

## Das Programm für das Frühjahr-/ Sommersemester 2012

Anmeldung und Auskünfte über das Programm bei  
**vhs** Thalmässing  
Brigitte Bernreuther  
Gemeindeverwaltung  
Stettener Str. 26  
  
91177 Thalmässing  
  
Telefon: 0 91 73 / 9 09 13  
Telefax: 0 91 73 / 9 09 32  
E-Mail: [brigitte.bernreuther@thalmaessing.de](mailto:brigitte.bernreuther@thalmaessing.de)

10540

Faszination "Sahara"

Durch die Wüste ins Tassilgebirge 1. Teil

Do, 29. März, 14.30-16 Uhr,

Thalmässing, Senioren-Haus Jura, Stettener Str. 13

Gebühr: 5,- EUR (Tageskasse)

Diavortrag von Martin Lindenberger

Die Abenteuer-Reise beginnt im Senegal. Sie führt in die sagenhafte Wüstenstadt Timbuktu und weiter zur Hauptstadt der Sahara, nach Tamanrasset. Hier begegnen wir den stolzen "Rittern der Wüste", den Tuaregs. Im Tassili-Gebirge treffen wir auf jahrtausende alte Felsgravierungen und -malereien. Im östlichen Erg faszinieren uns die verwehten Sand- und Schotterpisten. Auf dem Weg zum Ziel Tunis stoßen wir in Hassi Messaoud auf die größten Erdöl- und Erdgasfunde der Sahara. Freier Eintritt für Heimbewohnerinnen und -bewohner.

10541

Faszination "Sahara"

Im Land der Tuareg/Hoggargebirge 2. Teil

Do, 19. April, 14.30-16 Uhr,

Thalmässing, Senioren-Haus Jura, Stettener Str. 13

Gebühr: 5,- EUR (Tageskasse)

Diavortrag von Martin Lindenberger

Ausgangspunkt der Abenteuerreise ist Tamanrasset/Algerien. Unter Begleitung der Tuareg geht es zunächst nach Assekrem im Hoggargebirge. Es ist das höchste Gebirge im algerischen Teil der Sahara. Die Berggebilde sind die Lavakerne alter Vulkane, deren umgebendes Gestein in Millionen Jahren durch Erosion abbröckelte und heute die riesigen Geröllfelder am Fuße der markanten Berge bildet. Höhepunkt der Reise ist der Besuch eines Frühlingsfestes bei den Tuareg, dem Nomadenvolk, das mit Kamelherden noch heute durch die Wüste zieht. Freier Eintritt für Heimbewohnerinnen und Heimbewohner.

18610

Glück und Entspannung neu erleben durch Hypnose

Mi, 2. Mai, 19.30-22 Uhr,

Thalmässing, Grund- und Mittelschule, Badstr. 23

Gebühr: 13,- EUR

Monika König

Die Teilnehmer werden zu drei Gefühlsqualitäten geführt, in die sie eintauchen können. Sie erhalten mit Hilfe unterschiedlicher hypnotischer Motive die Möglichkeit eine Welt zu erleben, in der Ihnen Beispiele von Glücksmomenten vor Augen geführt werden. Geeignet für jeden der neugierig und interessiert ist und/oder einen neuen Zugang zu seiner Gefühlswelt entdecken möchte.

23180

Umstellung von Word 2000/2003 auf Word 2007/2010

Mo, 5. März, 18.30-21.30 Uhr, 3 x,

Thalmässing, Grund- und Mittelschule, Badstr. 23, Computerraum

Gebühr: 94,- EUR + 5 € Materialkosten

Wolfgang Reisner

In diesem Kurs wird die Umstellung auf das neue Word 2010 anhand einer anspruchsvollen Aufgabe durchgeführt. Der Lehrgangsinhalt ist die einfache Text-Formatierung, aber auch das Erstellen von Kopf-/ Fußzeilen, Textbausteine, Umbrüche bis hin zum Serienbrief.

23278

Umstellung von Excel 2000/2003 auf Excel 2007/2010

Mo, 16. April, 18.30-21.30 Uhr, 3 x,

Thalmässing, Grund- und Mittelschule, Badstr. 23, Computerraum

Gebühr: 94,- EUR + 5 € Materialkosten

Wolfgang Reisner

In diesem Kurs wird die Umstellung auf das neue Excel 2010 anhand einer anspruchsvollen Aufgabe durchgeführt. Der Lehrgangsinhalt ist kein Anfängerkurs und wird je nach Wunsch auch auf höherem Niveau durchgeführt.

40440

Yoga für Jeden

Sonne, Mond und Yoga I

Di, 6. März, 18.15-19.15 Uhr, 14 x,

Thalmässing, Grund- und Mittelschule, Badstraße 23, Musikraum

Gebühr: 44,- EUR

Birgit Wolf

Der Zeitpunkt unserer Geburt bestimmt, ob wir "Sonnen"- bzw. "Mondkinder" sind, ob wir zum "Ausatem-Typ" oder "Einatem-Typ" gehören. Dieses Naturgesetz, in der Terlusollogie verankert, wollen wir uns bei den klassischen Yoga-Asanas zusätzlich zu Nutze machen.

Anfänger sind herzlich willkommen.

40441

Yoga für Jeden

Sonne, Mond und Yoga II

Di, 6. März, 19.15-20.15 Uhr, 14 x,

Thalmässing, Grund- und Mittelschule, Badstraße 23, Musikraum

Gebühr: 44,- EUR

Birgit Wolf

Der Zeitpunkt unserer Geburt bestimmt, ob wir "Sonnen"- bzw. "Mondkinder" sind, ob wir zum "Ausatem-Typ" oder "Einatem-Typ" gehören. Dieses Naturgesetz, in der Terlusollogie verankert, wollen wir uns bei den klassischen Yoga-Asanas zusätzlich zu Nutze machen.

Anfänger sind herzlich willkommen.

40442

Yoga für Jeden

Sonne, Mond und Yoga III

Di, 6. März, 20.15-21.15 Uhr, 14 x,

Thalmässing, Grund- und Mittelschule, Badstraße 23, Musikraum

Gebühr: 44,- EUR

Birgit Wolf

Der Zeitpunkt unserer Geburt bestimmt, ob wir "Sonnen"- bzw. "Mondkinder" sind, ob wir zum "Ausatem-Typ" oder "Einatem-Typ" gehören. Dieses Naturgesetz, in der Terlusologie verankert, wollen wir uns bei den klassischen Yoga-Asanas zusätzlich zu Nutze machen. Anfänger sind herzlich willkommen.

41086

Bodystyling

Mo, 27. Februar, 19.30-20.30 Uhr, 15 x,

Thalmässing, Jugend-Pfarrheim Bunker, Kirchenweg 4

Gebühr: 43,- EUR

Katja Bock

Nach einer Aufwärmphase mit Aerobic-Schritten trainieren wir alle wichtigen Muskelgruppen. Bauch, Beinen, Po und Rücken wenden wir uns beim Bodystyling ganz besonders zu. Für alle, die mal wieder was für sich tun und mit Spaß schwitzen möchten! Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Isomatte und Theraband.

41260

Pilates für Wiedereinsteiger und Fortgeschrittene

Mo, 5. März, 17.45-18.45 Uhr, 8 x,

Thalmässing, Grund- und Mittelschule, Badstraße 23, Musikraum

Gebühr: 31,- EUR

Birgit Wohlgemuth

In diesem Kurs wird ein besonderes Augenmerk auf die Beckenbodenmuskulatur gerichtet. Bitte mitbringen: Matte, Handtuch und Getränk

41261

Pilates für Wiedereinsteiger und Fortgeschrittene

Do, 1. März, 18.45-19.45, 8 x

Thalmässing, Grund- und Mittelschule, Badstraße 23, Musikraum

Gebühr: 31,- EUR

Birgit Wohlgemuth

In diesem Kurs wird ein besonderes Augenmerk auf die Beckenbodenmuskulatur gerichtet. Geeignet für Teilnehmer, die bereits Erfahrungen mit Pilates haben.

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch und Getränk

44012

Knochenerkrankungen

Arthrose und Osteoporose

Do, 22. März, 19-20 Uhr,

Thalmässing, Grund- und Mittelschule, Badstr. 23

Gebühr: 5,- EUR

Vortrag von Jürgen Veit

Knochenerkrankungen können bei fehlender gesundheitlicher Vorsorge zur Frühinvalidität führen. Der Referent gibt in diesem Vortrag Tipps und Hilfestellungen zum täglichen Leben für ein gutes Gesundheitsverhalten. Anmeldung erforderlich!

45340

Heilhypnose

Hilfe bei körperlichen und seelischen Leiden

Mo, 23. April, 19.30-22 Uhr,

Thalmässing, Grund- und Mittelschule, Badstr. 23

Gebühr: 13,- EUR

Monika König

Nahezu alle Erkrankungen haben ihre Wurzeln im seelischen Bereich. Es ist daher wichtig nicht nur das Symptom einer Krankheit zu behandeln, sondern auch stets nach deren Ursache zu forschen und diese zu bearbeiten. Hypnose löst effektiv Probleme im direkten Dialog mit dem Unbewussten und wird seit vielen Jahren erfolgreich angewandt. Eine nachweisliche Wechselwirkung zwischen Nerven-, Hormon- und Immunsystem wird in Gang gesetzt und dies ist oft wirkungsvoller als ein Medikament, noch dazu ohne schädliche Nebenwirkungen. Dieser Vortrag hat zum Ziel, über eine 4000 Jahre alte Heilmethode zu informieren und Vorurteile, oft ausgelöst durch Showhypnosen, aufzuheben.  
Anmeldung erforderlich!

56110

Dekorative Zier- und Rankstäbe schmieden

Sa, 21. April, 8.30-12.30 Uhr,

Thalmannsfeld, Alte Hammerschmiede, Hauptstraße 12

Gebühr: 39,- EUR + ca. 4-18 € Materialkosten

Franz Mayr

Schmieden Sie unter Anleitung bzw. Mithilfe einen dekorativen Zierstab, auf Wunsch mit eingearbeiteter Keramik oder einem Regenmesser. Keine Ermäßigung möglich! Bitte mitbringen: alte synthetikfreie Bekleidung, festes Schuhwerk, Brotzeit und Getränk

56111

Dekorative Zier- und Rankstäbe schmieden

Sa, 28. April, 8.30-12.30 Uhr,

Thalmannsfeld, Alte Hammerschmiede, Hauptstraße 12

Gebühr: 39,- EUR + ca. 4-18 € Materialkosten

Franz Mayr

Schmieden Sie unter Anleitung bzw. Mithilfe einen dekorativen Zierstab, auf Wunsch mit eingearbeiteter Keramik oder einem Regenmesser. Keine Ermäßigung möglich! Bitte mitbringen: alte synthetikfreie Bekleidung, festes Schuhwerk, Brotzeit und Getränk

56112

Dekorative Zier- und Rankstäbe schmieden

Sa, 28. April, 14-18 Uhr,

Thalmannsfeld, Alte Hammerschmiede, Hauptstraße 12

Gebühr: 39,- EUR + ca. 4-18 € Materialkosten

Franz Mayr

Schmieden Sie unter Anleitung bzw. Mithilfe einen dekorativen Zierstab, auf Wunsch mit eingearbeiteter Keramik oder einem Regenmesser. Keine Ermäßigung möglich! Bitte mitbringen: alte synthetikfreie Bekleidung, festes Schuhwerk, Brotzeit und Getränk

56113

Damastrohling zum Messerschmieden herstellen

Sa, 3. März, 9-17 Uhr,

Thalmannsfeld, Alte Hammerschmiede, Hauptstraße 12

Gebühr: 130,- EUR inkl. Material

Franz Mayr

In diesem Kurs wird ein Damastrohling zum Messerschmieden hergestellt. Aus diesem Damastrohling kann auf Wunsch in dem Kurs 56114 ein Messer geschmiedet werden. Vorkenntnisse erwünscht, jedoch nicht Bedingung. Keine Ermäßigung möglich! Brotzeit und Getränke frei! Bitte mitbringen: alte Bekleidung und festes Schuhwerk.

56114

Damastmesser schmieden

Sa, 24. März, 9-17 Uhr,

Thalmannsfeld, Alte Hammerschmiede, Hauptstraße 12

Gebühr: 92,- EUR + Materialkosten je nach Messergröße

Franz Mayr

Sie schmieden unter Anleitung ein eigenes Messer aus Damaststahl. Das Damastpaket wird von Ihnen vor Ort gewählt, die Zusatzkosten richten sich nach Größe und Ausführung des Blockes, ca. 70 bis 100 €. Vorkenntnisse erwünscht, jedoch nicht Bedingung. Keine Ermäßigung möglich! Bitte mitbringen: alte Bekleidung, festes Schuhwerk und Brotzeit

65542

Dance-Aerobic für Kinder

Mi, 29. Februar, 15.15-16.15 Uhr, 10 x,

Thalmässing, Grund- und Mittelschule, Badstraße 23, Musikraum

Gebühr: 31,- EUR

Katja Bock

Dieser Kurs richtet sich an Mädchen im Alter von 7-12 Jahren, die Lust auf Tanzen haben. Wir lernen die Aerobicsschritte und erarbeiten eine Tanzchoreographie. Bitte Sportbekleidung mitbringen.

## **Allgemeine Geschäftsbedingungen**

### **Anmeldungen per Anmeldeschein, Brief oder Fax**

Die schriftliche Anmeldung ist verbindlich und erfolgt mit dem Anmeldeschein an die jeweilige vhs-Außenstelle oder Geschäftsstelle und verpflichtet zur Zahlung der Gebühr. Die Bearbeitung erfolgt nach Posteingang. Eine Bestätigung der schriftlichen Anmeldung erfolgt nicht. Sie werden nur benachrichtigt, wenn der Kurs belegt ist oder nicht zustande kommt. Sollte der Kurs bereits ausgebucht sein, werden Sie in der Warteliste vermerkt und bekommen Bescheid, falls Sie in den Kurs nachrücken können. Bitte geben Sie uns genaue Angaben, wo wir Sie tagsüber erreichen können.

### **Online-Buchung**

Rufen Sie die Homepage der Volkshochschulen von Stadt und Gemeinden im Landkreis Roth unter [www.vhs-roth.de](http://www.vhs-roth.de) auf und wählen Sie unter „Suche“ oder „Programm“ Ihre/-n Kurs/-e aus. Füllen Sie das Anmeldeformular mit der Einzugsermächtigung aus und schicken Sie Ihre Buchung online an die vhs. Alle Daten werden verschlüsselt übertragen und von unseren Mitarbeiter/innen schnellstmöglich bearbeitet. Sie erhalten umgehend eine Bestätigung per E-Mail. Bei Anmeldungen auf „Warteliste“ werden Sie nur dann benachrichtigt, wenn ein Platz freigeworden ist.

### **Gebühren**

Die Gebühren sind bei den einzelnen Veranstaltungen angegeben. Sie beziehen sich auf die kalkulierte Mindestteilnehmerzahl. Die ausgeschriebene Gebühr wird beim Zustandekommen der Veranstaltung fällig. Materialkosten und Lehrbücher sind in den angegebenen Gebühren in der Regel nicht enthalten. Die Gebühr wird auch dann erhoben, wenn der/die Teilnehmer/in der Veranstaltung unentschuldig fernbleibt. Für Reisen gelten besondere Bedingungen, die bei Anmeldung bzw. auf Anfrage zugesandt werden. Für Druckfehler im Text oder bei den angegebenen Kursgebühren kann die vhs keine Gewähr übernehmen!

### **Gebühreneinzug**

Die Gebühren werden mittels der im Anmeldeschein erteilten Abbuchungsermächtigung per Lastschriftinzug vom angegebenen Konto abgebucht. Kosten, die durch fehlerhafte Angaben der Bankverbindung der Teilnehmer/innen, unberechtigten Widerruf oder nicht ausreichende Kontodeckung entstehen, gehen zu Lasten der Kontoinhaber.

### **Ermäßigungen**

Folgender Personenkreis zahlt nur 50% der Kursgebühr:

- Teilnehmer/innen, die Arbeitslosengeld II oder Grundsicherung beziehen (nach Vorlage des Bewilligungsbescheides über Arbeitslosengeld)
- Sozialhilfeempfänger (nach Vorlage des Sozialhilfebescheides)
- Schüler mit Ausweis (Haupt-, Realschule, Gymnasium, FOS, ebenso alle weiterführenden Schulen zur Erlangung des Abiturs oder Fachabiturs); ausgenommen sind Abendschüler, Berufsschüler und Studenten. Spezielle Kinder- und Schülerkurse werden nicht ermäßigt.
- In besonders begründeten Fällen kann ein Antrag auf Ermäßigung gestellt werden. Antragsformulare sind bei den vhs-Außenstellen und den vhs-Geschäftsstellen erhältlich. Ein Antrag auf Gebührenermäßigung ist erst ab einer Gebührenhöhe von €30,- möglich. Er muss zusammen mit dem entsprechenden Nachweis bei der Anmeldung vorgelegt werden; eine rückwirkende Ermäßigung wird nicht gewährt!

## Anmeldeschein

Bitte je Person ein eigenes Formular verwenden.  
Vielen Dank für die deutliche Schreibweise



|                                                                                                                                        |                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kurstitel                                                                                                                              | Ort                                                                                                                                    |
| Kurs-Nr. <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | Gebühr € <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> |
| Kurstitel                                                                                                                              | Ort                                                                                                                                    |
| Kurs-Nr. <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | Gebühr € <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> |
| Kurstitel                                                                                                                              | Ort                                                                                                                                    |
| Kurs-Nr. <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | Gebühr € <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> |
| Familienname <input type="text"/>                                                                                                      |                                                                                                                                        |
| Vorname <input type="text"/>                                                                                                           |                                                                                                                                        |
| Straße <input type="text"/>                                                                                                            |                                                                                                                                        |
| PLZ/Wohnort <input type="text"/>                                                                                                       |                                                                                                                                        |
| Teil privat <input type="checkbox"/>                                                                                                   | Teil tagsüber <input type="checkbox"/>                                                                                                 |
| Teil mobil <input type="checkbox"/>                                                                                                    |                                                                                                                                        |
| E-Mail <input type="text"/>                                                                                                            |                                                                                                                                        |
| Geburtsdatum (für statistische Zwecke) <input type="text"/>                                                                            |                                                                                                                                        |

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass mir per E-Mail weitere Veranstaltungsinformationen (Newsletter etc.) zugeschickt werden.

Hiermit melde ich mich verbindlich an. Eine Stornierung ist nur 7 Tage vor Unterrichtsbeginn möglich. Mir ist bekannt, dass ich Kosten, die der vhs durch einen unberechtigten Widerruf, nicht ausreichende Kontodeckung oder fehlerhafte Angabe der Bankverbindung entstehen, erstatten muss. Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs erkenne ich an.

### Einzugsermächtigung

Bei Zustandekommen der Veranstaltung(en) ermächtige ich die vhs LK Roth/ Stadt Roth zur **einmaligen Abbuchung** der Kursgebühren).

|                                               |                                   |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------|
| in Höhe von € <input type="text"/>            |                                   |
| von meinem Konto <input type="text"/>         |                                   |
| Bankverbindung <input type="text"/>           |                                   |
| BLZ <input type="text"/> <input type="text"/> | Kto. <input type="text"/>         |
| Kontoinhaber <input type="text"/>             |                                   |
| Datum <input type="text"/>                    | Unterschrift <input type="text"/> |

Die Anmeldung wird nicht bestätigt. Sie erhalten nur dann Nachricht, wenn der Kurs belegt ist oder abgesagt werden muss. Die Kursgebühr wird erst dann von Ihrem Konto abgebucht, wenn das Semester begonnen hat und die Kurse stattfinden. !

## Anmeldeschein

Bitte je Person ein eigenes Formular verwenden.  
Vielen Dank für die deutliche Schreibweise



|                                                                                                                                        |                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kurstitel                                                                                                                              | Ort                                                                                                                                    |
| Kurs-Nr. <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | Gebühr € <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> |
| Kurstitel                                                                                                                              | Ort                                                                                                                                    |
| Kurs-Nr. <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | Gebühr € <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> |
| Kurstitel                                                                                                                              | Ort                                                                                                                                    |
| Kurs-Nr. <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | Gebühr € <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> |
| Familienname <input type="text"/>                                                                                                      |                                                                                                                                        |
| Vorname <input type="text"/>                                                                                                           |                                                                                                                                        |
| Straße <input type="text"/>                                                                                                            |                                                                                                                                        |
| PLZ/Wohnort <input type="text"/>                                                                                                       |                                                                                                                                        |
| Teil privat <input type="checkbox"/>                                                                                                   | Teil tagsüber <input type="checkbox"/>                                                                                                 |
| Teil mobil <input type="checkbox"/>                                                                                                    |                                                                                                                                        |
| E-Mail <input type="text"/>                                                                                                            |                                                                                                                                        |
| Geburtsdatum (für statistische Zwecke) <input type="text"/>                                                                            |                                                                                                                                        |

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass mir per E-Mail weitere Veranstaltungsinformationen (Newsletter etc.) zugeschickt werden.

Hiermit melde ich mich verbindlich an. Eine Stornierung ist nur 7 Tage vor Unterrichtsbeginn möglich. Mir ist bekannt, dass ich Kosten, die der vhs durch einen unberechtigten Widerruf, nicht ausreichende Kontodeckung oder fehlerhafte Angabe der Bankverbindung entstehen, erstatten muss. Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs erkenne ich an.

### Einzugsermächtigung

Bei Zustandekommen der Veranstaltung(en) ermächtige ich die vhs LK Roth/ Stadt Roth zur **einmaligen Abbuchung** der Kursgebühren).

|                                               |                                   |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------|
| in Höhe von € <input type="text"/>            |                                   |
| von meinem Konto <input type="text"/>         |                                   |
| Bankverbindung <input type="text"/>           |                                   |
| BLZ <input type="text"/> <input type="text"/> | Kto. <input type="text"/>         |
| Kontoinhaber <input type="text"/>             |                                   |
| Datum <input type="text"/>                    | Unterschrift <input type="text"/> |

Die Anmeldung wird nicht bestätigt. Sie erhalten nur dann Nachricht, wenn der Kurs belegt ist oder abgesagt werden muss. Die Kursgebühr wird erst dann von Ihrem Konto abgebucht, wenn das Semester begonnen hat und die Kurse stattfinden. !