvolle und kuriose. In seinem kurzweiligen Vortrag zeigt er interessante Aspekte der Wirtshauskultur unserer Heimat in Vergangenheit und Gegenwart auf.

**20110701C**

Prof. Dr. Wolfgang Faigle

Dienstag, 24.03.2020, 19:30 - 21:00

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Gebühr: 5,00 €, Anmeldung nicht erforderlich

**Fastenwandern auf der Zollernalb**

Abschalten, Loslassen, den Stoffwechsel entlasten. Die Fastenwoche wird umrahmt von Wanderungen, Atemübungen, Meditationen und Vorträgen. Führung und Betreuung liegen beim ortsansässigen Heilpraktiker Götz D. Knosp. Wir werden versorgt mit Buchinger-Fastensuppe und Fastengetränken. Das Seminarhotel bietet eine Unterkunft ohne Restaurantbetrieb. Massagen, Heilanwendungen und Saunieren werden vor Ort angeboten.

**20110700**

Götz D. Knosp

Beginn: Die, 07.04.2020, 18 Uhr, im Seminarhotel

Ende: Mo, 13.04.2020, 11 Uhr

Seminarhotel Blume Post, 72461 Albstadt-Tailfingen

Gebühr: 225,00 €, zzgl. sechs Übernachtungen im Einzelzimmer: 225,00 €, im Doppelzimmer: 210,00 €.

Zahlbar vor Ort.

Die Anreise erfolgt individuell und ist im Preis nicht enthalten

**Burgen um Rottenburg und am Oberen Neckar**

Mehrere Schlösser, zahlreiche Ruinen und Burgställe künden von der reichen Burgenlandschaft um Rottenburg und am oberen Neckar. Viele dieser Anlagen sind bis heute nur ungenügend erforscht. Wir erwandern in einer ersten Exkursion Anlagen um Bieringen, Weitingen und dem Eutinger Tal zusammen mit dem Tübinger Burgenforscher Michael Kienzle. Mit technischen Methoden und neuen Forschungsansätzen erforscht er die adeligen Wohnsitze als Zentren der umgebenden Siedlungs- und Kulturlandschaft. Einkehr um die Mittagszeit im Restaurant Schloss Weitenburg. Da wir uns im Gelände bewegen, sollten Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit entsprechender Kleidung und Schuhwerk ausgestattet sein. Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem Sülchgauer Altertumsverein Rottenburg e.V.

**20110703**

Dr. Dorothee Ade, Michael Kienzle M.A.

25.04.2020 - 25.04.2020

Samstag, 25.04.2020, 09:00 - 18:00

Treffpunkt: Busbahnhof Rottenburg

Eintritt (keine Anmeldung erforderlich): 5,00 €, nicht ermäßigbar

**Kulturwanderung auf den Spuren unserer Vorfahrinnen**

im Nordschwarzwald

Wir erkunden zuerst Hirsau und erfahren etwas über die Geschichte der Frauen im Ort und im Kloster. Dann wandern wir entlang der Nagold und durch die wildromantische Wolfsschlucht auf uralten Kulturpfaden. Unterwegs verfolgen wir die Geschichte unserer Vorfahrinnen zurück bis in die Bronzezeit.

Die Wanderung hat etwa 13 km Länge mit spürbaren Höhenunterschieden und findet

bei jedem Wetter statt.

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, Sitzunterlage, Proviant

**20110702**

Nicola Poppe

Sonntag, 26.04.2020, 09:30 - 18:30

Treffpunkt Bahnhof Rottenburg

Gebühr: 28,00 €, Treffpunkt: 09:15 Uhr in der Eingangshalle Hbf Tübingen (Abfahrt 09:27) oder 09:30 Uhr an Gleis 1 am Bahnhof Rottenburg (Abfahrt 09:37). Anteilige Fahrtkosten am Gruppenticket sind selbst zu bezahlen.

**Esslingen damals und heute:**

Führung durch eine Boomtown

Esslingen - eine ehemalige freie Reichsstadt und Konkurrent der Residenzstadt Stuttgart, mit alten Fachwerkhäusern, freiherrlichen Palästen und klösterlichen Pflughöfen. Im 13. Jahrhundert war Esslingen eine „Boomtown“, in der sich zahlreiche Orden ansiedelten und auswärtige Klöster, die heute noch erhaltenen Pflughöfe anlegten. Weinbau war die Grundlage des Reichtums der Stadt. Wir erfahren viel Wissenswertes, auch von Schriftstellern und Dichtern. Danach gerne Einkehr in eine Gaststätte, bitte bei Anmeldung mitteilen! Treffpunkt: Vor „Esslingen Marketing“, Marktplatz 16, 73728 Esslingen am Neckar Nur mit Anmeldung!

Anmeldung NUR über die vhs Herrenberg (07032 / 27030)

In Kooperation mit der vhs Herrenberg

**20110704C**

Bernd Moebs

Dienstag, 05.05.2020, 17:00 - 19:00

Treffpunkt: Vor „Esslingen Marketing“, Marktplatz 16, 73728 Esslingen am Neckar

Gebühr: 14,00 €

**Schwarze Venus trifft Ursula.**

Frauenkult(ur)geschichtliche

Wanderreise im Hegau

Wir erwandern (12 - 14 km) die archäologisch und frauengeschichtlich bedeutsamen (Fund-)Stätten des Hegau: die Ruine der Ursulakapelle, den Quelltopf der Aach, den Rheinfall und die stilisierten Frauendarstellungen im Museum in Schaffhausen. Dabei lassen wir die Lebensweise, Kultur und Spiritualität unserer Ahninnen wieder lebendig werden. Erzählungen, Tänze und Lieder begleiten uns auf der Spurensuche.

Unterkunft mit vollwertiger Halbpension im anthroposophischen Seminarhaus Engen.

In den Leistungen enthalten sind je drei Übernachtungen im DZ mit Halbpension, Reiseleitung, Museumsbesuch und Bahnfahrten vor Ort. Nicht enthalten: An- und Abreise, Tagesproviant, Einzelzimmerzuschlag (21,00€), Eintritt Wasserfall (5,00 CHF).



**20110707**

Regina Golke, Nicola Poppe  
Do, 21.5.2020, 14:00 - So, 24.5.2020, 16:00  
Anmeldeschluss: 07.04.2020  
Impulshaus Engen, Goethestraße 1, 78234 Engen  
Gebühr: 498,00 €

Bei Rücktritt nach Anmeldeschluss wird die Teilnahmegebühr einbehalten. Eine Reiserücktrittsversicherung wird empfohlen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Kursleiterinnen sind von allen Haftungsansprüchen entbunden. Mit der Anmeldung werden diese Teilnahmebedingungen anerkannt.

**Geführte Radtour „Schwäbischer Bierkultur-Radweg“**

Von Nagold-Hochdorf mit dem eigenen Fahrrad über Rottenburg nach Tübingen mit 16 Bier-/Hopfenkultur-Stationen

Die Teilnehmer radeln zusammen auf dem vom Radguide entwickelten Radweg von Nagold-Hochdorf vorbei an 16 Bier- und Hopfenkulturstationen nach Tübingen. Auf der Fahrt entdecken Sie Hopfengärten und Hopfenhopser, Bierbrauereien, Schluchtenstecker, Braugasthöfe, ein Heimatmuseum mit Hopfenabteilung (mit Besichtigung), Bierkeller, Hopfenscheunen und Slow-Brewing entlang der Dörfer im Gäu, den Städten Rottenburg und Tübingen am Neckar. Die wichtigsten Bierkulturstationen werden vom Radguide erläutert. Einkehrmöglichkeiten sind vorhanden.

Die Strecke hat die Kategorie leicht und ist 42 km lang, ca. 6 Stunden. Zur Einstimmung bietet sich der Vortrag „Der schwäbische Bierkulturradweg“ am 05.05.2020 an! Start der Tour: 10:20 Uhr Bahnhof Nagold-Hochdorf Anfahrt mit DB - Regionalexpress ab Herrenberg, ab 9:47 Uhr Rückfahrt: Tübingen Hbf nach Herrenberg, ab 17:17 Uhr. An- und Rückfahrt mit dem Metropolticket auf eigene Kosten. Anmeldeschluss: 14.05.2020.

Anmeldung über vhs Herrenberg (Tel.: 07032 / 27030)

In Kooperation mit der vhs Herrenberg

**20110708C**

Wolfgang Carl  
Donnerstag, 21.05.2020, 10:20 - 17:00  
Bahnhof Nagold-Hochdorf  
Gebühr: 29,00 €



Foto: Hermann Kurz

**Im Gartenreich von Prof. Dr. Roland Doschka**

Es ist schwer, in Roland Doschkas Leben Kunst und Garten voneinander zu trennen. Wie die beiden Seiten ineinander gehen, wird besonders in seiner großartigen Gartenanlage in Dettingen anschaulich. Inspirationen für die Gestaltung lieferten dem Romanistik-Professor und Organisator zahlreicher Kunstausstellungen Künstler der Klassischen Moderne: Claude Monet, Marc Chagall, Joan Miro, Paul Klee und Pablo Picasso. Bereits 1980 begann Roland Doschka mit der Anlage des französischen Gartenteils.

Über eine ausgedehnte Rasenfläche, bestückt mit einzelnen Skulpturen, gelangt man über ein Lavendelfeld in den seit Ende 2010 fertiggestellten englischen Teil dieses Paradieses. Geplant und konzipiert sind die 14 verschiedenen Gartenszenen vom Garteneigentümer selbst. Am Ende bleiben dem staunenden Besucher Bilder von sorgfältig angelegten Beeten, dem Seerosenteich, einer Birkenallee - die einem schon einmal begegnet sind: In Gemälden von Paul Klee, Claude Monet und Max Liebermann. Parkmöglichkeit finden Sie am (ausgeschilderten) Sportplatz in Dettingen. In 3 Minuten Fußweg erreichen Sie den Eingang zum Garten.

**20110709**

Professor Dr. Roland Doschka  
Freitag, 22.05.2020, 15:00 - 16:30  
Treffpunkt: Garten von Prof. Dr. Roland Doschka, Am Bauschberg 36, Rottenburg-Dettingen  
Gebühr: 16,00 €

**Führung und Spargelessen auf dem Spargelhof Hiller**

Dieses Jahr geht der Ausflug des Vereines HIESIG auf den Spargelhof Hiller. Die Familie betreibt seit 2000 Spargelanbau, dazu bewirtschaften sie einen Hühnerbetrieb einhergehend mit Nudelherstellung und dem Verkauf im eigenen Hofladen. Die Hofführung wird mit einem gemeinsamen Spargelessen in geselliger Runde abgeschlossen.

Rückfragen richten Sie bitte an Harold Becker, Tel.: 0175/4181470 von HIESIG e.V. Bitte festes Schuhwerk und wettergerechte Kleidung tragen.

**20110710**

Harold Becker  
Samstag, 23.05.2020, 13:00 - 14:30  
Treffpunkt: Spargelhof Hiller, Haitinger Höfe 2, Bondorf  
Gebühr: 15,00 €, inkl. Führung und Verkostung

**Westliche Normandie: Gärten und Landschaften im Licht**

7-tägige Gartenstudienreise im komfortablen Bus

Uns erwarten entlang der Elfenbein- und Blumenküste, auf der Halbinsel Cotentin und im Bessin historische Gärten von Schlössern, Herrenhäusern und Privatpersonen. Geschichte erleben wir in der Stadt Bayeux mit ihrem berühmten Teppich über William den Eroberer und an den Stränden, an denen die Alliierten am D-Day landeten. Der Besuch der Marktstadt Caen und des malerischen Hafens von Barfleur runden diese Reise ab. Von Stuttgart aus fahren wir bequem mit dem Bus in die Normandie. Übernachten werden wir in Bayeux, von wo aus wir unsere Tagesziele anfahren.

Anmeldung: Nur über die vhs Herrenberg (07032 / 27030). Bitte Sonderprospekt anfordern! In Kooperation mit der vhs Herrenberg

**20110711C**

Christine Petzsche

7 Tage, Mi., 24.06.- Di., 30.06.2020

Gebühr ab 16 Teilnehmenden: 1.475,00 €,

ab 21: 1375,00 €, ab 26: 1275,00 €,

EZ-Zuschlag: 300,00 €

**Besser Reisen: Wege zur Entschleunigung.**

Eine achttägige philosophisch - kulturwissenschaftliche Tour in die Maremma

Sie brauchen Ihren Urlaub zur Entspannung, wollen ihn aber auch anregend gestalten? Dann kommen Sie mit auf eine Bergspitze in ein Hotel in Vetulonia mit „nur“ drei Sternen, die aber vier wert sind. Ausreichend große Zimmer, eine Gartenanlage, ein Pool und vor allem eine grandiose Landschaft erwarten Sie. Ich möchte mit Ihnen einigen Sinnfragen nachgehen. Dafür brauchen Sie keinen universitären Abschluss in Philosophie, sondern nur Freude am M i t d e n k e n. Zudem werden wir Orte von besonderer Ausstrahlung von Etruskern, Franziskanern und Juden aufsuchen. Daneben bleibt Ihnen viel Zeit für Ruhe, Kultur, Essen und Wein. Bitte Sonderprospekt anfordern! In Kooperation mit der vhs Herrenberg

**20110709C**

Prof. Dr. Helge Bathelt

8x, Mi., 09.09.- Mi., 16.09.2020

Gebühr: 1.799,00 €, + EZ-Zuschlag 400,00€



**Naturwissenschaften**

**Nachtfalter - scheinbar unscheinbar**  
Streifzug durch die im nächtlichen Dunkel verborgene Welt der Nachtfalter.

Die weit über 1.000 einheimischen Nachtfalterarten haben im Gegensatz zu den knapp 200 Tagfalterarten eine größere Vielfalt an ökologischen Nischen erobert und oft verblüffende Anpassungen entwickelt. Manche ihrer Raupen leben im Inneren von Pflanzenstengeln und Wurzeln, an Farnen, Moosen, Flechten, Algen oder Pilzen, einige fressen gelegentlich andere Schmetterlingsraupen. Der bekannte Falterexperte und Fachbuchautor erläutert Ihnen wie und wo unsere einheimischen Nachtfalter leben, wodurch sie bedroht sind und wie man sie schützen kann. Eine Kooperation mit dem Bürgerprojekt „Lebensraum Weggental“.

**20111001E**

Axel Steiner

Dienstag, 19.05.2020, 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Gebühr: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

**Schnecken: „Globetrotter, Lebenskünstler und Objekt der Begierde“**

Schnecken sind wichtige Bestandteile fast aller Ökosysteme unserer Erde. Nicht nur in unseren Gärten sind sie anzutreffen, sie besiedeln unseren Planeten von der Tiefsee bis in die höchsten Gebirge, von der Wüste bis in die Polarmeere.

Schnecken sind wahre Lebenskünstler, indem sie ihren empfindlichen Körper sorgsam vor der ständig drohenden Austrocknung und Fressfeinden schützen. Andererseits geben sie sich stundenlangen Paarungsspielen hin – die mal innig, mal grausam ablaufen: Für den Menschen sind Schneckengehäuse vor allem aus ästhetischen Gesichtspunkten schon seit der Steinzeit begehrte Schmuck- und Tauschobjekte. Eine Kooperation mit dem Bürgerprojekt „Lebensraum Weggental“.

**20111011E**

Dr. Christoph Allgaier

Dienstag, 12.05.2020, 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Gebühr: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich



## Schmarsli, Bulić, Teufel

Rechtsanwaltskanzlei und Fachanwaltskanzlei

RA Peter Schmarsli	Fachanwalt für Arbeitsrecht und Fachanwalt für Verkehrsrecht
RA Klaudia Bulić	Fachwältin für Familienrecht
RA Tatjana Teufel	Fachwältin für Sozialrecht und Mediatorin

**Wir klagen im Dieselskandal (auch Euro 6)**

Marktplatz 23 | 72108 Rottenburg am Neckar  
 Telefon 07472 988170 | Telefax 07472 917881  
[www.schmarsli.de](http://www.schmarsli.de) | [info@schmarsli.de](mailto:info@schmarsli.de)



Kultur am Nachmittag



### Der Sülchgauer Altertumsverein e.V.

Bürgerinnen und Bürger setzen sich für die Geschichtsforschung ihrer Heimat ein

Der 1852 gegründete Sülchgauer Altertumsverein ist die älteste heimatkundliche Vereinigung im Landkreis Tübingen mit knapp 500 Mitgliedern. Vereinsziel ist es, die Geschichte der Region zu erforschen, dafür werden Vorträge zu Themen von der Urgeschichte bis in die jüngste Geschichte veranstaltet, Exkursionen zu historisch und archäologisch bedeutenden Stätten und Ausstellungen organisiert und das Jahrbuch „Der Sülchgau“ mit populären, wissenschaftlich fundierten Beiträgen herausgegeben. Eine weitere Aufgabe ist es, den denkmalgeschützten als Kerkerhaus gebauten Ammanhof zu sanieren und zu einem Museum umzugestalten. Karlheinz Geppert (Geschäftsführer und Kulturamtsleiter), Peter Ehrmann (Schriftführer und Stadtarchivar) und die Vorsitzende des Vereins Frau Dorothee Ade stellen die Geschichte des Vereins und Beispiele spannender geschichtlicher Forschungsergebnisse aus seiner Tätigkeit vor.

#### 20111204E

Donnerstag, 26.03.2020, 15:00  
Süchgau Museum, Zehntnscheuer

Gebühr: 3,00 €, Anmeldung nicht erforderlich

### Digitalisierung im Spannungsfeld von Fluch und Segen?

Wie könn wir gut mit der zunehmenden Digitalisierung umgehen?

Unsere Lebens- und Arbeitswelt wird zunehmend von der Digitalisierung geprägt und damit auch verändert. Das macht etwas mit uns. In der Schule, in den sozialen Netzwerken, in der Freizeit und am Arbeitsplatz nimmt die Digitalisierung ständig zu. Darin liegen ungeahnte Chancen, aber auch Ge-

fahren für eine humane Entwicklung unserer Gesellschaft.

Fast unbemerkt wird unsere Alltagskultur durch die digitale Revolution stark beeinflusst. Am deutlichsten merken wir das in der Veränderung der zwischenmenschlichen Beziehungen und im Verhältnis zwischen den Generationen.

An diesem Nachmittag werden wir versuchen, dem schillernden Begriff auf den Grund zu gehen, die Erfahrungen der TeilnehmerInnen aufzunehmen und Ansätze zu finden, wie wir die Digitalisierung positiv nützen und gut mit den Gefahren umgehen zu können.

#### 20111201E

Impulsgeber: Lukas Fehr  
Moderation: Reinhild Bauer-Geppert, Bruno Ernspurger  
Donnerstag, 23.04.2020, 15:00  
Rathaus, Neuer Sitzungssaal (Eingang Burgsteige)  
Gebühr: 3,00 €, Anmeldung nicht erforderlich

### Veränderungen in der Begräbniskultur

und ihre Auswirkungen auf Friedhofsgestaltung und Gesellschaft

Es gibt kaum einen Lebensbereich der sich in den vergangenen Jahren so radikal verändert hat wie die Begräbnis- und Friedhofskultur. Die Erdbestattung war lange Zeit die Bestattungsform. Davon ist die Sülchenkirche in unserem Raum ein geschichtsträchtiges Zeugnis. Die Erdbestattung geht deutlich zurück und andere Formen der Beerdigungen werden beliebter wie Beisetzungen in Friedwäldern, Urnenwänden bzw -gräbern und das Verteilen der Asche über Landschaften oder Weltmeere. Dies alles hat Auswirkungen auf unsere Begräbnis- und Friedhofskultur und letztlich auf unsere Gesellschaft. Herr Dipl.-Ing. Bernd Walter, Bereichsleiter Tübinger Friedhöfe, ist Kenner dieser Entwicklungen. Er wird versuchen auf diese Veränderungen eine Perspektive zu geben. Viele Menschen planen bereits im Vorfeld, was sie sich für die letzte Wegstrecke wünschen. Friedhofsverwalter und Bestattungsinstitute versuchen auf die Wünsche der Menschen einzugehen. Für alle eine gewaltige Herausforderung.

#### 20111202E

Dipl.-Ing. Walter Bernd  
Donnerstag, 28.05.2020, 15:00  
Bestattungsinstitut Friedrichson, Bertha-Benz-Straße 4, Rottenburg  
Gebühr: 3,00 €, Anmeldung nicht erforderlich  
(Einnahmen kommen der Hospiz-Stiftung zugute.)

### Unsere Welt wird zunehmend pluraler und komplizierter -

Wie können wir in Rottenburg gut damit leben?

Gespräche am Stammtisch, auf der Straße und in den Familien zeigen eine zunehmende Frustration und Überforderung durch die Entwicklung der Lebensverhältnisse. Fast nichts mehr geht so wie wir es gewohnt sind. Der Ruf nach überschaubareren, eindeutigeren, geordneten und einfacheren Verhältnissen ist unüberhörbar. Ältere Menschen sind offenbar besonders von dieser Entwicklung betroffen. Die Gefahr, sich auf diesem Hintergrund von populistischen Tendenzen anstecken zu lassen, nimmt zu. Sollen wir diese Entwicklung ohnmächtig hinnehmen oder können wir sie konstruktiv beeinflussen? Wie können wir die Veränderung unserer Kultur am Ort gut gestalten?

#### 20111203E

OB Stephan Neher  
Donnerstag, 25.06.2020, 15:00  
Haus am Nepomuk, Unterwässer 1, Rottenburg  
Gebühr: 3,00 €, Anmeldung nicht erforderlich.



### .Beethovens 250. Geburtstag

Ludwig van Beethoven war Pianist und Komponist. Mit der Verschlechterung seines Gehörs konzentrierte er sich mehr und mehr aufs Komponieren. Er führte die Wiener Klassik zu ihrer höchsten Entwicklung und bereitete der Musik der Romantik den Weg. Die Musikschulleiterin Gabriele Richter (Konzertpianistin) gibt mit Musikbeispielen Einblicke in die Kompositionen und skizziert die künstlerischen Lebensetappen dieses großen deutschen Komponisten.

#### 20111200E

Gabriele Richter  
Donnerstag, 23.07.2020, 15:00  
Hochschule für Kirchenmusik, St.-Meinrad-Weg 6  
Gebühr: 3,00 €, Anmeldung nicht erforderlich

25 schöne Jahre -  
herzlichen Dank dafür  
an alle unsere Gäste!



www.brunnenstube.de

seit **25**  
Jahren

**Brunnenstube**  
*gemütlich essen und trinken*

Rottenburg • Eugen-Bolz-Platz • Telefon 0 74 72-2 34 93



## Rottenburger Regional-Laden

Lebensmittel und besondere Produkte aus unserer Region

- Backwaren
- Bier
- Destillate
- Eier
- Fleisch
- Gemüse
- Getränke
- Kaffee
- Kosmetik
- Molkereiprodukte
- Obst
- Säfte
- Süßwaren
- Tee
- Trockenprodukte
- Wein
- Wurst



Umwelt und  
Klimaschutz  
Rottenburg  
am Neckar



Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr.: 9.00 - 18.30 Uhr, Sa: 8.00 - 13.00 Uhr

St.-Moriz-Platz 6 • 72108 Rottenburg Telefon:  
07472 9366150  
[www.arbeit-in-selbsthilfe.de](http://www.arbeit-in-selbsthilfe.de)

## die Künstlerei

Öl- und Acrylfarben,  
Leinwände, Pinsel,  
Aquarellfarben, Blöcke,  
Künstlerpapiere –  
einfach alles, was Sie für  
Ihre Kunst brauchen!

## die Künstlerei

Im Sudhaus, Tübingen,  
Hechinger Straße 203  
Tel: 07071 760711  
Mo – Fr 14–18.30 Uhr  
Do 14–20 Uhr  
Sa 10–13 Uhr



**Fachbereichsleitung:**  
Anke Hüsken  
Tel: 07472 9833 45

**Anmeldung/Info:**  
Sigrid Urban  
Tel: 07472 9833 33



# Kunst - Kultur - Kreativität

## Spezial



Rainer Mozer Ausstellung:

### Äthiopien - Menschen, Landschaften und Kultur

Äthiopien ist eines der höchstgelegenen Länder Afrikas. Es gilt als Ursprungsland des Kaffees und war eines der ersten christlichen Königreiche. Atemberaubende Landschaften, frühchristliche, zum Teil in den Felsen gehauene Kirchen, die legendäre Kaffeezeremonie und vor allem seine Menschen machen dieses Land einzigartig. Die Fotografien entstanden während einer Pastoralreise von Bischof Gebhard Fürst, die Rainer Mozer als Fotograf begleitete. Seine aktuellen Kurse finden Sie auf S. 31.

Die Ausstellung ist vom 06.03. bis 29.07.2020 zu den Öffnungszeiten der vhs zu besichtigen (Mo. - Fr., 09:00 - 21:00 Uhr).  
vhs Hauptgebäude, Foyer, 2. OG

### Vernissage

Freitag, 06.03.2020, 19:00 - 20:30  
vhs Hauptgebäude, Foyer, 2. OG

## Inklusion leben - Sommerwerkstatt auf dem Künstlerhof

Menschen mit und ohne Behinderung treffen sich zum kreativen Arbeiten auf dem Künstlerhof. In kleinen Gruppen und entspannter Atmosphäre entdecken Sie verschiedene Materialien und Techniken und entwickeln eigene Ideen. Unter professioneller Anleitung der KünstlerInnen werden die Teilnehmenden an die Grundlagen verschiedener künstlerischer Techniken und Materialien herangeführt. Der kreative Prozess wird einfühlsam begleitet und unterstützt, sowohl von den KünstlerInnen, als auch von den Teilnehmenden untereinander. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Genießen Sie die besondere Atmosphäre des Künstlerhofes.

Die Ateliers sind für RollstuhlfahrerInnen geeignet, es gibt kein barrierefreies WC.

Bitte mitbringen: Arbeitskleidung  
4x Mo. 10.08.2020 - 13.08.2020, 14:00 - 17:30  
Künstlerhof, Rottenburg, Klausenstraße 25  
Gebühr: 60,00 € (ermäßigt 30,00 €), inkl. Getränke und Imbiss; Materialkosten: 10,00 €

### 1. Mutig malen

Wir malen mit Acrylfarben auf Papier und Leinwand. Dabei geht es nicht darum, „schön“ zu malen. Ob nach Fotovorlage oder als abstrakte Farbkomposition, wir probieren es einfach und lassen uns überraschen, was sich dabei ergibt. Die Lust am Tun steht im Mittelpunkt. So können wir unsere Kraft, unsere Kreativität und unsere Fantasie neu entdecken.

**20120001 - Herbert Schmidt**

### 2. Drucken

Um Farbe auf Papier zu drucken, erproben wir verschiedene Materialien: Holz, Kork, dünne Pappe, Linoleum oder vieles andere mehr. Wir erfinden Formen, die zu einem Thema passen und übertragen die Ideen auf das Material. Dann wird mit der gewünschten Farbe und dem Druck der Hände das Motiv auf das Papier gebracht. Das kann in mehreren Farben und Schichten erfolgen, bis wundervolle Landschaften, Stillleben, Figuren oder ganz freie abstrakte Werke entstehen.

**20120002 - Barbara Oswald**

### 3. Speckstein

Etwas Kraft und Ausdauer ist schon nötig, um einen Stein zu behauen. Mit Stechbeitel und Hammer, Raspel und Schleifpapier bearbeiten Sie den relativ weichen Speckstein, schleifen und polieren ihn und entlocken ihm die Form, die Sie in ihm entdeckt haben. Sie haben genügend Zeit, um sich Grundwissen anzueignen, mit dem Material vertraut zu werden und ein kleineres Objekt zu erschaffen. Fortgeschrittene können unter Anleitung frei arbeiten. Ein kleinerer Stein ist in der Kursgebühr enthalten.

**20120003 - Susanne Pöhlmann**

### 4. Malen mit Acrylfarbe und Sand

Acrylfarbe wird auf eine Leinwand aufgetragen, teilweise überklebt oder bearbeitet, Sand wird auf die noch feuchte Farbe verteilt. Er bleibt kleben, Strukturen entstehen, Flächen verändern sich und werden plastisch. Eine neue Schicht wird aufgetragen, ein Prozess beginnt.

Sie lernen diese Art der Malerei kennen und erhalten Anleitung und Unterstützung bei der Umsetzung eigener Ideen.

**20120004 - Karsten Wieprich**

### 5. Keramikwerkstatt

Keramik gehört zu den ältesten Kulturzeugnissen der Welt. Aus Keramik (gebrannter Erde) werden Gefäße und Figuren gefertigt. In der Sommerwerkstatt wollen wir dieses Jahr Figurengruppen aus Ton modellieren. Dazu wird der Ton geformt, mit Engobe (eingefärbter Tonbrei) bemalt, getrocknet und im Brennofen gebrannt.

**20120005 - Jutta Peikert**



## Spieletreff für Senioren und Seniorinnen

Wollen Sie spielen, Spaß haben, in lockerer Runde zusammen sein und geistig fit bleiben? Dann kommen Sie zum offenen Spieletreff in die Stadtbibliothek. Gemeinsam spielen wir bekannte Spiele, wie z.B. Rummicup, Scrabble, Malefiz, Mensch ärgere dich nicht... Ganz nach Wunsch der anwesenden SpielerInnen können aber auch neuere, modernere Spiele gespielt werden. In Kooperation mit der Stadt Rottenburg, dem Bezirks seniorenrat Rottenburg und Umgebung, dem Pflegestützpunkt Landkreis Tübingen und der Stadtbibliothek Rottenburg.

**20110500**

Claudia Honecker

Einzeltermine: Fr. 06. und 20.03.20, 03.04., 15. und 29.05., 26.06., 10. und 24.07.20, jeweils von 14:30-16:30

Stadtbibliothek, Seminarraum (2.OG), Königstraße 2, Rottenburg

Gebühr: kostenfrei, keine Anmeldung erforderlich

## Kunstgeschichte - Architektur

### Raffael von Urbino (1483-1520)

#### Werk und Wirkung

Raffael ist mit Michelangelo der große Meister der Hochrenaissance in Rom. Zum 500. Todestag sollen Hauptwerke dieses Malers mit (zum Teil) neuer Interpretation vorgestellt werden, wie seine Wandbilder in den Stanzen des Vatikans in Rom, die „Madonna di Foligno“ von 1511/12 und die seit 1754 sich in Dresden befindende „Sixtinische Madonna“ von 1512. Durch letztere hatte Raffael eine enorme Wirkung auf die Weimarer Klassik in Deutschland, auf Johann Joachim Winckelmann, auf Johann Wolfgang von Goethe und die Kunsttheoretiker und Künstler der Romantik. Die sich nach ihm benennenden „Präraffaeliten“ im 19. Jahrhundert nahmen seine Malerei zum Vorbild, wodurch Raffaels Ausstrahlung bis zur Schwelle der Moderne reichte.

**20120600E**

Prof. Wolfgang Urban

30.03.2020 - 30.03.2020

Montag, 30.03.2020, 19:30 - 21:45

vhs Hauptgebäude, 204

Eintritt (keine Anmeldung erforderlich): 5,00 €

### Große Goya-Schau in Basel: Spanischer Höfling und Rebell

#### Tagesfahrt im komfortablen Bus

Die bisher bedeutendste Ausstellung der Werke von Francisco de Goya (1746-1828) außerhalb Spaniens gelingt 2020 der Fondation Beyeler in Basel. Goya entwarf

zunächst Tapissereien, wurde Akademieprofessor und stieg auf zum Hofmaler in Madrid. Berühmt ist sein schonungslos realistisches Gemälde der Familie Karls IV. Aber der Höfling mutierte zum Rebell: „Die nackte Maya“ brachte ihn vor die Inquisition und in seinen Druckgrafiken, die er ab 1890 zum freien Verkauf schuf, zeigt er u.a. die „Schrecken des Krieges“. Nach der Invasion Napoleons verdüsterte sich sein Welt- und Menschenbild. Die „Schwarzen Bilder“ in seinem Landhaus, heute im Prado, muten geradezu modern an. Schließlich floh er nach Bordeaux, wo er 1828 starb. Es gelang den Baslern, für die Ausstellung über 70 Gemälde und eine Auswahl meisterhafter Zeichnungen und Druckgrafiken zu versammeln. Prof. Bathelt vermittelt Ihnen auf der Busfahrt ein profundes Bild von Leben und Werk des Genies Goya. Vor der Rückfahrt besucht er mit Ihnen noch das Basler Münster mit dem berühmten Totentanz. Treffpunkt: 8.30 Uhr Volksbank Herrenberg.

Anmeldung NUR über die vhs Herrenberg (Tel.: 07032 / 27030).

In Kooperation mit der vhs Herrenberg

**20120601C**

Prof. Dr. Helge Bathelt

Samstag, 25.07.2020, 08:30 - 20:00

Treffpunkt: Bushaltestelle an der VoBa in Herrenberg

Gebühr: 115,00 €

## Literatur

### Die Stunde, in der Europa erwachte

#### Kurt Oesterle liest aus seinem Roman

In diesem eindringlichen Roman erzählt der Tübinger Schriftsteller Kurt Oesterle davon, welche emotionalen Voraussetzungen Europa braucht, um existieren zu können.

Die Handlung setzt im Sommer 1919 ein: Vertriebene, Kriegsgefangene und Metallsammler treffen in einem Niemandsland aufeinander. In dem engen, verrauchten Bistro begegnet der Pole dem Spanier, die Deutschen den Franzosen und Engländern. Spätestens im letzten Kapitel wird klar, was Europa wirklich braucht und sich der Autor für Europa wünscht: Menschlichkeit und Respekt voreinander.

In Kooperation mit der Stadtbibliothek Rottenburg am Neckar.

**20120101E**

Kurt Oesterle

Mittwoch, 11.03.2020, 19:30 - 21:00

Café Stadtgespräch in der Stadtbibliothek, Königstraße 2, Rottenburg

Eintritt (keine Anmeldung erforderlich): 5,00 €,

Eintrittskarten erhältlich in der Stadtbibliothek im Vorverkauf und an der Abendkasse.



### Literatur-Seminar: Was bleibt?

Kurt Oesterles Romane „Die Stunde, in der Europa erwachte“ (2019) und „Martha und ihre Söhne“ (2016)

In seinem neuen Roman versetzt uns der renommierte Tübinger Autor Kurt Oesterle ins Jahr 1919: Mitten im vom Krieg verwüsteten Niemandsland französischer Schlachtfelder treffen Menschen aus verschiedenen Ländern des Kontinents wie zufällig aufeinander. Ehemals „Freund“ oder „Feind“, kaum dass sie sich untereinander verständigen können, nehmen Anteil am Schicksal des Anderen. Aus diesen gegensätzlichen Perspektiven entwickelt Oesterle ein utopisches Element. In seinem Roman „Martha und ihre Söhne“ führt er den Leser dagegen an das Ende des Zweiten Weltkriegs und untersucht, „welche blinden Passagiere in den Seelen“ (Oesterle) den „Neuanfang“ nach 1945 mitbestimmen.

Zentral in beiden Werken ist die Frage, was aus den Gewalterfahrungen des 20. Jahrhunderts für eine bessere Zukunft übrig bleibt und transformiert werden kann.

**20120111**

Mathilde Dandl

2x Mi. 25.03.2020 - 01.04.2020, 19:00 - 20:30

vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG

Gebühr: 15,00 €

NEU

**Friedrich Hölderlin in Tübingen:****Lebenszeit zwischen Kerkermauern und Höhenflügen**

Deutschlands größter Hymnendichter verbrachte in Tübingen mehr als die Hälfte seines Lebens. Erst studierte er dort zusammen mit Hegel und Schelling Theologie im Tübinger Stift. Er wird Jahre später als geistig Verwirrter als einer der ersten Patienten in der Autenriethschen Klinik aufgenommen. Als unheilbar entlassen, nimmt ihn der Schreinermeister Zimmer in sein Haus am Neckar auf, den heutigen Hölderlinturm. Wir gehen Hölderlins Leben in Tübingen nach, lesen aus seinen Briefen und Gedichten, besuchen den Tübinger Stadtfriedhof und lernen das Tübinger Stift von innen kennen. Anmeldung NUR über die vhs Herrenberg (Tel.: 07032 / 27030).

In Kooperation mit der vhs Herrenberg

**20120103C**

Bernd Moebis

Samstag, 25.07.2020, 13:30 - 16:30

Treffpunkt: Touristen-Infozentrum an der Eberhardsbrücke, Tübingen

Gebühr inkl. Eintritt: 16,00 €

**Theater****Workshop: Masken modellieren**

Die Maske ist ein uraltes Element des Theaters: Hinter der Maske verschwindet ein Teil der Person, und zugleich erzählt die Maske in überdeutlicher Weise von einem neuen spannenden Typus. Als Inspirationsquelle dienen uns die Masken der alten Schauspielkunst Commedia dell'Arte. Wir bauen eine einfache Halbmaske, die über einem Grundmodell aufmodelliert und mit Papier abkaschiert wird. Am zweiten Termin bemalen wir die Masken ausdrucksstark. Ein weiterführender Kurs im Herbstsemester bietet dann allen Interessierten die Möglichkeit, sich im Maskenspiel auszuprobieren.

**20120102**

Janne Wagler

2x, Sa., 21.03. + 25.04.2020, 09:00 - 13:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 39,00 €, zzgl. ca. 9,00 € für Material

**NEU****Tanz****Latino Line Dance 50 + für Geübte**

Tanzen macht Freude und Bewegung tut gut. Mit Latino Line Dance gibt es die Möglichkeit auch ohne TanzpartnerIn daran teilzuhaben. Dieser Kurs richtet sich an Tanzbegeisterte ab 50 Jahren, die bereits Übung in lateinamerikanischen Tänzen

haben und Kurse der vorausgegangenen Semester besuchten. Haben Sie Lust auf Salsa, Merengue, Rumba und Cha-Cha-Cha?

Bitte mitbringen: Schuhe mit glatter Sohle (bitte keine Turnschuhe, wegen der Gelenke), ein Getränk und gute Laune.

**20120542**

Andrea Sanabria Valdés

15x Mo. 02.03.2020 - 06.07.2020, 15:00 - 16:30

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 123,00 €

**Neugierig auf Line Dance?****Workshop zum Ausprobieren**

Tanzen fordert und erfreut uns: Wir bewegen unseren Körper, wir lernen neue Bewegungsmuster, der soziale Kontakt und die Musik machen uns glücklich. Wenn Sie gerne tanzen möchten und keinen Partner dazu haben, dann ist Line Dance für Sie die Lösung! Line Dance wird in Gruppen und - wie der Name schon sagt - in Linien neben- und hintereinander getanzt. Jeder tanzt solo aber gleichzeitig mit den anderen. Es sind festgelegte, sich wiederholende Schritte und Figuren, die synchron von der Gruppe getanzt werden, und zwar zu allen möglichen Rhythmen. Line Dance ist für TänzerInnen jeden Alters geeignet.

Bitte mitbringen: bequeme, hallengeeignete Schuhe, ein Getränk.

**20120545**

Nelly Billes

Samstag, 07.03.2020, 15:00 - 17:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 12,00 €

**Line Dance für EinsteigerInnen****Tanzen ohne PartnerIn**

Wenn Sie gerne tanzen möchten und keine PartnerIn dazu haben, dann sind Sie bei Line Dance richtig! Wir tanzen in Gruppen und in Linien neben- und hintereinander. JedeR tanzt solo, aber gleichzeitig synchron in festgelegten, sich wiederholenden Schritten und Figuren zu abwechslungsreichen Rhythmen. Beim Tanzen erfahren Sie Spaß an der Bewegung und an der Musik und tun gleichzeitig etwas Gutes für Ihren Körper. Bitte mitbringen: Schuhe mit glatter Sohle (bitte keine Turnschuhe, wegen der Gelenke), ein Getränk.

**20120544**

Nelly Billes

8x Mi. 18.03.2020 - 20.05.2020, 20:00 - 21:30

Lindenschule, Turnhalle

Gebühr: 65,60 €

**NEU****Zumba®**

Zumba® ist ein lateinamerikanisches Tanz- und Fitnessworkout. Latinorhythmen und internationale Musik werden kombiniert mit einem effektiven Training voller Spaß.

**20120580**

Ines Geiger

15x Di. 10.03.2020 - 14.07.2020, 17:00 - 18:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 82,00 €

**20120581**

Ines Geiger

15x Di. 10.03.2020 - 14.07.2020, 18:00 - 19:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 82,00 €

**20120584**

Solange Ciccomascolo

12x Do. 05.03.2020 - 25.06.2020, 18:15 - 19:15

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 65,60 €



**Zumba Gold®**

Zumba Gold® wurde für EinsteigerInnen jeden Alters entwickelt und ist auch gut geeignet für aktive ältere Personen und Menschen mit Rücken- oder Gelenkproblemen. Kondition und Koordination werden verbessert, der Bewegungsradius wird erweitert und das Gleichgewicht geschult. Wir tanzen bei niedriger Intensität (ohne Sprünge oder Drehungen) zu toller latein-amerikanischer Musik.

**20120586**

Nicole Fischer

10x Mi. 18.03.2020 - 17.06.2020, 10:00 - 11:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 54,60 €

**Ballett für Erwachsene****Mittelstufe und WiedereinsteigerInnen**

Wir beginnen mit einem „Exercise“, einer Folge von Ballett-Übungen, die der Erwärmung, Kräftigung und Dehnung des Körpers dienen. Bei wundervoller Ballettmusik üben wir die wichtigsten Ballett-Positionen und eine starke, aufrechte Körperhaltung. Im Anschluss werden wir kleine Schrittlübungen im Raum erlernen.

**20120510**

Marianne Stegemann

12x Mo. 09.03.2020 - 29.06.2020, 18:00 - 19:00

Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 65,60 €

**20120511**

Marianne Stegemann

5x, jeweils Sa., 14.03. / 28.03. / 25.04. / 09.05. /

04.07.2020, 10:00 - 11:30

Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 41,00 €

NEU

**Orientalischer Tanz für geübte Frauen****ab zwei Jahren Tanzerfahrung**

Wir vertiefen unsere Kenntnisse, feilen an unserer Technik und lernen verschiedene Choreographien (so auch Fusionen) zu den unterschiedlichsten Musikstücken.

**20120526**

Jana Leske

13x Di. 10.03.2020 - 30.06.2020, 19:15 - 20:45

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 106,60 €

**Tanzen 55+**

Tanzen trainiert das Gedächtnis, beugt Demenz vor, fördert die Beweglichkeit - Gesundheitsprävention, die Spaß macht! Wir tanzen Kreis- und Paartänze zu internationaler Tanzmusik. (Tanz-)PartnerInnen sind nicht erforderlich, Interessierte mit und ohne Vorkenntnisse sind gleichermaßen

willkommen, der Schwierigkeitsgrad der Tänze richtet sich nach den Bedürfnissen der Teilnehmenden.

**20137212**

Ute Schmidt-Boscheinen

10x Mo. 09.03.2020 - 25.05.2020, 10:00 - 11:00

Wohnheim Dätzweg, Mehrzweckraum 2. OG,

Rottenburg, Saint-Claude-Straße 74 - 78

Gebühr: 54,70 €

**20137213**

Ute Schmidt-Boscheinen

5x Mo. 15.06.2020 - 13.07.2020, 10:00 - 11:00

Wohnheim Dätzweg, Mehrzweckraum 2. OG,

Rottenburg, Saint-Claude-Straße 74 - 78

Gebühr: 27,50 €

**Malen- Zeichnen - Drucktechnik****Workshop: Handlettering****Die Kunst der schönen Buchstaben**

Kreative Schriftzüge aller Art zieren momentan Grußkarten, Kalender, Tafeln und vieles mehr. Wie sich eine stilvolle und ansprechende Schrift gestalten lässt, wird im Abendworkshop erklärt. Nach dem Motto „Learning by doing“ können alle Teilnehmenden selbst künstlerisch tätig werden und sich in der Kunst der Kalligraphie versuchen. Referentin Verena Friebolin führt in die Gestaltungsmöglichkeiten von Buchstaben, Schmuckelementen und Schreibtechniken ein. Mit besonderen Stiften und Brushpens entstehen vielfältige Schriftbilder, die den Trend Handlettering erlebbar machen.

In Kooperation mit der Stadtbibliothek

Rottenburg am Neckar.

**20120761**

Verena Friebolin

Freitag, 03.04.2020, 19:00 - 22:00

Stadtbibliothek, Seminarraum (2.OG), Königstraße 2, Rottenburg.

Gebühr: 30,00 €, (inkl. Materialkosten)

NEU

**Ahnenforschung trifft auf Kunst**

Ahnenforschung ist in, und es gibt im Fachhandel schon viele Genealogieprogramme, die es möglich machen, Tafeln und Listen Ihrer Vorfahren auszudrucken. Mit diesem Kurs wollen wir diesen Rahmen sprengen und gemeinsam in entspannter Atmosphäre von Hand einen Baum oder eine originelle Tafel gestalten, in der sowohl Ihre Vorfahren als auch Nachkommen Platz haben. Sie lernen ein Stück Ihrer Familiengeschichte in malerischer Form zu präsentieren und erstellen mit Farben ein originelles Kunstwerk Ihrer eigenen Familiengeschichte. Bitte Material Ihrer Wahl mitbringen: Aquarellpapier (Din A3), Aquarellfarben, Pinsel, Bleistift ODER Leinwand (Din A3), Acrylfarben

**20120762**

Annick Puygrenier

Samstag, 16.05.2020, 10:00 - 16:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 35,00 €

NEU

**Geschichten aus Papier -****Papiercollage**

Wir experimentieren mit der Technik der Collage - ganz klassisch und absolut analog - und erschaffen surreale Bildmotive voller Witz und Kuriosität.

Diverse Zeitschriften warten auf Sie!

Natürlich dürfen auch eigene Motive und Materialien mitgebracht werden.

**20120712**

Olga Sitner

3x Do. 19.03.2020 - 02.04.2020, 18:00 - 20:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 36,80 €

Materialkosten: 5,00 €

**Grundlagen des Zeichnens**

Alle AnfängerInnen und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Wir arbeiten mit Graphit, Kreiden und Stiften aller Art, um Hell-Dunkel-Kontraste zu setzen, das Gespür für eine gute Komposition zu schulen und uns in der Perspektive zu üben.

Wer seine Kenntnisse vertiefen möchte, kann ab 11.05.2020 Grundlagen des Zeichnens Teil II besuchen (Kurs 20120711).

**20120710 - Teil I**

Olga Sitner

5x Mo. 16.03.2020 - 27.04.2020, 18:00 - 20:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 61,00 €

Materialkosten: 5,00 €

**20120711 - Teil II**

Olga Sitner

5x Mo. 11.05.2020 - 22.06.2020, 18:00 - 20:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 61,00 €

Materialkosten: 5,00 €

## Aufbaukurs Zeichnen: Raum und räumliche Darstellung

In diesem Kurs lernen wir Methoden, die es ermöglichen, eine komplexe räumliche Situation zeichnerisch darzustellen. Den Schwerpunkt des Kurses bildet deshalb der Umgang mit der Perspektive. Zeichnerische Vorkenntnisse sind von Vorteil. Materialien werden gestellt.

**20120713**

Olga Sitner

5x Mi. 22.04.2020 - 20.05.2020, 18:00 - 20:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 61,00 €

Materialkosten: 5,00 €

NEU



## Urban Sketching Zeichnen im Freien

Haben Sie Lust auf Malen und Zeichnen in der Stadt? Möchten Sie sich auch mit Gleichgesinnten treffen? Dann los! Lernen Sie in einer kleinen Gruppe unter professioneller Anleitung den effektiven Einsatz von Stift, Pinsel und Papier. Das gemeinsame Arbeiten in der Gruppe nimmt Ihnen die anfängliche Scheu, in aller Öffentlichkeit zu zeichnen. Lösen Sie sich von der Vorstellung, technisch perfekt zu sein. Alles, was Sie brauchen, ist Spaß am Zeichnen und Malen. Lassen Sie Ihre individuellen und subjektiven Sichtweisen einfließen in ein dokumentarisches, tagebuchartiges Begreifen und Erfassen des Ortes und des Geschehens.

**20120714**

Olga Sitner

5x Mi. 17.06.2020 - 15.07.2020, 17:00 - 19:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 61,00 €

Materialkosten: 2,00 €

NEU

## Malen - Montieren - Collagieren Materialbilder-Workshop

Ausgehend von selbst gesammelten Materialien wie Pappen, Papiere, Textilien, Hölzer oder Metallteile erarbeiten wir plastische Wandbilder. Dieser Prozess beinhaltet das Experimentieren ebenso wie das Reflektieren

über ästhetische Gesichtspunkte wie Spannung oder Ausgewogenheit. Komplexe Inhalte werden in eine formal einfache Bildsprache umgesetzt, Farben werden dabei sensibel und eher zurückhaltend eingesetzt. Grundkenntnisse im Zeichnen und Malen werden vorausgesetzt.

Interessante Fundstücke sowie Zeitungen und Kartons mit Gebrauchsspuren sollten mitgebracht werden. Eine ausführliche Materialliste erhalten die Teilnehmenden ca. zwei Wochen vor Beginn vom Kursleiter. Bei Fragen zum Kursinhalt: herbertschmidt3112@gmail.com

**20120751**

Herbert Schmidt

08.05.2020 - 10.05.2020

Freitag, 08.05.2020, 16:30 - 19:30

Samstag, 09.05.2020, 10:00 - 17:00

Sonntag, 10.05.2020, 10:00 - 15:00

Künstlerhof, Atelier Herbert Schmidt

Gebühr: 116,90 €, zzgl. ca. 35,00 € Materialkosten

(je nach Verbrauch)

**20120752**

Herbert Schmidt

15.05.2020 - 17.05.2020

Freitag, 15.05.2020, 16:30 - 19:30

Samstag, 16.05.2020, 10:00 - 17:00

Sonntag, 17.05.2020, 10:00 - 15:00

Künstlerhof, Atelier Herbert Schmidt

Gebühr: 116,90 €, zzgl. ca. 35,00 € Materialkosten

(je nach Verbrauch)

## Acryl und Sand

Acrylfarben und Sand finden auf verschiedenen Bildträgern zueinander und ergänzen sich durch ihre unterschiedliche Struktur. Es werden verschiedene Techniken im Umgang mit dem Material vermittelt und es bleibt viel Raum für bildgestalterische Selbsterfahrung.

Leinwände (nicht zu groß) können auch mitgebracht werden.

**20120730**

Karsten Wieprich

3x, Fr., 17.7.2020, 16:00 - 20:00 /

Sa., 18.7.2020, 09:30 - 18:00 / So., 19.7.2020,

14:30 - 17:00

Künstlerhof, Atelier Karsten Wieprich

Gebühr: 89,00 €, zzgl. ca. 8 - 10,00 € für Material

je nach Verbrauch

## Plastisches Gestalten



## Keramik

### für AnfängerInnen und Geübte

In unserer hektischen, oftmals verplanten Zeit finden wir manchmal keinen Raum mehr für unsere kreativen Fähigkeiten. An diesen beiden Samstagen können Sie einen Ausgleich finden: in der Konzentration auf ein Werkstück, im Fühlen, Begreifen, Bearbeiten, spielerischen Tun zu Ruhe und Entspannung finden und Ihre schöpferische Seite entfalten. Das plastische und formbare Material „Ton“ ist ein ideales Medium hierfür. Die Werkstücke können nach Wunsch im Rauchbrand fertiggestellt oder glasiert werden. Einen Glasurtermin legen wir im Kurs gemeinsam fest.

Bitte mitbringen: Wellholz, Plastiktüten, eigenen Ton (falls möglich). Für den Glasurtermin: Handschuhe, Schwamm, Lappen

**20120815**

Adelheid Hahn

2x, Sa., 07.03. + Sa., 14.03.2020, 09:00 - 15:00

Eugen-Bolz-Gymnasium, Werkraum

Gebühr: 98,00 €, zzgl. ca. 10,00 - 20,00 € für

Material je nach Verbrauch

## Keramik am Abend

### für Erwachsene und Jugendliche (15 J.)

Das Arbeiten mit dem gut formbaren, erdigen, jedoch geschmeidigen Material „Ton“ ist in besonderer Weise dazu geeignet, die in uns schlummernde Kreativität zu wecken. In diesem Kurs zeigt Ihnen die Kursleiterin, wie Sie wunderschöne Keramikstücke anfertigen können: Kugeln, große Gefäße oder andere Werke nach Ihren Vorstellungen. Die Tonarbeiten können nach Wunsch im Rauchbrand fertiggestellt oder aber glasiert werden. Einen Glasurtermin legen wir im Kurs gemeinsam fest.

Bitte mitbringen: Schürze, Plastiktüten, Wellholz, eigenen Ton (falls möglich); zum Glasurtermin: Einmalhandschuhe, Schwamm, Lappen

**20120816**

Adelheid Hahn

3x Mo. 09.03.2020 - 23.03.2020, 19:00 - 22:00

Eugen-Bolz-Gymnasium, Werkraum

Gebühr: 75,00 €, zzgl. 10,00 - 20,00 € für Material

je nach Verbrauch

## Keramikwerkstatt auf dem Künstlerhof: Modellieren mit Ton

In einer kleinen Gruppe (max. fünf Personen) verwirklichen Sie Ihre eigenen Ideen: ob Figuren, Reliefs oder Köpfe – fast alles ist möglich. Bei der Umsetzung Ihrer Vorstellungen werden Sie von der Kursleiterin unterstützt. Bitte Schürze mitbringen.

**20120817**

Jutta Peikert  
5x Mi. 29.04.2020 - 27.05.2020, 18:00 - 20:30  
Künstlerhof, Atelier Jutta Peikert  
Gebühr: 122,20 €, Material- und Brennkosten werden nach individuellem Verbrauch berechnet.

NEU

## Specksteinwerkstatt

Gemeinsam machen wir uns auf den Weg herauszufinden, was in den einzelnen Specksteinen „steckt“ – sei es ein Gesicht, ein Tier oder eine abstrakte Form. Der Kurs richtet sich auch an AnfängerInnen. Das Werkzeug wird gestellt. Steine sind zur Auswahl vorhanden.

**20120820**

Susanne Pöhlmann  
3x, Fr., 1.5.2020; Sa., 2.5.2020; So., 3.5.2020, jeweils von 14:00 - 18:00  
Künstlerhof, Atelier Susanne Pöhlmann  
Gebühr: 72,00 €, zzgl. ca. 20,00 € für Material

**20120821**

Susanne Pöhlmann  
2x So. 21.06.2020 - 28.06.2020, 13:00 - 18:00  
Künstlerhof, Atelier Susanne Pöhlmann  
Gebühr: 60,00 €, zzgl. ca. 20,- € für Material

## Workshop: Masken modellieren

Nähere Infos finden Sie auf Seite 27.

**20120102**

Janne Wagler  
2x, Sa., 21.03. + 25.04.2020, 09:00 - 13:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 39,00 €, zzgl. ca. 9,00 € für Material

## Textiles Gestalten - Mode

### Farb-, Typ-, Stilberatung

Passt mein Kleidungsstil zu mir? Fühle ich mich mit diesen Farben wohl? Im Frühling und in Vorfreude auf den Sommer können Sie sich mit Schwung und Lust um sich selbst kümmern – unterstützt von professioneller Beratung.

1. Abend: Welcher Farbtyp sind Sie?
2. Abend: Kleidungsstil – was ist vorteilhaft für die Figur?
3. Abend: Das richtige Make-up inklusive Schminktechnik.
4. Abend: Wie setze ich das Ganze in die Tat um – Zusammenfassung

**20120931**

Gabi Hailer  
4x Do. 05.03.2020 - 02.04.2020, 19:00 - 22:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG  
Gebühr: 63,60 €

### Praktisch und schick:

Die Umhängetasche, selbst genäht! Wir nähen eine tolle Mehrzwecktasche zum Umhängen aus Baumwolle und Kunstleder. Sie ist der ideale Begleiter für den Alltag und den Stadtbummel – oder auch für die Uni, denn in die Tasche passt sogar ein A4-Ordner. Für Näh-AnfängerInnen geeignet.

**20120912**

Jasmin Ernst  
Samstag, 28.03.2020, 14:00 - 18:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG  
Gebühr: 18,50 €, zzgl. ca. 25,00 € für Stoff, Kunstleder, Karabiner, Gurtband und Reißverschlüsse



### Nähprojekte für mehr Nachhaltigkeit im Alltag

Aus Stoffresten nähen wir verschiedene „Alltagsbegleiter“ um täglich weniger Müll zu produzieren – wie z.B. wiederverwendbare Gemüse- und Obstbeutel, Schlüsselabdeckungen aus Wachstuch u.a.m. Bitte mitbringen (wenn vorhanden): Stoffschere und Stoffreste

**20120913**

Jasmin Ernst  
Samstag, 09.05.2020, 14:00 - 18:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG  
Gebühr: 18,50 €, zzgl. ca. 15,00 € für Material

NEU

## Handwerk - Kunsthandwerk

### Beewraps - die umweltfreundliche Verpackung

Wir stellen unsere eigene Vesper-Verpackung her. Aus Bienenwachs und Baumwollstoffen fertigen wir umweltfreundliche Alternativen zu Alu- und Plastikfolie. Abwaschbar, mehrfach verwendbar und trotzdem hygienisch kann man die bunten Beewraps auch zum Abdecken und als Unterlage verwenden. Bitte mitbringen: Brille (falls nötig), Zickzackschere (falls vorhanden)

**20121040**

Bärbel Hauger  
Elke Atzert  
Freitag, 13.03.2020, 19:00 - 21:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 13,50 €, zzgl. ca. 7,00 € für Material

NEU

### Duftarmband aus Lava,- Halbedel- und Schmucksteinen herstellen

mit Wohlfühlmischung aus ätherischen Ölen

Wir fertigen ein Armband an – oder auch zwei. Zusätzlich stellen wir eine individuelle Mischung aus ätherischen Ölen her, mit der wir das Armband beduften. Dies kann z.B. eine Mischung zur Stressreduktion, gegen Schulangst, für die Erkältungszeit oder einfach ein Lieblingsduft sein. Bitte mitbringen: Brille (falls nötig)

**20121010**

Elke Atzert  
Bärbel Hauger  
Freitag, 20.03.2020, 19:00 - 21:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 13,50 €, zzgl. ca. 10,00 € für Material (Armband + Duftmischung)

NEU

### Repair Café

Wegwerfen? Nein danke!

Nähere Infos finden Sie auf Seite 19.

**20110410E**

Einzeltermine: Mo. 23.03.2020, 04.05.2020, 15.06.2020 und 20.07.2020, jew. 17:30 - 19:30  
Rottenburg, Arbeiterwohlfahrt AWO  
Gebühr: keine, Anmeldung nicht erforderlich

### Feste Shampoos - Zero Waste

Nähere Infos finden Sie auf Seite 40.

**20134003**

Elke Atzert  
Bärbel Hauger  
Freitag, 24.04.2020, 18:00 - 21:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 19,00 €, zzgl. ca. 4,00 € pro Seife



### Silberschmieden für Frauen

#### Anfängerinnen und Geübte

Wir schmieden Ringe, Armspangen und Anhänger, die aus 935er Silberstreifen gearbeitet werden. Jede kann im Kurs zwei Streifen verarbeiten. Anfängerinnen arbeiten zuerst einen einfachen Ring. Für Fortgeschrittene ist es auch möglich, Steine zu fassen. Wenn Sie andere Maße für Silber brauchen oder bestimmte Vorstellungen haben, bitte dazu mit dem Kursleiter - zwei Wochen vor Kursbeginn - Rücksprache halten (mobil: 0174 - 9883615 oder mail: [uhligart@aol.com](mailto:uhligart@aol.com)). Gerne können Sie auch alte Schmuckstücke zum Aufarbeiten mitbringen.

Silberpreisliste und weitere Informationen unter: [www.uhlig-silberschmiedekurs.de](http://www.uhlig-silberschmiedekurs.de). Bitte mitbringen: Vesper und Getränke, Schreibzeug (schwarzer, feiner, wasserfester Filzstift, Bleistift, Spitzer, Papier und Geodreieck), bei langen Haaren ein Haargummi, nicht die neuesten Kleider, wenn nötig einen Mundschutz und Ohrenstöpsel.

#### 20121011

Michael Uhlig

03.04.2020 - 04.04.2020

Freitag, 03.04.2020, 18:00 - 22:00

Samstag, 04.04.2020, 10:00 - 18:00

Weggentalschule, Werkraum

Gebühr: 67,00 €, (Materialkosten und 4,00 €

Werkzeugverschleiß werden im Kurs vom Kursleiter abgerechnet)

### Salbenherstellung aus Pflanzen

Herstellung einer oder mehrerer Salben aus Kräutern, Blüten, Blättern und Wurzeln. Die Kursleiterin ist Phytotherapeutin und gibt im Kurs Erläuterungen zur Anwendung.

#### 20134005

Sabine Friedrich

Samstag, 25.04.2020, 14:00 - 17:00

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebühr: 18,00 €, zzgl. Materialkosten je nach Verbrauch

### Didgeridoo: Bau-Kurs

Klang, Entspannung, Anti-Schnarchtraining

Das Didgeridoo ist eines der ältesten Instrumente der Menschheitsgeschichte und das traditionelle Musikinstrument der Ureinwohner Australiens. Bauen Sie Ihr eigenes

Didgeridoo mit einzigartigen Klang- und Spieleigenschaften! Zu Beginn des Kurses suchen Sie sich einen Holzrohling aus. Der Rohling aus australischer Esche oder Eukalyptus wird mit Feile, Raspel, Schleifpapier in Form gebracht. Eine Mischung aus ausgesuchten Ölen versiegelt das Instrument und verleiht dem Holz einen seidenmatten Glanz. Die Klangcharakteristik gestalten Sie durch Stimmen Ihres Instruments selbst. Bei den Arbeiten handelt es sich um handwerklich einfache Aufgaben. Alle Werkzeuge werden gestellt. Am 14.05.2020 gibt es die Möglichkeit einen Spiel-Kurs zu besuchen. s. S. 33.

#### 20121020

Anthony Nachbauer

Donnerstag, 07.05.2020, 18:00 - 21:30

Weggentalschule, Werkraum

Gebühr: 19,80 €, zzgl. Materialkosten ab 65,00 €

### Schamanisch-indianische Flöte: Bau-Kurs

Flötenspiel ohne Notenkenntnisse  
In diesem Kurs entsteht aus einem Holzrohling eine wunderschöne Flöte. Es stehen verschiedene Holz- und Flötenarten zur Auswahl. Werkzeuge werden gestellt. Notenkenntnisse und handwerkliche Kenntnisse sind nicht erforderlich! Der wunderbare Klang der „Medizin- und/oder Liebesflöte“ der nordamerikanischen Ureinwohner beruhigt und entspannt und wird bei der „schamanischen Arbeit“ eingesetzt, weil sie wie kaum ein anderes Instrument im Stande ist, den Menschen tief zu berühren und zu „erreichen“. Zu Beginn des Kurses suchen Sie sich einen Rohling aus. Es stehen verschiedene Flötenarten und verschiedene Holzarten zur Auswahl. Alle Werkzeuge werden gestellt. Bei den Arbeiten handelt

es sich um handwerklich einfache Aufgaben, die jedeR bewerkstelligen kann! Wichtig: Notenkenntnisse und handwerkliche Kenntnisse sind nicht erforderlich!

Am 25.06.2020 gibt es die Möglichkeit einen Spiel-Kurs zu besuchen

s. S. 33.

#### 20121021

Anthony Nachbauer

Donnerstag, 18.06.2020, 18:00 - 21:30

Weggentalschule, Werkraum

Gebühr: 19,80 €, zzgl. Materialkosten ab 65,00 €

### Fotografie

Ausstellung und Vernissage:

#### Äthiopien - Menschen, Landschaften und Kultur

Nähere Infos finden Sie auf Seite 25.

### Fotoworkshop - Alles eine Frage der Einstellung

Von der Aufnahme bis zur Festplatte - Bildkomposition und Fototechnik  
Die technischen Möglichkeiten der Kamera und die Grundprinzipien der Bildgestaltung führen am Ende zu besseren Bildern - ein Basiskurs der Fotografie. Die Technik allein macht noch keine guten Bilder. Viel wichtiger für ein gelungenes Bild sind Bildaufbau und Bildgestaltung, Führungslinien, Goldener Schnitt oder Symmetrie - mit vielen Tipps und Beispielen finden wir den Weg zum besten Ergebnis. Die Kameratechnik hilft uns eine gewünschte Bildwirkung zu erzielen. Welchen Einfluss hat die Wahl der Blende, der Belichtungszeit? Wie stelle ich scharf? Was heisst ISO? Was macht der Weisabgleich? RAW oder jpg, welches Format



soll ich wählen? Und mit welchem Objektiv mache ich mein Bild? Praktische Übungen mit der Kamera ergänzen die theoretischen Anleitungen.

Bitte eigene Kamera, Objektiv und Zubehör mitbringen.

#### 20150401

Rainer Mozer

Samstag, 28.03.2020, 10:00 - 18:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG  
Gebühr: 59,00 €

### Fotoworkshop: Bildgestaltung an der Wurmlinger Kapelle

Theorie und Praxis gehen nahtlos ineinander über. Wir gehen auf die grundlegenden Gestaltungselemente ein und probieren verschiedene Bildkompositionen aus. Das Interesse der Teilnehmenden bestimmt den Inhalt des Kurses. Sie sollten mit der Kamera vertraut sein, aber wir besprechen auch Grundlegendes wie das Wechselspiel von ISO, Blende und Belichtungszeit. Je nach Wetterlage und Lust der TeilnehmerInnen werden wir den Sonnenuntergang fotografieren: es kann somit auch etwas länger dauern.

Ausrüstung: Kamera(s) und Stativ, wetterfeste Kleidung, Taschenlampe und Vesper.

#### 20150405

Gundis Bort

Samstag, 21.03.2020, 14:00 - 19:30  
Treffpunkt: Parkplatz Wurmlinger Kapelle  
Gebühr: 46,00 €

### Fotoworkshop - Eine Foto-Tour durch Rottenburg

Der Weg zum besseren (Urlaubs-)Foto

Urlaubszeit, Reisezeit, Zeit zum Fotografieren! New York, Florenz, Paris? Wir tun so, als machten wir in Rottenburg Urlaub. Bei einem Spaziergang zu den touristischen Highlights der Bischofs- und Römerstadt Rottenburg üben wir das Fotografieren nach den Regeln der Bildkomposition und finden die Einstellungen der Kamera für das besondere Bild. Ob bei schlechten Lichtbedingungen in der Moritzkirche, unsere Liebsten vor der Neckarpromenade oder die Architektur des neuen Bischöflichen Palais, wir versuchen uns an den unterschiedlichsten Foto-Situationen einer Städte-Tour. Voraussetzung für die Teilnahme ist der Fotoworkshop „Alles eine Frage der Einstellung“ oder vergleichbare gute fotografische Kenntnisse und ein sicherer Umgang mit der Kamera.

Ein Stadtführer wird uns begleiten und uns einen Einblick in die Geschichte unserer

Stadt geben und ihre Sehenswürdigkeiten erläutern.

Bitte eigene Kamera, Objektiv und Zubehör, auch das Foto-Smartphone, mitbringen.

#### 20150402

Rainer Mozer, Rainer Kaupp

Freitag, 24.04.2020, 15:00 - 21:00  
Treffpunkt vor dem vhs Hauptgebäude  
Gebühr: 61,00 €

### Fotoworkshop: Portraits mit Studio-licht, Blitzlicht und natürlichem Licht

Licht ist das wesentliche Element in der Fotografie. Wir besprechen die verschiedenen Lichtarten und deren Wirkung beim Portrait-Shooting. Wir fotografieren mit dem vorhandenen Licht und mit einem mobilen Studioaufbau mit Studioliicht. Mit Canon Speedlights üben wir entfesseltes Blitzen. Die Fotos besprechen wir am Computer und wenden eine kleine Beauty-Retusche an. Da Speedlights nur mit Canon kommunizieren, wird eine Kamera zur Verfügung gestellt. Bitte USB-Stick mitbringen um Ihre Fotos anschließend zu sichern.

Ausrüstung: Eigene Kamera, Blitzlicht (falls vorhanden)

#### 20150406

Gundis Bort

Freitag, 19.06.2020, 18:00 - 21:15  
Samstag, 20.06.2020, 10:00 - 17:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG  
Gebühr: 78,00 €

### Fotoworkshop: Das Gute im Bild noch verbessern

Von der Festplatte bis zum Print - Archivierung, Bildbearbeitung und das Album digital

Hunderte oder gar Tausende von Fotos auf der Festplatte? Gänzlich unsortiert? Am Beispiel von Adobe Lightroom sortieren, bewerten und markieren wir unsere Fotos, versehen sie mit Stichworten oder

Bildunterschriften und bündeln sie in Sammlungen, so dass wir problemlos jedes einzelne Bild wiederfinden und präsentieren können. Lightroom bietet aber auch eine komfortable Bildbearbeitung. Wir lernen, unsere Bilder in der digitalen Dunkelkammer zu verbessern: Bildausschnitt korrigieren, Dunkles heller machen oder umgekehrt, Kontrast- und Farbkorrekturen, Retusche-Arbeiten... (diese Arbeitsschritte können Sie problemlos auf Ihr eigenes Bildbearbeitungs-Programm übertragen). Schließlich befassen wir uns mit der Ausgabe unserer Fotos: Ganz nach Interesse der Teilnehmenden mit dem Ausdruck beim Belichter oder auch mit der Gestaltung eines Fotobuchs. Welche Bildformate sind geeignet? Welche Bilder soll ich präsentieren? Wie soll ein repräsentativer Bildband aussehen? Wie gestalte ich ein ansprechendes Seiten-Layout?

Bitte eigene Bilder zur Bearbeitung auf einem USB-Stick mitbringen (jpg und raw).

#### 20150403

Rainer Mozer

Samstag, 20.06.2020, 10:00 - 18:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG  
Gebühr: 69,00 €

## Musik

### Orchestervereinigung der vhs Rottenburg

Gemeinsam werden Werke verschiedener Stilepochen erarbeitet und aufgeführt. NeueinsteigerInnen, besonders bei den Bratschen, sind herzlich willkommen. Wenn Sie Interesse haben mitzuspielen, wenden Sie sich bitte an Johannes Steinert (Tel.: 07472 43281, E-Mail: [johannes.steinert@gmx.de](mailto:johannes.steinert@gmx.de)).

#### 20121300

Johannes Steinert

16x Do. 05.03.2020 - 23.07.2020, 20:00 - 22:00  
Eugen-Bolz-Gymnasium, Aula



## Frühlingskonzert der Orchester- vereinigung der vhs Rottenburg

Programm:

Werke von Béla Bartók, Johann Sebastian Bach, Franz Schubert, Julius Beliczay

SolistInnen:

Claire Pradel, Cembalo / Katharina Fasoli, Violine / Valerio Fasoli, Flöte

Leitung: Johannes Steinert

Eintritt frei, Spenden sind willkommen

### 20121301E

Johannes Steinert

Donnerstag, 21.05.2020, 16:00 - 17:00

Altstadtkapelle, Rottenburg

## Beethoven - Wegbereiter der Romantik

Das Oeuvre Ludwig van Beethovens steht musikgeschichtlich am Übergang von der Wiener Klassik zur Romantik. Einerseits vollendete Beethoven in vielen seiner Werke die Formsprache der Wiener Klassik, andererseits bricht er in seinem späteren Schaffen mit musikalischen Traditionen und schlägt neue Wege ein. Der Vortrag zeigt exemplarisch auf, wie Beethoven in einzelnen Werken - Sinfonien, Klaviersonaten, Streichquartetten und Liedern - neue kompositorische Konzepte verfolgt, die von den nachfolgenden Komponisten der Romantik aufgegriffen und weiterentwickelt wurden.

### 20120601E

Dr. Susanne Cramer

Dienstag, 21.04.2020, 19:00 - 20:30

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

## Phonophorese

Mit Klängen von Stimmgabeln zu Wohlbefinden und Entspannung

Nähere Infos finden Sie auf Seite 36.

### 20131304E

Dr. rer. nat. Max Binder

Dienstag, 17.03.2020, 18:00 - 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

## Do your music! (Basic Kurs)

Beats, Loops, Sounds und Mixing Music am PC

Die Musik beginnt im Kopf. Wir entdecken gemeinsam die Welt von Beats, Loops, Sounds und Mixing. Bei uns lernen Sie alles, was man wissen muss, um eigene Musik am PC zu gestalten.

DER Kurs für zukünftige Songwirter, DJs und Sounddesigner!

In Kooperation mit der Musikschule Rottenburg. Anmeldung NUR über die vhs möglich!

### 20121362

Fernando Lepe Arias

Christian Zimmermann

Samstag, 14.03.2020, 10:00 - 15:00 Uhr

vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG

Gebühr: 69,00 €

NEU

## Internationaler Frauenchor

Nähere Infos finden Sie auf Seite 14.

### 20107101

Evgeniia Wiest

17x Do. 05.03.2020 - 23.07.2020, 18:30 - 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG

Gebühr: Um eine Spende wird gebeten.

## Didgeridoo: Spiel-Kurs

Klang, Entspannung, Anti-Schnarchtraining

Das Didgeridoo ist eines der ältesten Instrumente der Menschheitsgeschichte und das traditionelle Musikinstrument der Ureinwohner Australiens. Es wird durch eine spezielle Atemtechnik, die Zirkularatmung, zum Klingen gebracht. Der unverwechselbare archaisch-magische Ton wird im Mundraum des Spielers erzeugt. Didgeridoo spielen bereitet Freude, entspannt und hat auch gesundheitliche Effekte: es bedeutet Anti-Schnarchtraining und wirkt sich positiv auf die Schlafqualität aus. Der Workshop vermittelt die Zirkularatmung, Grundtöne auf dem Instrument und das Erlernen verschiedener „typischer“ Effekte am Didgeridoo sowie kulturell-historische Hintergründe. Der Kurs ist für AnfängerInnen und Fortgeschrittene geeignet. Instrumente stehen zur Verfügung oder können am 07.05.2020 (s. S.31) hergestellt werden.

### 20121340

Anthony Nachbauer

Donnerstag, 14.05.2020, 18:00 - 21:30

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Gebühr: 19,80 €, zzgl. 5,00 € bei Ausleihen des Instruments

## Schamanisch-indianische Flöte: Spiel-Kurs

Flötenspiel ohne Notenkenntnisse  
Der wunderbare Klang der „Medizin- und/oder Liebesflöte“ der nordamerikanischen Ureinwohner beruhigt und entspannt und wird bei der „schamanischen Arbeit“ eingesetzt, weil sie wie kaum ein anderes Instrument imstande ist, den Menschen tief zu berühren und zu „erreichen“. Die Indianerflöte ist von Haus aus in einer 5-Ton-Moll-Pentatonik gestimmt. In diesem Kurs geht es um ein gemeinsames musikali-

ches Erfahren des Klanges. Die Flöte kann entweder am 18.06.2020 (s. S.31) selbst gebaut oder ausgeliehen werden. Wichtig: Notenkenntnisse sind nicht erforderlich!

### 20121341

Anthony Nachbauer

Donnerstag, 25.06.2020, 18:00 - 21:30

vhs Hauptgebäude, Raum 304, 3. OG

Gebühr: 19,80 €, zzgl. 5,00 €, falls das Instrument ausgeliehen wird

## Singen im Einklang - Lieder aus aller Welt

Yehudi Menuhin (Schirmherr von „Il canto del mondo“) weiß: „Das Singen ist die eigentliche Muttersprache aller Menschen. Singen macht, wie nichts anderes, die direkte Verständigung der Herzen über alle kulturellen Grenzen hinweg möglich.“ Darum lasst uns gemeinsam Lieder aus aller Welt singen! Das Lauschen der Stille und das Hören von entspannenden Tönen runden diesen Nachmittag ab. Es geht um die Freude am Singen und an der Bewegung in entspannter Atmosphäre - vielfältige Instrumente begleiten uns dabei. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, ausreichend zu trinken, eine Decke und die Bereitschaft für Körper- und Stimmübungen und auch für schräge Töne!



### 20121313

Gilla Geilen-Maier

Samstag, 25.04.2020, 14:30 - 17:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 16,00 €

### 20121314

Gilla Geilen-Maier

Samstag, 27.06.2020, 14:30 - 17:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 16,00 €



### Just for Fun - Gitarrenfans treffen sich wöchentlich

In diesem Kurs werden die bisher erlernten Techniken in gewohnter Weise im Ensemble-spiel, beim Singen und Begleiten und auch mit Solo-Stücken vertieft. Das Programm aus verschiedenen Stilrichtungen stellen die Kursteilnehmenden mit der Kursleitung zusammen. Wer mit seiner Gitarre auf der Suche nach gemeinsamer Spielfreude ist, ist hier herzlich willkommen!

Bitte mitbringen: Gitarre, Fußschemel, Bleistift. Die Literatur wird mit der Kursleitung besprochen.

#### 20121322

Daniela Fischer

13x Di. 10.03.2020 - 30.06.2020, 17:30 - 18:45

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebühr bei 4 Teilnehmenden: 163,60 €, bei 5: 145,20 €,

bei 6: 121,30 €, ab 7: 104,00 €

### Ukulele Liedbegleitung

Die Ukulele (auf deutsch: hüpfender Floh) ist ein kleines gitarrenähnliches Saiteninstrument portugiesisch/hawaiianischen Ursprungs, das sich in Amerika und Europa großer Beliebtheit erfreut. In diesem Kurs geht es um erste Akkorde, Schlagmuster und alles was nötig ist, um Lieder auf der Ukulele begleiten zu können. Noten- und sonstige Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ein eigenes Instrument sollte vorhanden sein (wenn möglich kein Instrument aus dem Supermarkt). Bei Fragen zur Anschaffung bzw. Eignung von Instrumenten ist der Kursleiter gerne behilflich (Tel.: 0170/3062064).

#### 20121327

Horst Köhler

8x Mo. 23.03.2020 - 25.05.2020, 18:00 - 18:45

vhs Hauptgebäude, Raum 302, 3. OG

Gebühr bei 3 Teilnehmenden: 65,00 €, bei 4: 52,00 €,

bei 5: 42,00 €, bei 6 - 8: 35,00 €

### Ukulele Liedbegleitung für Geübte

In diesem Kurs lernen wir weitere Akkorde, Schlagmuster, Pickings und ganz locker (wenn gewünscht) auch das Melodiespiel mit und ohne Noten. Voraussetzungen sind die Kenntnis einiger Grundakkorde und einfacher Schlagmuster. Im Zweifel kann gerne beim Kursleiter nachgefragt werden (Tel.: 0170/3062064).

#### 20121328

Horst Köhler

8x Mo. 23.03.2020 - 25.05.2020, 18:45 - 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 307, 3. OG

Gebühr bei 3 Teilnehmenden: 65,00 €, bei 4: 52,00 €,

bei 5: 42,00 €, bei 6 - 8: 35,00 €

### Akkordeon Grundkurs für Anfänger- und WiedereinsteigerInnen

Das Akkordeon begeistert mit seiner Vielseitigkeit und seinem besonderen Charme: mal heiter, mal leidenschaftlich, mal melancholisch. Ihr Akkordeon steht in der Ecke und manchmal meinen Sie, es schaut Sie vorwurfsvoll an? Probieren Sie es doch einmal aus! Schritt für Schritt lernen wir das Akkordeon zum Klängen zu bringen, spielen mit der rechten Hand einfache Melodien und lernen die faszinierenden Möglichkeiten der Bassknöpfe auf der linken Seite kennen. Am Ende halten wir das kleinste komplette Orchester in der Hand! Wir spielen sowohl traditionelle als auch moderne Literatur - vom Tango angefangen, über Walzer bis hin zu Blues, Jig und Klezmer. Eigenes Akkordeon erforderlich.

#### 20121330

Fred Böttcher

6x Do. 19.03.2020 - 07.05.2020, 19:00 - 19:45

vhs Hauptgebäude, Raum 206, 2. OG

Gebühr bei 3 Teilnehmenden: 54,00 €, bei 4: 40,50 €,

bei 5: 32,40 €, 6 - 8: 27,- €

### Akkordeon Aufbaukurs

Nachdem die ersten musikalischen Schritte auf dem Akkordeon gelungen sind, versuchen wir unsere Kenntnisse durch das Spiel mit der Zweistimmigkeit, leichten Improvisationen, verschiedenen neuen Basspatterns (musikalische Grundmuster) bis hin zur Liedbegleitung zu erweitern. Die Basis hierfür ist natürlich die Spielfreude am Instrument und der Spaß in der Gruppe. Eigenes Akkordeon erforderlich.

#### 20121331

Fred Böttcher

6x Do. 19.03.2020 - 07.05.2020, 19:45 - 20:30

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebühr bei 3 Teilnehmenden: 54,00 €, bei 4: 40,50 €,

bei 5: 32,40 €, 6 - 8: 27,- €

**DozentIn an unserer vhs werden**

Wir nehmen gern innovative Lehrangebote neu in unser Programm auf.

**Wenn Sie**

- Interesse und Freude haben Ihre Fachkenntnisse und einschlägigen Fertigkeiten an andere weiterzugeben,
- über entsprechende Ausbildungen verfügen
- und idealerweise auch schon Praxis als Kursleitender besitzen, setzen Sie sich mit unserer zuständigen Fachbereichsleitung in Verbindung.

**Kunst, Kultur, Kreativität**

Anke Hüsken, 07472 / 983345

**NOTENSCHLÜSSEL**

**TÜBINGEN**

NOTEN  
BLOCKFLÖTEN  
GITARREN  
UKULELEN

ZUBEHÖR  
ORFF, RHYTHMUS, KLANG  
GESCHENKE

Musikalien Susanne Beck  
Meltzberggasse 5  
72078 Tübingen  
Tel: (07071) 26081  
[www.notenschluessel.biz](http://www.notenschluessel.biz)

— seit 1981 —



**Workout mit Bezahlung.**

Jetzt als Briefzusteller bewerben:

[www.smail-post.de/jobs](http://www.smail-post.de/jobs)



[www.leins-baeckerei.de](http://www.leins-baeckerei.de)

**Café**

**Bäckerei Leins**  
echt-lecker  
Inh. Heinz Manke

*Frisch und knusprig wie sonst keins,  
schmeckt das Brot  
vom Bäcker Leins!*

**Bäckerei Leins e.K.**  
Inh. Heinz Manke

**TÜKORN**  
100% Dinkel  
Natürlich Regional

*... bei uns kommt nur  
„lecker und knusprig“ in die Tüte!  
Besuchen Sie uns in Hirrlingen und Würmlingen*

*Das Beste - aus der Region*  
verwenden wir bei unserer großen Auswahl an Dinkel-Spezialitäten.  
Wir backen mit bestem Korn aus regionalem Anbau.  
**TÜKORN** - das Korn von hier!

[www.tuekorn.de](http://www.tuekorn.de)



**Neben der klassischen Pharmazie beraten wir Sie ganz individuell** und schöpfen aus einem großen Wissen und Sortiment insbesondere wenn es um folgende Anliegen geht:

- Nahrungsergänzung
- Schüßler-Salze
- Homöopathie
- Bachblüten
- Spagyrik
- Naturheilkundliche Präparate sowie -Pflegeprodukte/-Kosmetika
- Mutter-Kind Themen insbesondere auch Erkrankungen in Schwangerschaft und Stillzeit, Stadelmann-Sortiment



**bahnhof  
apotheke**

**natürlich besser beraten**

**72108 Rottenburg Tübinger Str. 1 ggü. Kaufland 07472-96250 [www.bahnhof-apotheke-rottenburg.de](http://www.bahnhof-apotheke-rottenburg.de)**  
Inh. Christine Braig, Fachapothekerin für Homöopathie und Naturheilkunde, Mineralstoffberaterin nach Dr. Schüßler


**Fachbereichsleitung:**
**Agelika Busse**
**Tel: 07472 9833 46**
**Anmeldung/Info:**
**Sigrid Urban**
**Tel: 07472 9833 33**


## Vorträge

### Schwerhörigkeit

Prof. Dr. Zenner, ehemals Direktor der Universitäts-HNO-Klinik Tübingen, ist einer der weltweit besten HNO-Chirurgen. Neueste Kenntnisse zu den häufigsten Formen der Schwerhörigkeit vermittelt er fundiert und zugewandt. Im Anschluss an den Vortrag können dem Referenten Fragen gestellt werden. Die Anzahl der Plätze im Vortragsraum ist begrenzt.

**20130001E**

Prof. Dr. Hans-Peter Zenner

Mittwoch, 04.03.2020, 19:30 - 21:00

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

### Geburtstrauma

Nach der Entbindung ist nicht immer „alles gut“, weder für die Mütter noch für die Babies. Die Geburt als dichte, extrem intensive Erfahrung prägt die Art und Weise, wie ein Mensch die Welt erlebt. Bei Säuglingen und Kleinkindern, die schlecht einschlafen können, traurig wirken oder sehr schreckhaft sind, lohnt der Blick zurück auf die Schwangerschaft und die Entbindung. Das Rottenburger Ärztehepaar Michaela Wiese und Dr. med. Klaus G. Weber stellen Erklärungsmodelle und Lösungsansätze vor.

**20130002E**

Dr. med. Klaus G. Weber

Michaela Wiese

Mittwoch, 11.03.2020, 19:30 - 21:00

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

### Blutegel - Helfer aus dem Tierreich

Nähere Infos finden Sie auf Seite 65.

**20130002ER**

Anette Niebauer

Mittwoch, 11.03.2020, 19:00 - 20:30

Ergenzingen, Bismarckstraße 24, Betreutes Wohnen, Gemeinschaftsraum

Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

### Volkskrankheit Sodbrennen

Nähere Infos finden Sie auf Seite 65.

**20130003ER**

Nicole Teutsch

Dienstag, 17.03.2020, 19:00 - 21:00

Ergenzingen, Bismarckstraße 24, Betreutes Wohnen, Gemeinschaftsraum

Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

### Phonophorese

Mit Klängen von Stimmgabeln zu Wohlbefinden und Entspannung

Von Pythagoras ist überliefert, dass er nicht nur die Relationen der Saitenabschnitte eines einsaitigen Musikinstruments zur Erzeugung von Harmonien untersuchte, sondern

auch die Wirkung der Töne auf die Stimmung von Menschen (erste Ansätze zur heutigen Musiktherapie). Solche Zusammenklänge lassen sich leicht mit Stimmgabeln erzeugen. Im Vortrag werden die Herkunft, Klangerzeugung und Zusammenklänge passender Stimmgabeln behandelt sowie ihr Einsatz für Wohlbefinden und Entspannung erläutert.

**20131304E**

Dr. rer. nat. Max Binder

Dienstag, 17.03.2020, 18:00 - 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

### Kopfschmerz und Migräne

Millionen von Menschen in Deutschland leiden unter Kopfschmerzen in verschiedensten Ausprägungen. Die Schmerzen werden häufig bagatellisiert, mit der Folge, dass viele Betroffene ihr Leiden zu verbergen suchen oder von Arzt zu Arzt ziehen. Dabei schränken häufig wiederkehrende Kopfschmerzen die allgemeine Lebensqualität stark ein und sind mitunter Warnsignale für schwere Erkrankungen. Die Referentin nimmt Stellung zu den Ursachen, diagnostischen Verfahren und therapeutischen Möglichkeiten. Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, der Referentin Fragen zu stellen.

In Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg.

**20130003E**

Dr. med. Sandra Kißling

Mittwoch, 25.03.2020, 19:30 - 21:00

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

Alles Gute.



Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg

### Belastungsfreie Nutzung moderner Haustechnik

Es gibt viele neue Systeme zur Beheizung, Energiegewinnung und Beleuchtung in Wohngebäuden.

In der Veranstaltung werden die Auswirkungen diverser Haustechniksysteme auf das Vitalsystem des Menschen vorgestellt



und Empfehlungen gegeben, wie man diese Techniken nutzen kann, ohne davon gesundheitlich beeinträchtigt zu werden.

#### 20130010E

Dipl.-Ing. Jochen Rubik, Shui-Meister, Dipl. - Bauingenieur und Baubiologe  
Donnerstag, 02.04.2020, 19:00 - 21:15  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Gebühr: 13,00 €, Anmeldung erforderlich

### Bluthochdruck

Bluthochdruck wird oft verkannt. Die Folgen eines unbehandelten Bluthochdruckes sind schwerwiegend und betreffen alle Organsysteme, Herz, Kreislauf, Gefäße, Gehirnfunktion und vieles mehr. Wird ein Bluthochdruck erkannt, lässt er sich in fast allen Fällen wirkungsvoll senken und Folgeerkrankungen wie Schlaganfall und Herzinfarkt verhindern. Der Referent berichtet über die Ursachen und Risiken des Bluthochdrucks, und wie diese Risiken durch eine wirkungsvolle Behandlung zu beherrschen sind. Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, dem Referenten Fragen zu stellen. In Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg.

#### 20130004E

Dr. med. Christian Eick  
Mittwoch, 29.04.2020, 19:30 - 21:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich  
Alles Gute.



Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg

### Brustgesundheit stärken

Auch gesunde Frauen treibt das Thema Brustgesundheit und Brustkrebs um, oft ist es angstbesetzt und wird verdrängt. Vor allem fehlen viele Informationen. Die Oberärztin Dr. Gisela Helms der Universitätsklinik Tübingen klärt Frauen auf, worauf sie achten können, um gesund zu bleiben. In Kooperation mit dem Forschungsinstitut für Frauengesundheit Tübingen

#### 20130005E

Dr. Gisela Helms  
Mittwoch, 13.05.2020, 19:30 - 21:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich



### Homöopathie

Die Gesellschaft ist polarisiert: die einen lehnen die Homöopathie strikt ab, die anderen haben gute Erfahrungen gemacht. Im Informationsvortrag erläutert der Ammerbucher Heilpraktiker-Homöopath Volker Weis seine Erfahrung mit dieser Heilmethode. Anhand von Beispielen aus seiner Praxis

möchte er zeigen, wie man z.B. bei Hauterkrankungen, Mittelohr- oder Mandelentzündung und Nahrungsmittel-Allergien gute Ergebnisse erzielen kann. Wichtig ist dabei Geduld und gute Zusammenarbeit mit dem Therapeuten. Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit zur Diskussion.

#### 20130006E

Volker Weis  
Mittwoch, 17.06.2020, 19:30 - 21:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

### Stoffwechsel und Ernährung

Unser Organismus hängt von regelmäßig aufgenommener Nahrung ab, die im Verdauungssystem umgewandelt und in Energie für den Körper umgesetzt wird. Über die Medien werden uns täglich zahllose Ernährungsratschläge erteilt, die sich oft widersprechen bzw. sogar gegenseitig ausschließen. Selbst wenn man den Ernährungsempfehlungen nicht nur kommerzielle Interessen unterstellen will, fehlen doch den meisten Ratgebern die erforderlichen biochemischen Kenntnisse. Der Referent ist Senior Professor an der Medizinischen Fakultät Tübingen und wird in seinem Vortrag mit Halbwahrheiten zur Ernährung aufräumen und einen wissenschaftlich fundierten Einblick in die Stoffwechselvorgänge im Körper geben.

#### 20130007E

Prof. Dr. Dieter Leibfritz  
Mittwoch, 24.06.2020, 19:30 - 21:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

### Ortho-Bionomy® -

#### Vortrag und Workshop

Ortho-Bionomy® ist eine sanfte manuelle Therapie, die vom Osteopathen Arthur Pauls entwickelt wurde. Die Behandlung ist schmerzfrei und angenehm. Durch den achtsamen Einsatz der Stress abbauenden Techniken werden die Selbstheilungskräfte der Patienten unterstützt. In einem Vortrag werden die theoretischen Grundlagen der Ortho-Bionomy® vorgestellt. Der anschließende Workshop ermöglicht allen Teilnehmenden, auch Laien, einfache Behandlungstechniken praktisch anzuwenden. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und rutschfeste Socken

#### 20130010

Susanne Seidel  
Samstag, 27.06.2020, 10:30 - 13:00  
Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG  
Gebühr: 18,00 €, Anmeldung erforderlich

### Psychologie - Persönlichkeitsentwicklung



### Der „innere Schweinehund“ - innere Widerstände überwinden

Wann immer eine Entscheidung ansteht oder wir alte Gewohnheiten ablegen wollen, taucht ein kleiner Saboteur auf: unser innerer Schweinehund. In diesem Seminar lernen Sie, aus dem ärgsten Feind einen guten Freund zu machen. Inhalte: Taktiken des Schweinehunds, die Kunst der Selbstmotivation, Strategien für eine dauerhafte Verhaltensänderung.

#### 20131305

Petra Wohlfahrt-Lieberei  
5x Mi. 04.03.2020 - 01.04.2020, 18:30 - 20:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 202, 2. OG  
Gebühr: 38,00 €, zzgl. 2,00 € für Info-Material (im Kurs zu zahlen)

### Dein inneres Kind

Das „innere Kind“ ist die Summe unserer Kindheitsprägungen. Es beeinflusst unser Denken, Fühlen und Handeln. Diese in Kindheit und Jugend erworbenen Verhaltensmuster können uns das Leben als Erwachsener schwer machen, zu Sackgassen oder Eigensabotage führen. In diesem Seminar können Sie Ihr „Inneres Kind“ kennenlernen und neue Einstellungen und Verhaltensweisen gewinnen.

#### 20131308

Petra Wohlfahrt-Lieberei  
4x Mi. 17.06.2020 - 08.07.2020, 18:30 - 20:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 202, 2. OG  
Gebühr: 33,00 €, zzgl. 2,00 € für Info-Material (im Kurs zu zahlen)

NEU

NEU

**Jeden Tag lebendig sein**

**Gesprächskreis für Menschen 55+**  
Oftmals lernen wir den Wert unserer Gesundheit erst schätzen, nachdem wir eine schwere Krankheit durchlebt haben. Ebenso erfahren wir, dass wir in fast jeder Situation die Chance haben, unsere Gesundheit im Alltag ohne großen Zeitaufwand zu stärken. Achtsamer Umgang mit uns selbst hilft uns, auch in scheinbar ausweglosen Situationen unseren persönlichen Spielraum zum Guten zu wenden und führt auf Dauer zu mehr Wohlbefinden, Heiterkeit und Gelassenheit.

**20131307**

Dr. rer. nat. Max Binder  
6x Mi. 11.03.2020 - 29.04.2020, 10:00 - 11:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG  
Nachträglicher Eintritt möglich!: 25,00 €

**Die Kunst, alt zu werden und dabei gesund zu bleiben**

Durch achtsame Gestaltung unseres Lebensstils und die bewusste Nutzung der modernen Medizin ist es uns möglich, unser Leben so zu gestalten, dass wir Risikofaktoren meiden, Ruhe und Gelassenheit entwickeln und unser Leben lang fit und zufrieden sein können.

**20131307E**

Dr. rer. nat. Max Binder  
Dienstag, 31.03.2020, 18:00 - 19:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Abendkasse: 5,00 €, (keine Anmeldung erforderlich)

**Gedanken verloren - Unthinking:**

Vom Analytischen, der ging, um die Welt mit dem Herzen zu sehen  
Eine Aufbruchsgeschichte erlebt, erzählt, fotografiert und eingespielt von Christof Jauernig. Er erzählt, wie er aus seinem auslaufenden Job als Analyst einer Un-

ternehmensberatung ausbrach und, ohne Plan für danach, ein halbes Jahr lang durch Südostasien backpackte. Eine Reise, die von dem Erfüllenden und Beflügelnden erzählt, das vor allem dann in ein Leben treten kann, wenn nicht damit gerechnet wird. In Kooperation mit dem Kino Waldhorn.

**20131309E**

Christof Jauernig  
Donnerstag, 14.05.2020, 20:00 - 22:00  
Kino im Waldhorn, Rottenburg, Königstraße 12  
Eintritt: 12,00 €, Kartenvorbestellung: über Kino  
Waldhorn 07472 / 22888

**Gedächtnisfitness -****Konzentration durch Bewegung**

Bewegung in der Natur verbessert nachweislich unsere geistige Leistungsfähigkeit: zum frischen Sauerstoff und der Bewegung kommen noch Koordinationsübungen und Memotechniken. Ideal zur Prüfungsvorbereitung! Die Dozentin ist ganzheitliche Gedächtnistrainerin im BVGT e.V. Bitte eine Wasserflasche mitbringen.

**20131311**

Annette Rosner  
3x Di. 21.04.2020 - 05.05.2020, 09:00 - 10:30  
Wanderparkplatz Schadenweiler Wald Rottenburg  
Gebühr: 24,00 €

**Gedächtnistraining**

Prüfungsstress, Multitasking, Hektik - es gibt viele Situationen, in denen die Konzentrationsfähigkeit sinkt. Beim Gedächtnistraining lernen Sie simple und effektive Memotechniken zur Steigerung der Merkfähigkeit in allen Lebensbereichen. Die Dozentin ist ganzheitliche Gedächtnistrainerin im BVGT e.V. Bitte mitbringen: Schnellhefter, Stift

**20131312**

Annette Rosner  
4x Do. 23.04.2020 - 14.05.2020, 16:30 - 18:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG  
Gebühr: 33,60 €

**Naturgang für Trauernde**

Wer einen Verlust erlebt hat, kennt das Gefühl der Rastlosigkeit. Die Naturgänge mit Werner Habisreitinger, der durch seine eigene Trauer die Naturgänge entdeckt und entwickelt hat, bieten die Möglichkeit, Trost und Klärung in der Stille der Natur zu erleben. Die zweistündigen Naturgänge sind eingebettet in Gespräche, gegenseitigen Austausch zu Beginn und Ende und einen kleinen Imbiss.

Bitte wettergerechte Kleidung und festes Schuhwerk tragen. Sitzkissen wird sehr empfohlen, ggf. Notizbuch und Wasser.

**20131324**

Werner Habisreitinger  
Samstag, 21.03.2020, 10:00 - 16:00  
Donauschwabenstraße 21, 72770 Reutlingen-Gönningen  
Gebühr: 40,00 €, inkl. kleinem Imbiss

**20131325**

Werner Habisreitinger  
Samstag, 27.06.2020, 10:00 - 16:00  
Donauschwabenstraße 21, 72770 Reutlingen-Gönningen  
Gebühr: 40,00 €, inkl. kleinem Imbiss

**Einfach Platz für mich - vom Kreppe befreien**

Ziel des Kurses ist, dass Sie in Ihren vier Wänden eine wohltuende Atmosphäre schaffen können. Wenn Sie entdecken, was für ein Kreppe Sie sind und Ihre persönliche Kreppegrenze kennen lernen, können Sie sich von den Dingen, die Sie belasten, trennen und Raum für sich selbst gewinnen.

**20131330**

Annick Puygrenier  
20.06.2020 - 04.07.2020  
3x Sa. 20.06., 27.06., 04.07.2020, 14:00 - 16:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 33,00 €



## Prävention - Sicherheit

**Kindernotfälle:**

Erste Hilfe für Eltern, Großeltern, Erzieher- und LehrerInnen

Ein Sturz, ein Insektenstich, Verbrühung mit heißem Tee, das Kind bekommt keine Luft.

Wir trainieren mit Ihnen, wie Sie helfen können. Kursinhalte: Verschlucken, Vergiftungen, Herz-Lungen-Wiederbelebung, Erstickten, Atemnot (Pseudokrapp) und Asthma, Krampfanfälle sowie Schocksituationen und Gehirnerschütterung.

Der Dozent ist Fachkrankenschwester für Anästhesie und Intensivmedizin und gibt an der Klinik Reanimationskurse für das medizinische Personal.

**20133006**

Torsten Pfeifer

Mittwoch, 18.03.2020, 08:30 - 12:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 32,00 €, zzgl. 5,00 € Materialkosten.

**Notfallkurs: Erste Hilfe und Reanimation**

Erste Hilfe ist verpflichtend. Aber beherrschen Sie sie auch? Lernen Sie das nötige Knowhow für den Notfall: Notfall erkennen, Grundlagen der Reanimation, Herz-Lungen-Wiederbelebung, Training mit dem Defibrillator.

Der Dozent ist Fachkrankenschwester für Anästhesie und Intensivmedizin und gibt an der Klinik Reanimationskurse für das medizinische Personal.

**20133007**

Torsten Pfeifer

Mittwoch, 18.03.2020, 18:00 - 20:30

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebühr: 22,00 €, zzgl. 5,00 € Materialkosten.

**Pkw Fahrsicherheitstraining für SeniorInnen**

Fahrsicherheitstraining der Kreisverkehrswacht Reutlingen e. V. für alle, die aktiv und sicher am Straßenverkehr teilnehmen wollen. Nach diesem Training sind Sie in der Lage, Verkehrssituationen realistisch einzuschätzen und sicher zu bewältigen. Unsere Moderatoren stehen Ihnen zur Seite. Aktuelle Verkehrsregeln und Antworten auf die Fragen der TeilnehmerInnen runden das Training ab.

Voraussetzung ist ein gültiger Führerschein. Die Teilnahme erfolgt mit dem eigenen PKW auf eigene Gefahr.

Anmeldeschluss: 03.04.2020

**20133008**

Thomas Steigenberger

Dienstag, 07.04.2020, 08:30 - 13:00

Verkehrsübungsplatz Reutlingen, Reutlingen, An der Kreuzzeiche 9, (beim Freibad/Stadion)

Gebühr: 52,00 €

**20133009**

Thomas Steigenberger

Dienstag, 26.05.2020, 08:30 - 13:00

Verkehrsübungsplatz Reutlingen, Reutlingen, An der Kreuzzeiche 9, (beim Freibad/Stadion)

Gebühr: 52,00 €

**Kurs für pflegende Angehörige und ehrenamtlich Pflegende**

Wie kann ich einer pflegebedürftigen Person helfen, ohne mich selbst zu überlasten? Wie kann ich die Fähigkeiten des Pflegebedürftigen in die Pflege einbeziehen? Im Kurs wird das Kinaesthetics-Konzept vorgestellt und die praktische Anwendung in Pflegesituationen geübt. Eine kostenlose Informationsveranstaltung findet am 31.03.2020 um 18:30 im Ev. Gemeindehaus, Kirchgasse 14, in Rottenburg statt. Hierfür ist keine Anmeldung notwendig. Informationen und Anmeldung zum Kurs: Pflegestützpunkt Rottenburg, Tel. 07472 98818 12, E-Mail: c.kitsch-derin@kreis-tuebingen.de Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und Schreibmaterial

**20133010C**

Sybille Markgraf

Di., 5.5., Mi., 6.5. u. Fr., 15.5.2020, 17:00 - 20:30

Samstag, 16. Mai 2020, 9:00 - 14:30

Pflegeheim Haus am Hospitalgarten, Königstr. 57/1, Rottenburg

Gebühr: Eigenanteil für Kursmaterial 25,00 €. Die übrigen Kosten werden von Ihrer Kranken- und Pflegekasse übernommen.

**Ein Tag für mich****Selbstfürsorge für Pflegende**

Menschen, die Angehörige oder Patienten pflegen, tragen tagtäglich extreme Belastungen. Dabei bleibt ihnen wenig Zeit, um nach sich selber zu schauen. In diesem Seminar erlernen Sie Strategien zur Selbstfürsorge mit klärendem Gespräch, Hand- und Fußmassage mit ätherischen Ölen und einer gemeinsamen Mittagspause. Wir fertigen ein Raumspray, ein Massageöl und einen Antistress-Inhalierstift. Elke Atzert ist Sozialpädagogin, Phyto- und Aromaexpertin, Bärbel Hauger ist Krankenschwester ausgebildet in Kinaesthetics, Massage- und Fussreflexzonen-therapeutin. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke.

**20133011**

Elke Atzert,

Bärbel Hauger

Samstag, 20.06.2020, 09:00 - 17:00

Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 70,00 €

NEU

**Osteoporose vorbeugen in Theorie und Praxis**

Mit der richtigen Ernährung, mit Bewegung und Vitamin D können Sie in jedem Lebensalter gegen Osteoporose vorbeugen! Lernen Sie in diesem Kurs an vier Abenden alles über Calcium, Vitamin D und gesunde Ernährung. Gemeinsam mit der Kursleiterin erarbeiten Sie mit Hilfe eines Ernährungstagebuchs viele Möglichkeiten für eine Optimierung Ihrer persönlichen Essgewohnheiten und erhalten praxistaugliche Bewegungstipps. In der Koch-Einheit am fünften Abend (18:00 - 21:00) setzen wir das Erlernte in die Praxis um und kochen leckere Gerichte, die leicht in den Alltag zu integrieren sind.

NEU

Bitte am letzten Abend eine Schürze, ein scharfes Messer und Behälter für Kostproben mitbringen.

**20133015**

Barbara Joos

5x Di. 16.06.2020 - 14.07.2020, 18:00 - 19:30

Kreuzerfeld-Realschule, Küche

Gebühr: 65,00 €, zzgl. ca. 20,00 € für Infomaterial und Lebensmittel (bitte zum Kurs mitbringen)

NEU

**Ortho-Bionomy®****Vortrag und Workshop**

Nähere Infos finden Sie auf Seite 37.

**2013010**

Susanne Seidel

Samstag, 27.06.2020, 10:30 - 13:00

Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 18,00 €

NEU

**Naturheilkunde und Hausmittel****Salbenherstellung aus Pflanzen**

Herstellung einer oder mehrerer Salben aus Kräutern, Blüten, Blättern und Wurzeln. Die Kursleiterin ist Phytotherapeutin und gibt im Kurs Erläuterungen zur Anwendung.

**20134005**

Sabine Friedrich

Samstag, 25.04.2020, 14:00 - 17:00

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebühr: 18,00 €, zzgl. Materialkosten je nach Verbrauch

**Räuchern mit Kräutern, Hölzern und Harzen**

Das Verglühen von Pflanzen war schon im Altertum ein altes Ritual zur Verbesserung der Atmosphäre im Raum. Räuchern kann auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene wirken. Die Kursleiterin ist Phytotherapeutin und gibt im Kurs Erläuterungen zur Methode des Räucherns, zu den einzelnen Räucherstoffen und deren Wirkweise.

**20134006**

Sabine Friedrich

Samstag, 14.03.2020, 14:00 - 17:00

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebühr: 18,00 €, zzgl. Material je nach Verbrauch

**Beewraps - die umweltfreundliche Verpackung**

Nähere Infos finden Sie auf Seite 30.

**20121040**

Bärbel Hauger, Elke Atzert

Freitag, 13.03.2020, 19:00 - 21:30

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 13,50 €, zzgl. ca. 7,00 € für Material

**Duftarmband aus Lava-, Halbedel- und Schmucksteinen herstellen**

Nähere Infos finden Sie auf Seite 30.

**20121010**

Elke Atzert

Bärbel Hauger

Freitag, 20.03.2020, 19:00 - 21:30

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 13,50 €, zzgl. ca. 10,00 € für Material

(Armband + Duftmischung)

**Feste Shampoos - Zero Waste**

Naturkosmetik ohne Plastikverpackung: wir stellen gemeinsam Shampooseife her, die mit ätherischen Ölen individuell auf Ihren Haartyp abgestimmt wird.

Bitte mitbringen: Seifendosen o.ä.

**2013403**

Elke Atzert, Bärbel Hauger

Freitag, 24.04.2020, 18:00 - 21:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 19,00 €, zzgl. ca. 4,00€ pro Seife

NEU

**Gesund und Fit im Alter****Gymnastik ab 70**

Ein abwechslungsreiches Programm zur Kräftigung, Haltung und Koordination. Spiel und Spaß kommen auch nicht zu kurz.

**20137207**

Cornelia Schumann-Heberle

11x Mo. 09.03.2020 - 29.06.2020, 17:00 - 18:00

Lindenschule, Turnhalle

Gebühr: 60,00 €

**20137208**

Cornelia Schumann-Heberle

12x Mo. 09.03.2020 - 29.06.2020, 18:00 - 19:00

Lindenschule, Turnhalle

Gebühr: 65,60 €

**Arthrosegymnastik**

Arthrose ist die weltweit häufigste Gelenkerkrankung. Die zunehmenden Gelenkschmerzen führen zu eingeschränkter Beweglichkeit und einem hohen Verlust an Lebensqualität. Mit gezielten Bewegungen gelingt es, die Muskulatur rund um die Gelenke zu stärken und so die Schmerzen zu lindern. Damit erhalten Sie Ihre Beweglichkeit und beugen schädigenden Schonhaltungen vor.

**20137209**

Annerose Amann-Schenk

15x Mi. 11.03.2020 - 15.07.2020, 16:30 - 17:30

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 82,00 €

**Tanzen 55+**

Tanzen trainiert das Gedächtnis, beugt Demenz vor, fördert die Beweglichkeit - Gesundheitsprävention, die Spaß macht! Wir tanzen Kreis- und Paartänze zu internationaler Tanzmusik. (Tanz)-PartnerInnen sind nicht erforderlich, Interessierte mit und ohne Vorkenntnisse sind gleichermaßen willkommen, der Schwierigkeitsgrad der Tänze richtet sich nach den Bedürfnissen der Teilnehmer.

**20137212**

Ute Schmidt-Boscheinen

10x Mo. 09.03.2020 - 25.05.2020, 10:00 - 11:00

Rottenburg, Saint-Claude-Straße 74 - 78,

Wohnheim Dätzweg, Mehrzweckraum 2. OG

Gebühr: 54,70 €

**20137213**

Ute Schmidt-Boscheinen

5x Mo. 15.06.2020 - 13.07.2020, 10:00 - 11:00

Rottenburg, Saint-Claude-Straße 74 - 78,

Wohnheim Dätzweg, Mehrzweckraum 2. OG

Gebühr: 27,50 €



## Spieletreff für Senioren und Seniorinnen

Nähere Infos finden Sie auf Seite 26.

**20110500**

Claudia Honecker

Einzeltermine: Fr. 06. und 20.03.20, 03.04., 15. und 29.05., 26.06., 10. sowie 24.07.20, jeweils von 14:30-16:30

Stadtbibliothek Seminarraum (2.OG), Königstr. 2, Rottenburg

Gebühr: kostenfrei, keine Anmeldung erforderlich

## Jeden Tag lebendig sein

Gesprächskreis für Menschen über 55 mit praktischen Übungen und vielen Anregungen.

Oftmals lernen wir den Wert unserer Gesundheit erst schätzen, nachdem wir eine schwere Krankheit durchlebt haben. Ebenso erfahren wir, dass wir in fast jeder Situation die Chance haben, unsere Gesundheit im Alltag ohne großen Zeitaufwand zu stärken. Achtsamer Umgang mit uns selbst hilft uns, auch in scheinbar ausweglosen Situationen unseren persönlichen Spielraum zum Guten zu wenden und führt auf Dauer zu mehr Wohlbefinden, Heiterkeit und Gelassenheit.

**20131307**

Dr. rer. nat. Max Binder

6x Mi. 11.03.2020 - 29.04.2020, 10:00 - 11:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG  
Nachträglicher Eintritt möglich!: 25,00 €

## Die Kunst, alt zu werden und dabei gesund zu bleiben

Durch achtsame Gestaltung unseres Lebensstils und die bewusste Nutzung der modernen Medizin ist es uns möglich, unser Leben so zu gestalten, dass wir Risikofaktoren meiden, Ruhe und Gelassenheit entwickeln und unser Leben lang fit und zufrieden sein können.

**20131307E**

Dr. rer. nat. Max Binder

Dienstag, 31.03.2020, 18:00 - 19:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Abendkasse: 5,00 €, keine Anmeldung erforderlich

## Gedächtnistraining

Nähere Infos finden Sie auf Seite 38.

**20131312**

Annette Rosner

4x Do. 23.04.2020 - 14.05.2020, 16:30 - 18:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG

Gebühr: 33,60 €



## Yoga

### Hatha Yoga für Alle

Mit einfachen, aufeinander aufbauenden Übungen stärken wir das Bewusstsein für Körper und Atem.

Bitte mitbringen: Matte

**20131013S**

Marianne Norz

12x Mi. 04.03.2020 - 17.06.2020, 19:30 - 21:00  
Lindenschule, Mehrzweckraum

Gebühr: 98,40 €

AOK

### Hatha Yoga für Alle

Mit einfachen, aufeinander aufbauenden Übungen stärken wir das Bewusstsein für unseren Körper und unseren Atem.

Bitte mitbringen: Matte

**20131003S**

Marianne Norz

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 17:00 - 18:30  
Lindenschule, Mehrzweckraum

Gebühr: 98,40 €

AOK

**20131004S**

Marianne Norz

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 18:45 - 20:15  
Lindenschule, Mehrzweckraum

Gebühr: 98,40 €

AOK

### Hatha Yoga

Erleben Sie durch regelmäßige Yogapraxis die heilende Kraft für Bewegung und Haltung, die regulierende Wirkung auf innere Prozesse und die zunehmende Ausgeglichenheit im Denken und Fühlen.

**20131007**

Anja Sautermeister

14x Di. 10.03.2020 - 07.07.2020, 17:20 - 18:20  
Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 77,00 €

**20131008S**

Monica Krabac

12x Mi. 04.03.2020 - 17.06.2020, 08:30 - 10:00  
Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 98,40 €

AOK

**20131009S**

Monica Krabac

12x Mi. 04.03.2020 - 17.06.2020, 10:00 - 11:00  
Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 65,60 €

AOK

## Power Yoga - Kraft für Körper und Seele

Die Ästhetik dieses kraftvollen Yogastiles liegt in den fließenden, tanzähnlichen Sequenzen, die dem Rhythmus der Atmung folgen. Es gibt auch eine ruhige Phase, in der wir mit YinYoga und Faszienrollen arbeiten. Willkommen sind alle, die Freude an Bewegung haben - gerne generationsübergreifend (von 15 bis 80 Jahren). Bitte bequeme Kleidung tragen. Yoga-Matten sind vorhanden. Falls gewünscht, bitte kleines Kissen mitbringen.

**20131012S**

N.N.

10x Mi. 04.03.2020 - 20.05.2020, 17:00 - 18:30  
Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 84,00 €

AOK

**Hatha Yoga für jede Lebensphase**

Körperhaltungen und Bewegungsabfolgen in Verbindung mit Atem, Meditation und Entspannungsübungen stärken unsere Selbstwahrnehmung und reduzieren die negativen Auswirkungen von Stress. Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke und ein kleines Kissen.

**20131016S**

Andrea Bantle

12x Do. 05.03.2020 - 02.07.2020, 19:30 - 21:00  
Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG  
Gebühr: 98,40 €

**AOK****Yoga in English (und deutsch) - An introduction for beginners**

In this workshop we will start with some gentle movements and breathing, work through a little theory, then practice together some of the most well known and beneficial yoga poses and end with deep relaxation, tea and farewells. This workshop will be held in English and the goal is deepening your understanding of yoga and enhancing your knowledge of English. Die Anleitungen werden auch in deutscher Sprache gegeben. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke, kleines Kissen oder Handtuch

**20131020**

Thekla Salmon

Sona Hannaleck

Samstag, 28.03.2020, 15:00 - 18:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 18,00 €, zzgl. ca. 2,00 € für Lebensmittel

**Anti-Aging mit Ayurveda und Yoga**

Lernen Sie den Jungbrunnen Ayurveda kennen: Wie wird der Alterungsprozess der Haut verlangsamt? Wie halte ich meinen Geist jung und bleibe ausgeglichen? In diesem Seminar wird Ihnen das ayurvedische Basiswissen bezüglich gesunder Ernährung, Bewegung und Mentaltechniken vermittelt. Nach einem Gesichtsmassageworkshop lernen Sie nährnde Gesichtspackungen herzustellen und anzuwenden. Bitte mitbringen: Yoga-Matte, bequeme Kleidung, Sitzkissen (falls vorhanden).

**20131022**

Monica Krabac

Samstag, 23.05.2020, 09:30 - 13:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 21,00 €, zzgl. ca. 5,00 € für Material (im Kurs zu zahlen)

**NEU****Kostenerstattung durch die Krankenkassen**

Bitte klären Sie im Vorfeld mit Ihrer Krankenkasse, ob eine individuelle Kostenübernahme für Ihren Kurs möglich ist. AOK-Versicherte können für die mit AOK gekennzeichneten Kurse einen anteiligen Zuschuss erhalten.

Gerne stellen wir Ihnen nach Abschluss Ihres Kurses auf Anfrage eine Teilnahmebescheinigung aus, sofern Sie an mindestens 80% der Kursstunden teilgenommen haben. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir Anfragen von Krankenkassen aus organisatorischen Gründen nicht beantworten können.

**Qigong****Qigong**

Qigong ist ein Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin und enthält viele Übungen zur Stärkung von Körper und Geist. Durch einfache, harmonische Bewegungen wird das Qi, die Lebensenergie, genährt, die Körperwahrnehmung sensibilisiert, die Selbstheilungskräfte aktiviert und ein allgemeines Wohlbefinden gefördert. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken

**20131104S**

Beate Geske

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 18:15 - 19:15  
Rotenburg, Saint-Claude-Straße 74 - 78, Wohnheim Dätzweg, Mehrzweckraum 2. OG

Gebühr: 65,60 €

**AOK****20131105S**

Beate Geske

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 19:15 - 20:15  
Rotenburg, Saint-Claude-Straße 74 - 78, Wohnheim Dätzweg, Mehrzweckraum 2. OG

Gebühr: 65,60 €

**AOK****Qigong****Die 18 Übungen der Harmonie**

Qigong basiert auf drei Säulen: achtsame Bewegungen, Atmung und Vorstellungskraft. Es bietet die Möglichkeit, über die Bewegung zur Ruhe zu kommen, die Wahrnehmung zu vertiefen und das körperliche Wohlbefinden zu stärken. In diesem Kurs vertiefen wir die Übungsreihe. Der Einstieg ist für Geübte möglich.

Bitte mitbringen: Warme Socken und Decke. Geübt wird in bequemer Kleidung

**20131107**

Gilla Geilen-Maier

Harald Maier

12x Mo. 16.03.2020 - 29.06.2020, 19:15 - 20:15

Bewegungsraum Kinderhaus Dätzweg, Erasmusstraße 48, 72108 Rotenburg am Neckar

Gebühr: 65,60 €

**Qigong**

Wir wollen den Körper mit sanften Bewegungen lockern, den Geist zur Ruhe bringen, entspannt sein und trotzdem voller Energie! Während der meditativen Einheiten wird Stille erlebbar. In diesem Kurs wird auch mit dem IDOGO®-Stab (Holzstab, der locker in den Händen liegt) geübt.

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken oder dünne Schuhe mitbringen. Die IDOGO®-Stäbe werden gestellt.

**20131110S**

Claudia Kehrle

12x Di. 10.03.2020 - 23.06.2020, 10:30 - 11:30

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 65,60 €

**AOK****Qigong**

Wir wollen den Körper mit sanften Bewegungen lockern, den Geist zur Ruhe bringen, entspannt sein und trotzdem voller Energie! Während der meditativen Einheiten





wird Stille erlebbar.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und warme Socken

#### 20131115

Claudia Kehrle  
12x Do. 05.03.2020 - 02.07.2020, 19:30 - 20:30  
Lindenschule, Mehrzweckraum  
Gebühr: 65,60 €

AOK

#### Qigong am Samstag

Menschen, die viele Gedanken bewegen oder von körperlichen Beschwerden belastet sind, können mithilfe der Qigong-Übungen lernen, Blockademuster aufzulösen und den Körper und die Gedanken zu stärken, um wieder beweglicher und sorgenfrei zu werden.

#### 20131128

Annabelle Herter  
4x Sa. 07.03.2020 - 28.03.2020, 09:00 - 10:30  
Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG  
Gebühr: 39,00 €

NEU

#### Qigong für die Organe Magen/Milz

Menschen, die sich oft müde fühlen, die von Sorgen regelrecht niedergedrückt werden oder auch von Verdauungsbeschwerden belastet sind, können mithilfe der Magen/Milz-Qi-Übung lernen, Blockaden zu lösen, die Muskeln und das Bindegewebe zu stärken, beweglicher zu werden und auch das Gewicht zu regulieren.

#### 20131127

Annabelle Herter  
Samstag, 20.06.2020, 15:00 - 18:00  
Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG  
Gebühr: 22,00 €

#### Qigong für die Organe Herz/Dünndarm

Menschen, die oft nicht zur Ruhe kommen und von den eigenen, immer wiederkehrenden Fragen blockiert werden oder von Herz-, Schulter-, Ellenbogen-, und Handgelenkschmerzen belastet sind, können mithilfe der Herz/Dünndarm-Qi-Übungen körperliche und geistige Blockaden lösen.

#### 20131126

Annabelle Herter  
Samstag, 18.07.2020, 15:00 - 18:00  
Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

NEU

#### Stressabbau

#### Autogenes Training

Mit Autogenem Training nutzen Sie die Kraft Ihrer Gedanken für mehr Ruhe und Entspannung. Durch das Schulen der Achtsamkeit mithilfe von Autosuggestionen können Sie in Stresssituationen gelassener bleiben, Verspannungen lösen, Schlafstörungen und Schmerzen positiv beeinflussen. Regelmäßig angewandt, hilft Autogenes Training Ihnen, Ihr inneres Gleichgewicht zu erhalten. Bitte mitbringen: bequeme Alltagskleidung, Socken, Kissen, Decke

#### 20131207

Claudia Wölfel  
9x Do. 12.03.2020 - 28.05.2020, 18:00 - 19:00  
Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG  
Gebühr: 49,20 €

#### Einführungsabend zur Achtsamkeitsschulung (MBSR)

An diesem Abend lernen Sie das MBSR Programm und die Methoden in verkürzter Form durch die drei Grundübungen kennen und erhalten einen Überblick, wie Achtsamkeit in der Bewältigung von Stress wirkt. Die Dozentin ist ausgebildete MBSR-Lehrerin und Mitglied im MBSR-Verband.

#### 20131208S

Sabine Tappe-Bauer  
Montag, 30.03.2020, 19:00 - 21:30  
Achtsamkeitswerkstatt Sabine Tappe-Bauer, Pillauer Weg 2  
Gebühr: 35,00 €

AOK

#### Didgeridoo: Spiel-Kurs

Nähere Infos finden Sie auf Seite 33.

#### 20121340

Anthony Nachbauer  
Donnerstag, 14.05.2020, 18:00 - 21:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG  
Gebühr: 19,80 €, zzgl. 5,00 € bei Ausleihen des Instruments

#### Rund um den Rücken

#### Wirbelsäulengymnastik

Gelenkschonende Gymnastik und Körperwahrnehmung stabilisieren den Rücken, lösen Verspannungen, verbessern die Haltung. Hinweise helfen die Wirbelsäule im (Arbeits-) Alltag zu entlasten.

#### 20132102S

Susanne Seidel  
12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 09:35 - 10:35  
Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG  
Gebühr: 65,60 €

AOK

#### 20132106S

Susanne Reiner  
12x Di. 10.03.2020 - 23.06.2020, 19:00 - 20:00  
Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG  
Gebühr: 65,60 €

AOK

#### 20132107S

Susanne Reiner  
12x Di. 10.03.2020 - 23.06.2020, 20:00 - 21:00  
Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG  
Gebühr: 65,60 €

AOK

#### 20132110S

Nicole Haug  
13x Di. 10.03.2020 - 07.07.2020, 08:15 - 09:15  
Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG  
Gebühr: 71,00 €

AOK

#### 20132111S

Nicole Haug  
13x Di. 10.03.2020 - 07.07.2020, 09:20 - 10:20  
Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG  
Gebühr: 71,00 €

AOK

#### 20132119S

Susanne Seidel  
12x Do. 05.03.2020 - 02.07.2020, 18:00 - 19:00  
Wurmlingen, Grundschule, Gymnastikhalle  
Gebühr: 65,60 €

AOK

#### 20132122

Cornelia Schumann-Heberle  
12x Do. 05.03.2020 - 25.06.2020, 18:00 - 19:00  
Lindenschule, Turnhalle  
Gebühr: 65,60 €

AOK

#### 20132125S

Stefanie Maier  
12x Fr. 06.03.2020 - 03.07.2020, 08:15 - 09:15  
Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG  
Gebühr: 65,60 €

AOK

#### 20132126S

Stefanie Maier  
12x Fr. 06.03.2020 - 03.07.2020, 09:20 - 10:20  
Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG  
Gebühr: 65,60 €

AOK

#### Beckenboden- und Wirbelsäulengymnastik

Der Beckenboden und die Rückenmuskulatur wirken stabilisierend auf den Rumpf und die aufrechte Haltung. Sanfte Dehnungs- und Kräftigungsübungen zur Unterstützung

des Beckenbodens und für die aufrechte Haltung bilden ein Konzept für alle Altersgruppen. Der Kurs ist auch geeignet für Männer.

Bitte mitbringen: Handtuch und bequeme Kleidung

**20132103S**

Susanne Seidel

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 10:40 - 11:40

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 65,60 €

AOK

**20132118S**

Susanne Seidel

12x Do. 05.03.2020 - 02.07.2020, 08:30 - 09:30

Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 65,60 €

AOK

**Rücken- und Faszientraining**

Faszien durchziehen unseren Körper, stabilisieren ihn und halten ihn aufrecht. Die Arbeitswelt und das Alltagsverhalten sind für unseren Rücken häufig belastend. Wir versuchen durch sensomotorisches Training, funktionelle Gymnastik und Faszientraining den ganzen Körper gesund zu erhalten. Es werden Rollen und andere Kleingeräte eingesetzt.

**20132105S**

Susanne Reiner

12x Di. 10.03.2020 - 23.06.2020, 08:30 - 09:30

Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 65,60 €

AOK

**Rücken- und Haltungstraining**

Viele Menschen leiden an Haltungsschäden, die zu Rückenschmerzen, Verspannungen der Halsmuskulatur und Kopfschmerzen führen. Ein Mix aus einfachen Dehn- und Kräftigungsübungen helfen uns, eine Aufrichtung des Körpers zu erarbeiten. Die Übungen lassen sich gut in den Alltag zu Hause integrieren und Beschwerden können dauerhaft verbessert werden.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch, evtl. ein Haargummi

**20132116**

Renate Adrigan

5x Di. 30.06.2020 - 28.07.2020, 10:30 - 12:00

Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 42,00 €, zzgl. 4,50 € für Skript (im Kurs zu bezahlen)

**Gymnastik für die Sozialstation****20132123**

Annerose Amann-Schenk

15x Do. 12.03.2020 - 23.07.2020, 19:00 - 20:00

Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 70,00 €

**Fitness & Gymnastik****Bauch, Beine, Po**

Die Bereiche Bauch, Beine, Po werden bei fetziger Musik gezielt trainiert und die gesamte Fitness und Körperhaltung gefördert. Bitte mitbringen: Hallenturnschuhe, Handtuch, bequeme Kleidung

**20132204**

Oksana Gryshova-Wolf

16x Mo. 09.03.2020 - 20.07.2020, 17:00 - 18:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 87,50 €

**Power Fitness**

Nach einem kurzen Warm-Up wird zu Musik aus den Charts die Kondition trainiert und der Körper gestrafft, die Rücken- und Schultermuskulatur gekräftigt und die Problemzonen bearbeitet.

Bitte mitbringen: Handtuch und Hallenturnschuhe

**20132205**

Oksana Gryshova-Wolf

16x Mo. 09.03.2020 - 20.07.2020, 18:05 - 19:05

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 87,50 €

**20132206**

Oksana Gryshova-Wolf

16x Mo. 09.03.2020 - 20.07.2020, 19:15 - 20:15

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 87,50 €

**20132207**

Oksana Gryshova-Wolf

16x Mo. 09.03.2020 - 20.07.2020, 20:20 - 21:20

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 87,50 €

**Fitness- und Ausgleichsgymnastik für Frauen**

Durch die gymnastischen Übungen werden Verspannungen gelöst, Rücken- und Haltungsschäden günstig beeinflusst und die allgemeine Beweglichkeit gesteigert. Sanfte Dehnübungen runden die Stunde ab. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

**20132213**

Ursula Stöckle

15x Mi. 04.03.2020 - 08.07.2020, 17:30 - 18:30

Weiler, Bürgerhaus, Großer Saal

Gebühr: 82,00 €

**20132214**

Ursula Stöckle

15x Mi. 04.03.2020 - 08.07.2020, 18:30 - 19:30

Weiler, Bürgerhaus, Großer Saal

Gebühr: 82,00 €

**Fitness-Cocktail auch für Männer**

Eine Kombination aus Kraft und Ausdauer, ein anspruchsvolles Workout zu mitreißender, aktueller Musik. Für alle, die Spaß an der Bewegung haben. Nach einem kurzen Warm-Up wird die Kondition trainiert und die Muskulatur gekräftigt. Ein Stretching zu ruhiger Musik rundet die Stunde ab.

**20132216**

Ines Geiger

15x Mi. 04.03.2020 - 08.07.2020, 18:30 - 19:30

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 82,00 €

**20132217**

Ines Geiger

15x Mi. 04.03.2020 - 08.07.2020, 19:30 - 20:30

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 82,00 €

**Fitness Mix - Fit im Alltag**

Das Workout verbessert Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination zu Gute-Laune-Musik. Mit abwechslungsreichen Übungen trainieren wir den Körper, steigern unsere Kraft und Beweglichkeit und verbessern unsere Kondition.

Bitte mitbringen: Handtuch

**20132224**

Alexandra Valmyr

15x Do. 05.03.2020 - 16.07.2020, 08:30 - 09:30

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 82,00 €

**HOPin® Fitness****Bodyshape für Frauen**

Hula Hoop kann jeder lernen. Ein Reifen mit absolutem Suchtfaktor, bei dem der Spaß so groß ist, dass man den Trainingseffekt kaum bemerkt. Beim HOPin® Fitness werden Techniken des Reifenschwingsens geübt und nebenbei der Beckenboden trainiert, die Taille geformt und die Kondition gefördert. Workoutübungen bringen zusätzliche Fitness. Spaß trifft Effizienz - Happy HOPin! Reifen sind vorhanden und müssen nicht mitgebracht werden.

**20132228**

Lena Tielsch

10x Do. 23.04.2020 - 16.07.2020, 17:00 - 18:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 53,30 €

**20132230**

Lena Tielsch

Samstag, 21.03.2020, 11:00 - 13:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 14,00 €

**Jumping® Fitness für EinsteigerInnen**

Sie haben Lust auf das Fitness-Workout, fühlen sich aber noch nicht so fit? Dann ist dieser Kurs für EinsteigerInnen das Richtige für Sie! Dieses Workout auf Trampolinen macht Spaß, stärkt und strafft alle Körperpartien und kurbelt die Fettverbrennung an.

Bitte mitbringen: Handtuch, Hallenturnschuhe und Getränke

Um Mithilfe beim Auf- und Abbau wird gebeten.

**20132231**

Danka Landwehrs

10x Mi. 18.03.2020 - 17.06.2020, 11:15 - 12:15

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 60,00 €

**20132233**

Silvana Jakimovski

10x Fr. 20.03.2020 - 26.06.2020, 19:00 - 20:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 60,00 €

**Jumping® Fitness****Mittelstufe bis Fortgeschrittene**

Die Kombination aus schweißtreibendem Ausdauertraining und energiegeladener Musik ist motivierend und effektiv. Hier verbrennen wir dreimal so viel Kalorien wie beim Joggen und schonen die Gelenke.

Bitte mitbringen: Handtuch, Hallenturnschuhe und Getränke

Um Mithilfe beim Abbau wird gebeten.

**20132235**

Silvana Jakimovski

10x Fr. 20.03.2020 - 26.06.2020, 20:15 - 21:15

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 60,00 €

Bitte beachten Sie unsere Tanzkurse auf S. 33.

**Pilates****Pilates für AnfängerInnen**

Das Ganzkörpertraining kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken und die Körpermitte. Pilates kräftigt und dehnt die tiefen Muskeln. Die Bewegungen werden sehr konzentriert ausgeführt.

Bitte mitbringen: Handtuch, warme Strümpfe und bequeme Kleidung

**20132302S**

Marianne Stegemann

12x Mo. 09.03.2020 - 29.06.2020, 19:00 - 20:00

Rettungszentrum, Raum Z4, 2. OG

Gebühr: 65,60 €

AOK

**Pilates**

Das Ganzkörpertraining kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken und die Körpermitte. Pilates kräftigt und dehnt die tiefen Muskeln. Die Bewegungen werden sehr konzentriert ausgeführt.

Bitte mitbringen: Handtuch, warme Strümpfe und bequeme Kleidung

**20132304**

Ines Geiger

15x Do. 05.03.2020 - 16.07.2020, 09:30 - 10:30

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 82,00 €

**Pilates für Teilnehmende mit Vorkenntnissen**

Ein ausgewogenes Programm nach dem Trainingskonzept von Joseph Pilates, bestehend aus Kräftigungs- und Dehnungsübungen, stärkt die Körpermitte, verbessert die Körperhaltung, Beweglichkeit und die Körperwahrnehmung. Grundkenntnisse des „Pilates“ werden vorausgesetzt.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Sportkleidung, Handtuch

**20132306**

Sonja Maucher

14x Mi. 11.03.2020 - 08.07.2020, 17:00 - 18:00

Lindenschule, Mehrzweckraum

Gebühr: 76,50 €

**Piloxing®: Pilates trifft auf Boxen**

Kurs für Fortgeschrittene und Beginner Piloxing® ist ein Intervall-Training, bei dem kraftvolle Box-Bewegungen mit den Übungen von Pilates kombiniert werden. Neben Körperstraffung, Muskelaufbau und Fettverbrennung werden Ausdauer und Beweglichkeit gefördert. Box-Elemente stärken das Herz-Kreislauf-System, Pilates-Übungen zielen auf die tieferliegende Muskulatur ab.

**20132308**

Jana Saile

15x Mo. 09.03.2020 - 13.07.2020, 20:30 - 21:30

Lindenschule, Turnhalle

Gebühr: 82,00 €



NEU

### Nein heißt Nein! Selbstbehauptung für Frauen. Workshop

An diesem Nachmittag lernen Sie verschiedene Möglichkeiten der Selbstverteidigung kennen. Die Verbesserung von Konzentrationsfähigkeit und Koordination, die Stärkung des Selbstvertrauens ist Ziel des Workshops. Voraussetzungen sind keine erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sportschuhe

#### 20132320

Hartmuth Mergner

Samstag, 16.05.2020, 15:00 - 17:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 14,00 €

### Wassergymnastik

### Jede kann schwimmen lernen! Schwimmkurs für Frauen

Sie möchten schwimmen lernen? In unserer kleinen Schwimmgruppe für Frauen werden Sie von Stunde zu Stunde sicherer im Wasser! In den Kursgebühren ist der Eintritt ins Rottenburger Hallenbad nicht enthalten. Wir empfehlen den Kauf einer 10er-Karte.

#### 20132510

Claudia Honecker

10x Mi. 04.03.2020 - 20.05.2020, 16:30 - 17:15

Hallenbad, Rottenburg

Gebühr: 39,00 €

### Aqua-Fit

Bewegung im Wasser ist gelenkschonend, fördert die Balance und wirkt kräftigend auf die Muskulatur. Wassertiefe: 120 cm, für NichtschwimmerInnen geeignet. In den Kursgebühren ist der Eintritt ins Rottenburger Hallenbad nicht inbegriffen. Wir empfehlen den Kauf einer 10er-Karte.

#### 20132508

Cornelia Schumann-Heberle

9x Di. 10.03.2020 - 30.06.2020, 17:45 - 18:30

Hallenbad, Rottenburg

Gebühr: 53,00 €

#### 20132509

Cornelia Schumann-Heberle

9x Di. 10.03.2020 - 30.06.2020, 18:30 - 19:15

Hallenbad, Rottenburg

Gebühr: 53,00 €

### Aqua-Jogging

Bewegung im Wasser ist gelenkschonend, fördert die Balance und wirkt kräftigend auf die Muskulatur. Durch verschiedene Geräte wird das Training abwechslungsreich. Wassertiefe 1,50 m, Auftriebshilfen werden gestellt. Teilnehmende sollten schwimmen können. In den Kursgebühren ist der Eintritt ins Rottenburger Hallenbad nicht inbegriffen. Wir empfehlen den Kauf einer 10er-Karte. Das Bad kann damit nach dem Kurs ggf. weiter genutzt werden.

#### 20132512

Cornelia Schumann-Heberle

Yvonne Bergmeister

13x Mi. 04.03.2020 - 24.06.2020, 18:30 - 19:30

Hallenbad, Rottenburg

Gebühr: 78,00 €

#### 20132513

Cornelia Schumann-Heberle

Yvonne Bergmeister

13x Mi. 04.03.2020 - 24.06.2020, 19:30 - 20:30

Hallenbad, Rottenburg

Gebühr: 78,00 €

### Outdoor

### Segeln lernen mit Spaß

Dieser Kompaktkurs bietet Ihnen die theoretische Ausbildung für das Bodenseeschifferpatent (Segeln und Motor). Der Unterricht kann mit einer theoretischen Prüfung beim Landratsamt Friedrichshafen abgeschlossen werden. Für die praktische Segelausbildung und Motorbootausbildung 2020 bietet Ihnen die Segelschule Yachtcharter Überlingen einen Frühbucherrabatt von 10% auf die Preise des Jahres 2020. Das Bodenseeschifferpatent kann ohne weitere Prüfung auf den Sportbootführerschein Binnen umgeschrieben werden.

In Kooperation mit der Segelschule Yachtcharter Überlingen.

Bitte mitbringen: rote und grüne Farbstifte

#### 20132603

Klaus Ferstl

Sa., 28.03.2020 u. So., 29.03.2020, 09:00 - 18:00

vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG

Gebühr: 110,00 €

### Walking mit YoungGo

Nähere Infos finden Sie auf Seite 71.

#### 20132604G

Astrid Foerster-Neumann

12x Di. 21.04.2020 - 21.07.2020, 17:30 - 19:00

Treffpunkt: Sportplatz Baisingen

Gebühr: 89,00 €

### Golf Schnupperkurs

An einem Nachmittag können Sie unter professioneller Anleitung im Golfclub Schloss Weitenburg das Golfspielen ausprobieren. Für Erwachsene. Kinder ab 12 Jahren können in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen.

Ausrüstung wird gestellt; Sie brauchen nur Sportschuhe und bequeme Kleidung.

#### 20132604C

Golfclub Schloss Weitenburg AG

Samstag, 04.04.2020, 14:00 - 16:00

Golfclub Schloss Weitenburg AG, Sommerhalde

11, 72181 Starzach-Sulzau

Gebühr: 58,00 €

#### 20132605C

Golfclub Schloss Weitenburg AG

Samstag, 18.04.2020, 14:00 - 16:00

Golfclub Schloss Weitenburg AG, Sommerhalde

11, 72181 Starzach-Sulzau

Gebühr: 58,00 €

#### 20132606C

Golfclub Schloss Weitenburg AG

Samstag, 25.04.2020, 14:00 - 16:00

Golfclub Schloss Weitenburg AG, Sommerhalde

11, 72181 Starzach-Sulzau

Gebühr: 58,00 €



## Golf Platzreifekurs

Mit einem ausgebildeten Golflehrer erlernen Sie die Grundtechniken des Golfspiels und das wichtigste Regelwerk. Nach erfolgreich absolvierter Prüfung am letzten Termin sind Sie berechtigt, auf den meisten öffentlichen Golfplätzen zu spielen. Kinder ab 12 Jahren können in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen.

Ausrüstung wird gestellt; Sie brauchen nur Sportschuhe und bequeme Kleidung.

### 20132610C

Golfclub Schloss Weitenburg AG

5x Sa. 18.04.2020 - 23.05.2020, 14:00 - 18:00

Golfclub Schloss Weitenburg AG, Sommerhalde 11, 72181 Starzach-Sulzau

Gebühr: 270,00 €, inkl. Leihhausrüstung, Übungsbälle, Prüfungsgebühr und unbegrenzter Nutzung der Übungs-Anlage

## Mountainbike für Einsteiger und Wiedereinsteiger

Technik, Sicherheit und Fahrspaß auf dem Mountainbike. Dieser Schnupperkurs richtet sich an Neulinge und WiedereinsteigerInnen. Los geht es mit den wichtigsten Basics: Balance, Bremsen, Stufen und enge Kurven. Das Gelernte wenden wir dann auf einer ein- bis zweistündigen Tour im Gelände an.

Mindestalter: 15 Jahre.

Anmeldeschluss: 28.03.20

Der Kurs wird in Kooperation mit dem DAV Deutscher Alpenverein Sektion Rottenburg angeboten und von Fachübungsleitern des DAV Sektion Rottenburg geleitet. Zur Anfahrt siehe auch die Homepage des Vereins: [www.alpenverein-rottenburg.de](http://www.alpenverein-rottenburg.de).

Ausrüstung: funktionssicheres Mountainbike, Helm, Brille, Handschuhe, Licht. Auch Pedelecs.

### 20132614

Gerhard Lude

Samstag, 25.04.2020, 14:00 - 18:00

Kletterwand des DAV Rottenburg im Baresel-Steinbruch.

Gebühr: 30,00 €

## Felsklettern. Einsteigerkurs für Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren

Auf dem Wiesfels bei Reutlingen geht es auf leichten Kletterrouten zum höchsten Punkt. Da die Teilnehmenden es alleine schaffen, den höchsten Punkt zu erreichen, ist das Glücksgefühl groß. Während des Kurses werden grundlegende Sicherungs- und Kletterkenntnisse vermittelt. Erfahrene Lehrkräfte weisen die Teilnehmenden mit Kenntnis und Geduld ein. Krönender Abschluss ist das Abseilen vom Fels. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnahme



erfolgt auf eigene Gefahr.

In Kooperation mit Black Forest Magic/Feldberg Bitte mitbringen: Sonnencreme, Kopfbedeckung Regenjacke, Getränk (keine Glas), Snack

### 20132619

Thomas Bühner,

Black Forest Magic/Feldberg

So, 17.05.2020, 09:15 - 14:45

verbindlicher Ersatztermin bei Schlechtwetter:

24.05.2020

Treffpunkt: Wanderparkplatz St. Johann, Gestütshof

Gebühr: 55,00 €, Kletterausrüstung wird zur Verfügung gestellt

NEU

## Stand-Up-Paddling für Erwachsene und Jugendliche ab 13 Jahren

Beim Stand-up-Paddling stehen Sie auf einem Surfboard und fahren mit einem Paddel stehend vorwärts. Lernen Sie die richtige Paddel- und Steuerungstechnik von einem Profi. Teilnahme auf eigene Gefahr, alle TeilnehmerInnen müssen schwimmen können und Kinder unter 16 Jahren müssen in Begleitung Erwachsener sein. Der Kurs findet auch bei leichtem Regen statt. Bitte mitbringen: Badekleidung, Sonnencreme, Kopfbedeckung, Regenjacke, Turnschuhe/Sandalen, Getränk (keine Glasflaschen), Snack

### 20132620

Thomas Bühner, Black Forest Magic/Feldberg

Sa, 23.05.2020, 11:00 - 13:00

verbindlicher Ersatztermin: Sa, 13.06.2020, 11:00-13:00

Treffpunkt: Parkplatz Badesees Epple, 72138

Kirchentellingsfurt

Gebühr: 44,00 €, für Teilnehmende von 13 - 16 Jahren: 35,00 €

Paddel, Schwimmweste und Surfboards werden kostenfrei zur Verfügung gestellt. Ein Neoprenanzug ist gegen Aufpreis von 10,00 € vor Ort erhältlich.

## Raftingtour auf dem Altrhein für Erwachsene und Familien

Die kentersicheren, großen Rafting-Schlauchboote eignen sich optimal für Erwachsene und Kinder ab acht Jahren, die das Rafting kennenlernen möchten. Der idyllische Altrhein ist zwischen Istein und Bad Bellingen gut befahrbar und garantiert ein aufregendes Paddelerlebnis, denn auf der Tour treffen wir auf mehrere leichte Stromschnellen. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich, Einweisung und Tourbegleitung durch Raftingguides. Vor Ort müssen die Teilnehmenden beim Ein- und Aussetzen der Boote helfen. Teilnahme auf eigene Gefahr, alle (!) TeilnehmerInnen müssen schwimmen können und Kinder unter 16 Jahren müssen in Begleitung Erwachsener sein.

Bitte mitbringen: Sonnencreme, Kopfbedeckung, Regenjacke, Turnschuhe/Sandalen, Getränk (keine Glasflaschen), Snack

### 20132623

Thomas Bühner, Black Forest Magic/Feldberg

So, 21.06.2020, 14:00 - 17:00

verbindlicher Ersatztermin: 05.07.2020

Individuelle Anreise zum Treffpunkt. Vom Endpunkt der Tour erfolgt die Rückfahrt zum Abfahrtsort wahlweise mit einem kostenlosen Shuttleservice oder Fahrgemeinschaften.

Treffpunkt: Sportplatz Istein, Neue Straße 90, 79588 Efringen-Kirchen

Gebühr: 29,00 €, für Kinder bis 16 Jahren: 25,00 € inkl. Guide und Leihmaterial.

## Essen und Trinken



## Regionale Küche

**Knödelvielfalt:** Semmel-, Speck-, Kräuter- und Käseknödel

Knödel sind nicht nur eine hervorragende Beilage für Fleischgerichte. Vielmehr können sie als eigenständiges Hauptgericht bestehen und erfreuen damit Menschen, die ihren Fleischkonsum im Sinne der Nachhaltigkeit und aus gesundheitlichen Erwägungen heraus beschränken möchten.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Messer, Schneidebrett, ein bis zwei mittelgroße Schüsseln, Gefäße für Kostproben

**20135100**

Anneliese Braitmaier

Freitag, 13.03.2020, 19:00 - 22:00

Kreuzerfeld-Realschule, Küche

Gebühr: 15,00 €, zzgl. ca. 11,00 € für Lebensmittel inkl. Rezeptheft

**Gewickelt und gerollt**

An diesem Abend rollen, wickeln und umhüllen wir Gemüse, Obst, Getreide und Fleisch zu Rouladen, Wraps, Rollen und Täschchen. Die Rezeptauswahl deckt ein ganzes Menü ab und Gebäck kommt auch nicht zu kurz.

Bitte mitbringen: Schürze, scharfes Messer, gut schließender Behälter für Kostproben

**20135101**

Martina Meyer

Barbara Joos

Dienstag, 05.05.2020, 18:15 - 21:15

Kreuzerfeld-Realschule, Küche

Gebühr: 15,00 €, zzgl. ca. 12,00 € für Lebensmittel

**Salate bunt gemischt**

Salate haben immer Saison. Ob als Beilage, Grillbegleiter, Vitaminschub oder erfrischende Hauptspeise, Salate sind überall in der Welt beliebt. In diesem Kurs bereiten wir Salate in verschiedenen Varianten zu. Mal deftig, mal fruchtig, als Rohkostsalat oder gekocht und auch mal mit Getreide und Hülsenfrüchten.

Bitte mitbringen: Schürze, scharfes Messer, gut schließender Behälter für Kostproben

**20135111**

Martina Meyer

Barbara Joos

Dienstag, 19.05.2020, 18:15 - 21:15

Kreuzerfeld-Realschule, Küche

Gebühr: 15,00 €, zzgl. ca. 10,00 € für Lebensmittel

**Sommerliche Gerichte mit Beeren und anderen Früchten**

Beeren und andere Sommerfrüchte stecken voller Nährstoffe und haben darüber hinaus wenig Kalorien. Gemeinsam kochen wir süße wie auch herzhaftere Speisen, deren Aroma durch erlesene Öle intensiviert wird. Wie z.B. Sommersalat mit Blaubeeren, Nüssen und Feta, Putenspieße mit Trauben-Chutney, Bandnudeln mit Broccoli und Himbeeren, Nektarinsalat mit Kräutern und Walnüssen und als Dessert: Bunte Beeren und Aprikosenküchlein.

Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben

**20135108**

Sona Hannaleck

Freitag, 03.07.2020, 18:15 - 22:15

Kreuzerfeld-Realschule, Küche

Gebühr: 18,00 €, zzgl. ca. 14,00 € für Lebensmittel inkl. Bowle mit und ohne Alkohol

**Essbare Blüten****Delikatessen aus Rosen**

Rosen sind nicht nur wunderschön, man kann aus Ihnen auch einfache bis raffinierte Gerichte zaubern! Unser Rosenmenü im Sommer: Rosenbutter-Schnittchen mit Rosensalat, Rosenquark mit Kräuteromelett, Rosenblüten, Panna Cotta mit (Rosen)-Himbeer-Soße.

Claudia Sandler ist Wildpflanzenpädagogin und Floristin.

Bitte mitbringen: Schürze, kleine Behälter für Kostproben

**20135112**

Claudia Sandler

Mittwoch, 15.07.2020, 18:00 - 21:00

Kreuzerfeld-Realschule, Küche

Gebühr: 15,00 €, zzgl. 9,00 € für Lebensmittel

## Internationale Küche

**Thailändische Genüsse aus dem Wok**

Feurig, exotisch, unbekannt. Entdecken Sie die thailändische Küche mit diesen Gerichten: Tom Kha Gai, Grünes Curry mit Gemüse und Hähnchen, gebratene Reismudeln und Bananen in Kokosmilch.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, scharfes Messer, Wok (falls vorhanden).

Kleine Gefäße für Kostproben

**20135701**

Phi-Yen Pham

Mittwoch, 25.03.2020, 18:00 - 22:00

Kreuzerfeld-Realschule, Küche

Gebühr: 18,00 €, zzgl. ca. 12,00 € für Lebensmittel

**Vegetarian Soul Food köstliche Seelenwärmer**

Was gibt es Wohltuenderes als wohlschmeckende Gerichte zu genießen, die den Körper von innen wärmen? Egal, ob mit süßer Fruchtnote, klassisch zubereitet oder gut gewürzt - in diesem Kurs ist für jeden etwas dabei: leichte, vitaminreiche vegetarische und schmackhafte Gerichte, z.B. hausgemachtes Hummus mit verschiedenen Sorten Gemüse, Grüner Saft, Thai-Salat, gebackenes Gemüse in Paprika-Nuss-Kruste, Pilzrisotto, Muffins mit getrockneten Früchten, Nüssen und Samen mit Sahne u.a.m.

Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben

**20135702**

Thekla Salmon

Sona Hannaleck

Freitag, 27.03.2020, 18:15 - 22:15

Kreuzerfeld-Realschule, Küche

Gebühr: 18,00 €, zzgl. ca. 14,00 € für Lebensmittel inkl. Getränke

**Lust auf Fernöstliches aus dem Wok?**

Tauchen Sie ein in die magische Welt der fernöstlichen Köstlichkeiten! Zubereitet werden u.a. Glasnudelsuppe, Sesamtaschen, Kung Pao Hähnchen...

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, scharfes Messer, Wok (falls vorhanden)

**20135704**

Phi-Yen Pham

Mittwoch, 29.04.2020, 18:00 - 22:00

Kreuzerfeld-Realschule, Küche

Gebühr: 18,00 €, zzgl. 12,00 € für Lebensmittel

## Vegetarisch-indische Küche (neue Rezepte)

Willkommen zu einer kulinarischen Reise ins Land der Maharadschas! Sie erfahren einiges über die Kultur und Lebensart der Heimatregion Ihrer Kursleiterin. Gemeinsam lauschen wir der klassischen Musik Indiens und last but not least: bereiten wir ein üppiges vegetarisches Festmahl zu. Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben

**20135705**

Sona Hannaleck  
Samstag, 09.05.2020, 16:15 - 20:15  
Kreuzerfeld-Realschule, Küche  
Gebühr: 18,00 €, zzgl. ca. 13,00 € für Lebensmittel inkl. Getränke

## Kochen für Singles mit Tapas, Sangria und Sherry

Entdecken Sie die Welt der köstlichen Tapas! Sie sind klein, lecker und so vielseitig, dass sie jedes Buffet bereichern. In entspannter Atmosphäre bereiten wir gemeinsam einige Varianten zu. Mit Sherry, selbstgemachter Sangria und temperamentvoller Musik erleben wir den Geschmack des sonnigen Spaniens und erfahren, dass Kochen Leidenschaft bedeutet!

Bitte mitbringen: Kleine Gefäße für Kostproben.

**20135716**

Sona Hannaleck  
Freitag, 22.05.2020, 18:15 - 22:15  
Kreuzerfeld-Realschule, Küche  
Gebühr: 18,00 €, zzgl. ca. 15,00 € für Lebensmittel inkl. Getränke

## Kulinarische Asienreise mit sommerlichen Cocktails

Heute Abend ist eine Reise quer durch Asien angesagt. Wir kochen und kosten gemeinsam vietnamesische Frühlingsrollen, malaysisches Curry mit Reis, thailändisches Pad Thai, laotischen Salat, Thai Gemüsecurry mit Reis, gebackenes Obst mit Eiscreme und einige Cocktails wie Greyhound, Screwdriver, Gin Tonic, Summer Cocktail und Gin Tonic Blue. Ein Dreiklang aus Sommer, exotischen Düften und Genüssen.

Bitte mitbringen: kleine Gefäße für Kostproben.

**20135718**

Sona Hannaleck  
Freitag, 19.06.2020, 18:15 - 22:15  
Kreuzerfeld-Realschule, Küche  
Gebühr: 18,00 €, zzgl. ca. 15,00 € für Lebensmittel inkl. Getränke

## Kaffee, Kuchen und Gebäck

### Kommunionstorten mit Zuckerdekoration

Dieser Kurs richtet sich an alle Backfans, die Ihre Liebsten mit einer ganz persönlichen Torte zur Kommunion oder Konfirmation überraschen wollen. Am Ende des Kurses nehmen Sie eine individuell gestaltete Tortendekoration mit, die sich lange hält und am Festtag auf eine einfache Torte gelegt werden kann.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Ausstecher, Transportbox. Falls vorhanden: Ausrollstab, Foto der Kommunionkerze

**20135007**

Kati Eiting  
Freitag, 20.03.2020, 18:00 - 21:00  
Kreuzerfeld-Realschule, Küche  
Gebühr: 16,00 €, zzgl. ca. 15 € für Lebensmittel

NEU

### Cupcakes

Egal zu welcher Gelegenheit, diese kleinen Törtchen sind der Hingucker auf jedem Buffet. Wir backen verschiedene Cupcakes, rühren leckere Toppings, spritzen dekorative Cremerosen und setzen die kleinen Törtchen mit essbarem Dekor und viel Fantasie in Szene. Am Ende des Kurses nehmen Sie Ihre Cupcakes mit nach Hause.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, ggf. einen Ausrollstab und Ausstecher für Fondant, Transportbox

**20135008**

Kati Eiting  
Sonntag, 17.05.2020, 15:00 - 19:00  
Kreuzerfeld-Realschule, Küche  
Gebühr: 37,00 €, zzgl. ca. 14,00 € für Lebensmittel

NEU

## Eistorten

Im Sommer sind Eistorten eine köstliche Erfrischung. Ob zum Dessert oder als kühle Leckerei zum Kaffee, die himmlischen Eiskreationen schmecken einfach immer. Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Tortenringe, Teigschaber, Tortenbehälter und unbedingt eine Kühltasche!

**20135010**

Ibtihal Al-Latteef  
11.07.2020 - 11.07.2020  
Samstag, 11.07.2020, 15:00 - 18:30  
Kreuzerfeld-Realschule, Küche  
Gebühr: 18,00 €, zzgl. ca. 15,00 € für Lebensmittel

NEU

## DozentIn an unserer vhs werden

Wir nehmen gern innovative Lehrangebote neu in unser Programm auf.

## Wenn Sie

- Interesse und Freude haben Ihre Fachkenntnisse und einschlägigen Fertigkeiten an andere weiterzugeben,
- über entsprechende Ausbildungen verfügen
- und idealerweise auch schon Praxis als Kursleitung besitzen, setzen Sie sich mit unserer zuständigen Fachbereichsleitung in Verbindung.

## Gesundheit und Ernährung

Angelika Busse 07472 / 983346



**Fachbereichsleitung:**  
**Uta Dehner**  
Tel: 07472 9833 43



**Anmeldung:**  
Tel: 07472 9833 0

 Englisch

Englisch am Vormittag

## A1.1 Englisch von Null an

Es ist nie zu spät, Englisch zu lernen! Dieser Kurs richtet sich an Personen, die keine oder nur sehr geringe Vorkenntnisse haben und sich Schritt für Schritt Englisch aneignen möchten. Das Lerntempo orientiert sich dabei an Ihren Bedürfnissen! Das Lehrbuch wird am ersten Kurstermin bekannt gegeben.

**20140608**

Klaus Ferstl  
12x Mi. 11.03.2020 - 24.06.2020, 08:30 - 10:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG  
Gebühr: 108,00 €

**NEU**

## A2.1 Englisch ab 50 am Vormittag

Lehrbuch: Go for it! A2, ab Unit 8

**20140625**

Katharina Maier  
12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 10:30 - 12:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 108,00 €

## A2.2 Englisch - Auffrischung am Vormittag

Zeit für Englisch! Vielleicht haben Sie schon einmal ein paar Jahre Englisch gelernt und möchten nun Ihre Kenntnisse auffrischen? In diesem Kurs können Sie in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß dieses Ziel erreichen, selbst wenn Ihr Wissen vielleicht schon ein paar Jahre zurückliegt. Lehrbuch: Easy English A2.2, Lektion 2/3

**20140627**

Klaus Ferstl  
12x Mi. 11.03.2020 - 24.06.2020, 10:00 - 11:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG  
Gebühr: 108,00 €

## A2 Englisch 50+ am Vormittag (Ergenzingen)

Die Gruppe besteht schon seit mehreren Semestern, doch wir freuen uns immer wieder über neue Gesichter. Wir arbeiten mit dem Lehrbuch Englisch für Sie 1. Schritt für Schritt wird schon Erlerntes aufgefrischt und Neues entdeckt.



In Kooperation mit der vhs Bondorf.

Lehrbuch: Englisch für Sie 1

**20140628CR**

Carmen Baur  
10x Do. 12.03.2020 - 18.06.2020, 09:30 - 11:00  
Bondorf, Zehntscheuer, Raum Wurmfeld  
Gebühr bei 5 Teiln.: 82,00 €, bei 6: 68,00 €, bei 8: 57,00 €

## A2/B1 Englisch-Auffrischung ab 50 am Vormittag

Lehrbuch: Lehrbuch wird im Kurs bekanntgegeben

**20140629**

Katharina Maier  
12x Do. 12.03.2020 - 02.07.2020, 10:30 - 12:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG  
Gebühr: 108,00 €

## B1.1 Englisch am Vormittag

Neben der Arbeit mit dem Lehrbuch nehmen wir uns Zeit, um in ungezwungener Atmosphäre das freie Sprechen zu üben. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen! Lehrbuch: Easy English B1.1, ab Lektion 3

**20140630**

Eva Kunter  
12x Do. 12.03.2020 - 09.07.2020, 10:30 - 12:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 108,00 €

## B1.1 Englisch ab 50 am Vormittag

Lehrbuch: Easy English B1.1 ab Unit 10

**20140631**

Katharina Maier  
12x Di. 10.03.2020 - 23.06.2020, 10:30 - 12:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 81,60 €

## B1 Englisch - Auffrischung am Vormittag

Sie erhalten Materialien von der Dozentin.

**20140636**

Katharina Maier  
12x Di. 10.03.2020 - 23.06.2020, 09:00 - 10:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Gebühr: 108,00 €

## B1 Englisch - Auffrischung ab 50 am Vormittag

This course is intended as a refresher for level B1. The new course book offers many interesting topics for discussion. We will especially focus on talking about travelling, people and places.

Lehrbuch: Headway English B1, ab Lektion 1  
Bitte kaufen Sie als neue Teilnehmende das Buch erst nach dem ersten Kurstermin.

**20140638**

Mirjana Ristic Livaja  
12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 10:30 - 12:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG  
Gebühr: 108,00 €



## B2.2 Englisch am Vormittag

The course focuses on developing conversational skills. Speaking in all its forms plays the key role in class. The course book KEY B2.2 offers a variety of topics that are used as a lead-in to further open class discussions.

Lehrbuch: Key B2.2 ab Lektion 7

**20140645**

Mirjana Ristic Livaja

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 08:45 - 10:15  
vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

## Englisch am Abend

### A1.1 Englisch von Null an

Dieser Kurs ist für Teilnehmende geeignet, die keine oder nur sehr geringe Vorkenntnisse haben.

Sie haben schon einmal Englisch gelernt? Nutzen Sie unsere kostenlose Sprachberatung, um den für Sie richtigen Kurs zu finden.

Lehrbuch: Easy English A1.1, ab Lektion 1

**20140609**

Eva Kunter

12x Mi. 11.03.2020 - 01.07.2020, 16:20 - 17:50  
Rettungszentrum, Raum Z 2, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

NEU

### A1.2 Englisch

#### mit geringen Vorkenntnissen

In diesem Kurs können Sie Ihr Grundwissen sowohl festigen als auch erweitern und mehr Sicherheit beim Sprechen gewinnen. Wenn Sie Fragen zu Ihrem Kenntnisstand haben, können Sie unsere kostenlose Sprachberatung nutzen.

Lehrbuch: Easy English A1.2, ab Lektion 3

**20140612**

Eva Kunter

12x Mi. 11.03.2020 - 01.07.2020, 18:00 - 19:30  
Rettungszentrum, Raum Z 2, 2. OG

Gebühr: 81,60 €

### A1.2 Englisch am Montag

#### mit geringen Vorkenntnissen

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne mehrjähriges Schulenglisch, die auf erste Grundkenntnisse aufbauen möchten. Falls Sie bereits Vorkenntnisse haben, aber unsicher in der Kursauswahl sind, können Sie unsere kostenlosen Sprachberatung nutzen.

Lehrbuch: Easy English A1.2, Lektion 6

**20140613**

Natasha Stojcheva

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 19:35 - 21:05  
Rettungszentrum, Raum Z 2, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

## Kostenlose Sprachberatung

Um den richtigen Kurs zu finden, ist es wichtig, dass wir gemeinsam Ihren Kenntnisstand feststellen. Kommen Sie zur Sprachberatung und lassen Sie sich von erfahrenen Dozentinnen in Einzelgesprächen beraten, um den für Sie passenden Kurs zu finden. Auch die in den Kursen verwendeten Lehrbücher können Sie sich bei dieser Gelegenheit in Ruhe anschauen.



### Englisch

Montag, 02.03.2020, 19:00 - 20:00, Raum: 104

Mittwoch, 04.03.2020, 19:00 - 20:00, Raum: 104



### Deutsch als Fremdsprache

Mittwoch, 04.03.2020 18:30 - 20:00 Uhr, Raum: 101



### Italienisch

Montag, 02.03.2020, zwischen 19:00 - 20:00 Uhr, Raum: 101



### Französisch

Telefonische Beratung durch Frau Dehner: 07472 98 33 43



### Spanisch

Mittwoch, 04.03.2020, zwischen 19:00 - 20:00 Uhr, Raum: 103

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich – einfach innerhalb des angegebenen Zeitraums ins **vhs Hauptgebäude** kommen!

### A2.1 Englisch

#### mit Grundkenntnissen

In diesem Kurs erweitern Sie Ihren Wortschatz und lernen neue Grammatik. Dabei spielen Sprechen und Hörverstehen eine wichtige Rolle. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Easy English A2.1, ab Lektion 10

**20140624**

Mirjana Ristic Livaja

12x Di. 10.03.2020 - 23.06.2020, 18:30 - 20:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

### A2.2 Englisch

#### mit sicheren Grundkenntnissen

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende, die einfachen alltäglichen Gesprächen einigermaßen folgen können und nun die richtigen Worte finden möchten, um sich daran aktiv zu beteiligen. Nutzen Sie unsere kostenlose Sprachberatung!

Lehrbuch: Easy English A2.2, ab Lektion 9

**20140626**

Mirjana Ristic Livaja

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 18:30 - 20:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

### B1.1 Englisch

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen.

Lehrbuch: Great! B1, ab Lektion 3

**20140632**

Cathy Sommer

12x Do. 12.03.2020 - 02.07.2020, 17:30 - 19:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 206, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

### B1.2 Englisch

Lehrbuch: Headway B1,  
Part Two CEFR edition, ab Lektion 4

**20140634**

Jacqueline Hangstein

15x Mi. 11.03.2020 - 15.07.2020, 18:30 - 20:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 206, 2. OG

Gebühr: 102,00 €

### B2.2 Englisch

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre guten Englischkenntnisse. Wiedereinsteigende sind willkommen!

Lehrbuch: Go for it! B2, Lektion 5

**20140644**

Natasha Stojcheva

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 18:00 - 19:30  
Rettungszentrum, Raum Z 2, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

Eagles are my  
favourite animals!





## English Conversation

### B1/ B2 Talk at nine

#### Intermediate Conversation

We will tackle a wide variety of topics in newspaper and magazine articles as well as free discussions.

**20140642**

Katharina Maier

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 09:00 - 10:30

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 111,00 €, inkl. 3,00 € Kosten für Arbeitsblätter

### B1 / B2 Intermediate Conversation

We will discuss a wide variety of topics, read all sorts of articles and have fun doing it!

Material will be provided in class.

**20140643**

Katharina Maier

8x Di. im 14-tägigen Rhythmus, 18:30 - 20:00

1. Termin: Di 10.03.2020, 2. Termin: 24.03.2020

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 72,00 €

### C1 English on Wednesday Evening: Advanced Conversation

Improve your fluency and expand your vocabulary! We talk about a myriad of topics using newspaper articles to set the ball rolling - come and join us!

**20140660**

Jacqueline Hangstein

12x Mi. 11.03.2020 - 24.06.2020, 20:15 - 21:45

vhs Hauptgebäude, Raum 206, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

## American Literature

### A Taste of Contemporary American Literature

We will read and discuss literary examples by modern American writers from different social backgrounds and ethnic groups.

Voraussetzung: gut fundierte Englischkenntnisse (C1/C2). Eine Lektüreliste wird ausgegeben.

**20140670**

Katharina Maier

6x Do., 20:00 - 21:30, Beginn 12.03.2020

Die weiteren fünf Termine, nach Absprache.

vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG

Gebühr: 54,00 €

## special

### Yoga in English

#### An introduction for beginners

Nähere Infos finden Sie auf Seite 42.

**20131020**

Thekla Salmon

Sona Hannaleck

Samstag, 28.03.2020, 15:00 - 18:00

Gesundheitszentrum, Ziegelhütte 9, 1. OG

Gebühr: 18,00 €, zzgl. ca. 2,00 € für Lebensmittel

## Englisch Prüfungsvorbereitung

### Fit für die Realschulabschlussprüfung Englisch (Osterferien)

In diesem Kurs können Realschüler der 10. Klasse für ihre Englischprüfung trainieren. Die einzelnen Kompetenzen (Übungsteile) werden intensiv geübt und die zugrundeliegende Grammatik gefestigt.

**20140681J**

N.N.

06.04.2020 - 08.04.2020

3x Mo.- Mi., 06.04. - 08.04.2020, 10:00 - 13:00

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebühr: 54,00 €

### KursleiterInnen gesucht:

- Sie haben Interesse und Freude am Unterrichten,
- verfügen über pädagogisch-didaktische Fertigkeiten
- und besitzen idealerweise auch schon Praxis als KursleitendeR.
- Setzen Sie sich mit unserer zuständigen Fachbereichsleitung in Verbindung.

**Uta Dehner 07472 / 983343**

 Französisch

## Wie komme ich zum richtigen Kurs?

### Sprachberatung Französisch

Wenn Sie schon Französischkenntnisse haben, können Sie sich gern an die Fachbereichsleiterin für Sprachen wenden, Uta Dehner, 07472 98 33 43 .

Sie können Ihr Sprachniveau aber auch mit Hilfe eines Online-Tests bestimmen. Den Link hierzu finden Sie auf unserer Homepage unter „Sprachen / Französisch“.

### A1.1 Französisch von Null an am Vormittag

Endlich Zeit für Französisch? In diesem Kurs erarbeiten Sie sich Ihre ersten Französischkenntnisse Schritt für Schritt.

Lehrbuch: Voyages neu A1, Lektion 1  
Bitte kaufen Sie das Buch erst nach dem ersten Kurstermin!

#### 20140809

Elisabeth Deutsche-Rinck  
12x Di. 10.03.2020 - 23.06.2020, 10:30 - 12:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG  
Gebühr: 108,00 €

NEU

### A1.1 Französisch für AnfängerInnen mit sehr geringen Vorkenntnissen

Sie möchten Ihre ersten Französisch-Kenntnisse erweitern und sind auch bereit dafür etwas Zeit zu investieren. Dann sind Sie hier richtig! Mit alltagsnahen Themen lernen wir die schön klingende Sprache unserer Nachbarn mehr und mehr kennen.

Lehrbuch: Voyages neu A1, ab Lektion 4

#### 20140811

Anne Marie Roussel  
12x Mo. 09.03.2020 - 06.07.2020, 20:00 - 21:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 206, 2. OG  
Gebühr: 108,00 €

### A1.1 Französisch

#### mit geringen Vorkenntnissen

Und weiter geht's auf unserer Reise durch die französische Sprache und Kultur. Schritt für Schritt erarbeiten wir uns Neues und wenden dies in einfachen Alltagssituationen an.

Lehrbuch: Voyages neu A1, ab Lektion 5

#### 20140812

Sibylle Susok  
12x Mo. 16.03.2020 - 29.06.2020, 20:00 - 21:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG  
Gebühr: 81,60 €

### A1.2 Französisch

#### mit geringen Vorkenntnissen

In diesem Kurs werden wir zu Beginn unsere erworbenen Kenntnisse aus A1 auffrischen und reaktivieren, um dann voller Zuversicht in gewohnt netter und lockerer Atmosphäre mit dem neuen Lehrbuch zu starten. Wiedereinsteigende sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Voyages neu A1/A2

#### 20140813

Anne Marie Roussel  
12x Mo. 09.03.2020 - 06.07.2020, 18:15 - 19:45  
vhs Hauptgebäude, Raum 206, 2. OG  
Gebühr: 108,00 €

### A1 Französisch - Auffrischung am Vormittag

#### für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Sie möchten Ihre französischen Grundkenntnisse auffrischen, bereits gelernten Wortschatz und Grammatik reaktivieren?

Dabei soll der Spaß nicht zu kurz kommen?

In ungezwungener Atmosphäre bietet Ihnen dieser Kurs Gelegenheit dazu.

Das Lehrbuch wird nach Kursbeginn bekannt gegeben.

#### 20140814

Elisabeth Deutsche-Rinck  
12x Di. 10.03.2020 - 23.06.2020, 08:45 - 10:15  
vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG  
Gebühr: 108,00 €

NEU

### A2.1 Französisch am Freitag

Mit diesem Kurs können Sie anhand alltagsorientierter Übungen vorhandene Grundkenntnisse reaktivieren und erweitern. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen.

Bienvenue!

Voyages neu A2, Lektion 3

#### 20140815

Violaine Le Guily  
12x Fr. 13.03.2020 - 03.07.2020, 09:30 - 11:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG  
Gebühr: 108,00 €

### A1/A2 Französisch - Auffrischung (Kiebingen)

Sie planen eine Reise in ein französischsprachiges Land? Ihr Kind empfängt bald einen französischen Austauschschüler? Sie brauchen Französisch beruflich? Sie träumen davon, wieder Französisch zu sprechen, aber Ihre Französischkenntnisse liegen länger zurück? In diesem Kurs werden vergessene geglaubte Kenntnisse wieder aktiviert!

Die Dozentin ist Muttersprachlerin.

Voraussetzung: Schulkenntnisse.

Welches Lehrbuch Sie benötigen, teilt Ihnen die Dozentin am ersten Termin mit.

#### 20140816K

Véronique Huber  
10x Mi. 18.03.2020 - 17.06.2020, 10:15 - 11:45  
Kiebingen, Rathaus, Sitzungssaal, Vorstadtstr.3  
Gebühr: 90,00 €

### A 2.1 Französisch

#### auch für Wiedereinsteiger

Zeit für Französisch! Verfügen Sie über französische Grundkenntnisse aus einigen Semestern Französisch in der Volkshochschule oder auch aus der schon länger zurückliegenden Schulzeit? Dann ist dieser Kurs für Sie geeignet.

Lehrbuch: Voyages neu A2, ab Lektion 7

#### 20140817

Véronique Huber  
10x Di. 10.03.2020 - 16.06.2020, 19:15 - 20:45  
Rettungszentrum, Raum Z 2, 2. OG  
Gebühr: 90,00 €



## A2 Französisch Auffrischung

### Le français à petits pas

In diesem Kurs können Sie Ihre Französischkenntnisse auffrischen und vertiefen. Abwechslungsreiche Themen und Texte bieten viele Impulse für Kommunikation, Wortschatztraining und Grammatikwiederholung.

Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen – soyez les bienvenus!

Das Lehrbuch wird zu Beginn des Kurses bekannt gegeben.

**20140819**

Sibylle Susok

12x Mo. 16.03.2020 - 29.06.2020, 18:15 - 19:45

vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

## B1 Französisch

### Auffrischung und Vertiefung

Lehrbuch: Reprise B1, Hueber Verlag

**20140830**

Véronique Huber

10x Di. 10.03.2020 - 16.06.2020, 18:00 - 19:00

Rettungszentrum, Raum Z 2, 2. OG

Gebühr: 45,30 €

## B1/B2 Französisch am Vormittag

### Konversation für Fortgeschrittene

Vous vous intéressez à l'actualité et la culture française? Alors venez participer à ce cours de conversation! A partir d'articles de journaux, d'extraits de films, de reportages radio ou vidéo, de chansons, nous pourrions discuter des sujets les plus variés.

**20140833**

Véronique Huber

10x Do. 12.03.2020 - 25.06.2020, 10:00 - 11:30

vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG

Gebühr: 90,00 €, zzgl. 3 € für Arbeitsblätter

## B1/B2 Französisch am Abend (Kiebingen)

### Konversation für Fortgeschrittene

Vous vous intéressez à l'actualité et la culture française? Alors venez participer à ce cours de conversation! A partir d'articles de journaux, d'extraits de films, de chansons, nous pourrions discuter des sujets les plus variés.

Voraussetzung sind gute Kenntnisse.

**20140834K**

Véronique Huber

6x Mi. 22.04.2020 - 27.05.2020, 20:00 - 21:30

Kiebingen, Rathaus, Sitzungssaal, Vorstadtstr. 3

Gebühr: 54,00 €

## C2 Französisch für Fortgeschrittene

### Konversation am Vormittag

Le printemps arrive et, avec lui, notre énergie se renouvelle. Cela nous donne envie de nous replonger dans nos discussions tous azimuts en analysant les textes variés de la „Revue de la Presse“.

**20140842**

Chantal Luik

12x Fr. 06.03.2020 - 26.06.2020, 08:30 - 10:00

N.N.

Gebühr: 108,00 €

## Italienisch

### Wie komme ich zum richtigen Kurs? – Sprachberatung Italienisch

Wenn Sie schon Italienischkenntnisse haben, ist dieses Angebot sehr hilfreich. Eine Italienisch-Dozentin (Muttersprachlerin) informiert und berät Sie. Sie können sich die Lehrbücher anschauen.

Montag, 02.03.2020, 19:00 - 20:00

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebührenfrei, Anmeldung nicht erforderlich

## A1.1 Italienisch von Null an

Wollten Sie schon lange einmal Italienisch lernen, weil Italien Ihr Reiseland ist oder weil die Sprache Ihnen so gut gefällt? In diesem Kurs werden erste Italienischkenntnisse erarbeitet.

Lehrbuch: Passo dopo passo A1

**20140909**

Caterina Mastromatteo

12x Do. 12.03.2020 - 02.07.2020, 08:45 - 10:15

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

NEU

## A1.1 Italienisch

mit sehr geringen Vorkenntnissen

In diesem Kurs werden erste Italienischkenntnisse vertieft und anhand alltagsnaher Beispiele und abwechslungsreicher Übungen Wissenswertes für den nächsten Italienurlaub vermittelt.

Lehrbuch: Passo dopo passo A1, ab Lektion 4/5

**20140917**

Valeria Manoli

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 17:00 - 18:30

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 81,60 €

## A1.2 Italienisch am Vormittag

mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Passo dopo passo A1, Lektion 6/7

**20140922**

Caterina Mastromatteo

12x Fr. 13.03.2020 - 03.07.2020, 09:00 - 10:30

vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

## A1.2 Italienisch mit geringen Vorkenntnissen (Ergenzingen)

Lehrbuch: Insieme A1, ab Lektion 7

**20140924CR**

Piera Fabbri-Kranz

12x Mo. 03.02.2020 - 25.05.2020, 19:00 - 20:30

Ergenzingen, Bürger- u. Vereinshaus Bahnhof, Raum 1

Gebühr: 108,00 €

## A1.2 Italienisch (Ergenzingen)

mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Insieme A1, ab Lektion 9

**20140926CR**

Piera Fabbri-Kranz

12x Mo. 03.02.2020 - 25.05.2020, 17:30 - 19:00

Ergenzingen, Bürger- u. Vereinshaus Bahnhof, Raum 1

Gebühr: 108,00 €



**A1.2 Italienisch am Dienstag**

mit geringen Vorkenntnissen

In diesem Kurs vertiefen wir erste Italienischkenntnisse und lernen in entspannter Atmosphäre Neues dazu.

Lehrbuch: Passo dopo passo A1, ab Lektion 8

**20140928**

Rossella Schiavo

12x Di. 10.03.2020 - 23.06.2020, 19:45 - 21:15

vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

**A2.1 Italienisch**

mit ersten Grundkenntnissen

Lehrbuch: Passo dopo passo A2, ab Lektion 2/3

**20140934**

Valeria Manoli

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 20:00 - 21:30

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

**A2.2 Italienisch**für Teilnehmende mit Vorkenntnissen  
Zeit für Italienisch! Lernen Sie mehr über die Sprache und Kultur Italiens und wenden Sie die Sprache in verschiedenen Alltagssituationen an.

Lehrbuch: Passo dopo passo A2, ab Lektion 6/7

**20140937**

Caterina Mastromatteo

12x Mo. 16.03.2020 - 29.06.2020, 18:15 - 19:45

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

**A2 / B1 Conversazione facile**

Questo corso vi permetterà di approfondire la vostra conoscenza della lingua italiana e ripetere la grammatica leggendo testi, giocando e ascoltando musica italiana. Naturalmente ci saranno anche esercizi scritti da svolgere e non mancheranno conversazione e ruoli da interpretare in varie situazioni.

Non spaventatevi, ci divertiremo!

Voraussetzung: Kenntnisse auf Niveau A2/B1

**20140939**

Caterina Mastromatteo

12x Mo. 16.03.2020 - 29.06.2020, 20:00 - 21:30

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

**B1.1 Italienisch**

Lehrbuch: Con piacere B1, ab Lekt. 3/4

**20140941**

Rossella Schiavo

12x Di. 10.03.2020 - 23.06.2020, 18:00 - 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

**B2.1 Italienisch**

Dieser Kurs tastet sich mit dem neuen Lehrbuch langsam an das Sprachniveau B2 heran und bietet gleichzeitig Gelegenheit bereits Gelerntes zu wiederholen.

Lehrbuch: Nuovo Espresso 4 (B2), ab Lektion 2/3

**20140953**

Valeria Manoli

12x Mo. 09.03.2020 - 22.06.2020, 18:30 - 20:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

 **Portugiesisch**
**A1 Portugiesisch**

mit geringen Vorkenntnissen

Portugiesisch lernen mit Spaß! Musikalische Beispiele gehören zum Repertoire der Dozentin. Quereinsteiger sind willkommen.

Lehrbuch: Oi, Brasil! aktuell

Bitte kaufen Sie das Buch erst nach dem ersten Kurstermin.

**20141801**

Raquel Maria De Souza

12x Di. 21.04.2020 - 21.07.2020, 20:00 - 21:00

vhs Hauptgebäude, Raum 202, 2. OG

Gebühr: 72,00 €

**A2/B1 Portugiesisch**

Olá! Bem-Vindos! Vamos falar português? O objetivo desse curso é a conversação sobre temas atuais do Brasil e de Portugal. Um curso divertido, com muita música e situações cotidianas.

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer, die in entspannter Atmosphäre Portugiesisch sprechen wollen. Musikalische Beispiele gehören zum Repertoire der Dozentin.

**20141802**

Raquel Maria De Souza

12x Di. 21.04.2020 - 21.07.2020, 18:20 - 19:50

vhs Hauptgebäude, Raum 202, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

 **Spanisch**
**Wie komme ich zum richtigen Kurs? - Sprachberatung Spanisch**

Wenn Sie schon Spanischkenntnisse haben, ist dieser Beratungstermin sehr hilfreich. Eine erfahrenen Dozentin berät Sie individuell. Sie können sich die Lehrbücher anschauen.

Mittwoch, 04.03.2020, 19:30 - 20:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG  
Gebührenfrei, Anmeldung nicht erforderlich**A1.1 Spanisch von Null an**

Möchten Sie sich auf den nächsten Aufenthalt in einem spanisch-sprachigen Land vorbereiten? Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, sich erste Spanischkenntnisse anzueignen. Konversationsübungen, Wortschatzaufbau und landeskundliche Themen stehen auf dem Programm.

Caminos hoy A1 (Klett), ab Lektion 1

**20142209**

Mercè Balaguer Jardí

12x Mi. 11.03.2020 - 24.06.2020, 16:30 - 18:00

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

NEU

**A1.1 Spanisch für AnfängerInnen mit sehr geringen Vorkenntnissen**

Lehrbuch: Caminos hoy A1, ab Lektion 3

**20142218**

Olga Ochoa Ontoria

12x Do. 12.03.2020 - 02.07.2020, 17:00 - 18:30

vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

¡Muchas gracias  
por el regalo!



### A1.1 Spanisch

mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Caminos hoy A1, ab Lektion 6

**20142220**

Olga Ochoa Ontoria

12x Do. 12.03.2020 - 02.07.2020, 18:30 - 20:00

vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

### A1.2 Spanisch

mit geringen Vorkenntnissen

Unterricht für Frühaufsteher.

Lehrbuch: Caminos hoy A1, ab Lektion 9

**20142223**

Olga Ochoa Ontoria

12x Mi. 18.03.2020 - 01.07.2020, 08:00 - 09:30

vhs Hauptgebäude, Raum 205, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

### A1.2 Spanisch

mit geringen Vorkenntnissen

Weiter geht's in den Grundlagen des Spanischen. Gezielt werden Redemittel für Alltagssituationen trainiert und der Unterricht mit landeskundlichen Informationen über Spanien und Südamerika ergänzt.

Lehrbuch: Caminos hoy A1, ab Lektion 8/9

**20142227**

Natividad Dominguez

12x Do. 12.03.2020 - 02.07.2020, 18:00 - 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

### A2.1 Spanisch in kleinen Schritten mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: Caminos Hoy A2, ab Lektion 2

**20142236**

Mercè Balaguer Jardí

12x Mi. 11.03.2020 - 24.06.2020, 18:00 - 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

### A2.1 Spanisch

Sie haben bereits Vorkenntnisse erworben und möchte diese nun in lockerer Atmosphäre weiter ausbauen und festigen?

Lehrbuch: Caminos hoy A2, ab Lektion 7

**20142238**

Natividad Dominguez

12x Do. 12.03.2020 - 02.07.2020, 19:45 - 21:15

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

### A2.2 Spanisch am Vormittag

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Grundkenntnissen. Es wird viel gesprochen und der Spaß am Spanischen steht im Vordergrund. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Caminos hoy A2, ab Lektion 8

**20142240**

Olga Ochoa Ontoria

12x Mi. 18.03.2020 - 01.07.2020, 09:30 - 11:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

### A2.2 Spanisch

auch für WiedereinsteigerInnen

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. WiedereinsteigerInnen sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Caminos hoy A2, ab Lektion 8/9

**20142244CR**

Natividad Dominguez

12x Mi. 04.03.2020 - 17.06.2020, 18:00 - 19:30

Ergenzingen, Bürger- u. Vereinshaus Bahnhof,

Raum 1

Gebühr: 108,00 €

### B1.1 Spanisch in kleinen Schritten

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die gute Grundkenntnisse haben. Bereits Gelerntes wird wiederholt, Das Sprechen und die Freude am Spanischen stehen im Vordergrund. Außerdem werden kurze, unterhaltsame Texte gelesen. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Con gusto B1, ab Lektion 6

**20142253**

Olga Ochoa Ontoria

12x Mo. 16.03.2020 - 29.06.2020, 18:00 - 19:30

vhs Hauptgebäude, Raum 202, 2. OG

Gebühr: 108,00 €

### B1.1 Spanisch am Vormittag

Schwerpunkt: Konversation

Dieser Kurs ist für Fortgeschrittene.

Verschiedenartige Texte werden erarbeitet und Grammatik anhand des Buches „Aula 3“ vertieft. Der Fokus liegt auf der Konversation und dem Hörverständnis. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

**20142256**

Olga Ochoa Ontoria

12x Di. 17.03.2020 - 30.06.2020, 10:30 - 12:00

vhs Hauptgebäude, Raum 103, 1. OG

Gebühr: 108,00 €

### B1.2 Spanisch am Abend

In diesem Kurs bekommen Sie reichlich Gelegenheit, Spanisch zu sprechen. Neben themenbezogener Konversation wird auf der Basis des Lehrbuchs an Grammatik und Wortschatz gearbeitet. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Bien Mirado B1, ab Lektion 13/14

**20142264**

Marina Suárez de Bauer

12x Do. 12.03.2020 - 02.07.2020, 19:00 - 20:30

vhs Hauptgebäude, Raum 301, 3. OG

Gebühr: 108,00 €

## Türkisch

### A1 Türkisch für AnfängerInnen

mit sehr geringen Vorkenntnissen  
Nur Mut, Türkisch ist leichter zu lernen als Sie denken! In ruhiger Atmosphäre werden erste Kenntnisse vertieft und erweitert.

Lehrbuch: Kolay gelsin! A1, Lektion 4

**20142401**

Mustafa Uysal

12x Do. 19.03.2020 - 09.07.2020, 18:30 - 20:00

vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG

Gebühr: 108,00 €



Online-Sprachtests

Einstufungstests für einige Sprachen finden Sie auf unserer Homepage [www.vhs-rottenburg.de](http://www.vhs-rottenburg.de) unter „Sprachen“.

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen in der vhs Sprachenschule

Bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der jeweiligen Stufe Folgendes können:

A1	<p><b>Hören</b> – einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen  <b>Sprechen</b> – sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen  <b>Lesen</b> – einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern / Plakaten  <b>Schreiben</b> – einfache Standardformulare, z.B. im Hotel ausfüllen</p>	<p><b>Elementare Sprachverwendung</b></p>
A2	<p><b>Hören</b> – einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche kurzer Mitteilungen verstehen  <b>Sprechen</b> – kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen  <b>Lesen</b> – kurze einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen  <b>Schreiben</b> – kurze Notizen und Mitteilungen abfassen</p>	
B1	<p><b>Hören</b> – das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen (langsam gesprochen)  <b>Sprechen</b> – in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben  <b>Lesen</b> – Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen  <b>Schreiben</b> – persönliche Briefe schreiben</p>	<p><b>Selbstständige Sprachverwendung</b></p>
B2	<p><b>Hören</b> – im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen (wenn Standardsprache gesprochen wird)  <b>Sprechen</b> – sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ansichten vertreten  <b>Lesen</b> – Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen  <b>Schreiben</b> – detaillierte Texte, z.B. Aufsätze oder Berichte, schreiben</p>	
C1	<p><b>Hören</b> – Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen  <b>Sprechen</b> – sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken  <b>Lesen</b> – komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen  <b>Schreiben</b> – sich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben</p>	<p><b>Kompetente Sprachverwendung</b></p>
C2	<p><b>Hören</b> – ohne Schwierigkeit die gesprochene Sprache verstehen  <b>Sprechen</b> – sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen  <b>Lesen</b> – jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen  <b>Schreiben</b> – anspruchsvolle Briefe / komplexe Berichte verfassen; sich differenziert ausdrücken</p>	





 **Deutsch als Fremdsprache**

**Wie komme ich zum richtigen Kurs? Einstufungsberatung Deutsch**

Wenn Sie schon Deutschkenntnisse haben, ist dieser Beratungstermin sehr hilfreich. Zwei erfahrene Dozentinnen informieren und beraten Sie individuell.

Mittwoch, 04.03.2020, 19:30 - 20:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 101, 1. OG  
Gebührenfrei, Anmeldung nicht erforderlich

**A1.1 Deutsch als Fremdsprache von Null an**

Dieser Kurs ist für Teilnehmende geeignet, die keine oder nur sehr geringe Vorkenntnisse haben.

Fragen beantworten wir gern in unserer kostenlosen Sprachberatung am 04.03.2020 ab 18.30 Uhr.

Das Lehrbuch wird am ersten Kurstag bekannt gegeben.

**20140401**

André Penz  
12x Mo. 16.03.2020 - 29.06.2020, 17:45 - 19:15  
Rettungszentrum, Raum Z5, 2. OG  
Gebühr: 108,00 €



**A1.1 Deutsch als Fremdsprache für Anfänger**

mit sehr geringen Vorkenntnissen  
Wenn Sie nicht wissen, ob dieser Kurs der richtige für Sie ist, kommen Sie bitte zu unserer kostenlosen Einstufungsberatung am Mittwoch, 04.03.2020 ab 18.30 Uhr.

Lehrbuch: Schritte plus neu 1, Lektion 3/4  
**20140403**

N.N.  
12x Do. 12.03.2020 - 02.07.2020, 19:00 - 20:30  
Rettungszentrum, Raum Z 2, 2. OG  
Gebühr: 108,00 €

**A1 Deutsch als Fremdsprache mit geringen Vorkenntnissen**

Wenn Sie nicht wissen, ob dieser Kurs der richtige für Sie ist, kommen Sie bitte zu unserer kostenlosen Einstufungsberatung am Mittwoch, 04.03.2020 ab 18.30 Uhr.

Lehrbuch: Schritte plus neu 1, Lektion 7  
**20140405**

Klaus Ferstl  
12x Do. 19.03.2020 - 09.07.2020, 18:20 - 19:50  
vhs Hauptgebäude, Raum 202, 2. OG  
Gebühr: 108,00 €

**A2 Deutsch als Fremdsprache mit Vorkenntnissen**

Wenn Sie nicht wissen, ob dieser Kurs der richtige für Sie ist, kommen Sie bitte zu unserer kostenlosen Einstufungsberatung am Mittwoch, 04.03.2020 ab 18.30 Uhr.

Lehrbuch: Schritte plus neu 3, Lektion 6  
**20140407**

Klaus Ferstl  
12x Do. 19.03.2020 - 09.07.2020, 20:00 - 21:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 202, 2. OG  
Gebühr: 108,00 €

**B1 Deutsch als Fremdsprache**

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit sicheren Grundkenntnissen, die gerne mehr Sicherheit beim Sprechen gewinnen möchten und Interesse haben an Grammatik und Wortschatzarbeit.

Wenn Sie nicht sicher sind, ob dieser Kurs der richtige für Sie ist, nutzen Sie unsere kostenlose Sprachberatung am Mittwoch, 04.03.2020 ab 18:30 Uhr.

**20140408**

André Penz  
12x Mo. 16.03.2020 - 29.06.2020, 19:30 - 21:00  
Rettungszentrum, Raum Z5, 2. OG  
Gebühr: 108,00 €



**B2 Deutsch als Fremdsprache**

für fortgeschrittene Teilnehmende  
Sie können sich mit einfachen Sätzen auf Deutsch unterhalten? Nun möchten Sie Ihre Deutschkenntnisse vertiefen und erweitern?

In diesem Kurs wird viel gesprochen, das Leseverständnis geübt und Grammatik je nach Bedarf wiederholt und vertieft. Wenn Sie nicht sicher sind, ob dieser Kurs richtig für Sie ist, kommen Sie bitte in unsere

kostenlosen Sprachberatung am Mittwoch, 04.03.2020 zwischen 18:30 und 20:00 Uhr. Das Lehrbuch: Sicher! B2, Lektion 3

**20140409**

N.N.  
12x Di. 17.03.2020 - 30.06.2020, 19:00 - 20:30  
vhs Hauptgebäude, 101  
Gebühr: 108,00 €





# Deutsch-Integration

## Integrationskurse

Ein Integrationskurs umfasst 600 Stunden intensiven Sprachunterricht, der mit dem „Deutschtest für Zuwanderer“ (A2- bzw. B1-Niveau) abschließt. Darauf folgen 100 Stunden Orientierungskurs, die mit dem Test „Leben in Deutschland“ (Einbürgerungstest) enden.

Das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) fördert mit der Übernahme von 50 % der Kursgebühr alle EU-Bürger, Ausländer mit Aufenthaltstitel und Asylsuchende aus den Ländern Syrien und Eritrea, die nur unzureichend Deutsch sprechen (Eigenanteil 1,95 € pro Unterrichtsstunde). Teilnehmer mit Arbeitslosengeld II oder mit einem Wohngeldbescheid können einen Antrag auf Kostenbefreiung stellen.

Ausländer mit nur begrenztem Visum (wie z.B. Au-pair-Mädchen, Studenten) können als Selbstzahler mit einer Kursgebühr von 3,90 € pro Unterrichtsstunde teilnehmen.

Der Unterricht findet in der Regel Montag bis Freitag statt.  
Unterrichtsfreie Zeiten orientieren sich meistens an den Schulferien.  
Regelmäßig finden 5 bis 6 Integrationskurse statt.

Allgemeine Integrationskurse starten am:

**13. Januar 2020**

**20. April 2020**

**21. September 2020**

## Deutschkurse der berufsbezogenen Deutschsprachförderung

Die Kurse werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert. Sie richten sich an Zugewanderte im arbeitsfähigen Alter und Zugang zum Arbeitsmarkt, die im Rahmen einer beruflichen Perspektive ihre allgemeinen und/oder berufsbezogenen Deutschkenntnisse verbessern wollen.

**Der nächste Kurs beginnt im September 2020.**

## Aufbaukurse Deutsch nach VwV Deutsch

Die Aufbaukurse Deutsch werden vom Landkreis Tübingen auf Grundlage der VwV Deutsch des Landes BaWü gefördert. Teilnahmeberechtigt sind alle Zugewanderten, die keinen Zugang zu bundesgeförderten Deutschkursen (Integrationskurse und berufsbezogene Deutschkurse des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge) haben.

## Aufbaukurs Deutsch B1 – Intensiv am Abend

13.01.2020-28.07.2020, Mo, Di, Do 18:30-21:00, Sa 2x im Monat 08:45 - 12:00,  
Rettungszentrum, Raum Z2, 2. OG

Gebühr: keine

Eventuell ist ein Einstieg in den laufenden Kurs möglich.

**Fachbereichsleitung:**  
**Uta Dehner**  
Tel. 07472 983343

**Verwaltung:**  
**Dagmar Patzold**  
Tel. 07472 983317



**Persönliche Beratung und  
Anmeldung:**

**Montag, 14:00 - 15:30**

**Donnerstag, 8:30 - 11:00**



**Fachbereichsleitung:**  
**Susanne Anane**  
Tel. 07472 983325



**Persönliche Beratung und  
Anmeldung:**

**Montag, 10:00 - 12:00**

**14:00 - 15:30**





## Beruf

In Kooperation mit der Rhetorik-Akademie Tübingen:

### Spontanität und Schlagfertigkeit

#### Rhetorik-Training

Wenn Sie es satt sind, nicht die richtigen Worte zu finden. Spontanität und Schlagfertigkeit kann man lernen.

Wer schnell die richtigen Worte findet, spontan reagieren und treffsicher argumentieren kann, wirkt kompetenter und überzeugender. Deshalb gibt es unser Rhetorik-Training für mehr Spontanität und Schlagfertigkeit. Inhalte:

- Spontan und schlagfertig antworten
- Die Kraft der Assoziation nutzen
- Techniken, gute Argumente zu finden
- Argumentieren und debattieren mit System
- Strukturen für klare Antworten
- Fragetechniken

#### 20150600

Sven Kadegge

Samstag, 21.03.2019, 09:00 - 16:00

vhs Hauptgebäude, Raum 204, 2. OG

Gebühr: 130,00 € (keine Ermäßigung möglich)

### Professionelle Gesprächsführung

#### Rhetorik-Training

Wer beruflich häufig Meetings oder Gespräche führt, ob mit Kunden, Mitarbeitern, Kollegen oder Partnern, der weiß, wie wichtig gute Planung, Vorbereitung und effiziente Gesprächstechniken sind. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie Gespräche strategisch vorbereiten, eine gute Gesprächsatmosphäre schaffen und auch schwierige Gesprächssituationen meistern. Inhalte:

- Strategien der Gesprächsführung
- Erfolgsfaktoren für Gespräche
- Fünf Techniken der effektiven Gesprächsführung
- Feedback geben, Kritik äußern
- Ziele und Anforderungen formulieren
- Techniken für den Gesprächseinstieg

#### 20150601

Dr. Hanspeter Häberle

Samstag, 16.05.2020, 09:00 - 16:00

vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG

Gebühr: 130,00 € (keine Ermäßigung möglich)



### Die Rhetorik-Ausbildung

Die Rhetorik-Ausbildung ist der wirksamste Weg zu kraftvollem Auftreten und zu mehr Überzeugungskraft. Der bundesweit einzigartige Ausbildungsgang zum TÜV-zertifizierten Kommunikations- und Rhetorik-Trainer umfasst fünf Module und richtet sich nicht nur an angehende Rhetorik-Trainer, sondern auch an Angestellte, Selbstständige, Führungskräfte und Unternehmer, die gezielt an ihrer Kommunikation arbeiten wollen.

#### Modul I: Rhetorik Basics

Erfahren Sie, wo und wie Rhetorik wirkt, was Sie für ein selbstbewussteres und überzeugenderes Auftreten tun können und wie Sie gezielt Wirkung erzeugen.

#### Modul II: Argumentation und Verhandlung

In diesem Seminar lernen Sie die grundlegenden Techniken der Argumentation und Gegenargumentation kennen und trainieren und verfestigen diese in zahlreichen praktischen Übungen.

#### Modul III: Gesprächsrhetorik

In berufstypischen Settings trainieren Sie Gespräche zu planen, Gesprächstechniken anzuwenden, Gesprächspartner einzuschätzen und auch schwierige Situationen zum Erfolg zu führen.

#### Fachbereichsleitung:

Bodo Müller

Tel: 07472 9833 40

#### Anmeldung/Info:

Anna Nowak

Tel: 07472 9833 10



#### Modul IV: Rede- und Präsentationstechniken

Innerhalb von drei Tagen erarbeiten Sie eine eigene Rede, arbeiten unter kompetenter Anleitung und mithilfe erfahrener Rhetorik-Trainer an Ihrer Präsenz, Ihrer Redekompetenz und Ihrer Überzeugungskraft.

#### Modul V: Seminarkonzeption und Seminarmethodik

In diesem Modul erfahren Sie, wie Sie Inhalte anschlussfähig aufbereiten, welche Methoden sich für welche Seminarsituationen eignen und wie Sie Gruppendynamiken steuern können.

#### Zertifikatsprüfung

Schaffen Sie sich ein Qualitäts- und Alleinstellungsmerkmal mit einer Zertifizierung nach DIN ISO 17024 mit internationalem Sachverständigen-Zertifikat.

**Umfang:** 13 Tage intensives Rhetorik-Training in Tübingen verteilt auf fünf Module über sechs Monate

**Start:** April 2020 und Oktober 2020

#### Infos und Anmeldung:

Rhetorik-Akademie Tübingen GmbH

Rittweg 3/1

72070 Tübingen

Büro Ammerbuch:

Rottenburg Str. 21

72119 Ammerbuch-Tübingen

[kontakt@rhetorik-akademie.com](mailto:kontakt@rhetorik-akademie.com)

07071.7956750

[www.rhetorik-akademie.com](http://www.rhetorik-akademie.com)

#### Die Rhetorik-Akademie Tübingen

Sie wollen kraftvoller und überzeugender auftreten und noch wirkungsvoller kommunizieren? Sie wollen intensiv an sich, Ihrer Redekompetenz und an Ihrer Überzeugungskraft arbeiten? Die Rhetorik-Akademie Tübingen bietet Ihnen, Ihrem Team oder Ihrem Unternehmen ein umfassendes Angebot an Trainings, Workshops und Schulungen sowie Coaching- und Beratungsprogrammen.



Online Webinare:

### **XPert-Business: kaufmännische und betriebswirtschaftliche Zertifikatskurse**

Xpert Business ist das bekannte bundesweite System für kaufmännische und betriebswirtschaftliche Weiterbildung. Es besteht aus Kursen und Zertifikaten: Nach jedem Kurs können Sie eine Prüfung ablegen, um ein Zertifikat zu erhalten. Einzelne Zertifikate lassen sich zu übergeordneten XB-Abschlüssen z.B. Finanzbuchhalter/in kombinieren.

Wir bieten Ihnen Kurse, an denen Sie bequem von zu Hause aus teilnehmen können, ohne extra in die Volkshochschule zu kommen. Natürlich werden Sie auch online von einem erfahrenen Dozenten und einem Moderator betreut. Und das Beste: die Webinare finden garantiert an zweistündigen, festen Terminen statt - egal wie viele Teilnehmer sich dafür angemeldet haben. Alle Kurstermine werden aufgezeichnet und Sie können den Termin jederzeit nachholen. In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zur anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. Diese können in Stuttgart abgelegt werden.

- **Finanzbuchführung 1**
- **Finanzbuchführung 2**
- **Finanzbuchführung mit DATEV**
- **Lohn und Gehalt 1**
- **Lohn und Gehalt 2**
- **Personalwirtschaft**
- **Kosten- und Leistungsrechnung**
- **Finanzwirtschaft**
- **Einnahmen-Überschuss-Rechnung**
- **Controlling**
- **Bilanzierung**
- **Betriebliche Steuerpraxis**

Nähere Infos zu den Inhalten und Voraussetzungen der einzelnen Module finden Sie auf unserer Homepage: [www.vhs-rottenburg.de](http://www.vhs-rottenburg.de) (Suchbegriff „Xpert“) Alle Termine und Technik-Tests finden Sie unter: <https://www.xpert-businesslernnetz.de/partner/termine/20f/>

#### **20150604**

20x Di. 03.03.2020 - 26.05.2020, 18:30 - 20:30  
Online im Web - bequem von zu Hause oder irgendwo  
Gebühr pro Modul: 360,00 €, (ohne Prüfung)  
Info und Anmeldung über die Webseite der vhs-Tübingen: [www.vhs-tuebingen.de](http://www.vhs-tuebingen.de) oder bei Alexander Ries, Tel. 07071 / 5603-37  
E-Mail: [edv@vhs-tuebingen.de](mailto:edv@vhs-tuebingen.de)

### **3D-Drucken**

**Vom virtuellen zum realen Modell**  
Dank der 3D-Druck-Technologie vereinfacht sich die Fertigstellung eines auf einem Computermodell basierten physischen Objekts. Es ist die schnellste und günstigste Möglichkeit, Kleinteile zu fertigen, bevor komplexere Fertigungsmaßnahmen, wie CNC-Fräsen oder Spritzgießen eingesetzt werden müssen.

In diesem Sicherheits- und Grundfunktionskurs lernen Sie am

1. Termin: Verfahren des 3D-Drucks, Aufbau des 3D-Druckers, Materialkunde
2. Termin: Einführung in CAD und Konstruieren mit CAD
3. Termin: Slicen vorbereiten, 3D-Drucker vorbereiten, Drucken eines Teils

#### **20150605**

Andreas Wissmann  
Freitag, 17.04.2020, 13:30 - 17:00  
Samstag, 18.04.2020, 08:00 - 11:30  
Samstag, 25.04.2020, 08:00 - 10:30  
GIBA gGmbH, Schwalbenstrasse 18, Rottenburg-Wendelsheim  
Gebühr: 249,00 € (keine Ermäßigung möglich)

### **Grundkurs Schweißen**

Zielgruppe: Alle, die sich für die Schweißpraxis interessieren.  
Im Kurs werden die Grundkenntnisse im Autogenschweißen, Metallaktivgasschweißen, Wolfram-Inertgasschweißen sowie im Weich- und Hartlöten vermittelt.  
Bitte mitbringen (ab Tag 2): feste Schuhe, Oberbekleidung aus Baumwolle

#### **Anmeldung**

direkt bei der vhs Nagold: 07452 931513 oder [www.vhs-nagold.de](http://www.vhs-nagold.de)  
Frank Maur  
Donnerstag, 12.03.2020, 19:00 - 22:00  
Samstag, 14.03. und 21.03.2020, 09:00 - 16:00  
Eingang KFZ-Werkstatt, Berufsschule, Nagold  
Gebühr: 108,00 €

### **Aufbaukurs Schweißen**

Zielgruppe: Alle, die den Grundkurs Schweißen besucht haben oder vergleichbare Kenntnisse besitzen.  
Im Kurs wird das WIG-Schweißen von Nicht-Eisen-Metallen wie Edelstahl und Leichtmetall vermittelt.

#### **20150602**

Frank Maur  
Samstag, 20.06.2020, 09:00 - 16:00  
Samstag, 27.06.2020, 09:00 - 16:00  
Samstag, 04.07.2020, 09:00 - 16:00  
Eingang KFZ-Werkstatt, Berufsschule, Nagold  
Gebühr: 150,00 €

### **Einstieg PC - Tablet - Smartphone**



### **PC, Notebook, Tablet, Smartphone oder E-Book-Reader**

Was kann man damit machen? Welches ist das richtige für mich?  
Worin bestehen die Unterschiede zwischen den Geräten, aber auch zwischen den Systemen von Apple oder Android? Wir erklären die verschiedenen Geräte und führen Sie in das Grundwissen darüber ein, damit Sie beurteilen können, was für Sie sinnvoll ist.

Danach besprechen wir mit Ihnen die Inhalte der verschiedenen Kurse und es bleibt dann noch genügend Zeit für Ihre persönlichen und speziellen Fragen.

#### **20150100E**

Bodo Müller  
Susanne Krall  
Montag, 02.03.2020, 17:00 - 19:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 104, 1. OG  
Eintritt (keine Anmeldung erforderlich): 5,00 €

### **Tastaturschreiben – in 2x2 Stunden Schreiben mit 10-Fingersystem**

Wer professionell Computerschreiben kann, profitiert in vielen Bereichen. In diesem modernen Kurs lernen Sie Computerschreiben blind mit 10 Fingern - und das in nur 2 Treffen zu je 2 Stunden! Bei dieser Lernmethode werden Erkenntnisse aus Gehirnforschung und Gedächtnistraining genutzt und miteinander verbunden. Lernen Sie ganzheitlich und spielerisch mit inte-

ressanten Hörgeschichten, einprägsamen Bildern und beruhigender Musik. Kein stures Einhämmern auf die Tasten – im Gegenteil: Mit dieser Methode macht es einfach Spaß, Tippen zu lernen! Begleitend zum Unterricht erhält jeder ein Kursheft und einen Zugang zu einem sehr guten Online-Tipptrainer zum Trainieren von Tempo und Genauigkeit. Der Kurs ist schon ab 9 Jahren geeignet. In den Kursgebühren ist das Kursheft (Lernmittel) und die Lizenz für den Online Tipptrainer in Höhe von 27,50 € inkl. MwSt. enthalten.

**20150110**

Wolfgang Dröber

2x Fr. 20.03.2020 - 27.03.2020, 15:30 - 17:00

vhs Hauptgebäude, 201 (EDV-Raum)

Gebühr: 77,00 €

**20150111**

Wolfgang Dröber

2x Sa. 20.06.2020 - 27.06.2020, 10:00 - 12:00

vhs Hauptgebäude, 201 (EDV-Raum)

Gebühr: 77,00 €

**Einstieg in Windows 10 und Internet**

Windows 10 ist auch für erfahrene Laptop/PC- Nutzer gewöhnungsbedürftig! In diesem Kurs schauen wir die neuen Strukturen des Betriebssystems an und lernen von Grund auf, wie es funktioniert. Daher ist der Kurs für Umsteiger von Windows 7 (oder älter) geeignet.

Begriffe wie Startbildschirm, Sperrbildschirm, Desktop, Taskleiste und App werden erklärt und mit Übungen erfahrbar gemacht. Die Grundkenntnisse umfassen das Erstellen von Dateien, das Speichern, das Wiederfinden und Löschen. Hierzu benutzen wir das „Ordnungsprogramm“ Explorer.

Sie wollen im Internet surfen und E-Mails schreiben? Und vielleicht ein Bild verschicken? Auch das werden wir üben. Sie können gerne an Ihrem eigenen Gerät arbeiten – bringen Sie es geladen mit.

Ein anschauliches Lehrbuch ist im Preis enthalten.

**20150113**

Susanne Krall

5x Mi. 17.06.2020 - 15.07.2020, 17:00 - 19:00

vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG

Gebühr: 82,00 €

**Grundlagen am PC für Migrantinnen und Migranten**

Sie haben wenig Erfahrung mit der Arbeit am PC? In diesem Kurs lernen Sie den Umgang mit Windows und Word. Wir machen Sie vertraut mit Windows, zeigen Ihnen Programme und erstellen Dateien. Sie wollen zusätzlich im Internet surfen und



sich online bewerben? Auch das werden Sie üben und natürlich wird auf Ihre Fragen und Wünsche zum Thema eingegangen. Voraussetzung sind gute Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1.

**20106202**

Rainer Schäuble

8x Mo. 20.04.2020 - 13.05.2020, 08:30 - 10:45

vhs Hauptgebäude, 201 (EDV-Raum)

Gebühr: 55,00 €

**Einstieg in Android-Smartphone/ Tablet**

Wenn Sie ein gängiges Smartphone haben, arbeitet es zumeist mit dem Betriebssystem ANDROID. Lassen Sie uns ihr Gerät erkunden und lernen Sie, was es alles kann! Was ist eine App und wie wird man sie wieder los. Wie surft man im Internet, wo sind die Bilder? Dieser Kurs hilft Einsteigern einen ersten Überblick beim Ausprobieren grundlegender Funktionen zu erhalten. Im nachfolgenden Kurs „ANDORID-Praxis für Smartphone und Tablet“ vertiefen Sie die hier erworbenen Grundkenntnisse. Bringen Sie bitte Ihr geladenes Gerät mit.

**20150132**

Susanne Krall

Mittwoch, 11.03.2020, 17:00 - 19:00

vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG

Gebühr: 19,00 €

**Android-Praxis für Smartphone & Tablet - Apps gezielt einsetzen**

Sie haben Ihr Smartphone oder Tablet schon eine Weile im Gebrauch, aber immer wieder dieselben Fragen oder Unsicherheiten?

Dann kommen Sie in diesen praxisbezogenen Kurs. Ihre Fragen stehen im Vordergrund, z.B. Einstellung von Tönen, Sprache, fremdes WLAN oder Whats App besser nutzen. Wo sind die Bilder, wie kann ich sie löschen oder sichern? Was tue ich, wenn der Speicherplatz knapp wird u.v.a.m. Bringen Sie bitte Ihr geladenes Gerät mit.

(Sie können im Kurs das Skript der Dozentin für Ihr Smartphone für 5,00 € erwerben.)

**20150134**

Susanne Krall

3x Mi. 18.03.2020 - 01.04.2020, 17:00 - 19:00

vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG

Gebühr: 38,00 €

**iPad und iPhone für EinsteigerInnen**

Wenn Sie ein iPhone oder ein iPad ganz neu oder ohne jegliche Einweisung besitzen, sind Sie hier genau richtig. Lassen Sie uns gemeinsam Ihr Gerät erkunden und lernen Sie, was es alles kann! Welche Einstellungen sind für Sie wichtig? Wie gehe ich mit dem Adressbuch um? Wie lade ich Apps und nehme diese in Betrieb? Bringen Sie bitte Ihr geladenes Gerät mit.

**20150137**

Bodo Müller

Dienstag, 21.04.2020, 15:00 - 17:00

Rottenburg, vhs Hauptgebäude

Gebühr: 19,00 €

**iPad und iPhone - Praxisvertiefung: Apps und mehr**

Wenn Sie ein iPhone oder iPad haben und bereits als Einsteiger die ersten Kenntnisse erworben haben, werden Sie hier sicherer im Umgang mit Ihrem Gerät. Sie lernen, wie man eine App lädt und wie man sie wieder los wird. Wie surft man im Internet, wo sind die Bilder? Wie gehe ich mit den verschiedenen Adressbüchern um und mit dem Kalender? Wie schicke ich Mails, SMS, Textnachrichten und versende Bilder und andere Dateien? Ihr iPhone bietet viele Möglichkeiten und Sie erhalten Unterstützung beim Ausprobieren und Üben. Bringen Sie bitte Ihr geladenes Gerät mit.

**20150138**

Bodo Müller

2x Di. 05.05.2020 - 12.05.2020, 15:00 - 17:00

Rottenburg, vhs Hauptgebäude

Gebühr: 38,00 €

**Office****Coaching/Einzelunterricht für MS-Office-Anwendungen**

zu Hause entspannt Fragen stellen und akute Lösungen für Ihre Aufgaben finden

Sie haben Fragen zu Word, Excel, Power-Point, Internet oder E-Mail? Sie brauchen Unterstützung bei Windows oder Ihrem Android-Smartphone? Oder Sie haben brauchen akut eine Lösung für Ihre Aufgaben? Dann rufen Sie bei der VHS an. Sie bestimmen wo, wann und wie viel und vor allem was Sie lernen wollen!

Frau Krall kommt gerne zu Ihnen nach Hause, wenn Sie das wünschen.  
Stundensatz: 30€/Stunde

**20150190**

Susanne Krall  
Mittwoch, 04.03.2020  
Stundensatz: 30,00 €, pro Stunde

**Word 2016 - Grundlagen**

Mit Word 2016 Briefe schön formatieren und eine persönliche Vorlage erstellen, Glückwunschkarten gestalten, Listen schreiben - das sind nur einige Themen, die Sie im Wordkurs lernen. Wie speichere ich mein Dokument? Wie drucke ich es aus? Kann ich auch eine Grafik/Foto einfügen? Und wie finde ich es wieder? Wie bringe ich Information aus dem Internet in eine druckbare Form? Bei diesem Kurs werden allgemeine PC-Kenntnisse vorausgesetzt. Der Kurs ist auch für Nutzer der Versionen Word 2010 und 2013 geeignet.

**20150211**

Susanne Krall  
3x Mi. 06.05.2020 - 20.05.2020, 17:00 - 19:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG  
Gebühr: 69,00 €, (inkl. Skript im Wert von 12,90 EUR)

**Excel 2016 - Grundlagen**

In diesem Kurs wird Ihnen das Basiswissen über die Funktionsfähigkeiten von Excel vermittelt. Der Kurs richtet sich an Excel-Anfänger, die sich noch nicht intensiver mit Excel beschäftigt haben. Excel-Grundkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.

**20150212**

Rolf Dietrich  
Im Herbst/Winter-Semester:  
Di. 03.11.2020 - 01.12.2020, 19:00 - 21:30  
vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG  
Gebühr: 108,00 €, (inkl. Skript im Wert von 17,00 €)

**Excel 2016 - Aufbauwissen**

In dem Aufbaukurs wird das Grundwissen der Teilnehmer über die Funktionsfähigkeiten von Excel vertieft. Der Kurs ist für Excel-Anwender, die bereits Erfahrung im Umgang mit Excel haben. Excel-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.

**20150213**

Rolf Dietrich  
Im Herbst/Winter-Semester:  
3x Sa. 16.01.2021 - 30.01.2021, 09:00 - 13:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG  
Gebühr: 91,00 €, (ggf. zzgl. Skript im Wert von ca. 17 EUR, sofern noch nicht vorhanden)

**Outlook 2016 - Grundlagen**

Als Einsteiger mit der Mailsoftware Outlook aus dem Office Paket lernen Sie die vielen

Spezialfunktionen für das Mailen mit und ohne Anhänge, Sammelmails, das Anlegen von Kontakten, Terminen und Aufgaben kennen. Dieser Kurs ist für die Benutzung von Einzelplatz-PC oder für echte Neueinsteiger mit Outlook geeignet.

**20150214**

Christian Menter  
Samstag, 16.05.2020, 09:00 - 13:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG  
Gebühr: 52,00 €, (inkl. Skript im Wert von 10,00 €)

**PowerPoint - Grundlagen**

Vom Erstellen einer einzelnen Folie bis hin zu einer fertigen Präsentation bekommen Sie hier das nötige Know-How kompakt vermittelt: Grundlagen zum Erstellen einer Präsentation, Erstellen von Folien und Formatierungsmöglichkeiten, Einfügen von Bildern, Arbeiten in den verschiedenen Ansichten, Erstellen von Folienmastern, Animationen innerhalb von Folien, Präsentationen vorführen.

**20150215**

Christian Menter  
Samstag, 28.03.2020, 09:00 - 14:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG  
Gebühr: 59,00 €, (inkl. Skript im Wert von 17,00 €)

**Internet****Rund um Homepages, Shops und Suchmaschinenoptimierung**

Von der Webseitenerstellung über Online-Verkaufen bis Suchmaschinenoptimierung

Jeder denkt, ein Internetauftritt sei einfach. Das stimmt nur, wenn man sich auskennt und alle Spielregeln beachtet. Falls nicht, droht schneller Ärger und Ungemach, als

man denkt. Schwerpunkte des Kurses sind: Web-Grundlagen für Homepagebesitzer, Wahl der geeigneten Domainadresse, Suchmaschinenoptimierung, rechtliche Anforderungen (Impressum, AGB, Datenschutz, Haftungsbeschränkung), Onlineshop & Bezahlssysteme, Statistik & Auswertung der Besucher, Verhalten bei Abmahnungen. Als Anschlusskurs wird empfohlen: TYPO3 für Einsteiger.

**20150305**

Thor Alexander  
Montag, 11.05.2020, 18:00 - 22:00  
vhs Hauptgebäude, 201 (EDV-Raum)  
Gebühr: 39,00 €

**TYPO3 - Eine Einführung für Anwender**

TYPO3 ist ein Open-Source-Content-Management-System (CMS) oder einfach Redaktionssystem für kleinere bis große Netzauftritte. Open Source bedeutet, dass der Quellcode öffentlich und kostenlos ist. TYPO3 basiert auf der Skriptsprache PHP. Als Datenbank wird meist das ebenfalls freie Datenbanksystem MySQL eingesetzt. Schwerpunkte des TYPO3-Kurses: Hochladen von Dateien inkl. Bildern, Anlegen neuer Seiten, Eingabe von Texten, Eingabe von Bildern etc., grafische Seitengestaltung durch den Nutzer.

**20150306**

Thor Alexander  
Montag, 30.03.2020, 18:00 - 22:00  
vhs Hauptgebäude, Raum 201 (EDV), 2. OG  
Gebühr: 39,00 €

**Foto-/Bildbearbeitungskurse**

Diese Kurse finden Sie auf den Seiten 32 im Fachbereich Kunst - Kreativität - Gestalten.

Ihr Partner in allen Fragen der Haustechnik

**MAYER**

Heizung | Sanitär | Kundendienst  
Kurstr. 12, 72108 Rottenburg (Schwalldorf)  
Telefon 07472 988178-0  
[mayer-haustechnik@t-online.de](mailto:mayer-haustechnik@t-online.de)

**Unsere Erfahrung – Ihr Vorteil**

# bärstecher

raumausstattung  
parkett u. fußbodentechnik

rötestr. 14

72149 neustetten-wolfenhausen

tel. 07457 - 17 78

[www.baerstecher.de](http://www.baerstecher.de)

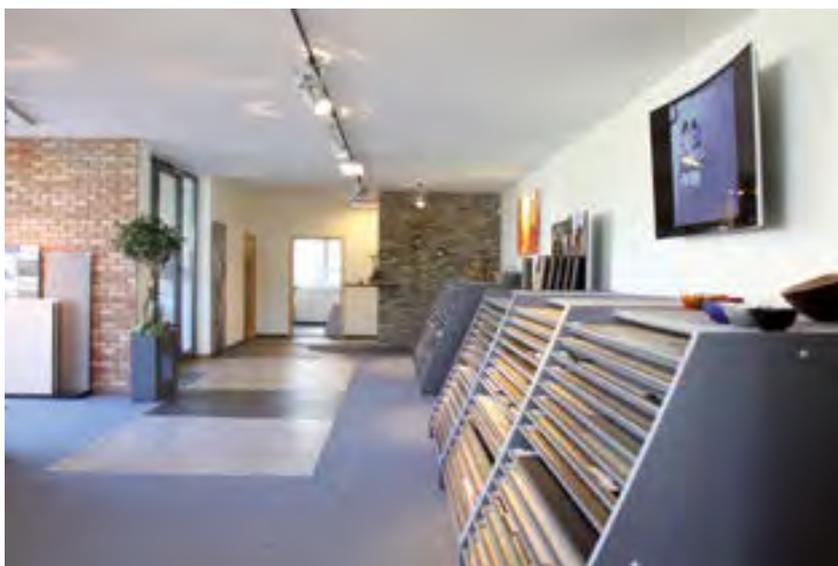


- Bodenbeläge
- Parkett
- Gardinen
- Sonnenschutz
- Markisen
- Heimtextilien
- Ausstellung auf 300 m<sup>2</sup>
- Ausführung in  
Neubau, Sanierung,  
Renovierung und im  
Gesundheitsbereich

# BAUR

## Fliesen & Natursteine

### Eigene Fliesenausstellung



Markus Baur · Junghansring 3  
72108 Rottenburg - Ergenzingen  
[www.fliesen-baur.de](http://www.fliesen-baur.de)



## Impressum

**Herausgeber:**  
vhs Rottenburg am Neckar  
Musikschule Rottenburg am Neckar  
Sprollstraße 22  
72108 Rottenburg am Neckar

Tel: 07472 9833-0 / Fax: 07472 9833-11  
info@vhs-rottenburg.de / vhs-rottenburg.de

**Layout:**  
Thomas Di Paolo, Musikschule

**Anzeigen:**  
Susanne Weiß, Telefon 07472 9833-0

**Auflage:**  
22.000 Exemplare

**Verteilung:**  
An alle Haushalte in Rottenburg, Hirrlingen,  
Neustetten, Starzach

**Bildnachweis:**  
wikipedia / wikimedia / Stock.XCHNG / iStockphoto  
/ shutterstock / pixabay / adobe stock / fotolia /  
Thomas Di Paolo / Steffen Schlüter / Privat

Copyright 2020 © vhs Rottenburg am Neckar, für  
die Abbildungen bei Ihren jeweiligen Urhebern.  
Alle Rechte vorbehalten. Trotz sorgfältiger Prüfung  
übernehmen wir für die Richtigkeit der Angaben  
keine Gewähr.

## Ergenzingen

**Ansprechpartnerin**

**Außenstellen-  
koordinatorin:**

**Annette Dettling,**

**Tel: 07457 / 731139**

**Mobil: 0163 / 1488279**

**Beratung + Info im**

**Rathaus, Do. 9:30 - 11:30**



Anmeldung über vhs-Zentrale Rottenburg  
Tel: 07472/9833-0 | [www.vhs-rottenburg.de](http://www.vhs-rottenburg.de)

## Vorträge - Workshops

### Blutegel – Helfer aus dem Tierreich

Was hat der Blutegel mit Arthrosen, Fersensporn und Migräne zu tun? Bei welchen Erkrankungen ist die Blutegelbehandlung sinnvoll und hilfreich? Erfahren sie mehr über eine alte Behandlungsmethode, die neben Schmerzlinderung noch weitere interessante, positive Auswirkungen für den Patienten hat. Nach einer Einführung über die Blutegeltherapie werden Anwendungsmöglichkeiten und Beispiele aus der Praxis vorgestellt. Die Referentin ist Heilpraktikerin.

**20130002ER**

Anette Niebauer

Mittwoch, 11.03.2020, 19:00 - 20:30

Betreutes Wohnen, Gemeinschaftsraum, Ergenzingen, Bismarckstraße 24

Eintritt (keine Anmeldung erforderlich): 5,00 €

### Volkskrankheit Sodbrennen

Die Speiseröhre brennt und fühlt sich an wie Feuer. Unangenehm stößt es einem auf, Säure fließt bis in den Mundraum. Man leidet unter Blähungen, Aufgetriebensein und Magenbeschwerden. Mehr als acht Millionen Menschen in Deutschland leiden unter dem Symptom Sodbrennen. Welche Möglichkeiten für Abhilfe gibt es? An diesem Abend erhalten Sie Kenntnisse über den Magen und die Säureproduktion und naturheilkundliche Ansätze zur Therapie bei Sodbrennen. Die Dozentin ist Heilpraktikerin.

**20130003ER**

Nicole Teutsch

Dienstag, 17.03.2020, 19:00 - 21:00

Betreutes Wohnen, Gemeinschaftsraum, Ergenzingen, Bismarckstraße 24

Eintritt (keine Anmeldung erforderlich): 5,00 €

### Konflikte im Kindergartenalter

Konflikte unter Kindern und deren Umgang untereinander stellen für uns Erwachsene mitunter eine große Herausforderung dar. Für Eltern stellt sich die Frage: „Was macht

mein Kind stark? Was kann ich tun, damit es lernt sich in der Gruppe und im weiteren Lebenslauf gut zu behaupten?“ Als weiteren Aspekt beleuchten wir die Frage: Gibt es Mobbing schon im Kindergarten? An diesem Abend erfahren Sie, wie Sie Ihrem Kind helfen können mit seinen Gefühlen umzugehen, Konflikte konstruktiv zu klären und wie Sie es dabei begleiten können ein gesundes Selbstbewusstsein zu entwickeln. Die Dozentin leitet einen Kindergarten und ist zertifizierte Systemische Beraterin und Therapeutin.

**20110504ER**

Christa Böffert

Donnerstag, 23.04.2020, 19:00 - 21:00

Kindergarten St. Maria, Ergenzingen, Königsberger Straße 51

Eintritt (keine Anmeldung erforderlich): 2,00 €



### Tiergestützte Interventionen mit Bauernhoftieren in Kindergarten und Schule

Fortbildung für ErzieherInnen und PädagogInnen

Tiere haben von Natur aus eine positive Wirkung auf Kinder. Dies wirkt sich auch förderlich im pädagogischen Kontext aus. In der Begegnung mit Tieren ist der ganze Mensch gefordert; selbst aktiv zu werden oder zur Ruhe kommen können genauso Themen sein wie Wertschätzung und Empathie im Umgang miteinander. Unsere unterschiedlichen Tierarten bieten hierzu ein breites Spektrum an Einsatzmöglichkeiten um die individuelle Förderung des Einzelnen oder in kleinen Gruppen zu ermöglichen. Bei der Fortbildung stellen wir diese Möglichkeiten vor. Die Teilnehmenden erleben sich selbst im praktischen Umgang mit den Tieren und erfahren so an sich selbst die Wirkung tiergestützter Interventionen. Die Reflexion auf der Metaebene erlaubt, neue Impulse für die eigene Arbeit mitzunehmen. In Kooperation mit der Kalkwerkfarm.

**20110506R**

Julia Grammer

Samstag, 16.05.2020, 10:00 - 16:00

Ergenzingen, zur Kalkwerkfarm:

Straße „Im Gärtle“ Richtung Haitinger Höfe folgen.

Sie geht in einen geteerten Feldweg über, dann

links einbiegen.

Gebühr: 80,00 €

## junge vhs

### Der Babymusikgarten

Der Babymusikgarten lädt Babys bis 18 Monate und einen Elternteil oder eine Bezugsperson (z.B. Großeltern) zum musikalischen Spiel ein. Mit Tönen und Geräuschen können Sie Ihr Baby zum Lachen bringen, mit einem Lied wieder beruhigen. Babys erkunden mit Hingabe Stimme und Körper. So entdecken wir im Babymusikgarten mit unseren Kleinsten die Welt der Musik mit allen Sinnen: wir begleiten Lieder mit Rasseln, Klanghölzern und Trommeln. Reime, Wiegenlieder und Tänze auf dem Arm der Eltern und Spiele mit einem luftig schwebenden Chiffontuch geben viele Anregungen zum Spielen zuhause! Aus hygienischen Gründen bekommt jedes Kind sein eigenes Musikgartenbeutelchen mit einem Chiffontuch, einer Rassel und einem Paar Klanghölzer (Kosten 10 Euro). Monatsbeitrag: 22,20 € zzgl. 10,00 € Materialkosten.

Anmeldung telefonisch über die Musikschule Rottenburg (07472 / 9833-55) oder online unter [www.musikschule-rottenburg.de](http://www.musikschule-rottenburg.de)

**20121318JR**

Katrin Friedebold

18x Mo. 02.03.2020 - 27.07.2020, 09:30 - 10:05

Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)

### Der Musikgarten Phase 1

Der Musikgarten (Phase 1) lädt Kinder von 18 Monaten bis 3 Jahren mit einem Elternteil/Bezugsperson zu einem spielerischen Aufenthalt in der Welt der Musik ein. Dieser Kurs geht auf den wachsenden Erlebnisraum der Kinder ein. Die Themen orientieren sich am Jahreslauf und dem Entwicklungsstand der Kinder. Mit Tänzen und Bewegungsspielen kosten die Kinder ihre neugewonnene Mobilität aus. In Fingerspielen trainieren sie Feinmotorik und Sprache. In der Begleitung von Liedern und Versen erproben die Kinder den Umgang mit verschiedenen Perkussionsinstrumenten.

Monatsbeitrag: 22,20 €.

Anmeldung telefonisch über die Musikschule Rottenburg (07472 / 9833-55) oder online unter [www.musikschule-rottenburg.de](http://www.musikschule-rottenburg.de)

**20121319JR**

Katrin Friedebold

18x Mo. 02.03.2020 - 27.07.2020, 10:15 - 10:50

Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)

## Spiel und Bewegung

Gemeinsam mit Mama oder Papa klettern, rutschen, hüpfen, drehen, ziehen, rollen, springen, balancieren. Vielseitige, altersgerechte Bewegungserfahrungen und Spielangebote unterstützen die natürliche Freude an Bewegung, ermöglichen die spielerische Begegnung mit Gleichaltrigen, regen die motorische und gesamtpersönliche Entfaltung an und machen einfach Spaß!

### Für 1,5 bis 3 Jahre

#### 20132015JR

Elke Vollmer

10x Mi. 11.03.2020 - 24.06.2020, 16:00 - 17:00  
Grundschule Ergenzingen, Turnhalle, Königsberger Str. 50  
Gebühr: 49,30 €

### Für 3 bis 5 Jahre

#### 20132016JR

Elke Vollmer

10x Mi. 11.03.2020 - 24.06.2020, 17:00 - 18:00  
Grundschule Ergenzingen, Turnhalle, Königsberger Str. 50  
Gebühr: 49,30 €

## Zumba® für Kids (7 - 11 Jahre)

Die ultimative Tanz- und Fitnessparty für junge Zumba-Fans. Wir erlernen Schritt für Schritt die gezielt für Kinder entwickelten Choreos, die sich nach original Zumba-Choreos richten. Einfach zu erlernende Steps, abwechslungsreiche Rhythmen, fröhlich-fetzig Musik und coole Tänze: Mit einer großen Portion Spaß trainieren wir dabei auch Koordination, Merkfähigkeit und Kreativität.

#### 20120587JR

Silke Eistetter

10x Mo. 09.03.2020 - 25.05.2020, 15:00 - 16:00  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)  
Gebühr: 54,70 €

## Wir schmieden echte Silberkreuze für die Kommunion mit Edelsteinen und Innengravur

Das Kreuz ist das Symbol des Christentums. Ein Kreuz selbst herzustellen, ist etwas ganz Besonderes. Unter fachkundiger Anleitung wird mit verschiedenen Techniken wie Biegen, Hämmern, Prägen, Schleifen, Polieren und Mattieren ein individuell gestaltetes Silberkreuz hergestellt. Auf der Rückseite des Kreuzes wird noch der Name und das Herstellungsjahr graviert. Wer möchte, kann in das Kreuz einen echten Edelstein einsetzen (Kosten: 8 - 16 €).

Bitte mitbringen: Schreibzeug und ein kleines Vesper und Getränk, Haargummi (bei

langen Haaren). Bitte Kleidung anziehen, die schmutzig werden darf.

#### 20121014CR

Michael Uhlig

Freitag, 27.03.2020, 15:00 - 19:00  
Schönstattzentrum Liebfrauenhöhe, Schulgebäude, Klassenzimmer, Ergenzingen  
Gebühr: 26,80 €, zuzügl. 4,- € Werkzeugverschleiss und Materialkosten je nach Verbrauch (bitte beim Kursleiter im Kurs begleichen). Die aktuellen Silberpreise finden Sie unter [www.uhligart.de](http://www.uhligart.de) (Kosten ca. 14 - 31 €).

#### 20121015CR

Michael Uhlig

Samstag, 28.03.2020, 09:00 - 13:00  
Schönstattzentrum Liebfrauenhöhe, Schulgebäude, Klassenzimmer, Ergenzingen  
Gebühr: 26,80 €, zuzügl. 4,00 € Werkzeugverschleiss und Materialkosten je nach Verbrauch (bitte beim Kursleiter im Kurs begleichen). Die aktuellen Silberpreise finden Sie unter [www.uhligart.de](http://www.uhligart.de) (Kosten ca. 14 - 31 €).

#### 20121016CR

Michael Uhlig

Samstag, 28.03.2020, 13:30 - 17:30  
Schönstattzentrum Liebfrauenhöhe, Schulgebäude, Klassenzimmer, Ergenzingen  
Gebühr: 26,80 €, zuzügl. 4,00 € Werkzeugverschleiss und Materialkosten je nach Verbrauch (bitte beim Kursleiter im Kurs begleichen). Die aktuellen Silberpreise finden Sie unter [www.uhligart.de](http://www.uhligart.de) (Kosten ca. 14 - 31 €).

## Ostereier schmücken für Kinder ab 6 Jahren mit ihren (Groß-)Eltern

Es wird Ostern und vielleicht haben Sie Lust zusammen mit Ihrem Kind oder Enkelkind Eier in Wachsbatik zu fertigen? Diese alte sorbische Technik ist einfach zu erlernen und sehr wirkungsvoll. Zuerst wird mit Wachs ein Muster auf das Ei aufgemalt, dann gefärbt, evtl. nochmals ein Muster aufgebracht und ein zweites Mal gefärbt. Als Farben eignen sich entweder die üblichen Kaltfarben, wobei dann das Wachs entfernt wird, oder man färbt mit Zwiebelschalen oder ähnlichen Naturfarben, dann geht das Wachs von selbst ab. So oder so entstehen sehr schöne und ganz unterschiedliche Eier, die wunderbar den Ostertisch schmücken.

Bitte mitbringen: Ausgeblasene und rohe Eier

#### 20120750JR

Elke Atzert

Bärbel Hauger  
Freitag, 03.04.2020, 15:00 - 17:30  
Betreutes Wohnen, Gemeinschaftsraum, Ergenzingen, Bismarckstraße 24  
Gebühr: 12,50 €, zzgl. ca. 1,50 € für Wachs und Farben



## Osterferien auf der Kalkwerkfarm für Kinder und Jugendliche von 6 - 16 Jahren

In den Osterferien gibt es wieder einiges zu erleben auf der Kalkwerkfarm. Neben der Versorgung der Tiere werden wir mit tollen Aktionen den Frühling begrüßen. Lasst euch überraschen! Ein Mittagessen ist inbegriffen. Anmeldeschluss: 03.04.2020

In Kooperation mit der Kalkwerkfarm. Bitte mitbringen: dem Wetter angepasste Kleidung, die schmutzig werden darf und festes Schuhwerk

#### 20110731JR

Julia Grammer

4x Di. bis Fr. 14.04.2020 - 17.04.2020, 10:00 - 14:00

Ergenzingen, zur Kalkwerkfarm: Straße „Im Gärtle“ Richtung Haitinger Höfe folgen. Sie geht in einen geteerten Feldweg über, dann links einbiegen.

Gebühr: 100,00 €, inkl. Mittagessen

## Pfingstferien auf der Kalkwerkfarm für Kinder und Jugendliche von 6 - 16 Jahren

Tiere und Natur genießen, beim Tiere-Versorgen helfen und noch vieles mehr! Lasst Euch überraschen! Ein Mittagessen ist inbegriffen.

Anmeldeschluss: 29.05.2020

In Kooperation mit der Kalkwerkfarm Bitte mitbringen: dem Wetter angepasste Kleidung, die schmutzig werden darf und festes Schuhwerk

#### 20110732JR

Julia Grammer

3x Mo. bis Mi. 08.06.2020 - 10.06.2020, 10:00 - 14:00

Ergenzingen, zur Kalkwerkfarm: Straße „Im Gärtle“ Richtung Haitinger Höfe folgen. Sie geht in einen geteerten Feldweg über, dann links einbiegen.

Gebühr: 75,00 €, inkl. Mittagessen

NEU

## Das schnippel ich mir schon alleine

**Gesunde Ernährung für Kinder von 6 - 12 Jahren mit Ihren (Groß-)Eltern**  
Warum sagen alle, dass Zucker so ungesund ist? Wo versteckt sich überall der Zucker? Und warum sind Obst und Gemüse so gesund? Tja, und schmecken denn die gesunden Sachen? Nachdem wir viel über unser Essen erfahren haben, schnippeln und bereiten wir ein paar leckere Kleinigkeiten zu und probieren uns gemeinsam durch. Die Küche ist behindertengerecht nutzbar. Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch

**20135110JR**

Petra Sonsalla

Samstag, 23.05.2020, 15:00 - 18:00

Gemeinschaftsschule im Gäu, Küche, Ergenzingen, Kornstraße 25

Gebühr: 10,00 €, zzgl. ca. 5,00 € für Lebensmittel für Kinder

## Kunst - Kultur - Kreativität

### Zumba®

Zumba® verbindet Training und Tanzvergnügen zu einem einzigartigen Tanz-Fitness-Erlebnis. Temperamentvolle World-Rhythmen und einfach zu erlernende Choreografien verschmelzen zu einem mitreißenen Workout für den ganzen Körper.

**20120582R**

Silke Eistetter

12x Fr. 06.03.2020 - 26.06.2020, 09:15 - 10:15

Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)

Gebühr: 65,60 €

### Gitarre I am Vormittag

#### Fortsetzungskurs

Und weiter geht's in gewohnter Weise mit einem bunten Programm aus Klassik, Pop und Folk. Quer- und WiedereinsteigerInnen, die gerne in der Gruppe musizieren und das Notenspiel nicht scheuen, sind herzlich willkommen!

Bitte mitbringen: Gitarre, Notenständer, Fußschemel, Bleistift.

Literatur wird mit der Kursleitung besprochen.

**20121320R**

Daniela Fischer

10x Fr. 06.03.2020 - 26.06.2020, 10:00 - 11:00

Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Raum 4

Gebühr bei 5 Teilnehmenden: 89,30 €, bei 6: 74,65 €, bei 7: 64,00 €, bei 8: 56,00 €

### Gitarre II am Vormittag

#### Fortsetzungskurs

Dieser Kurs knüpft an die bisher erlernten Techniken und Spielweisen an und dringt noch tiefer in die Geheimnisse des Gitarrenspiels ein. Weiter geht es mit dem mehrstimmigen Lagenspiel und einer bunten Songbegleitung. Stücke unterschiedlichster Art sorgen für gemeinsamen Spielspaß. Nach Absprache mit der Kursleitung sind auch Quer- und WiedereinsteigerInnen herzlich willkommen. Bitte um Rücksprache vor Kursbeginn (Tel.: 07457/930918). Bitte mitbringen: Gitarre, Notenständer, Fußschemel, Bleistift.

Literatur wird mit der Kursleitung besprochen.

**20121321R**

Daniela Fischer

10x Fr. 06.03.2020 - 26.06.2020, 09:00 - 10:00

Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Raum 4

Gebühr bei 5 Teilnehmenden: 89,30 €, bei 6: 74,65 €, bei 7: 64,00 €, ab 8: 56,00 €

### Hobbyfotografen beraten

#### Hobbyfotografen

Fotografieren ist ein erfüllendes Hobby - vor allem, wenn die eigenen Erfahrungen mit anderen Interessierten ausgetauscht werden können, man vom Wissen anderer profitieren kann und Rückmeldungen zu den eigenen Aufnahmen bekommt. An diesem Samstagvormittag wollen wir - von Hobbyfotograf zu Hobbyfotograf - unsere Erfahrungen mit Ihnen teilen. Wir, das sind neun Fotobegeisterte aus Rottenburg und Umgebung, die sich einmal im Monat treffen und sich austauschen. Auf alle Fragen und Anliegen gehen wir einzeln ein, wobei es keine Rolle spielt, welche Vorkenntnisse vorhanden sind. Auf folgende Fragen z.B.

sind wir eingestellt: Was bedeutet ISO? Wann brauche ich ein Stativ? Wie kann ich ein Bild mit dem Blendenwert gestalten? Warum ist manchmal ein Teil des Bildes scharf und der Rest unscharf?

**20150400R**

Samstag, 14.03.2020, 10:00 - 12:00

Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)

NEU

### Bienenwachstücher selbst gemacht

#### Umweltfreundlich einpacken und frischhalten

Bienenwachstücher sind die ideale umweltfreundliche Alternative um Lebensmittel (Gemüse, Käse etc.) frisch zu halten, d.h. einzupacken oder Gefäße abzudecken. Sie sind lange verwendbar und helfen viel Plastikfolie zu sparen. Wir stellen 4 - 5 Tücher in verschiedenen Größen her.

Bitte mitbringen: Bügeleisen, Zick-Zack-Schere, gewaschene Stoffreste (ca. 25 x 25 cm, 30 x 30 cm) und großes Holzbrett

**20121041R**

Anneliese Braitmaier

Dienstag, 17.03.2020, 19:00 - 22:00

Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Raum 1

Gebühr: 15,00 €, zzgl. ca. 10,- € für Material

NEU

### Malsonntag im Atelier

#### für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs werden wir uns mit dem ganz persönlichen Blick auf ein mitgebrachtes Motiv beschäftigen - erlebt doch jeder von uns die Welt ein wenig anders! Gleichzeitig üben wir den Umgang mit Farbgebung und Bildkomposition, um die Stimmung und Wirkung erzeugen zu können, die wir

## 4. Ergenzinger Kreativmeile



**am 04. Juli + 05. Juli 2020**

Samstag von 14:00 – 21:00 Uhr

Sonntag von 11:00 – 18:00 Uhr

Großer Kreativmarkt an beiden Tagen mit über **60 Ausstellern.**

Tolles Rahmenprogramm für Klein und Groß

Die Kinderzumbagruppe der VHS Rottenburg wird unser Programm mit einem Auftritt ergänzen.

beabsichtigen. Eine Materialliste erhalten Sie vor Kursbeginn. Der Erwerb des Materials ist auch im Kurs möglich.  
In Kooperation mit der vhs Bondorf.

### 20120754CR

Beate Blankenhorn  
Sonntag, 19.04.2020, 10:00 - 17:00  
Scheunenatelier, Bondorf, Sudetenstraße 5  
Gebühr: 55,00 €

### 20120755CR

Beate Blankenhorn  
Sonntag, 05.07.2020, 10:00 - 17:00  
Scheunenatelier, Bondorf, Sudetenstraße 5  
Gebühr: 55,00 €

## Gesundheit, Bewegung & Ernährung

### Naturkosmetik und Pflegeprodukte selbst gemacht

Mit Wildkräutern stellen wir verschiedene Produkte für Schönheit und Wohlbefinden her, z.B. Hautcreme, Duschpeeling, Badesalz, Gesichtswasser, Lippenbalsam u.a.m. Verwendet werden ausschließlich natürliche Inhaltsstoffe. Die Pflegeprodukte eignen sich wunderbar als (umweltfreundliche) Geschenke zu Ostern!

Bitte mitbringen: 6 - 8 kleinere Schraubdeckelgläser und 2 kleine Flaschen (150 - max. 300 ml), 1 Löffel, Trichter, Klebe-Etiketten, Küchentuch, Messer, Schneidebrett, 2 Schüsseln, Schneebesen, kleiner Schöpflöffel, Papier, Kugelschreiber.

### 20134006R

Anneliese Braitmaier  
Dienstag, 24.03.2020, 19:00 - 22:00  
Betreutes Wohnen, Gemeinschaftsraum, Ergenzingen, Bismarckstraße 24  
Gebühr: 15,00 €, zzgl. ca. 15,00 € für Material inkl. Rezeptheft

### Putzmittel und Pflegemittel selber herstellen

Putzmittel und Pflegemittel selber machen ist gut für unsere Gesundheit und für die Umwelt, denn dann wissen wir wirklich, was drin ist! Wir stellen verschiedene Produkte her wie Allzweckreiniger, Fensterreiniger, Handseife und vieles mehr.

Bitte mitbringen: 6 - 8 Schraubdeckelgläser 150 ml bis max. 500 ml und 5 - 6 kleine Flaschen, Klebe-Etiketten, Küchentuch, Schneebesen, Kugelschreiber, Messer, Schneidebrett, Geschirrtuch, Schürze.

### 20134007R

Anneliese Braitmaier  
Samstag, 04.04.2020, 19:00 - 22:00  
Betreutes Wohnen, Gemeinschaftsraum, Ergenzingen, Bismarckstraße 24  
Gebühr: 15,00 €, zzgl. ca. 15,00 € für Material inkl. Skript

### Wildpflanzen-Spaziergang mit anschließendem Imbiss

Bei unserem Spaziergang lernen Sie verschiedene Wildkräuter, Blüten etc. und ihre Verwendung in der Küche und der grünen Hausapotheke kennen. Aus den gesammelten Wildpflanzen, die wir der Jahreszeit entsprechend finden, bereiten wir einen Imbiss zu - und verzehren ihn anschließend mit Genuss! Ein Pflanzenskript kann auf Wunsch im Kurs für 3,00 € erworben werden.

Bitte mitbringen: 2 Plastikschüsseln mit 15 - 20 cm Durchmesser, Messer, Schneidebrett, Gabel, Löffel, Teller, Becher

### 20135106R

Anneliese Braitmaier  
Samstag, 16.05.2020, 18:30 - 22:00  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Raum 4  
Gebühr: 15,80 €, zzgl. ca. 6,00 € für Material inkl. Rezeptheft

### Fastfood at home - Asiatisch aus dem Wok für Berufstätige

„Lecker - locker - Feierabend“ heißt das Motto heute Abend. Gemeinsam zaubern wir einfach und schnell ein köstliches und gesundes Essen aus Fernost auf den Tisch. Die Küche ist behindertengerecht nutzbar. Bitte mitbringen: Schürze, scharfes Messer, Wok (falls vorhanden)

### 20135713R

Phi-Yen Pham  
Samstag, 28.03.2020, 15:00 - 19:00  
Gemeinschaftsschule im Gäu, Küche, Ergenzingen, Kornstraße 25  
Gebühr: 18,00 €, zzgl. ca. 12,00 € für Lebensmittel

### Sushi - leicht und kreativ

Die ganze Welt liebt Sushi. Diese kleinen Häppchen aus Japan sind so köstlich, gut bekömmlich und so leicht selbst herzustellen. An diesem Abend dürfen gesunde Zutaten und eine große Portion Freude an der kreativen Zubereitung nicht fehlen. Bitte mitbringen: Schürze, 2 Geschirrtücher, scharfes Messer, kleine Gefäße für Kostproben.

### 20135715CR

Phi-Yen Pham  
Samstag, 25.04.2020, 15:00 - 19:00  
Grund- und Werkrealschule, Küche im Gebäudeteil D, Bondorf, Alte Herrenberger Straße 22  
Gebühr: 15,00 €, zzgl. ca. 14,00 € für Lebensmittel

### Sommerfest! Und wer bringt was mit?

JedeR kennt es: Nicht nur im Sommer laden Schulen, Vereine, Familien und Freunde gerne zum Fest. Und dann bleibt es nicht aus, dass der Gast um einen Beitrag zum

Büfett gebeten wird. In diesem Kurs stellen wir Kleinigkeiten her, die von der Hand in den Mund wandern - mal deftig und pikant, mal süß und fruchtig. Es wird geschnippelt, bestrichen, gerollt und geschichtet. Für Klein und Groß, Jung und Alt produzieren wir Leckeres und zwar so, dass es einfach und unkompliziert transportiert werden kann.

Die Küche ist behindertengerecht nutzbar. Bitte mitbringen: Schürze, scharfes Messer, Geschirrtuch, kleine Gefäße für Kostproben

### 20135112R

Martina Meyer  
Barbara Joos  
Dienstag, 26.05.2020, 18:15 - 21:15  
Gemeinschaftsschule im Gäu, Küche, Ergenzingen, Kornstraße 25  
Gebühr: 13,50 €, zzgl. ca. 12,00 € für Lebensmittel

### Klangmeditation

Nach einer kurzen Körperreise werden die verschiedenen Klangschalen, Gong und Monochord/Hapi angespielt und es entsteht ein einzigartiger Klangteppich, der den Geist zur Ruhe kommen lässt. Gönnen Sie sich die Erfahrung von Leichtigkeit und Entspannung und tanken Sie neue Energie! Die Kursleiterin ist Entspannungstrainerin für Klang- und Fantasiereisen nach Peter Hess.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Kissen

### 20131225CR

Bettina Bauer  
Mittwoch, 25.03.2020, 19:00 - 20:00  
Schönstattzentrum Liebfrauenhöhe, Musikraum, Ergenzingen  
Gebühr: 7,90 €

### 20131226R

Bettina Bauer  
Mittwoch, 08.04.2020, 19:00 - 20:00  
Schönstattzentrum Liebfrauenhöhe, Musikraum, Ergenzingen  
Gebühr: 7,90 €



## Qigong

Qigong ist Teil der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) und beinhaltet viele wohltuende Übungen, die beim Gesundwerden und Gesundbleiben von Körper und Psyche behilflich sein können. Durch das regelmäßige Üben wird die körpereigene Lebenskraft (Qi) gestärkt. Wir wollen den Körper mit sanften Bewegungen lockern, den Geist zur Ruhe bringen, entspannt sein und trotzdem voller Energie! Lockerung, Dehnung und Selbstmassage stellen eine gute Vorbereitung auf die Bewegungsübungen dar und während der meditativen Einheiten wird Stille erlebbar. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken oder dünne Schuhe mitbringen.

### 20131130SR

Claudia Kehrle

12x Do. 05.03.2020 - 02.07.2020, 17:45 - 18:45  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)  
Gebühr: 71,00 €

AOK

## Power Yoga

### Kraft für Körper und Seele

Die Ästhetik dieses kraftvollen Yogastiles liegt in den fließenden, tanzähnlichen Sequenzen, die dem Rhythmus der Atmung folgen. Es gibt auch eine ruhige Phase, in der wir mit YinYoga und Faszienrollen arbeiten. Willkommen sind alle, die Freude an Bewegung haben, gerne generationsübergreifend (von 15 bis 80 Jahren) Yoga-Matten sind vorhanden. Falls gewünscht, bitte kleines Kissen mitbringen.

### 20131043SR

Margot Melachrinou

12x Di. 03.03.2020 - 16.06.2020, 18:00 - 19:30  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)  
Gebühr: 98,40 €

AOK

### 20131044SR

Margot Melachrinou

12x Di. 03.03.2020 - 16.06.2020, 19:30 - 21:00  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)  
Gebühr: 98,40 €

AOK

### 20131047SR

Margot Melachrinou

12x Do. 05.03.2020 - 25.06.2020, 08:30 - 10:00  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)  
Gebühr: 98,40 €

AOK

### 20131048SR

Margot Melachrinou

12x Do. 05.03.2020 - 25.06.2020, 17:30 - 19:00  
Schönstattzentrum Liebfrauenhöhe, Musikraum, Ergenzingen  
Gebühr: 98,40 €

AOK



### 20131049SR

Margot Melachrinou

12x Do. 05.03.2020 - 25.06.2020, 19:00 - 20:30  
Schönstattzentrum Liebfrauenhöhe, Musikraum, Ergenzingen  
Gebühr: 98,40 €

AOK

## Vinyasa Power Yoga

### Kraft für Körper und Seele

Die Ästhetik dieses kraftvollen Yogastiles liegt in den fließenden, tanzähnlichen Sequenzen, die dem Rhythmus der Atmung folgen. Ziel dieses Kurses ist es uns das Vinyasa-Power-Yoga Schritt für Schritt anzueignen und dabei ein gesundes Körperbewußtsein zu entwickeln. Willkommen sind alle, die Freude an Bewegung haben, gerne generationsübergreifend (von 15 bis 80 Jahren).

Bitte mitbringen: kleines Kissen (falls gewünscht)

### 20131040R

Katharina Schulé-Kolzer

13x Fr. 06.03.2020 - 10.07.2020, 18:00 - 19:30  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)  
Gebühr: 106,60 €

## Entspannung am Abend

...raus aus der Hektik des Alltags, durchatmen, bei sich ankommen, belastende Themen loslassen und Kraft tanken!

Der erste Teil der Kurseinheit besteht aus einfachen Übungen, die den Fluss unserer Körperenergie unterstützen und uns in Balance bringen. In der Folge können wir uns seelisch, geistig und körperlich besser fühlen. Im zweiten Teil steht das Wohlfühlen im Vordergrund. Es werden Phantasiereisen und Meditationen angeleitet um ganz bei sich anzukommen.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und

warme Socken und bringen Sie ein kleines Kissen, eine weiche Decke und eine Gymnastikmatte mit.

### 20131228R

Tanja Kappel

6x Mo. 20.04.2020 - 25.05.2020, 20:00 - 21:30  
FreiRaum, Ergenzingen, Gäustraße 9  
Gebühr: 44,40 €

## Fit sein - fit bleiben

Sie wollen Ihre Fitness verbessern oder erhalten? Sie brauchen einen Ausgleich zum Berufs- und Alltagsleben? Dann sind Sie hier genau richtig. In der Gruppe geübt machen die Dehn- und Kräftigungseinheiten und das Mobilitätstraining doppelt Spaß! Dieser Kurs bietet ein kompaktes und ganzheitlich orientiertes Fitness-Programm. Bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch, Getränk.

### 20132240R

Eva Künnert

12x Mi. 04.03.2020 - 17.06.2020, 08:30 - 09:30  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)  
Gebühr: 59,20 €

## Kostenerstattung durch die Krankenkassen

Bitte klären Sie im Vorfeld mit Ihrer Krankenkasse, ob eine individuelle Kostenübernahme für Ihren Kurs möglich ist. AOK-Versicherte können für die mit AOK gekennzeichneten Kurse einen anteiligen Zuschuss erhalten. Gerne stellen wir Ihnen nach Abschluss Ihres Kurses auf Anfrage eine Teilnahmebescheinigung aus, sofern Sie an mindestens 80% der Kursstunden teilgenommen haben. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir Anfragen von Krankenkassen aus organisatorischen Gründen nicht beantworten können.



## Drums alive

Drums alive ist eine tolle Kombination mit Pezzi-Ball und Trommelstöcken. Trommeln macht Spaß, steigert die Herzfrequenz und die Durchblutung, löst Verspannungen, verbindet rechte und linke Gehirnhälfte und steigert so die Konzentration. Drums alive kombiniert Kräftigungsübungen für Bauch, Beine und Rücken mit einfachen Bewegungselementen. Eine abwechslungsreiche Stunde, die Stress abbaut und Glückshormone freisetzt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte Hallenschuhe, Handtuch und Getränk mitbringen.

### 20132414CR

Bernhard Fieler  
Samstag, 07.03.2020, 10:00 - 11:00  
Grundschule Ergenzingen, Turnhalle, Königsberger Str. 50  
Gebühr: 7,90 €

## Move and Stretch

Bewegungselemente werden harmonisch zusammengefügt zu Bewegungsritualen, die mehrfach fließend durchlaufen werden. Aktive Dehnmethode und Bewegungen ergeben ein intensives Workout. Gleichzeitig werden durch den Bewegungsfluss und die rhythmische Musik die mentale Entspannung und das Abschalten vom Alltag gefördert.

### 20132245R

Silke Eistetter  
10x Fr. 13.03.2020 - 19.06.2020, 10:30 - 11:30  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)  
Gebühr: 54,70 €

## Bodystyling

Beim Bodystyling liegt der Schwerpunkt auf der Stärkung und Straffung der Muskulatur. Die Bewegungen pro Muskelgruppe

werden wesentlich öfter wiederholt als beispielsweise beim Kraftsport. Ein effektives Ganzkörpertraining zur Formung und Verbesserung der Figur.

### 20132247R

Irene Balukcic  
10x Di. 17.03.2020 - 16.06.2020, 09:15 - 10:15  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)  
Gebühr: 54,70 €

## STRONG by Zumba®

STRONG by Zumba® ist ein revolutionäres, hochintensives Workout auf Basis von Musik, das motiviert, auch die ehrgeizigsten Fitnessziele zu erreichen.

### 20132248R

Irene Balukcic  
10x Di. 17.03.2020 - 16.06.2020, 10:15 - 11:15  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Großer Saal (EG)  
Gebühr: 54,70 €

NEU

## Sprachen

### A1.2 Italienisch mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Insieme A1, Cornelsen Verlag, ab Lektion 7

#### 20140924CR

Piera Fabbri-Kranz  
12x Mo. 03.02.2020 - 25.05.2020, 19:00 - 20:30  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Raum 1  
Gebühr: 108,00 €

### A1.2 Italienisch

mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Insieme A1, Cornelsen Verlag, ab Lektion 9

#### 20140926CR

Piera Fabbri-Kranz  
12x Mo. 03.02.2020 - 25.05.2020, 17:30 - 19:00  
Bürger- u. Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Raum 1  
Gebühr: 108,00 €

## A2.2 Spanisch

auch für WiedereinsteigerInnen

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. WiedereinsteigerInnen sind herzlich willkommen!

Lehrbuch: Caminos hoy A2, ab Lektion 8/9

### 20142244CR

Natividad Dominguez  
12x Mi. 04.03.2020 - 17.06.2020, 18:00 - 19:30  
Bürger- und Vereinshaus Bahnhof Ergenzingen, Raum 1  
Gebühr: 108,00 €

## A2 Englisch 50+ am Vormittag

Die Gruppe besteht schon seit mehreren Semestern, doch wir freuen uns immer wieder über neue Gesichter. Wir arbeiten mit dem Lehrbuch Englisch für Sie 1. Schritt für Schritt wird schon Erlerntes aufgefrischt und Neues entdeckt.

In Kooperation mit der vhs Bondorf.

Lehrbuch: Englisch für Sie 1

### 20140628CR

Carmen Baur  
10x Do. 12.03.2020 - 18.06.2020, 09:30 - 11:00  
Zehntscheuer, Raum Wurmfeld, Bondorf, Hindenburgstraße 92  
Gebühr bei 5 Teiln.: 82,00 €, bei 6: 68,00 €, bei 8: 57,00 €

## Eckenweiler

**Ansprechpartnerin für Eckenweiler ist die Außenstellenkoordinatorin: Annette Dettling**  
Tel: 07457 / 731139  
Mobil: 0163 / 1488279

Anmeldung auch über vhs-Zentrale Rottenburg  
Tel: 07472/9833-0 | [www.vhs-rottenburg.de](http://www.vhs-rottenburg.de)

## Drums alive

Drums alive ist eine tolle Kombination mit Pezzi-Ball und Trommelstöcken. Trommeln macht Spaß, steigert die Herzfrequenz und die Durchblutung, löst Verspannungen, verbindet rechte und linke Gehirnhälfte und steigert so die Konzentration. Drums alive kombiniert Kräftigungsübungen für Bauch, Beine und Rücken mit einfachen Bewegungselementen. Eine abwechslungsreiche Stunde, die Stress abbaut und Glückshormone freisetzt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte Hallenschuhe, Handtuch und Getränk mitbringen.

### 20132415R

Bernhard Fieler  
5x Mo. 18.05.2020 - 29.06.2020, 10:00 - 10:45  
Mehrzweckhalle Dorffhaus Eckenweiler, Weitenburger Straße 11  
Gebühr: 25,00 €

## Bad Niedernau

Anmeldung über vhs-Zentrale Rottenburg unter  
Tel: 07472/9833-0 | [vhs-rottenburg.de](http://vhs-rottenburg.de)

### Dance-e-motion

Durch die fließend tänzerischen Bewegungen ohne festgelegte Choreographie wird den Teilnehmern beim Dance-e-motion das Gefühl von freier Körpererfahrung gegeben. Dance-e-motion setzt sich aus fünf verschiedenen Elementen zusammen: Aufwärmen, Koordination, Ausdauer, Gymnastik, Entspannung.

Bitte mitbringen: Handtuch und Getränk

**20120550U**

Birgit Nadler

5x Fr. 06.03.2020 - 03.04.2020, 18:45 - 20:15

Bad Niedernau, Grundschule, Gymnastikraum

Gebühr: 45,00 €

### Chi-Yoga für die Faszien in Bad Niedernau

Chi-Yoga mit seinem ganzheitlichen Ansatz ist bestens geeignet, die Faszien gesund und elastisch zu erhalten. Durch harmonische, atemgeführte Bewegungsabfolgen und Yogahaltungen mit wohltuenden Dehnungen wird das fasziale Gewebe in besonderer Weise angesprochen.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Sitzkissen (Rolle), bequeme Kleidung und warme Socken

**20131002U**

Michaela Niesner

10x Mo. 09.03.2020 - 29.06.2020, 18:00 - 19:30

Bad Niedernau, Grundschule, Gymnastikraum

Gebühr: 82,00 €

### Fit for fun

Abwechslungsreiches Ganzkörper-, Kraft- und Ausdauertraining: Kräftigung der Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur, Gleichgewichts-, Koordinations- und Gehirnjogging-Übungen. Abschließend wohltuende Dehnungs- und Entspannungsübungen. Alles mit motivierender Musik!

**20132203U**

Patrick Redlich

13x Di. 10.03.2020 - 30.06.2020, 18:00 - 19:30

Bad Niedernau, Grundschule, Gymnastikraum

Gebühr: 107,00 €

## Baisingen

Anmeldung über vhs-Zentrale Rottenburg  
Tel: 07472/9833-0 | [vhs-rottenburg.de](http://vhs-rottenburg.de)

### Hatha Yoga in Baisingen

Yoga steigert die Gesunderhaltung des Körpers und fördert das Wohlbefinden. Bereits nach kurzer Zeit stellt sich eine „neue“ Beweglichkeit des Körpers ein. Der Geist wird der Ausgeglichenheit des Körpers folgen. Der Kurs eignet sich sowohl für AnfängerInnen als auch für Fortgeschrittene. Yogamatten, Decken und Zubehör sind vorhanden.

**20131019G**

Sandro Wiltschek

13x Mi. 04.03.2020 - 01.07.2020, 18:15 - 19:45

Rathaus Baisingen, Schloss-Saal

Gebühr: 96,20 €

**20131020G**

Sandro Wiltschek

13x Mi. 04.03.2020 - 24.06.2020, 20:00 - 21:30

Rathaus Baisingen, Schloss-Saal

Gebühr: 96,20 €

### Walking mit YoungGo

Bei diesem Outdoor-Walking-Kurs verwenden wir Bewegungsverstärker, die über 90% der Muskeln ansprechen. So garantieren wir ein effektives Ganzkörpertraining. Mit gezielten Übungen bauen wir Muskulatur auf, trainieren Ausdauer und Kraft und stärken den Rücken.

YoungGo-Mover werden von der Trainerin mitgebracht.

Bitte mitbringen: wettergerechte Kleidung, bequeme Outdoorschuhe, Getränk

**20132604G**

Astrid Foerster-Neumann

12x Di. 21.04.2020 - 21.07.2020, 17:30 - 19:00

Treffpunkt: Sportplatz Baisingen

Gebühr: 89,00 €

## Kiebingen

Anmeldung über vhs-Zentrale Rottenburg  
Tel: 07472/9833-0 | [www.vhs-rottenburg.de](http://www.vhs-rottenburg.de)

### ZumbaGold®

Zumba® Gold wurde für Einsteiger jeden Alters entwickelt und ist gut geeignet für aktive ältere Personen mit Rücken- oder Gelenkproblemen, da die Intensität geringer ist. Kondition und Koordination werden verbessert, der Bewegungsradius wird erweitert und das Gleichgewicht geschult. Dennoch tanzen wir zu schwungvoller lateinamerikanischer Musik und haben eine ausgelassene Stimmung im Kursraum!

**2012002K**

Nicole Fischer

12x Fr. 06.03.2020 - 26.06.2020, 09:00 - 10:00

Kiebingen, Grundschule, Kleine Turnhalle

Gebühr: 64,00 €

### ZumbaFitness®

Zumba® ist ein lateinamerikanisches Tanz- und Fitnessworkout. Latinorhythmen und internationale Musik werden mit einem effektiven Training voller Spaß kombiniert.

**2012003K**

Nicole Fischer

12x Fr. 06.03.2020 - 26.06.2020, 10:00 - 11:00

Kiebingen, Grundschule, Kleine Turnhalle

Gebühr: 64,00 €





## Seeborn

Anmeldung über vhs-Zentrale Rottenburg  
Tel: 07472/9833-0 | [www.vhs-rottenburg.de](http://www.vhs-rottenburg.de)

### Hatha Yoga am Vormittag

Yoga kann von allen Menschen ausgeübt werden - ohne Rücksicht auf Alter und Geschlecht. Wer den Wunsch hat, Körper und Seele gesund zu erhalten, kann durch Yoga viel erreichen. Zeit- und Übungsaufwand sind gut investiert!

Bitte mitbringen: Yogamatte (Isomatte), Wolldecke und warme Socken

#### 20131003B

Dorothea Schäfer

15x Mo. 09.03.2020 - 13.07.2020, 09:20 - 10:20  
Seeborn, Sport- und Gemeindehalle, Gymnastikraum

Gebühr: 82,00 €

NEU

#### 20131004B

Dorothea Schäfer

15x Mo. 09.03.2020 - 13.07.2020, 10:30 - 11:30  
Seeborn, Sport-/Gemeindehalle, Gymnastikraum

Gebühr: 82,00 €

### Hatha Yoga

Yoga kann von allen Menschen ausgeübt werden - ohne Rücksicht auf Alter und Geschlecht. Wer den Wunsch hat, Körper und Seele gesund zu erhalten, kann durch Yoga viel erreichen. Zeit- und Übungsaufwand sind gut investiert!

Bitte Yogamatte (Isomatte), Wolldecke und warme Socken mitbringen.

#### 20131005B

Dorothea Schäfer

15x Mo. 09.03.2020 - 13.07.2020, 18:45 - 20:15  
Seeborn, Sport-/Gemeindehalle, Gymnastikraum

Gebühr: 123,00 €

#### 20131006B

Dorothea Schäfer

15x Mo. 09.03.2020 - 13.07.2020, 20:15 - 21:15  
Seeborn, Sport-/Gemeindehalle, Gymnastikraum

Gebühr: 82,00 €

### Ausgleichsgymnastik für Frauen

Die Ausgleichsgymnastik richtet sich an alle, die ihren Kreislauf in Schwung bringen, ihre Muskulatur lockern und kräftigen und etwas für ihre allgemeine Beweglichkeit tun wollen. Der Beckenboden wird trainiert und die Körperwahrnehmung verbessert. Der Kurs ist besonders für Menschen jenseits der Lebensmitte oder für Teilnehmerinnen geeignet, die sich nicht zu stark belasten wollen.

Bitte mitbringen: Kissen und Handtuch

### Hatha Yoga

Yoga kann von allen Menschen ausgeübt werden - ohne Rücksicht auf Alter und Geschlecht. Wer den Wunsch hat, Körper und Seele gesund zu erhalten, kann durch Yoga viel erreichen. Zeit- und Übungsaufwand sind gut investiert!

Bitte mitbringen: Yogamatte (Isomatte), Wolldecke, warme Socken

#### 20131005K

Dorothea Schäfer

12x Mi. 04.03.2020 - 17.06.2020, 09:25 - 10:25  
Kiebingen, Grundschule, Kleine Turnhalle

Gebühr: 65,60 €

### Turnen für Mutter/Vater und Kind (2 - 4 Jahre)

Gesunde und altersgemäße Bewegung fördert die Koordination und die Beweglichkeit Ihrer Kinder und macht ihnen Spaß.

#### 20132003JK

Heide Querfeld-Gleim

15x Mi. 04.03.2020 - 08.07.2020, 14:45 - 15:45  
Kiebingen, Grundschule, Kleine Turnhalle

Gebühr: 75,00 €

NEU

#### 20132004JK

Heide Querfeld-Gleim

15x Mi. 04.03.2020 - 08.07.2020, 15:45 - 16:45  
Kiebingen, Grundschule, Kleine Turnhalle

Gebühr: 75,00 €

### A1/A2 Französisch Auffrischung (Kiebingen)

Sie planen eine Reise in ein französischsprachiges Land? Ihr Kind empfängt bald einen französischen Austauschschüler? Sie brauchen Französisch beruflich? Sie träumen davon, wieder Französisch zu

sprechen, aber Ihre Französischkenntnisse liegen länger zurück? In diesem Kurs werden vergessene geglaubte Kenntnisse wieder aktiviert!

Die Dozentin ist Muttersprachlerin.

Voraussetzung: Schulkenntnisse.

Welches Lehrbuch Sie benötigen, teilt Ihnen die Dozentin am ersten Termin mit.

#### 20140816K

Véronique Huber

10x Mi. 18.03.2020 - 17.06.2020, 10:15 - 11:45  
Kiebingen, Rathaus, Sitzungssaal, Vorstadtstraße 3

Gebühr: 90,00 €

### B1/B2 Französisch am Abend (Kiebingen)

Konversation für Fortgeschrittene Vous vous intéressez à l'actualité et la culture française? Alors venez participer à ce cours de conversation! A partir d'articles de journaux, d'extraits de films, de chansons, nous pourrions discuter des sujets les plus variés.

Voraussetzung sind gute Kenntnisse.

#### 20140834K

Véronique Huber

6x Mi. 22.04.2020 - 27.05.2020, 20:00 - 21:30  
Kiebingen, Rathaus, Sitzungssaal, Vorstadtstraße 3

Gebühr: 54,00 €

## 20132205B

Gerda Fähmann  
14x Di. 18.02.2020 - 23.06.2020, 09:30 - 10:30  
Seebronn, Sport-/Gemeindehalle, Gymnastikraum  
Gebühr: 72,50 €

### Hirrlingen

**Ansprechpartnerin: Ingeborg Lautissier,  
Rathaus Hirrlingen Tel: 07478 931114**

**Anmeldung über vhs-Zentrale Rottenburg unter  
Tel: 07472/9833-0 | [www.vhs-rottenburg.de](http://www.vhs-rottenburg.de)**

## Spiel, Bewegung und Spaß für Eltern und Kind (2 - 3 Jahre)

Komm mit ins Land der Bewegung - in der Turnhalle ist einiges los! Kinder lernen zum ersten Mal mit Unterstützung der Erwachsenen den Umgang mit kleinen und großen Geräten. Dabei wird den Kindern auch die Gelegenheit geboten, eigene Bewegungs- und Spielideen zu entwickeln.

### 20132018JH

Roland Kurz  
12x Mi. 04.03.2020 - 17.06.2020, 16:30 - 17:15  
Eichenberghalle, Hirrlingen, Bietenhauser Straße 17  
Gebühr: 49,20 €

## Spiel, Bewegung und Spaß für Eltern und Kind (3 - 4 Jahre)

Komm mit ins Land der Bewegung - in der Turnhalle ist einiges los! Kinder lernen mit Unterstützung der Erwachsenen den Umgang mit kleinen und großen Geräten. Dabei wird den Kindern auch die Gelegenheit geboten, eigene Bewegungs- und Spielideen zu entwickeln.

### 20132019JH

Roland Kurz  
12x Mi. 04.03.2020 - 17.06.2020, 17:15 - 18:00  
Eichenberghalle, Hirrlingen, Bietenhauser Straße 17  
Gebühr: 49,20 €

## Spiel, Bewegung und Spaß für Kinder von 4 - 5 Jahren

Komm mit ins Land der Bewegung - in der Turnhalle ist einiges los! Kinder lernen den Umgang mit kleinen und großen Geräten. Dabei wird den Kindern auch die Gelegenheit geboten, eigene Bewegungs- und Spielideen zu entwickeln.

### 20132020JH

Roland Kurz  
12x Mi. 04.03.2020 - 17.06.2020, 18:00 - 18:45  
Eichenberghalle, Hirrlingen, Bietenhauser Straße 17  
Gebühr: 49,20 €

## Schwimmkurs in Hirrlingen / Grundlagen 1 (5 - 8 Jahre)

Auf spielerische Art und Weise werden die Kinder an das Brustschwimmen herangeführt. Mindestkörpergröße: 1,10 m.  
Bitte Badeschuhe mitbringen.

### 20132540JH

Theresa Wetzel  
10x Mi. 22.04.2020 - 08.07.2020, 15:30 - 16:30  
Grund- und Hauptschule, Lehrschwimmbad,  
Hirrlingen, Bietenhauser Straße 3  
Gebühr: 75,30 €

## Schwimmkurs in Hirrlingen / Grundlagen 2 (6 - 9 Jahre)

Voraussetzung: Die Kinder sollten bereits einen Anfängerkurs absolviert haben oder entsprechende Kenntnisse besitzen. Mindestkörpergröße: 1,10 m.  
Bitte Badeschuhe mitbringen.

### 20132541JH

Theresa Wetzel  
11x Mi. 22.04.2020 - 15.07.2020, 16:30 - 17:30  
Grund- und Hauptschule, Lehrschwimmbad,  
Hirrlingen, Bietenhauser Straße 3  
Gebühr: 82,90 €

## Schwimmkurs in Hirrlingen / Grundlagen 3 (ab 6 Jahren)

In diesem Kurs werden die Grundlagen der verschiedenen Schwimmstile (Brustschwimmen, Graulen) vermittelt.

Voraussetzung: Die Kinder sollten das Seepferdchen abgelegt haben. Mindestkörpergröße: 1,10 m.  
Bitte Badeschuhe mitbringen.

## 20132542JH

Theresa Wetzel  
10x Mi. 22.04.2020 - 08.07.2020, 14:30 - 15:30  
Grund- und Hauptschule, Lehrschwimmbad,  
Hirrlingen, Bietenhauser Straße 3  
Gebühr: 75,30 €

## Wassergymnastik

Mit Spaß und Musik bewegen wir uns im Wasser, trainieren das Herz-Kreislauf-System und kräftigen die Muskulatur. Wassergymnastik ist optimal geeignet als Fitness- und Ausgleichsgymnastik für Gesundheitsbewusste jeden Alters. Dank der besonderen Eigenschaften des Wassers ist die Belastung für die Gelenke, bzw. die Wirbelsäule sehr gering.

### 20132550H

Roland Kurz  
10x Do. 05.03.2020 - 28.05.2020, 18:00 - 18:45  
Grund- und Hauptschule, Lehrschwimmbad,  
Hirrlingen, Bietenhauser Straße 3  
Gebühr: 41,00 €

### 20132551H

Roland Kurz  
10x Do. 05.03.2020 - 28.05.2020, 19:00 - 19:45  
Grund- und Hauptschule, Lehrschwimmbad,  
Hirrlingen, Bietenhauser Straße 3  
Gebühr: 41,00 €





## Gymnastik für Frauen

Bei der Gymnastik für Frauen werden Kraft, Ausdauer und Dehnfähigkeit aller Muskelgruppen trainiert. Durch einfache Bewegungselemente mit Musik steigern wir außerdem das Koordinationsvermögen und gehen zum Schluss in einen Entspannungsteil über.

### 20132248H

Roland Kurz  
10x Mi. 04.03.2020 - 20.05.2020, 19:15 - 20:00  
Eichenberghalle, Hirrlingen, Bietenhauser Straße 17  
Gebühr: 41,00 €

## Zumba®

Zumba® ist ein lateinamerikanisches Tanz- und Fitnessworkout. Es kombiniert Latinorhythmen und internationale Musik mit einem effektiven Training voller Spaß.

### 20120590H

Ines Geiger  
13x Do. 05.03.2020 - 16.07.2020, 17:00 - 18:00  
Bürgerhaus Hirrlingen, Großer Raum, Beim Schloss 4  
Gebühr: 71,00 €

## Pilates

Pilates ist ein figurformendes Trainingsprogramm, bei dem die Muskeln gekräftigt und gedehnt werden. Die Übungen werden bewusst, konzentriert und langsam ausgeführt. Durch diesen Kurs wird die Körperhaltung und Koordination verbessert und ein kräftigeres Körperzentrum aufgebaut.

### 20132310H

Ines Geiger  
13x Do. 05.03.2020 - 16.07.2020, 18:00 - 19:00  
Bürgerhaus Hirrlingen, Großer Raum, Beim Schloss 4  
Gebühr: 71,00 €

### 20132311H

Ines Geiger  
15x Fr. 06.03.2020 - 17.07.2020, 10:00 - 11:00  
Bürgerhaus Hirrlingen, Großer Raum, Beim Schloss 4  
Gebühr: 82,00 €

## Hatha Yoga

Erleben Sie durch regelmäßige Yogapraxis die wohltuende Kraft für Bewegung und Haltung, die regulierende Wirkung auf innere Prozesse und die zunehmende Ausgeglichenheit im Denken und Fühlen. Bitte Yogamatte, warme Socken und Decke für die Tiefenentspannung mitbringen.

### 20131061H

Marion Rosenbaum  
15x Do. 05.03.2020 - 16.07.2020, 09:00 - 10:15  
Bürgerhaus Hirrlingen, Großer Raum, Beim Schloss 4  
Gebühr: 102,50 €

## Neustetten

**Ansprechpartnerin: Sandra Bubeck**  
Bürgermeisteramt Neustetten, Tel: 07472 93650

**Anmeldung über vhs-Zentrale Rottenburg**  
Tel: 07472/9833-0 | [www.vhs-rottenburg.de](http://www.vhs-rottenburg.de)

## Vinyasa Power Yoga

**Kraft für Körper und Seele**  
Die Ästhetik dieses kraftvollen Yogastiles liegt in den fließenden, tanzähnlichen Sequenzen, die dem Rhythmus der Atmung folgen. Es gibt auch eine ruhige Phase, in der wir mit YinYoga und Faszienrollen arbeiten. Willkommen sind alle, die Freude an Bewegung haben, gerne generationsübergreifend (von 15 bis 70 Jahren). Bitte mitbringen: Yoga-Matte, kleines Kissen (falls gewünscht)

### 20131005N

Katharina Schulé-Kolzer  
13x Fr. 06.03.2020 - 10.07.2020, 09:00 - 10:30  
Neustetten-Remmingsheim, Gemeindebücherei, Mehrzweckraum  
Gebühr: 106,60 €

## Funktions- und Rückengymnastik

Gelenkschonende Gymnastik und Körperwahrnehmung stabilisieren den Rücken, lösen Verspannungen, verbessern die Haltung. Hinweise helfen, die Wirbelsäule und den Körper im (Arbeits-)Alltag zu entlasten.

### 20132105N

Hartmuth Mergner  
16x Mi. 04.03.2020 - 15.07.2020, 09:30 - 10:30  
Remmingsheim, Stäble-Halle  
Gebühr: 87,50 €

## Vietnamesische Kampfkunst und Selbstverteidigung ab 16 Jahren

Vovinam ist eine vielseitige Kampfkunst, die Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit genauso fördert wie Konzentration und Selbstvertrauen. Neben Fitness und Koordination steht die Selbstverteidigung im Vordergrund. Wir begleiten unsere Schüler langfristig und individuell auf dem Weg zu ihrem Ziel.

### 20132201N

Christian Wecke  
15x Di. 03.03.2020 - 07.07.2020, 18:00 - 20:00  
Schulturnhalle Wolfenhausen  
Gebühr: 148,00 €

## Vietnamesische Kampfkunst und Selbstverteidigung für Kinder ab 8 Jahren

Vovinam ist eine vielseitige Kampfkunst, die Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit genauso fördert wie Konzentration und Selbstvertrauen. Neben Fitness und Koordination steht die Selbstverteidigung im Vordergrund. Wir begleiten unsere Schüler langfristig und individuell auf dem Weg zu ihrem Ziel.

### 20132202JN

Christian Wecke  
16x Do. 05.03.2020 - 23.07.2020, 18:00 - 19:00  
Schulturnhalle Wolfenhausen  
Gebühr: 80,00 €

## Starzach

**Ansprechpartnerin: Frau Brigitte Gsell**  
Rathaus Starzach, Tel: 07483 188-21

**Anmeldung über vhs-Zentrale Rottenburg**  
Tel: 07472/9833-0 | [www.vhs-rottenburg.de](http://www.vhs-rottenburg.de)

### Gitarre Liedbegleitung

#### für AnfängerInnen in Wachendorf

Dieser Kurs richtet sich an alle Erwachsenen, die gerne einfache Lieder auf der Gitarre begleiten möchten. Vorkenntnisse und Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Eine Gitarre sollte vorhanden sein. Der Kursleiter berät Sie gerne (Tel.: 0170 3062064). Bitte mitbringen: Notenständer und Fußbänkchen falls vorhanden.

#### 20121302T

Horst Köhler

8x Di. 24.03.2020 - 26.05.2020, 17:45 - 18:30  
Wachendorf, Kga, Gymnastikraum, Albstraße 4  
Gebühr bei 3 Teilnehmenden: 65,00 €,  
bei 4: 52,00 €, bei 5: 42,00 €, bei 6: 35,00 €



### Gitarre Liedbegleitung

#### für Fortgeschrittene in Wachendorf

Dieser Kurs richtet sich an SpielerInnen, die vielleicht schon einmal einen Kurs gemacht haben. Es sollten ein paar einfache Akkorde und Schlagmuster oder Pickings bekannt sein. Daran wollen wir anknüpfen und weiter arbeiten. Notenkenntnisse sind nicht nötig, aber natürlich von Vorteil. Eine Gitarre sollte vorhanden sein. Der Kursleiter berät Sie gerne (Tel.: 0170 3062064). Bitte mitbringen: Notenständer und Fußbänkchen (falls vorhanden).

#### 20121303T

Horst Köhler

8x Di. 24.03.2020 - 26.05.2020, 18:30 - 19:15  
Wachendorf, Kiga, Gymnastikraum, Albstraße 4  
Gebühr bei 3 Teilnehmenden: 65,00 €,  
bei 4: 52,00 €, bei 5: 42,00 €, bei 6: 35,00 €

### Von der Luftmasche zum Häkelprofil

Häkeln ist in! Aber wie lernt man das oder wie kann ich Kindern helfen? Dieser Kurs erklärt die Grundlagen mit praktischen Übungen und führt weiter in die Welt der Häkelprofis. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte eigene Häkelnadeln mitbringen.

#### 20127006T

Marlies Zibell, Fachlehrerin für Kunst/Werken/Textil und Autorin des Buches „Häkeln & Co“.

6x Mi. 01.04.2020 - 20.05.2020, 16:30 - 18:00  
Vereinsraum Wachendorf, Mehrzweckhalle  
Gebühr: 47,00 € Für Kopien und Übungsmaterial.  
werden direkt im Kurs 5,00 € eingesammelt.

### Figuren modellieren

Aus weichem Aludraht entsteht zunächst eine menschliche Figur. Durch Verbiegen können wir experimentieren ... soll meine Figur stehen oder sitzen, was soll sie ausdrücken? Danach bekommt der Drahtkern durch Umwickeln mit Zeitungspapier Volumen und wird ummantelt mit Modelliermasse. Nach dem Austrocknen kann die Plastik bearbeitet und bemalt werden. Zwischen realistisch und utopisch ist alles möglich.

#### 20127007T

Marlies Zibell, Fachlehrerin für Kunst/Werken/Textil

6x Mi. 17.06.2020 - 22.07.2020, 16:30 - 18:00  
Vereinsraum Wachendorf, Mehrzweckhalle  
Gebühr: 47,00 €, zzgl. 5,00 € für Material. Diese werden direkt im Kurs abgerechnet.

### Sanftes Yoga für Frauen

Sie möchten sich wohler fühlen in Ihrer Haut und sich und Ihrem Körper etwas Gutes tun? Dieser Kurs verhilft Ihnen zu einem besseren Körpergefühl, einer höheren Beweglichkeit und zur Stärkung des gesamten Organismus. Sanftes Yoga passt die wirksamsten Yogaübungen so an, so dass alle Menschen sie leicht durchführen können. Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Kissenrolle und Socken.

#### 20131001ST

Tanja König

12x Di. 17.03.2020 - 30.06.2020, 17:15 - 18:45  
Fellendorf, Bürgerhaus, Bürgersaal, Lange Straße 1  
Gebühr: 98,40 €



### Sanftes Yoga am Abend

#### auch für Yoga - AnfängerInnen

Sanftes Hatha-Yoga nach einem anstrengenden Tag zum Loslassen und Auftanken: Der Kopf wird frei, der Körper bewegt und der Geist kann zur Ruhe kommen. Verspannte Muskeln in Armen, Hals, Nacken und Rücken werden gelockert, entstandene Spannungen und Stress abgebaut und verlorene Energie wieder aufgebaut; man startet entspannt und erfrischt in den Feierabend. Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Kissenrolle und warme Socken

#### 20131006T

Michaela Niesner

10x Do. 05.03.2020 - 02.07.2020, 18:00 - 19:30  
Fellendorf, Bürgerhaus, Bürgersaal, Lange Straße 1  
Gebühr: 82,00 €

### Yoga am Abend

#### für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Yoga ist ein ganzheitliches Übungsprogramm für Körper, Geist und Seele. Es verbessert das Körpergefühl, reduziert Verspannungen, führt zu Ausgeglichenheit und innerer Ruhe, steigert die Lebensqualität und die geistige und körperliche Fitness. Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Kissenrolle und warme Socken

#### 20131007T

Michaela Niesner

10x Do. 05.03.2020 - 02.07.2020, 19:45 - 21:15  
Fellendorf, Bürgerhaus, Bürgersaal, Lange Straße 1  
Gebühr: 82,00 €

### Fit und etwas mehr! 50 plus

Ein vielseitiges Bewegungsprogramm trainiert Herz und Kreislauf, sorgt für mehr Beweglichkeit, Kraft und Wohlbefinden und ist damit Ausgleich für den alltäglichen Stress.

#### 20132207T

Eva Henne

13x Do. 05.03.2020 - 02.07.2020, 19:30 - 20:15  
Bürgerhaus Bierlingen, Vereinsraum, Hauptstraße 13  
Gebühr: 50,30 €

#### 20132208T

Eva Henne

13x Do. 05.03.2020 - 02.07.2020, 20:15 - 21:00  
Bürgerhaus Bierlingen, Vereinsraum, Hauptstraße 13  
Gebühr: 50,30 €

## Weiler

**Anmeldung über vhs-Zentrale Rottenburg**  
Tel: 07472/9833-0 | [www.vhs-rottenburg.de](http://www.vhs-rottenburg.de)

### Fitness- und Ausgleichsgymnastik für Frauen

Durch die gymnastischen Übungen werden Verspannungen gelöst, Rücken- und Haltungsschäden günstig beeinflusst und die allgemeine Beweglichkeit gesteigert. Sanfte Dehnübungen runden die Stunde ab. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

#### 20132213

Ursula Stöckle

15x Mi. 04.03.2020 - 08.07.2020, 17:30 - 18:30  
Weiler, Bürgerhaus, Großer Saal  
Gebühr: 82,00 €

#### 20132214

Ursula Stöckle

15x Mi. 04.03.2020 - 08.07.2020, 18:30 - 19:30  
Weiler, Bürgerhaus, Großer Saal  
Gebühr: 82,00 €



Herzlich willkommen auf den Seiten der

## Musikschule Rottenburg

Wir sind der Ansprechpartner für die musikalische Ausbildung in Rottenburg und Umgebung.

Kinder, Jugendliche und Erwachsene werden in nahezu allen Instrumentalfächern individuell unterrichtet.

Im Einzelunterricht oder im Ensemble – wir sorgen dafür, dass sich Kreativität und Spielfreude unter professioneller und engagierter Anleitung entwickeln können!

Neben der Vermittlung von klassischer Musik sind wir auch der populären Musik und anderen Stilrichtungen gegenüber aufgeschlossen.

**Tauchen Sie auf den folgenden Seiten ein  
in die Welt der Musikinstrumente!**

Weitere Informationen und Beratung erhalten Sie von unserer Verwaltung 72108 Rottenburg Sprollstraße 22 .

Öffnungszeiten: Mo-Fr 09.00 - 12.30 Uhr  
Mo-Do 14.00 - 17.00 Uhr

Fon: 07472/983355

Mail: [info@musikschule-rottenburg.de](mailto:info@musikschule-rottenburg.de)



Gabriele Richter

Verwaltung  
Musikschulleitung



Anna Nowak

Verwaltung  
Musikschule



Rosi Nowotny

Verwaltung  
Musikschule



Jenny Illig

Verwaltung  
Musikschule

# Instrumentalunterricht

Unterrichtsbeginn im Oktober und April eines Jahres  
Beginn im laufenden Halbjahr nach Absprache möglich



## BLECHBLÄSER

Gemeinsam ist dieser Gruppe von Instrumenten nicht nur das äußere Erscheinungsbild oder das zur Herstellung verwendete Material, sondern vor allem die Tonerzeugung.

Die Lippe erzeugt die Schwingung, die dann über das Mundstück auf das Messingrohr des Instrumentes übertragen wird und am Ende als Ton aus dem Schallbecher erklingt.

Einzig die Länge des Rohres, damit verbunden das Gewicht des Instrumentes, unterscheidet dann die Tonhöhe von Piccolo bis Bass. Wiegt die kleinste Trompete gerade einmal ein paar hundert Gramm, so ist die Tuba doch für jüngere Menschen schwer zu tragen und meist lieber im Sitzen zu spielen.

Einstiegsalter: ab sechs Jahren

Mitspielmöglichkeit: in allen Musikstilen und bei Eignung im JugendBlasOrchester Rottenburg.

### Lehrkräfte:

Fred Böttcher und Simon Wagner

**Arno Hermann**  
Fachbereichssprecher



## BLOCKFLÖTE

Den bewährten Einstieg ins instrumentale Musizieren, erste Erfahrungen mit Notenschrift, musikalischen Begriffen und Zusammenspiel – dies bietet unser Unterricht auf der Blockflöte - oder Begleitung auf dem Weg einer künstlerischen Leidenschaft, die ein Leben lang andauert.

Als Einstieg wird meistens das Sopraninstrument gewählt, das auf die C-Dur-Tonleiter eingestellt ist. Die dabei gelernten Griffe können später auf alle Instrumente der Blockflöten-Familie angewendet werden.

Wir unterrichten einzeln oder in kleinen Gruppen, dazu gibt es Kooperations-Kurse in den Grundschulen. Auch neu oder wieder einsteigende Erwachsene sind willkommen.

Eine gute Anfängerflöte aus Holz mit Doppellöchern kostet ca. 75 €, für junge Kinder kann auch ein Kunststoffinstrument aus dem Fachgeschäft sinnvoll sein.

Wir beraten Sie gerne!

### Lehrkraft

Dr. Pieter Minden

**Maren Siegert-Poser**  
Fachbereichssprecherin



## JugendBlasOrchester

Das JugendBlasOrchester Rottenburg musiziert unter der Leitung von **Stadtmusikdirektor Arno Hermann** in zwei Orchestern, „**Young Winds**“ und „**Concert Band**“ die sich aus Schüler\*Innen zusammensetzen, die gerne sinfonische Blasmusik spielen.

Als „richtiges“ Orchester hat das JBO an Wettbewerben und Wertungsspielen mit hervorragenden Ergebnissen teilgenommen.

## SCHLAGZEUG

Schlaginstrumente reichen vom Schlagzeug in Jazz, Rock und Pop bis zum „klassischen“ Einsatz an kleiner Trommel, Pauken und Stabspielen.

Einstiegsalter: ab sieben Jahre

Die Voraussetzungen für den erfolgreichen Schlagzeugunterricht ist die Möglichkeit, das Erlernete zu Hause am eigenen Instrument aufzuarbeiten.

### Lehrkräfte:

Gunter Mehne, Frank Stoeger

## HOLZBLÄSER

Zu den Holzbläsern gehören:

Fagott, Klarinette, Oboe, Querflöte, Saxofon.

Allen Blasinstrumenten gemeinsam ist, dass ihr Ton direkt durch den menschlichen Luftstrom erzeugt wird.

Sie sind vielseitig einsetzbar in der Kammermusik, im großen Sinfonieorchester, in der Big-Band, verschiedenen Jazz-Besetzungen, selbstverständlich im sinfonischen Blasorchester und in der traditionellen Blasmusik.

Das Unterrichtsangebot richtet sich an Kinder ab sechs Jahren und Interessenten aller Altersgruppen.

Sämtliche Instrumente werden in kindgerechter Fertigung und Größe gebaut.

Für den Anfangsunterricht gibt es Leihinstrumente der Musikschule und Mietinstrumente, die Musikhäuser anbieten.

### Lehrkräfte:

Habib Elias, Hartmut Fleck, Horst A. Seidel

**Jörg Dold**  
Fachbereichssprecher



## GITARRE

Akustikgitarre, E-Gitarre, E-Bass, Ukulele, Veeh-Harfe

Die Musik für Gitarre ist äußerst vielseitig. Neben der klassischen Gitarrenmusik aus vielen Jahrhunderten machen auch Popmusik, Blues und Rockmusik auf der Gitarre viel Spaß.

Unser Unterrichtsangebot reicht vom Anfangsunterricht ohne Vorkenntnisse bis zur Vorbereitung auf ein Musikstudium.

Gitarre kann ab ca. sechs Jahren begonnen werden.

Gerne unterrichten wir auch Erwachsene.

Die Unterrichtszeit beträgt zunächst im Einzelunterricht 30, später auch 45 Minuten.

Prinzipiell kann man sich für Einzel- oder Gruppenunterricht entscheiden.

Zusätzlich haben die Schüler/Innen und Schüler die Möglichkeit, in Kammermusikgruppen und Gitarrenensembles unterschiedlicher Leistungsstufen mitzuwirken.

Für den Einstieg in den Unterricht stehen Mietinstrumente zur Verfügung. Der Kaufpreis für Anfangsinstrumente liegt bei 150-200 €. Gerne beraten wir Sie beim Anmieten oder Kauf eines Instruments.

### Lehrkräfte:

Bettina Gajewski, Reinhard Klatt,  
Horst Köhler, Christian Ther

**Margot Merz**

Fachbereichssprecherin



## GESANG

Die Stimme ist das erste „Instrument“, mit dem ein Mensch musikalische Erfahrungen sammelt. Das Material zum Singen haben wir kostenlos erhalten und als elementare Musikausübung ist Gesang für alle erlernbar.

Als „Spiegel der Seele“ jedoch erfordert der Sologesang eine umfassende Ausbildung verbunden mit viel Fleiß und intensiver Pflege.

Fundierte Arbeit an Stimmsitz, Atmung, Intonation und Stilistik bildet die Grundlage für alle Sänger/Innen.

Der Einsatz der Stimme ist unglaublich vielfältig, sei es in Klassik, Oper, Rock, Pop oder Jazz.

Ergänzend zum Gesangsunterricht besteht die Möglichkeit einer Teilnahme an Musiktheater, Band, Chor, Musicalensemble oder Opernschule.

### Lehrkräfte:

Susan Choi, Habib Elias, Stefanie Sauter

**Martina Dentler**

Fachbereichssprecherin



## STREICHINSTRUMENTE

Violine, Viola, Cello, Kontrabass

Ein Streichinstrument spielen kann jeder lernen.

Am Anfang braucht es etwas Durchhaltevermögen, weil beide Hände sehr unterschiedliche Aufgaben haben und diese koordiniert werden müssen. Ein gutes Einstiegsalter liegt zwischen sechs und acht Jahren.

Für die jungen Musiker gibt es auch kleinere Instrumente.

Anfängerinstrumente mit etwas Qualität gibt es ab ca. 450 € oder können geliehen werden für ca. 15 € im Monat.

Ein Ziel ist das gemeinsame Musizieren:

Dafür bietet die Musikschule Möglichkeiten von der Kammermusik bis hin zum Orchester.

### Lehrkräfte:

Eva Barsch, Martin Hauser, Friedemann Kienzle,  
Katrin Schiedt, Lorenz Unger



**Johannes Steinert**

Fachbereichssprecher

## STREICHERENSEMBLE

Wichtig für die Ausbildung auf einem Streichinstrument ist das frühe Zusammenspielen: Intonation, gemeinsame Agogik, rhythmische Präzision lassen sich am besten in einem Ensemble erproben und erfahren.

Das Streicherensemble unter der Leitung von **Eva Barsch** leistet genau diese Aufgaben.

Schon nach kurzer Unterrichtszeit können die Schüler/Innen mitspielen.

## JUNGE PHILHARMONIE

Die „Junge Philharmonie Rottenburg“ wurde im Jahr 2000 als Kooperationsorchester von Eugen-Bolz-Gymnasium und Musikschule gegründet.

Dirigiert wird es seit dieser Zeit von **Albert Geiger** vom EBG.

Zwei Konzerte bereitet das Orchester pro Jahr vor und auch als Opernorchester war es zu hören:

„Orfeo“ (2003), „Idomeneo“ (2006), „Die schöne Helena“ (2009) und „Jesus Christ Superstar“ (2012/2013).

## TASTENINSTRUMENTE

Klavier, Keyboard und Akkordeon

Für das Klavier existiert der größte und vielseitigste Fundus an Musikliteratur. Es ist das Soloinstrument schlechthin, aber ebenso in der Kammermusik unersetzlich. Auch in Jazz, Rock und Pop hat es seinen zentralen Platz. Das Keyboard bietet als elektronisches Tasteninstrument mit Begleitautomatik (Schlagzeug, Baß etc.) an Rock und Popmusik interessierten zusätzliche Perspektiven.

Das Akkordeon wurde 1829 patentiert und hat seit dieser Zeit in verschiedenen Arten Klassik, Jazz und Volksmusik erobert.

Unser Unterrichtsangebot richtet sich an Kinder ab 5-6 Jahren bis hin zu Erwachsenen jeglichen Alters.

Gebrauchte Klaviere sind ab ca. 800,- €  
Keyboards ab ca.150,- € erhältlich.

### Lehrkräfte:

Fred Böttcher, Habib Elias, Pieter Minden, Oliver Schneider,  
Reimer Treplin, Howry Sur, Inna Wecker

**Helmut Eißeler**  
Fachbereichssprcher



## QUERFLÖTE

An der Musikschule Rottenburg legen wir nicht nur großen Wert auf den Einzelunterricht, sondern auch auf die Kammermusik.

In der Besetzung mit 3 oder 4 gleichen Instrumenten oder anderen unterschiedlichen Holzblasinstrumenten wie Oboe, Klarinette und Fagott wird der Querflöte neben dem solistischen Spiel ein großer musikalischer Horizont eröffnet.

Vielfalt heißt bei der Querflöte aber auch Mitspielen in der sinfonischen Blasmusik und im Pop/Rockbereich.

Nicht zwingend aber ratsam und möglich ist es, mit fünf oder sechs Jahren mit der Blockflöte zu beginnen und anschließend auf die Querflöte umzusteigen. Wir legen viel Wert auf die Freude am Erlernen des Instruments.

Wir arbeiten mit Kindern ebenso gerne wie mit Erwachsenen. Ein Instrument kostet zwischen 600 und 900 Euro. Es gibt aber auch die Möglichkeit ein Leihinstrument über die Musikschule zu mieten.

**Lehrkräfte:**  
Bora Korkmaz

**Martina Dentler**  
Fachbereichssprecherin



## VEEH-HARFE

Der Gedanke liegt nahe, doch hat die Veeh-Harfe nichts mit einem Märchen zu tun, sondern ist eine Erfindung von Hermann Veeh.

Mit dem Zusammenspiel von Material, Form und Konstruktion hat er ein wundervoll klingendes neues Instrument geschaffen.

Die Veeh-Harfe ist ein Zupfinstrument, das ohne Notenkenntnisse gespielt werden kann. Eigens für das Instrument wurde eine Notenschrift entwickelt: Notenblätter, die hinter die Saiten geschoben werden, ermöglichen ein Spielen vom Blatt, die Noten werden begreifbar.

Kurz- das ideale Instrument für Erwachsene, die aus beruflichen Gründen nicht übermäßig viel Zeit zum Üben haben und sich relativ schnell den Traum vom gemeinsamen Musizieren erfüllen können

**Lehrkraft:** Margot Merz



## ENSEMBLES

Blechbläser-Ensemble  
Holzbläser-Ensemble

**A. Hermann**  
**J. Dold**

Querflöten-Ensembles  
Sumelo-Blockflötenensemble  
Gitarren-Ensembles

**M. Dentler**  
**P. Minden**  
**M. Merz, H. Köhler**

Streicherspielkreis  
Anfänger

**E. Barsch**

Rock- und Pop-Ensemble  
Schlagzeug-Ensemble

**Ch. Ther**  
**G. Mehne**

Musiktheater Planeten / Stars  
Musiktheater Planeten / Stars  
Musiktheater SunStage

**Chr. Klenz**  
**N. Keller**  
**Chr. Klenz**

## CHÖRE

Erwachsenenchor Sing It! **G. Kurz**  
Singkreis

**I. Wecker**

## ORCHESTER

Junge Philharmonie  
JugendBlasOrchester  
Orchestervereinigung  
der vhs Rottenburg

**A. Geiger**  
**A. Hermann**  
**J. Steinert**

## KOOPERATIONEN

Die Musikschule Rottenburg unterhält viele Kooperationen mit verschiedenen Partnern.

Eine kleine Auswahl:

Kindergärten: Singen-Bewegen-Sprechen

Grundschulen: Bläserwerkstatt, Blockflöten,  
Gitarrengruppe, Streicherklasse

weiterführende Schulen: Bigband-Projekt, Streicherprojekt,  
Junge Philharmonie,  
Keyboard-Projekt, Gitarren AG

Musikvereine: Bläserklasse, Früherziehung

Früherziehung Kirchen: Musikspielkiste

## SBS: Singen-Bewegen -Sprechen

SBS ist ein musikalisch basiertes Angebot zur ganzheitlichen Förderung von Kindern in Kooperation mit Kindergärten. Eine für SBS zertifizierte musikpädagogische Fachkraft unterrichtet im Tandem mit einer Erzieherin/ einem Erzieher und verknüpft Gesang, Bewegung und Sprache auf innovative Weise. Kommunikation, Kooperation und Selbstwahrnehmung werden gestärkt, ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Sprachförderung. Die Inhalte der SBS-Einheiten werden über die Woche im Kindergartenalltag wiederholt und vertieft, einmal jährlich findet ein „Spatzenkonzert“ statt, bei dem SchülerInnen der Musikschule ihr Instrument vorstellen.

Ansprechpartnerin bei Interesse für Ihren Kindergarten:  
Gwendolyn Kurz, 98 33 55, weitere Informationen unter [www.arge-sbs.de](http://www.arge-sbs.de)

## ERWACHSENE

Die Musikschule Rottenburg unterrichtet auch Erwachsene in allen Instrumenten. Besonders für den (Wieder-)Einstieg eignet sich die Unterrichtsform „take five“, die einmalig als Schnupperangebot gebucht werden kann: 5 Unterrichtsstunden in Absprache mit einer Lehrkraft.

Im Bereich der Ensemblearbeit sind Erwachsene für unsere Musikschule sehr wichtig:

Gitarren, Veeh-Harfen und Blockflötenspielerkreise umrahmen verschiedene Veranstaltungen und der Sing It! Chor lässt mittwochs um 19.30 Uhr Hits aus Pop, Jazz, Ethno und Klassik erklingen.

## SENIOR/INNEN

Neben den Möglichkeiten, die allen Erwachsenen offen stehen, gibt es Angebote, die sich direkt an Senioren richten, so unser Singkreis.

Neben der wöchentlichen Probe gibt es zwei feste Auftritte im Jahr: „Singen mit Senioren“ im Frühjahr und im Herbst.

## SCHULORDNUNG

In der Schulordnung sind die Allgemeinen Geschäftsbedingungen für den Unterricht an der Musikschule zusammengefasst. Dazu gehört die Ferienregelung (entspricht den Rottenburger allgemeinbildenden Schulen), die Regelung der Anmeldung und der Abmeldung. Den genauen Wortlaut der Schulordnung finden Sie im Internet unter: [www.musikschule-rottenburg.de](http://www.musikschule-rottenburg.de)

## VERWALTUNG

Der Sitz der Verwaltung ist in Rottenburg in der Sprollstraße 22.

Die Öffnungszeiten des Büros der Musikschule sind wie folgt:

Montag bis Freitag	9.00 Uhr bis 12.30 Uhr
Montag bis Donnerstag	14.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Telefon: 07472/9833 55.

Fax: 07472/9833 11.

Mailadresse: [info@musikschule-rottenburg.de](mailto:info@musikschule-rottenburg.de)

## GEBÜHREN

Die Musikschule erhebt für ihren Unterricht Gebühren. Kinder und Jugendliche nach dem Jugendbildungsgesetz (bis 26 Jahre), die nicht aus Rottenburg kommen, sowie Erwachsene zahlen einen Zuschlag.

Die Eckwerte der Gebührenordnung:

Einzelunterricht 30 min:	77,70 €
Einzelunterricht 45 min:	102,00 €
Kindergruppen 45 min:	28,50 €

Folgende Ermäßigungen gibt es:

- Mehrfächerermäßigung
- Geschwisterermäßigung
- Ermäßigung nach der Kreisbonuskarte (für Rottenburger Kinder, Jugendliche und Erwachsene)
- Zuschuss aus dem Bildungs- und Teilhabepaket

# Kinderkurse

Kursbeginn, wenn nicht anders vermerkt im Oktober. Einstieg in laufende Kurse nach Absprache möglich.  
Kursort, wenn nicht anders vermerkt in der alten Realschule Raum 310

## Baby-Musikgarten ab 6-18 Monate (Kinder mit Bezugsperson)

Wir spüren Musik! Schon die Kleinsten entdecken Musik mit allen Sinnen: sie begleiten Lieder mit Rasseln, Klanghölzern und Trommeln. Reime, Wiegenlieder und Tänze auf dem Arm der Eltern geben viele Anregungen zum Spielen zu Hause.

Mittwoch,	9:25 Uhr	Kursdauer:	5 Monate, 35 Min./Woche
Donnerstag,	9:25 Uhr	Gebühr:	22,20 €/Monat
	11:00 Uhr	Gruppengröße:	6 Paare (Kind +1 Bezugsperson)
Samstag,	9:25 Uhr		

Montag, 9:30 Uhr wo: im Bürgerhaus Ergenzingen

Ansprechpartnerin: Katrin Friedebold



## Musikzwerge ab 18 Monate (Kinder mit Bezugsperson)

Wir machen Musik! Ein spielerischer Aufenthalt in der Welt der Musik mit Liedern, Versen, Knieritern und dem Begleiten auf einfachen Instrumenten. Mit Tänzen und Bewegungsspielen können die Kinder ihre neu gewonnene Mobilität auskosten.

Montag,	15:20 Uhr	Kursdauer:	1Jahr, 35 Min./Woche
Mittwoch,	10:10 Uhr	Gebühr:	22,20 €/Monat
	11:00 Uhr	Gruppengröße:	6 Paare (Kind +1 Bezugsperson)

Donnerstag, 10:10 Uhr  
Samstag, 10:00 Uhr

Montag, 10:15 Uhr wo: im Bürgerhaus Ergenzingen

Ansprechpartnerin: Katrin Friedebold



## Musikmäuse ab 3 Jahren (Kinder mit Bezugsperson)

Wir sind Musik! Lieder, Tänze und einfache Orff-Instrumente anhand von Bilderbüchern kennen lernen. Rhythmen nachahmen, kurze Geschichten nachspielen. Die Kinder lösen sich zunehmend von den Eltern. Der Kurs findet ohne Geschwisterkinder (auch Säuglinge) statt.

Dienstag,	14:30 Uhr	Kursdauer:	1 Jahr, 45 Min./Woche
	15:30 Uhr	Gebühr:	28,50 €/Monat
Donnerstag,	17:30 Uhr	Gruppengröße:	8 Paare (Kind +1 Bezugsperson)
Samstag,	11:00 Uhr		

Ansprechpartnerin: Gwendolyn Kurz



## Musik und Bewegung (musikalische Früherziehung) ab 4 bzw. 5 Jahren (Kinder ohne Bezugsperson)

Singen, Muskmachen, hören, sich bewegen - gemeinsames Singen und Musizieren, unterstützt durch viel Bewegung. So wird ein ganzheitlicher Zugang zu Rhythmus, Melodie Zusammenklang und Ausdruck ermöglicht.

### ab 4 Jahre

Dienstag,	16:30 Uhr	Kursdauer:	2 Jahre, 45 Min./Woche
Mittwoch,	14:30 Uhr	Gebühr:	28,50 €/Monat
Donnerstag,	16:30 Uhr	Gruppengröße:	12 Kinder

### ab 5 Jahre

Montag 14:25 Uhr  
Mittwoch, 15:30 Uhr  
Donnerstag, 15:30 Uhr

**Kursbeginn ab 5 Jahre direkt nach den Sommerferien**



Ansprechpartnerin: Gwendolyn Kurz

# Musiktheater

Musiktheater ab 6, 9 oder 13 Jahren  
Kursdauer 1 Jahr

Schauspielen, singen und tanzen liegt dir?  
Du hast keine Angst,  
vor vielen Leuten auf der Bühne zu stehen?  
Dann bist du hier richtig!  
Im Verlauf des Kurses erarbeiten wir teilweise  
mit mehreren  
Gruppen gemeinsam ein Musical,  
welches wir gegen Ende des Schuljahres in der  
Rottenburger Zehntscheuer  
mit Bandbegleitung aufführen.



<b>Planeten</b> Montag, Freitag,	ab 6 Jahren: 16:05 Uhr 15:00 Uhr	60 Min./Woche 19.-€ Monat
<b>Stars</b> Montag, Freitag,	ab 9 Jahren: 17:15 Uhr 16:10 Uhr	90 Min./Woche 26.-€ Monat
<b>SunStage</b> Mittwoch,	ab 13 Jahren: 18:30 Uhr	90 Min./Woche 26.-€ Monat

Ansprechpartnerin: Gwendolyn Kurz

## Instrumentenkarussell

In diesem Unterrichtsangebot können Kinder ab 5 Jahren innerhalb eines halben Jahres sieben verschiedene Instrumente bei Fachlehrer ausprobieren.  
(Blockflöte, Klavier, Gitarre, Geige, Cello, Blechblasinstrumente und Schlagzeug).  
Die Kinder haben in Kleingruppen zwei Wochen lang Unterricht an einem der Instrumente, dann folgt der Wechsel zum nächsten.

Kleingruppen	ab 5 Jahren:	30 Min. /Woche 22.-€ Monat
Dienstag,	16:00 Uhr -16:30 Uhr	Infos über das Sekretariat: 07472/ 983355



## TERMINE

<b>FEBRUAR 20</b>	Sonntag, 09. Februar, 11.00 Uhr <b>Preisträgerkonzert „Jugend musiziert“</b>	Zehntscheuer
.....		
<b>MÄRZ 20</b>	Samstag, 07. März, ab 15.00 Uhr <b>Musikschulfest</b>	Alte Realschule
	Samstag, 14. März, 10.00 -15.00 Uhr <b>Do your music! - Basic Kurs für Jugendliche</b>	Alte Realschule
	Samstag, 21. März, 10.00 - 15.00 Uhr <b>Do your music! - Basic Kurs für Erwachsene</b> - Anmeldung für „Do your music“ über die vhs Rottenburg -	Alte Realschule
	Samstag, 28. März, 11.00 Uhr <b>Spatzenkonzert von jungen Instrumentalisten für Kinder der SBS Gruppen</b>	Carl Joseph Leiprecht Schule
	Samstag, 28. März, 13.30 und 15.30 Uhr <b>Klassenkonzert Horst Köhler, Gitarre</b>	Alte Realschule
.....		
<b>APRIL 20</b>	Samstag, 25. April, ganztägig <b>Hoffmeister-Tag - in Kooperation mit der Hoffmeister-Gesellschaft</b>	
.....		
<b>MAI 20</b>	Donnerstag, 07. Mai, 15.00 Uhr <b>Singen mit Senioren</b>	Zehntscheuer
	Samstag, 09. Mai, 19.00 Uhr <b>Frühjahrskonzert Sing it! - Chor</b>	Zehntscheuer
	Sonntag, 10. Mai, 19.00 Uhr <b>Frühjahrskonzert Sing it! - Chor</b>	Zehntscheuer
	Samstag, 17. Mai, 17.00 Uhr <b>Beethoven in concert</b>	Alte Realschule
	Donnerstag, 21. Mai, 16.00 Uhr <b>Orchestervereinigung</b>	Altstadtkapelle
.....		
<b>JUNI 20</b>	Freitag, 19. Juni, 10.00 (für Schulklassen) und 19:00 Uhr <b>Jugendmusical „Ein Gefühl kommt selten allein“</b>	Zehntscheuer
	Samstag, 25. Juni, 19.00 Uhr <b>Junge Philharmonie</b>	Festhalle

## TERMINE

## JULI 20

2.,3.,4. und 5. Juli, 20.30 Uhr <b>Theater „La Mandragola“ mit Janne Wagler - in Kooperation mit der Musikschule -</b>	Spitalkelter
Sonntag, 12. Juli, 11.00 Uhr <b>Ensemblekonzert</b>	Zehntscheuer
Sonntag, 12. Juli, 18.00 Uhr <b>Young Winds und Concert Band</b>	Zehntscheuer
Samstag, 18. Juli, 18.00 Uhr <b>Kindermusical „Die Paparazzi kommen! Oder: Dornröschen - was wirklich geschah“</b>	Zehntscheuer
Sonntag, 19. Juli, 18.00 Uhr <b>Kindermusical „Die Paparazzi kommen! Oder: Dornröschen - was wirklich geschah“</b>	Zehntscheuer
Montag, 20. Juli, 08:45 und 10:45 Uhr <b>Kindermusical für Schulklassen</b>	Zehntscheuer
Dienstag, 21. Juli, 08:45 und 10:45 Uhr <b>Kindermusical für Schulklassen</b>	Zehntscheuer
Donnerstag, 23. Juli, 15.00 Uhr <b>Kultur am Nachmittag: Beethovens 250ster Geburtstag</b>	Hochschule für Kirchenmusik

  
**C. BECHSTEIN**  
 Centrum Tübingen

**Mein Klavier.  
 Alles andere kann  
 warten! Wir bieten  
 das Richtige für  
 Einsteiger, Aufsteiger  
 und Überflieger.**

Neu, Gebraucht, Miete, Finanzierung,  
 Angebote - große Auswahl in unserem

**C. Bechstein Centrum Tübingen**  
 Konrad-Adenauer-Straße 9  
 72072 Tübingen · 07071 977 88 120  
 oder unter [bechstein-tuebingen.de](http://bechstein-tuebingen.de)





**NEU!**

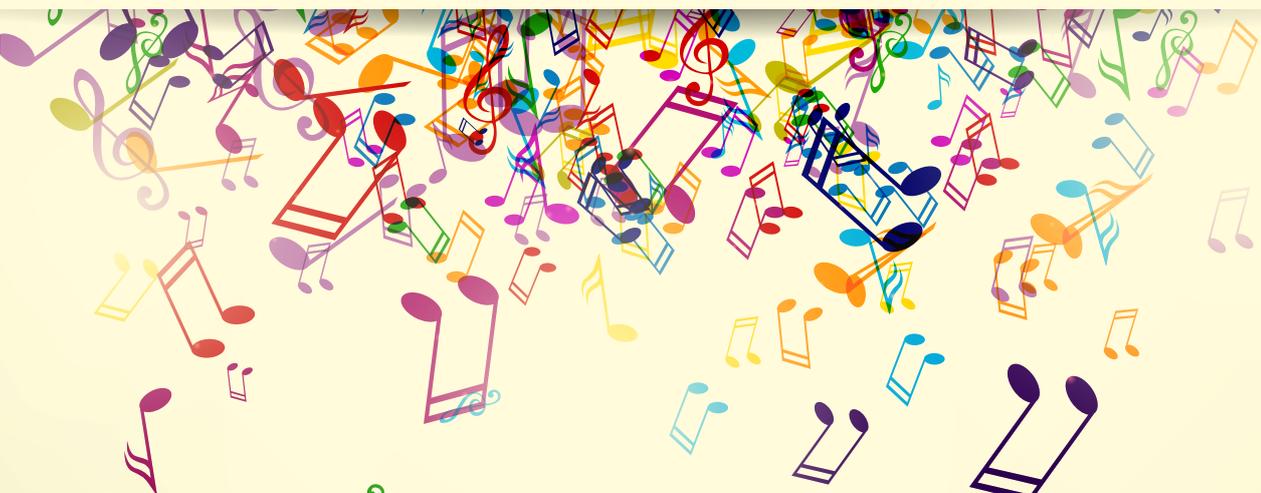
**Do your music!**  
**März 2020**

Anmeldung über die vhs Rottenburg

# Musikschulfest

Alte Realschule Sprollstraße 22

**Samstag, 7. März 2020, 15.00 Uhr**



**Vorführung der Früherziehung**

**Mini-Konzerte**

**Instrumentenvorstellung**

**Musikschul-Café**

## AGB – Allgemeines

Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule (vhs), auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden. Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der vhs; insoweit tritt die vhs nur als Vermittler auf.

Rechtsgeschäftliche Erklärungen (z.B. Kündigungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB oder aus dem dem Verbraucher zustehenden Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften nichts anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Fax, E-Mail). Erklärungen der vhs genügen der Schriftform, wenn eine nicht unterschriebene Formularbestätigung verwendet wird.

Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich. Die vhs darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen. Der Vertrag beinhaltet keinen Anspruch auf Zulassung und Anmeldung zu einer Prüfung.

Bei Teilnehmenden unter 18 Jahren wird aus Gründen der Fürsorgepflicht den Lehrenden neben dem Namen auch die Kontaktdaten der Erziehungsberechtigten übermittelt, damit bei Bedarf diese kurzfristig kontaktiert werden können.

## Anmeldung und Bezahlung der Kursgebühren

Anmeldungen sind abweichend von der allgemeinen Regelung oben auch mündlich oder fernmündlich möglich. Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung kommt ein Vertrag zwischen Hörer/innen und vhs zustande. Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen sind Bestandteil des Teilnehmervertrags. Anspruch auf Teilnahme am Unterricht besteht nur mit ordnungsgemäßer Anmeldung. Die Kursgebühren werden bei Kursen mit 5 und mehr Terminen nach 14 Tagen und bei allen übrigen Kursen nach Kursbeginn abgebucht (SEPA-Lastschrift).

## Kursabsage, Rücktritt, Kündigung

Sofern ein Kurs die erforderliche Mindestteilnehmerzahl (in der Regel 10) nicht erreicht, wird er vom Programm abgesetzt. In diesem Falle werden bereits im voraus entrichtete Gebühren zurückerstattet. Bei Kursen mit weniger als 5 Unterrichtstagen, bei Wochenendseminaren, Ferienkursen, Intensivkursen, Kompaktkursen und Tagesfahrten muss der Rücktritt gegenüber der vhs-Geschäftsstelle spätestens 7 Werktage vor Beginn erklärt werden. Der Rücktritt eines/r Teilnehmers/in bei Kursen mit 5 und mehr Terminen muss vor dem 2. Kurstermin schriftlich erklärt werden. Eine Begründung ist nicht erforderlich. Ab dem 2. Kurstermin ist ein Rücktritt ausgeschlossen und die volle Gebühr ist zu bezahlen. Bei Rücktritt wird eine Bearbeitungsgebühr von 5,00 € fällig (bei Kursen bis 20,00 € lediglich 3,00 €). Eine teilweise Gebührenbefreiung nach Ablauf der Rücktrittsfrist kann wegen nachgewiesener Krankheit bei Kursen mit mehr als 5 Terminen auf Antrag gewährt werden. Eine solche Gebührenminderung wegen Krankheit muss umgehend unter Vorlage einer ärztlichen Bescheinigung beantragt werden, so dass gegebenenfalls noch Interessenten von der Warteliste aufgenommen werden können. Bei weniger als 5 Unterrichtstagen bei Wochenendseminaren, Ferienkursen, Intensivkursen, Kompaktkursen und Tagesfahrten ist dies überhaupt nicht möglich. Eine Abmeldung beim Kursleiter oder der Kursleiterin ist nicht möglich; das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

Die vhs kann in den Fällen des § 314 BGB kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:

Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch den/die Kursleiter/in, insbesondere Störung des Informations- / Veranstaltungsbetriebes durch Lärm- und Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten, Ehrverletzungen aller Art gegenüber dem/der Kursleiter/in, gegenüber Teilnehmern/innen oder Beschäftigten der vhs, Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.), Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art, Beachtliche Verstöße gegen die Hausordnung.

Statt einer Kündigung kann die vhs den/die Teilnehmer/in auch von einer Veranstaltungseinheit ausschließen. Der Vergütungsanspruch der vhs wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt. Die vhs kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die vhs nicht zu vertreten hat (z.B. Ausfall einer Dozentin) ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. Der/die Teilnehmer/in kann den Vertrag kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen unzumutbar ist. Sowohl bei Kündigung durch die vhs, als auch bei Kündigung durch den/die Teilnehmer/in wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für den/die Vertragspartner/in unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für den/die Teilnehmer/in ohne Wert ist.

## Organisatorische Änderungen

Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine/n bestimmte/n Dozenten/in durchgeführt wird, auch wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer/s Dozenten/in angekündigt wurde. Die vhs kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern oder eine Veranstaltung absagen. Muss eine Veranstaltung aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (z.B. wegen Erkrankung des/der Dozenten/in), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht.

## Bescheinigungen

Bescheinigungen über die Teilnahme an einem Kurs werden auf Wunsch gegen eine Kostenpauschale ausgestellt.

## Haftungsfragen

Schadensersatzansprüche der Vertragspartner/innen oder Teilnehmer/innen gegen die vhs sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit. Für Unfälle während der Veranstaltungen und auf dem Weg zu und von den Unterrichtsräumen sowie für Verlust oder Beschädigung von Gegenständen einschließlich Garderobe übernimmt die vhs keine Haftung. Bei Kursen zur Gesundheitsvorsorge sollten sich die Teilnehmenden bei gesundheitlichen Beschwerden vor der Anmeldung bei ihrem Arzt vergewissern, ob der Besuch des Kurses sinnvoll ist.

Für Druckfehler bei der Programmausschreibung kann keine Haftung übernommen werden.

## Aufsichtspflicht bei Kursen/Veranstaltungen mit Kindern und Jugendlichen

Die vhs übt eine Dienstaufsicht für Kinder/Jugendliche, wie sie z. B. bei Kindergärten und Schulen Pflicht ist, nicht aus. Die Aufsicht als reine Organisationsaufsicht findet während der Kurszeiten und für die Gänge zur Toilette statt. Die Erziehungsberechtigten sind für Bringen

und Holen selbst zuständig. Für alle Teilnehmer/-innen unter 18 Jahren gilt, dass sie den Anweisungen der Kursleitung nachkommen und sich nicht ohne Abmeldung bei der Kursleitung vom Veranstaltungsort entfernen. Bitte beachten Sie, dass im Interesse der gesamten Gruppe einzelne Kinder nicht in besonderer Weise betreut werden können.

## Ermäßigungsregelung

Bei Nachweis folgender Umstände, können Ermäßigungen beantragt werden, sofern dies nicht ausgeschlossen ist (siehe jeweilige Kursgebühr): Mitgliedschaft im eingetragenen Verein Volkshochschule Rottenburg: 10% Schüler, Studenten, FSJ, „BuFDi“: 10% Teilnahme von Geschwisterkindern in speziellen Kinderkursen: 10% Kreis-Bonus-Card-InhaberInnen: 50%

## Datenschutzerklärung

Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gemäß DSGVO Artikel 6 Absatz 1 b) und f) sowie zu statistischen Zwecken gemäß Artikel 89 gestattet.

Fotografieren und Ton- bzw. Bildaufzeichnungen in den Veranstaltungen sind nur nach Rücksprache mit der vhs erlaubt. Ausgeteiltes Unterrichtsmaterial darf ohne Genehmigung der vhs nicht vervielfältigt werden.

Wir nehmen den Schutz Ihrer persönlichen Daten sehr ernst und halten uns strikt an die Regeln der Datenschutzgesetze. Personenbezogene Daten werden nur im technisch notwendigen Umfang erhoben. In keinem Fall werden die erhobenen Daten verkauft oder aus anderen Gründen an Dritte weitergegeben. Ihre personenbezogenen Daten werden nach Ablauf der gesetzlichen Aufbewahrungspflichten gelöscht.

Die nachfolgende Erklärung gibt Ihnen einen Überblick darüber, wie wir diesen Schutz gewährleisten und welche Art von Daten zu welchem Zweck erhoben werden.

## Auskunftsrecht

Sie haben das Recht, auf Antrag unentgeltlich Auskunft zu erhalten, welche Daten über Sie gespeichert sind und zu welchem Zweck die Speicherung erfolgt. Zusätzlich haben Sie das Recht auf Berichtigung unrichtiger Daten sowie auf Sperrung und Löschung, soweit die Speicherung unzulässig oder nicht mehr erforderlich ist. Auskunft über die gespeicherten Daten erhalten Sie bei unserem Datenschutzbeauftragten unter [info@vhs-rottenburg.de](mailto:info@vhs-rottenburg.de)

## Weitere Informationen

Ihr Vertrauen ist uns wichtig. Daher möchten wir Ihnen jederzeit Rede und Antwort bezüglich der Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten stehen. Wenn Sie Fragen haben, die Ihnen diese Datenschutzerklärung nicht beantworten konnte oder wenn Sie zu einem Punkt vertiefte Informationen wünschen, wenden Sie sich bitte jederzeit an uns.

## Schlussbestimmungen

Mit Bekanntgabe dieser AGB / Datenschutzerklärung in der vorliegenden Fassung vom 24.6.2018 verlieren alle vorhergehenden Ausfertigungen ihre Gültigkeit. Sind diese Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise nicht Vertragsbestandteil geworden oder unwirksam, so bleibt der Vertrag im übrigen wirksam. Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, dass der Gegenanspruch gerichtlich festgestellt wurde. Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.

## A

Achtsamkeit 43  
 Acryl und Sand 25, 29  
 AGB 86  
 Ahnenforschung 28  
 Akkordeon 34  
 American Literature 52  
 Android 62  
 Aqua-Fit 46  
 Ausstellung Äthiopien 25  
 Autogenes Training 43

## B

Ballett 28  
 Beethoven 23, 33  
 Beewraps - Bienenwachstücher 30, 67  
 Bescheinigungen 86  
 Bewegung und Spaß 9, 73

## C

Cocktails 49  
 Cupcakes 49

## D

Dance-e-motion 71  
 Datenschutz 86  
 Deutsch als Fremdsprache 58, 59  
 Didgeridoo 31  
 Dolmetschernetzwerk 14  
 3D-Drucken 61  
 Drums alive 70

## E

Englisch 50, 70  
 Entspannung 43, 69  
 Erste Hilfe 39  
 Erziehung 8  
 Excel 63

## F

Fahrsicherheitstraining 39  
 Familie 8  
 Farb-, Typ-, Stilberatung 30  
 Felsklettern 47  
 Ferienangebote 10  
 Foto 9, 31, 67  
 Fotoworkshop 31  
 Französisch 53, 72  
 Frauenchor 14  
 Fridays for Future 8

## G

Garten 21  
 Gedächtnistraining 38  
 Geschäftsbedingungen der vhs 86  
 Geschäftsstelle 4  
 Gitarre 34, 67, 75  
 Golf 46  
 Gymnastik 40, 44, 72, 74

## H

Haftungsfragen 86  
 Häkeln 75  
 Handlettering 11, 28

Homöopathie 37  
 HOPin® Fitness 45

## I

Integration 14  
 Integrationskurse 59  
 Internet 63  
 iPad / iPhone 62  
 Italienisch 54, 70

## J

Jumping® Fitness 45  
 junge vhs 8

## K

Kalkwerkfarm 66  
 Kampfkunst 74  
 Keramik 11, 29  
 Kindernotfälle 8  
 Kinderschwimmen 12  
 Kindertanz 12  
 Kindertheater 11  
 Klangmeditation 68  
 Kochen 49, 68  
 Kreativität 25  
 Kunstwerkstatt für Kinder 9, 10  
 Kursgebühren 86

## L

Latino Line Dance 27  
 LEFino® 9

## M

Meditation 68  
 Migrationsberatung 14  
 Mountainbike 47  
 MS-Office-Anwendungen 62  
 Musikgarten 65

## N

Nähen 12, 30

## O

Öffnungszeiten 4  
 Online-Sprachtests 57  
 Orchestervereinigung 32  
 Orientalischer Tanz 28  
 Ortho-Bionomy® 37  
 Osterferien 10  
 Outlook 63

## P

Pädagogik 8  
 Pfingstferien 10  
 Pilates 45, 74  
 Piloxing® 45  
 Portugiesisch 55  
 PowerPoint 63

## Q

Qigong 42, 43, 69

## R

Raftingtour 47  
 Repair Café 19  
 Rhetorik-Training 60

## S

Schamanisch-indianische Flöte 31  
 Schweißen 61  
 Schwimmen 14, 46, 73  
 Schwimmkurs für Frauen 46  
 Segeln 46  
 Selbstfürsorge 39  
 Selbstverteidigung 74  
 Silberschmieden 31  
 Singen 33  
 Sommerwerkstatt 25  
 Spanisch 55  
 Specksteinwerkstatt 25, 30  
 Spieletreff 26  
 Spiel und Bewegung 9, 66, 73  
 Sprachberatung 51  
 Sprachen 50, 59, 70  
 Sprachenschule 57  
 Stand-Up-Paddling 12, 47  
 Stilberatung 30

## T

Tanzen 12, 27  
 Tastaturschreiben 61  
 Türkisch 56  
 Turnen für Mutter/Vater und Kind 72  
 TYPO3 63

## U

Ukulele 34  
 Urban Sketching 29

## V

Vegetarisch Kochen 49  
 Vorstand 5

## W

Walking 46, 71  
 Wandern 20  
 Wassergymnastik 73  
 Windows 62  
 Wirbelsäulengymnastik 43  
 Word 63

## X

XPERT-Business 61

## Y

Yoga 41, 42, 69, 71, 72, 75  
 YoungGo 46, 71

## Z

Zumba® 12, 27, 66, 67, 70, 74

LB≡BW

LBS

SV

# Vertrauen ist einfach.



[www.ksk-tuebingen.de](http://www.ksk-tuebingen.de)

Wenn man Finanzpartner hat,  
auf die man sich  
immer verlassen kann.

Sprechen Sie mit uns.

Wenn's um Geld geht



Kreissparkasse  
Tübingen