



Volkshochschule
Rhein-Pfalz-Kreis

Bitte beachten:

Das Programm für das 1. Semester 2022 wird
nur einmal komplett im Amtsblatt abgedruckt!



Bild: iStock photos © master1305



www.vhs-rpk.de

2022 Frühjahr

Verbandsgemeinde
Rheinauen

Sommer
1

Programm für das 1. Semester 2022

Mehr Informationen über Kurse, Vorträge und Veranstaltungen entnehmen Sie bitte dem Programmheft, das in allen Rathäusern, bei Ärzten, Apotheken, Büchereien und verschiedenen Geschäften ausliegt.

Altrip

Anmeldungen bitte an:

Brigitte Domke

Tel. 06236 4182-103

E-Mail: brigitte.domke@vg-rheinauen.de

Örtl. Leiterin: Sibylle Hagedorn

GESELLSCHAFT UND UMWELT

Immobilienverkauf privat: Was sollte ich alles beachten? Vortrag

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3

Referent/in: Markus Popp

Gebühr: 5,00 €

G103001A01 Termin(e): 1 x am Do. 24.03.22, 18.00 - 19.30 Uhr

Motorsägenkurs für Brennholz-Selbstwerber (teils online)

Der Dozent verfügt über die Zertifizierung und das Gütesiegel des Kuratoriums für Waldarbeit und Forsttechnik (KWF).

Bei Bedarf kann er auch vom KWF eine Teilnahmebestätigung ausstellen lassen (für 10,00 €).

Ort: Online + Altrip, Waldpark

Referent/in: Rainer Daumann

Gebühr: 105,00 €

einschließlich Verbrauchsmaterial sowie Ausrüstungs- und Gerätenutzung - wird erhöht, falls zum Infektionsschutz Gruppenverkleinerung notwendig!

Wichtig: Sofern der Raum nicht genutzt werden darf, wird der Theorie-Teil online durchgeführt. Bitte geben Sie daher bei der Anmeldung unbedingt Ihre E-Mail-Adresse an!

G104115A01 Termin(e): Fr. 04.02.22, 19.00 - 21.15 Uhr
Sa. 05.02.22 08.30 - 12.15 Uhr

Trotzalter - ein Infoabend für Eltern, Vortrag

In Zusammenarbeit mit dem DKSB Rhein-Pfalz-Kreis

Dieser Vortrag zeigt Wege, um gelassener mit Machtkämpfen und Trotzattacken umzugehen.

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3

Referent/in: Anne Zwick

Gebühr: 5,00 €

G105107A01 Termin(e): 1 x am Do. 17.02.22, 19.00 - 21.00 Uhr

Wald- und WiesenWichtel unterwegs (1-6)

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, Sitzunterlage, kleines Handtuch, gesundes Vesper, einen Trinkbecher für den Waldwichteltee

Da die Veranstaltung stets draußen im Wald stattfindet, bitte immer an wetterfeste Kleidung denken. Bei Sturm oder Gewitter kann aus Sicherheitsgründen eine kurzfristige Absage der Veranstaltung nötig sein. Babys unter einem Jahr sind kostenfrei und nehmen nicht am Programm teil. Ältere Kinder müssen alle angemeldet werden.

Jede/r Teilnehmende haftet für sich selbst, Eltern (bzw. die Begleitperson) für ihre Kinder.

Ort: Altrip, Waldparkeingang

Parkstraße (Nähe Festplatz)

Referent/in: Barbara Vogel

Gebühr: 105,00 €

Die Gebühr beinhaltet einen Erwachsenen und ein Kind; für jedes weitere Kind ist eine um 50% ermäßigte Gebühr zu zahlen.

G105202A01 Termin(e): 7 x ab Mo. 14.03.22, 15.00 - 17.30 Uhr

Gebühr: 90,00 €

Die Gebühr beinhaltet einen Erwachsenen und ein Kind; für jedes weitere Kind ist eine um 50% ermäßigte Gebühr zu zahlen.

G105202A02 Termin(e): 6 x ab Mo. 13.06.22, 15.00 - 17.30 Uhr

**VHS – da ist für jeden
ein passender Kurs dabei!**

KULTUR UND GESTALTEN

Natur- und Objektzeichnen, Perspektive

Bitte mitbringen: Skizzenblock A3, Bleistifte, Farbstifte, Spitzer, Radiergummi

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 1
Referent/in: Christian Schura
Gebühr: 22,00 / 30,00 € (6-7 TN)

G207003A01 Termin(e): 1 x am Sa. 11.06.22, 09.30 - 16.00 Uhr

Figuren und Portraits zeichnen

Bitte mitbringen: Papier in A4 oder A3, Bleistift, Spitzer, Radiergummi

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 1
Referent/in: Christian Schura
Gebühr: 22,00 / 33,00 € (6-7 TN) /
48,00 € (4-5 TN)

G207004A01 Termin(e): 1 x am Sa. 05.02.22, 09.30 - 16.00 Uhr

Kalligrafische Leporello-Varianten

Bitte mitbringen: Skizzenpapier, Bleistifte, Lineal, Radiergummi, Fineliner, Aquarellfarben, Pinsel, Schere, Klebestift sowie - wenn vorhanden - Falzbein, Cutter und Schneidemappe oder Papp-Unterlage

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 1
Referent/in: Gudrun Gratz-Fister
Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN)
zzgl. 5,00 € Materialkosten

G207729A01 Termin(e): Sa. 25.06.22 10.00 - 16.00 Uhr
So. 26.06.22 10.00 - 13.00 Uhr

Industriekultur: Das Großkraftwerk in der Blauen Stunde

Bitte mitbringen: eigene Kamera, Fernauslöser, stabiles Stativ, geladene Akkus und ausreichend Speicherkarten. Nützlich sein können eine kleine Taschenlampe sowie eine Regenschutzhülle für die Kamera (Plastiktüte und Schere reichen auch). Stabile Stativ können beim Kursleiter ausgeliehen werden.

Ort: Altrip, Rheinfähren-Anleger
und Maxschule
Referent/in: Ulrich Oberst
Gebühr: 22,00 / 33,00 € (6-7 TN) /
48,00 € (4-5 TN)

G211301A01 Termin(e): 2 x ab Do. 31.03.22, 18.00 - 21.00 Uhr

Mundharmonika: Bluesharp für Anfänger/innen I

Wer schon vorhersehen möchte, wie es in einem solchen Mundharmonikakurs zugeht, findet auf der Videoplattform „YouTube“ im Internet eine Reihe von Videoclips mit Didi Neumann, sowohl als Kursleiter als auch als Live-Musiker.

Bitte mitbringen: Getränk und eine Harp in C-Dur mit 10 ungeteilten Kanälen nach dem System Richter (kann auch im Kurs ab 30,- € erworben werden)

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 2
Referent/in: Didi Neumann
Gebühr: 38,00 / 53,00 € (6-7 TN)

G213302A01 Termin(e): 1 x am Sa. 30.04.22, 11.00 - 18.00 Uhr

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

Hatha-Yoga - in allen Ebenen des Seins I

Bitte mitbringen: Übungsunterlage wie z.B. Yoga- oder Campingmatte und Decke; die zu tragende helle Kleidung soll bequem sein.

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm,
Tanzraum
Referent/in: Ernst Frattini
Gebühr: 48,00 / 60,00 € (8-9 TN) /
83,00 € (6-7 TN)

G301106A01 Termin(e): 8 x ab Di. 11.01.22, 16.00 - 17.30 Uhr
G301106A02 Termin(e): 8 x ab Di. 11.01.22, 17.45 - 19.15 Uhr
G301106A03 Termin(e): 8 x ab Di. 11.01.22, 19.30 - 21.00 Uhr
G301106A04 Termin(e): 8 x ab Mi. 12.01.22, 16.00 - 17.30 Uhr
G301106A05 Termin(e): 8 x ab Mi. 12.01.22, 17.45 - 19.15 Uhr
G301106A06 Termin(e): 8 x ab Mi. 12.01.22, 19.30 - 21.00 Uhr

Hatha-Yoga - in allen Ebenen des Seins II

Bitte mitbringen: Übungsunterlage wie z.B. Yoga- oder Campingmatte und Decke; die zu tragende helle Kleidung soll bequem sein.

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm,
Tanzraum
Referent/in: Ernst Frattini
Gebühr: 48,00 / 60,00 € (8-9 TN) /
83,00 € (6-7 TN)

G301106A07 Termin(e): 8 x ab Di. 08.03.22, 16.00 - 17.30 Uhr
G301106A08 Termin(e): 8 x ab Di. 08.03.22, 17.45 - 19.15 Uhr
G301106A09 Termin(e): 8 x ab Di. 08.03.22, 19.30 - 21.00 Uhr
G301106A10 Termin(e): 8 x ab Mi. 09.03.22, 16.00 - 17.30 Uhr
G301106A11 Termin(e): 8 x ab Mi. 09.03.22, 17.45 - 19.15 Uhr
G301106A12 Termin(e): 8 x ab Mi. 09.03.22, 19.30 - 21.00 Uhr

Hatha-Yoga für Senioren I

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, Yogakissen (empfohlen), Decke (empfohlen)

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm,
Tanzraum
Referent/in: Elke Hübner
Gebühr: 35,00 / 50,00 € (6-7 TN) /
74,00 € (4-5 TN)

G301108A01 Termin(e): 7 x ab Di. 04.01.22, 10.00 - 11.30 Uhr

Hatha-Yoga für Senioren II

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, Yogakissen (empfohlen), Decke (empfohlen)

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm,
Tanzraum
Referent/in: Elke Hübner
Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN) /
64,00 € (4-5 TN)

G301108A02 Termin(e): 6 x ab Di. 08.03.22, 10.00 - 11.30 Uhr

Hatha-Yoga für Senioren III

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, Yogakissen (empfohlen), Decke (empfohlen)

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm,
Tanzraum
Referent/in: Elke Hübner
Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN) /
64,00 € (4-5 TN)

G301108A03 Termin(e): 6 x ab Di. 26.04.22, 10.00 - 11.30 Uhr

Hatha-Yoga für Senioren IV

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, Yogakissen (empfohlen), Decke (empfohlen)

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm,
Tanzraum
Referent/in: Elke Hübner
Gebühr: 35,00 / 50,00 € (6-7 TN) /
74,00 € (4-5 TN)

G301108A04 Termin(e): 7 x ab Di. 07.06.22, 10.00 - 11.30 Uhr

Stressbewältigung durch Bewegung und Entspannung

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm,
Tanzraum
Referent/in: Annette Alexander
Gebühr: 45,00 / 63,00 € (6-7 TN)
Sofern Präsenzunterricht verboten ist, wird der Kurs online (via Skype) durchgeführt.

G301226A01 Termin(e): Fr. 14.01.22 19.00 - 21.00 Uhr
Fr. 04.02.22 19.00 - 21.00 Uhr
Fr. 04.03.22 19.00 - 21.00 Uhr
Fr. 01.04.22 19.00 - 21.00 Uhr
Fr. 06.05.22 19.00 - 21.00 Uhr
Fr. 10.06.22 19.00 - 21.00 Uhr

Fit werden und bleiben I

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm, Tanzraum

Referent/in: Ramona Bauer
Gebühr: 27,00 / 39,00 € (6-7 TN)

G302103A01 Termin(e): 8 x ab Do. 06.01.22, 16.30 - 17.30 Uhr

G302103A02 Termin(e): 8 x ab Do. 06.01.22, 17.40 - 18.40 Uhr

Fit werden und bleiben II

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm, Tanzraum

Referent/in: Ramona Bauer
Gebühr: 27,00 / 39,00 € (6-7 TN)

G302103A03 Termin(e): 8 x ab Do. 10.03.22, 16.30 - 17.30 Uhr

G302103A04 Termin(e): 8 x ab Do. 10.03.22, 17.40 - 18.40 Uhr

Fit werden und bleiben III

Ort: Altrip, Sporthalle am Rheindamm, Tanzraum

Referent/in: Ramona Bauer
Gebühr: 27,00 / 39,00 € (6-7 TN)

G302103A05 Termin(e): 8 x ab Do. 19.05.22, 16.30 - 17.30 Uhr

G302103A06 Termin(e): 8 x ab Do. 19.05.22, 17.40 - 18.40 Uhr

Whisky tasting: Originalabfüllung und Woodfinish

Ort: Altrip, Maxschule, Saal 3

Referent/in: Kerstin und Martin Scholl

Gebühr: 48,00 / 60,00 € (6-7 TN)
einschl. Getränkeumlage (Wird eine Anmeldung weniger als 6 Tage vor Kursbeginn storniert, sind Gebühr und Umlage dennoch zu zahlen.)

G305710A01 Termin(e): 1 x am Sa. 05.02.22, 19.00 - 22.00 Uhr

Islay - Die Whiskyinsel

Ort: Altrip, Maxschule, Saal 3

Referent/in: Kerstin und Martin Scholl

Gebühr: 48,00 / 60,00 € (6-7 TN)
einschl. Getränkeumlage (Wird eine Anmeldung weniger als 6 Tage vor Kursbeginn storniert, sind Gebühr und Umlage dennoch zu zahlen.)

G305713A01 Termin(e): 1 x am Fr. 25.03.22, 19.00 - 22.00 Uhr

Whisky: Neue Abfüllungen

Ort: Altrip, Maxschule, Saal 3

Referent/in: Kerstin und Martin Scholl

Gebühr: 48,00 / 60,00 € (6-7 TN)
einschl. Getränkeumlage (Wird eine Anmeldung weniger als 6 Tage vor Kursbeginn storniert, sind Gebühr und Umlage dennoch zu zahlen.)

G305724A01 Termin(e): 1 x am Sa. 30.04.22, 19.00 - 22.00 Uhr

SPRACHEN

Englisch für Wiedereinsteiger*innen: A1

Let's enjoy English A1 Review, Klett Verlag

ISBN 978-3-12-501636-1

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3

Referent/in: Annette Neidlinger-Hefe

Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /

67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G406121A01 Termin(e): 10 x ab Mi. 05.01.22, 18.30 - 20.00 Uhr

G406121A02 Termin(e): 10 x ab Mi. 30.03.22, 18.30 - 20.00 Uhr

Deutsch-amerikanische Brieffreundschaften:

learn how to write to your pen pal

Zielgruppe sind nicht nur Teilnehmer*innen aus der Verbandsgemeinde Rheinauen bzw. Altrip, sondern auch weitere Interessent*innen, die gerne das Schreiben von persönlicher, privater Korrespondenz lernen und verbessern möchten.

Der Kurs eignet sich für Anfänger*innen und Personen mit geringen Vorkenntnissen.

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 1

Referent/in: Uwe Schulz

Gebühr: 25,00 / 29,00 € (7 TN) /
42,00 € (5 TN) / 34,00 € (6 TN)

G406129A01 Termin(e): 5 x ab Do. 20.01.22, 19.30 - 21.00 Uhr

English B1 Standard

Lerntempo: entspannt

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 1

Referent/in: Annette Neidlinger-Hefe

Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G406312A07 Termin(e): 10 x ab Di. 04.01.22, 19.00 - 20.30 Uhr

G406312A08 Termin(e): 10 x ab Di. 22.03.22, 19.00 - 20.30 Uhr

Englisch Leichte Konversation B1

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 1

Referent/in: Lorraine Wardrope

Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G406372A07 Termin(e): 10 x ab Do. 13.01.22, 09.00 - 10.30 Uhr

G406372A08 Termin(e): 10 x ab Do. 31.03.22, 09.00 - 10.30 Uhr

Let's talk English together B2

Lerntempo: entspannt

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 1

Referent/in: Lorraine Wardrope

Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G406472A07 Termin(e): 10 x ab Fr. 14.01.22, 09.00 - 10.30 Uhr

G406472A08 Termin(e): 10 x ab Fr. 01.04.22, 09.00 - 10.30 Uhr

EDV UND MEDIEN

Plakate, Flyer, Broschüren gestalten mit MS Word

Bitte bringen Sie Ihren eigenen Laptop/Notebook inkl. Ladekabel mit.

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3

Referent/in: Michael Kus

Gebühr: 30,00 / 48,00 € (6-7 TN) /
71,00 € (4-5 TN)

G801013A01 Termin(e): Mi. 02.02.22 17.00 - 19.00 Uhr

Di. 08.02.22 17.00 - 19.00 Uhr

Mi. 09.02.22 17.00 - 19.00 Uhr

Smartphone-Kurs für Einsteiger*innen (Android)

Bitte mitbringen: Ihr eigenes Smartphone (Android), Ladekabel und alles, was beim Kauf des Geräts erhalten haben (wird empfohlen).

Ort: Altrip, Max-Schule, Saal 3

Referent/in: Thomas Kreichgauer

Gebühr: 32,00 / 48,00 € (6-7 TN) / 72,00 €
(4-5 TN) / 95,00 € (3 TN)

G802004A01 Termin(e): Di. 01.03.22 18.00 - 21.30 Uhr

Do. 03.03.22 18.00 - 21.30 Uhr

G802004A02 Termin(e): Mo. 13.06.22 18.00 - 21.30 Uhr

Di. 14.06.22 18.00 - 21.30 Uhr

Neuhofen

Anmeldungen bitte an:
Tabea Holl
Tel. 06236 4182-101
E-Mail: tabea.holl@vg-rheinauen.de

Örtl. Leiterin: Nicole Thul

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

Hatha-Yoga im Freien - leichte Mittelstufe

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

Ort: Neuhofen, Abenteuerspielplatz
Referent/in: Nicole Burmann
Gebühr: 45,00 / 63,00 € (6-7 TN) /
94,00 € (4-5 TN)

G301115N01 Termin(e): 9 x ab Do. 28.04.22, 08.15 - 09.45 Uhr

Rücksicht auf den Rücken!

Übungen zum Wohl der Wirbelsäule im Freien

Falls Sie akut unter Rückenschmerzen leiden, ist eine Rücksprache mit Ihrem Arzt sinnvoll.

Ort: Neuhofen, Abenteuerspielplatz
Referent/in: Nicole Burmann
Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN) /
64,00 € (4-5 TN)

G302120N01 Termin(e): 9 x ab Do. 28.04.22, 10.00 - 11.00 Uhr

SPRACHEN

Let's Enjoy English A1.2/ A1.3

Vorkenntnisse aus A1 Kursen sind Voraussetzung für die Teilnahme. Quereinsteiger sind herzlich willkommen.

Let's enjoy English A1, Klett Verlag (A1.2 zweiter Teil)

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Uwe Schulz
Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G406131N04 Termin(e): 10 x ab Do. 13.01.22, 17.30 - 19.00 Uhr

G406131N05 Termin(e): 10 x ab Do. 07.04.22, 17.30 - 19.00 Uhr

Italienisch für Anfänger*innen

Dieser Kurs richtet sich an echte Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse. Dieci A1, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005647-7

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Cristina Tonon-Kretzer
Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G409101N01 Termin(e): 10 x ab Di. 11.01.22, 17.30 - 19.00 Uhr

Italienisch A1.1

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Cristina Tonon-Kretzer
Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G409111N02 Termin(e): 10 x ab Di. 05.04.22, 17.30 - 19.00 Uhr

Spanisch A2.2

Quereinsteiger*innen sind willkommen, allerdings sollte das A1 Niveau abgeschlossen sein.

Impresiones A2, Hueber Verlag

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Silvia Albert Abella

Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G422221N07 Termin(e): 10 x ab Mo. 03.01.22,
18.00 - 19.30 Uhr

G422221N08 Termin(e): 10 x ab Mo. 04.04.22,
18.00 - 19.30 Uhr

JUNGE VHS

Selbstbehauptung für Mädchen und Jungen im Grundschulalter (6-10)

In Zusammenarbeit mit dem Kinderschutzbund Rhein-Pfalz-Kreis
Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk

Ort: Neuhofen, Sitzungszimmer über der VfL-Gaststätte

Referent/in: Simone Schalkowsky

Gebühr: 27,00 / 33,00 € (6-7 TN)

inkl. Begleitheft „Papperlapapp! - Das Magazin für starke Kinder“

G909178N01 Termin(e): 4 x ab Mi. 02.03.22, 16.30 - 17.30 Uhr

Otterstadt – Waldsee

Anmeldungen bitte an:

Brigitte Domke

Tel. 06236 4182-103

E-Mail: brigitte.domke@vg-rheinauen.de

Örtl. Leiterin: Gudrun Alter

GESELLSCHAFT UND UMWELT

Alles über Aktien & Co.: Lernen Sie Börse!

Der Dozent ist Diplom-Bankbetriebswirt und beleuchtet unter anderem folgende Themen:

- Grundbegriffe der Börse
- Basiswissen über Wertpapiere
- Was ist eine Aktie?
- Anleihen und Inflation
- Beachtenswertes beim Handel über die Bank
- Investmentfonds als Alternative zur Einzelanlage

Ort: Waldsee, Altes Rathaus

Referent/in: Harald Drescher

Gebühr: 14,00 / 21,00 € (6-7 TN) /
31,00 € (4-5 TN)

G103100W01 Termin(e): 1 x am Sa. 12.03.22, 09.30 - 13.30 Uhr

„DAX 17.000 !?!“ -

Alles über Aktien & Co. für Fortgeschrittene

Der Dozent ist Diplom-Bankbetriebswirt und beleuchtet unter anderem folgende Themen:

- Aktien im Detail
- Charttechnik/Fundamentalanalyse
- Genussscheine
- Optionsanleihen
- Optionscheine
- Aktienanleihen
- nicht börsennotierte Aktien

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, hinteres Schulhaus

Referent/in: Harald Drescher
Gebühr: 14,00 / 21,00 € (6-7 TN) /
31,00 € (4-5 TN)

G103106W01 Termin(e): 1 x am Do. 07.04.22, 18.00 - 21.15 Uhr

Osterzeit - Hasenzeit...Hase oder Kaninchen - Wer ist wer?

In Zusammenarbeit mit der Rucksackschule des Forstamts Pfälzer Rheinauen

Im Gemeindewald Waldsee stellt die Rucksackschule des Forstamtes Pfälzer Rheinauen die Tiere vor. Zum Abschluss darf ein Holzhase als Lockvogel fürs Osternest gebastelt werden.

Ort: Waldsee Waldeingang Sommerfesthalle

Referent/in: Beate Werner

Gebühr: 5,00 €

Die Gebühr beträgt 5,00 Euro pro TN (für jedes Kinder und jeden Erwachsenen)

G105199W01 Termin(e): 1 x am Do. 14.04.22, 14.00 - 16.30 Uhr

Nur gestresst oder mehr? Warum wir immer noch vor dem Säbelzähntiger davonlaufen.

Vortragsseminar

Was ist Stress?

Was passiert, wenn ich in eine „stressige“ Situation gerate?

Welche Faktoren gibt es, die zu „Stress“ führen?

Wie kann es dazu kommen?

Wen kann es treffen?

Ort: Waldsee, Altes Rathaus

Referent/in: Susanne Gehle

Gebühr: 10,00 €

G106012W01 Termin(e): 1 x am Mi. 16.02.22, 18.30 - 20.00 Uhr

Denk-Spaziergang - Gedächtnistraining mit Bewegung

Sie werden dazu von einem ausgebildeten Gehirn- und Gedächtnistrainer vom Bundesverband Gedächtnistraining e.V. durch die Rheinauen begleitet. Teilnehmen können Interessierte jeden Alters, die einen ca. 90minütigen Spaziergang bewältigen können. Walkingstöcke bitte zu Hause lassen.

Bitte mitbringen: Kleiner Rucksack oder Tragetasche, Wasser
Bitte tragen Sie feste Schuhe und dem Wetter angepasste Kleidung. Der Kurs findet auch bei leichterem Regen statt

Treffpunkt: Sommerfesthalle Waldsee

Referent/in: Harald Drescher

Gebühr: 5,00 / 8,00 € (6-7 TN)

G106032W01 Termin(e): 1 x am Sa. 19.03.22, 14.30 - 16.00 Uhr

KULTUR UND GESTALTEN

Mit der Kamera der Natur auf der Spur - Wintergäste am Marx'schen Weiher

Für die Teilnahme sollten Sie über grundlegende Kenntnisse der digitalen Fotografie verfügen. Es werden maximal 8 Anmeldungen entgegengenommen. Der zweite Termin dient der Bildbesprechung.

Bitte mitbringen: eigene Kamera sowie genügend geladene Akkus und Speicherkarten, stabiles Stativ (beim Kursleiter ausleihbar - bei Bedarf bitte bei der Anmeldung angeben); ein Teleobjektiv ist besonders sinnvoll, aber es dürften sich auch Motive für „Makros“ finden lassen.

Bitte tragen Sie bei der Exkursion feste Schuhe und dem Wetter angepasste Kleidung!

Ein Fernglas kann ebenfalls nützlich sein.

Ort: Waldsee, Parkplatz am Restaurant „Rheinblick“ (Treffpunkt)

Referent/in: Ulrich Oberst, Thomas Dolich

Gebühr: 39,00 / 55,00 € (6-7 TN) /
82,00 € (4-5 TN)

G211326W01 Termin(e): Sa. 29.01.22 14.00 - 18.00 Uhr

Do. 10.02.22 18.00 - 21.00 Uhr

Das Aquarellbild

Bitte mitbringen: Aquarellfarben (Wasserfarben), Pinsel, Wasserbehälter und Aquarellmalblock (Format: ab 30 x 40 cm), Putztücher oder Lappen

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule, hinteres Schulhaus, Raum 20

Referent/in: Günter Tritschler

Gebühr: 67,00 / 92,00 € (6-7 TN) /
138,00 € (4-5 TN)

G207270W01 Termin(e): 8 x ab Do. 03.02.22, 18.15 - 20.45 Uhr

Kalligrafie: Schwungbuchstaben nach Sherri Kiesel

Bitte mitbringen: Skizzen- und einfaches Skizzenpapier, Blei- und Buntstifte, Lineal, Radiergummi, wasserfeste Fineliner, Aquarellfarben, Pinsel; wenn vorhanden außerdem Redis- und Bandzugfedern sowie Tinten. Schreibutensilien können bei Bedarf auch bei der Dozentin erworben werden.

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule

Referent/in: Gudrun Gratz-Fister

Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

zzgl. 5,00 € Materialkosten

G207725W01 Termin(e): 6 x ab Mo. 04.04.22, 18.00 - 20.00 Uhr

GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

Yoga - Hatha-Yoga

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“

(Zugang über hinteres Schulhaus)

Referent/in: Ursula Mayer-Rentschler

Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN)

G301103W01 Termin(e): 6 x ab Mo. 10.01.22, 19.30 - 21.00 Uhr

Gebühr: 35,00 / 50,00 € (6-7 TN)

G301103W02 Termin(e): 7 x ab Mo. 28.02.22, 19.30 - 21.00 Uhr

Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN)

G301103W03 Termin(e): 6 x ab Mo. 25.04.22, 19.30 - 21.00 Uhr

Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN)

G301103W04 Termin(e): 6 x ab Mo. 13.06.22, 19.30 - 21.00 Uhr

Hatha-Yoga für Geübte I (eventuell online)

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“

(Zugang über hinteres Schulhaus)

Referent/in: Nicole Burmann

Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN) /

64,00 € (4-5 TN)

G301110W01 Termin(e): 6 x ab Di. 11.01.22, 18.45 - 20.15 Uhr

Hatha-Yoga für Geübte II (eventuell online)

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“

(Zugang über hinteres Schulhaus)

Referent/in: Nicole Burmann

Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN) /

64,00 € (4-5 TN)

G301110W02 Termin(e): 6 x ab Di. 08.03.22, 18.45 - 20.15 Uhr

Hatha-Yoga für Geübte III (eventuell online)

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“

(Zugang über hinteres Schulhaus)

Referent/in: Nicole Burmann

Gebühr: 50,00 / 70,00 € (6-7 TN) /

104,00 € (4-5 TN)

G301110W03 Termin(e): 10 x ab Di. 03.05.22, 18.45 - 20.15 Uhr

Hatha-Yoga für Geübte (eventuell online)

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

Ort: Otterstadt, Jugendkeller
Referent/in: Nicole Burmann
Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN) /
64,00 € (4-5 TN)

G301110W04 Termin(e): 6 x ab Do. 13.01.22, 19.30 - 21.00 Uhr

Hatha-Yoga für Geübte (eventuell online)

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

Ort: Otterstadt, Jugendkeller
Referent/in: Nicole Burmann
Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN) /
64,00 € (4-5 TN)

G301110W05 Termin(e): 6 x ab Do. 03.03.22, 19.30 - 21.00 Uhr

Hatha-Yoga für Geübte (eventuell online)

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

Ort: Otterstadt, Jugendkeller
Referent/in: Nicole Burmann
Gebühr: 45,00 / 63,00 € (6-7 TN) /
94,00 € (4-5 TN)

G301110W06 Termin(e): 9 x ab Do. 28.04.22, 19.30 - 21.00 Uhr

Hatha-Yoga - Einstieg bis leichte Mittelstufe I (eventuell online)

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)
Referent/in: Nicole Burmann
Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN) /
64,00 € (4-5 TN)

G301113W01 Termin(e): 6 x ab Di. 11.01.22, 20.15 - 21.45 Uhr

Hatha-Yoga - Einstieg bis leichte Mittelstufe II (eventuell online)

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)
Referent/in: Nicole Burmann
Gebühr: 30,00 / 43,00 € (6-7 TN) /
64,00 € (4-5 TN)

G301113W02 Termin(e): 6 x ab Di. 08.03.22, 20.15 - 21.45 Uhr

Hatha-Yoga - Einstieg bis leichte Mittelstufe III (eventuell online)

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, Unterlage (Decke oder Isomatte)

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)
Referent/in: Nicole Burmann
Gebühr: 50,00 / 70,00 € (6-7 TN) /
104,00 € (4-5 TN)

G301113W03 Termin(e): 10 x ab Di. 03.05.22, 20.15 - 21.45 Uhr

Beckenbodenkräftigung I

Bitte mitbringen:

Matte, Turnschlappchen oder Laufsocken, Handtuch, evtl. Getränk

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)
Referent/in: André Braun
Gebühr: 46,00 / 64,00 € (6-7 TN) /
95,00 € (4-5 TN)

G302111W01 Termin(e): 13 x ab Mi. 05.01.22,
20.20 - 21.20 Uhr

Beckenbodenkräftigung II

Bitte mitbringen: Matte, Turnschlappchen oder Laufsocken, Handtuch, evtl. Getränk

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)
Referent/in: André Braun
Gebühr: 46,00 / 64,00 € (6-7 TN) /
95,00 € (4-5 TN)

G302111W02 Termin(e): 13 x ab Mi. 27.04.22, 20.20 - 21.20 Uhr

Beckenbodenkräftigung mit Elementen aus Pilates und Wirbelsäulengymnastik I

Bitte mitbringen: Isomatte, bequeme Sportkleidung, bei Bedarf warme Socken, Getränk

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)
Referent/in: Katja Strunk
Gebühr: 44,00 / 61,00 € (6-7 TN)

G302115W01 Termin(e): 13 x ab Do. 06.01.22,
18.30 - 19.30 Uhr

Beckenbodenkräftigung mit Elementen aus Pilates und Wirbelsäulengymnastik II

Bitte mitbringen: Isomatte, bequeme Sportkleidung, bei Bedarf warme Socken, Getränk

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)
Referent/in: Katja Strunk
Gebühr: 37,00 / 52,00 € (6-7 TN)

G302115W02 Termin(e): 11 x ab Do. 28.04.22,
18.30 - 19.30 Uhr

Rücksicht auf den Rücken!

Übungen zum Wohl der Wirbelsäule

Falls Sie akut unter Rückenschmerzen leiden, ist eine Rücksprache mit Ihrem Arzt sinnvoll.

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule
Referent/in: Bettina Söfflge
Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

G302120W01 Termin(e): 12 x ab Di. 11.01.22, 17.45 - 18.45 Uhr

G302120W02 Termin(e): 12 x ab Di. 11.01.22, 19.00 - 20.00 Uhr

Rücksicht auf den Rücken!

Übungen zum Wohl der Wirbelsäule

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule
Referent/in: Bettina Söfflge
Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN)

G302120W03 Termin(e): 7 x ab Di. 26.04.22, 17.45 - 18.45 Uhr

G302120W04 Termin(e): 7 x ab Di. 26.04.22, 19.00 - 20.00 Uhr

Rücksicht auf den Rücken!

Übungen zum Wohl der Wirbelsäule

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: Ina Jacob
Gebühr: 21,00 €

G302120W05 Termin(e): 7 x ab Do. 06.01.22, 09.00 - 10.00 Uhr

G302120W06 Termin(e): 7 x ab Do. 06.01.22, 10.15 - 11.15 Uhr

Rücksicht auf den Rücken!

Übungen zum Wohl der Wirbelsäule

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)
Referent/in: André Braun
Gebühr: 38,00 / 54,00 € (6-7 TN) /
80,00 € (4-5 TN)

G302120W11 Termin(e): 13 x ab Mi. 05.01.22,
19.15 - 20.05 Uhr

Hier ist für jeden etwas dabei!

Rücksicht auf den Rücken!

Übungen zum Wohl der Wirbelsäule

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)
Referent/in: André Braun
Gebühr: 38,00 / 54,00 € (6-7 TN) /
80,00 € (4-5 TN)

G302120W12 Termin(e): 13 x ab Mi. 27.04.22, 19.15 - 20.05 Uhr

Rücksicht auf den Rücken -

Übungen zum Wohl der Wirbelsäule

Möchten Sie lernen, auf angenehme und effektive Weise ihren Rücken stärken?

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: André Braun
Gebühr: 46,00 / 64,00 € (6-7 TN)

G302122W01 Termin(e): 13 x ab Mi. 05.01.22, 10.25 - 11.25 Uhr

Rücksicht auf den Rücken -

Übungen zum Wohl der Wirbelsäule

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: André Braun
Gebühr: 46,00 / 64,00 € (6-7 TN)

G302122W02 Termin(e): 13 x ab Mi. 27.04.22, 10.25 - 11.25 Uhr

Rücken- und Funktionsgymnastik mit Pilateselementen

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: Bettina Söfflge
Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

G302124W01 Termin(e): 12 x ab Do. 13.01.22,
09.00 - 10.00 Uhr

Rücken- und Funktionsgymnastik mit Pilateselementen

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: Bettina Söfflge
Gebühr: 20,00 / 30,00 € (6-7 TN)

G302124W02 Termin(e): 6 x ab Do. 28.04.22, 09.00 - 10.00 Uhr

Rücken- und Funktionsgymnastik mit Pilateselementen

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: Bettina Söfflge
Gebühr: 20,00 / 30,00 € (6-7 TN)

G302124W03 Termin(e): 6 x ab Mi. 27.07.22, 09.00 - 10.00 Uhr

RückenAktiv, bewegen statt schonen -

nur für Männer und reine Bewegungsanfänger

(falls notwendig und erlaubt, im Freien)

Ort: Otterstadt, Sommerfesthalle
Referent/in: Bettina Söfflge
Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

G302126W01 Termin(e): 12 x ab Mi. 12.01.22, 18.00 - 19.00 Uhr

RückenAktiv, bewegen statt schonen -

nur für Männer und reine Bewegungsanfänger

(falls notwendig und erlaubt, im Freien)

Ort: Otterstadt, Sommerfesthalle
Referent/in: Bettina Söfflge
Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN)

G302126W02 Termin(e): 7 x ab Mi. 27.04.22, 18.00 - 19.00 Uhr

RückenAktiv, bewegen statt schonen -

nur für Männer und reine Bewegungsanfänger

(falls notwendig und erlaubt, im Freien)

Ort: Otterstadt, Sommerfesthalle
Referent/in: Bettina Söfflge
Gebühr: 20,00 / 30,00 € (6-7 TN)

G302126W03 Termin(e): 6 x ab Mi. 27.07.22, 18.00 - 19.00 Uhr

Mutter*-/Vater*-/Kind-Turnen (ab Lauffalter bis 3,5 Jahre) I

* auch Oma, Opa, Onkel, Tante usw. willkommen!

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: Gaby Flory
Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN)

G302161W01 Termin(e): 6 x ab Mo. 10.01.22, 09.00 - 10.00 Uhr

G302161W02 Termin(e): 6 x ab Mo. 10.01.22, 10.00 - 11.00 Uhr

G302161W03 Termin(e): 6 x ab Mo. 10.01.22, 11.00 - 12.00 Uhr

G302161W04 Termin(e): 6 x ab Di. 11.01.22, 10.15 - 11.15 Uhr

G302161W05 Termin(e): 6 x ab Di. 11.01.22, 11.15 - 12.15 Uhr

G302161W06 Termin(e): 6 x ab Di. 11.01.22, 13.45 - 14.45 Uhr

G302161W07 Termin(e): 6 x ab Di. 11.01.22, 14.45 - 15.45 Uhr

G302161W08 Termin(e): 6 x ab Mi. 12.01.22, 10.15 - 11.15 Uhr

G302161W09 Termin(e): 6 x ab Mi. 12.01.22, 11.15 - 12.15 Uhr

Mutter*-/Vater*-/Kind-Turnen (ab Lauffalter bis 3,5 Jahre) II

* auch Oma, Opa, Onkel, Tante usw. willkommen!

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: Gaby Flory
Gebühr: 24,00 / 35,00 € (6-7 TN)

G302161W10 Termin(e): 6 x ab Mo. 07.03.22, 09.00 - 10.00
Uhr

G302161W11 Termin(e): 6 x ab Mo. 07.03.22, 10.00 - 11.00
Uhr

G302161W12 Termin(e): 6 x ab Mo. 07.03.22, 11.00 - 12.00
Uhr

G302161W13 Termin(e): 6 x ab Di. 08.03.22, 10.15 - 11.15 Uhr

G302161W14 Termin(e): 6 x ab Di. 08.03.22, 11.15 - 12.15 Uhr

G302161W15 Termin(e): 6 x ab Di. 08.03.22, 13.45 - 14.45
Uhr

G302161W16 Termin(e): 6 x ab Di. 08.03.22, 14.45 - 15.45
Uhr

G302161W17 Termin(e): 6 x ab Mi. 02.03.22, 10.15 - 11.15 Uhr

G302161W18 Termin(e): 6 x ab Mi. 02.03.22, 11.15 - 12.15 Uhr

Mutter*-/Vater*-/Kind-Turnen (ab Lauffalter bis 3,5 Jahre) III

* auch Oma, Opa, Onkel, Tante usw. willkommen!

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: Gaby Flory
Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

G302161W19 Termin(e): 10 x ab Mo. 25.04.22, 09.00 - 10.00 Uhr

Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

G302161W20 Termin(e): 10 x ab Mo. 25.04.22, 10.00 - 11.00 Uhr

Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

G302161W21 Termin(e): 10 x ab Mo. 25.04.22, 11.00 - 12.00 Uhr

Gebühr: 44,00 / 62,00 € (6-7 TN)

G302161W22 Termin(e): 11 x ab Di. 26.04.22, 10.15 - 11.15 Uhr

Gebühr: 44,00 / 62,00 € (6-7 TN)

G302161W23 Termin(e): 11 x ab Di. 26.04.22, 11.15 - 12.15 Uhr

Gebühr: 44,00 / 62,00 € (6-7 TN)

G302161W24 Termin(e): 11 x ab Di. 26.04.22, 13.45 - 14.45 Uhr

Gebühr: 44,00 / 62,00 € (6-7 TN)

G302161W25 Termin(e): 11 x ab Di. 26.04.22, 14.45 - 15.45 Uhr

Gebühr: 44,00 / 62,00 € (6-7 TN)

G302161W26 Termin(e): 11 x ab Mi. 27.04.22, 10.15 - 11.15 Uhr

Gebühr: 44,00 / 62,00 € (6-7 TN)

G302161W27 Termin(e): 11 x ab Mi. 27.04.22, 11.15 - 12.15 Uhr

Mutter*-/Vater*-/Kind-Turnen (3,5 bis 6 Jahre) I

* auch Oma, Opa, Onkel, Tante usw. willkommen!

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle
Referent/in: Gaby Flory
Gebühr: 48,00 / 67,00 € (6-7 TN)

G302162W01 Termin(e): 12 x ab Mo. 10.01.22, 12.15 - 13.15 Uhr

G302162W02 Termin(e): 12 x ab Mo. 10.01.22, 13.15 - 14.15 Uhr

G302162W03 Termin(e): 12 x ab Mo. 10.01.22, 14.15 - 15.15 Uhr

G302162W04 Termin(e): 12 x ab Mi. 12.01.22, 12.30 - 13.30 Uhr

G302162W05 Termin(e): 12 x ab Mi. 12.01.22,
13.30 - 14.30 Uhr

G302162W06 Termin(e): 12 x ab Mi. 12.01.22,
14.30 - 15.30 Uhr

Hier ist für jeden etwas dabei!

Mutter*-/Vater*-/Kind-Turnen (3,5 bis 6 Jahre) II

* auch Oma, Opa, Onkel, Tante usw. willkommen!

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle

Referent/in: Gaby Flory

Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

G302162W07 Termin(e): 10 x ab Mo. 25.04.22, 12.15 - 13.15 Uhr

Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

G302162W08 Termin(e): 10 x ab Mo. 25.04.22, 13.15 - 14.15 Uhr

Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

G302162W09 Termin(e): 10 x ab Mo. 25.04.22, 14.15 - 15.15 Uhr

Gebühr: 44,00 / 62,00 € (6-7 TN)

G302162W10 Termin(e): 11 x ab Mi. 27.04.22, 12.30 - 13.30 Uhr

Gebühr: 44,00 / 62,00 € (6-7 TN)

G302162W11 Termin(e): 11 x ab Mi. 27.04.22, 13.30 - 14.30 Uhr

Gebühr: 44,00 / 62,00 € (6-7 TN)

G302162W12 Termin(e): 11 x ab Mi. 27.04.22, 14.30 - 15.30 Uhr

Silver Sport: Bewegung für Senioren

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle

Referent/in: Bettina Söfflge

Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

G302165W01 Termin(e): 12 x ab Do. 13.01.22, 10.15 - 11.15 Uhr

Silver Sport: Bewegung für Senioren

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle

Referent/in: Bettina Söfflge

Gebühr: 20,00 / 30,00 € (6-7 TN)

G302165W02 Termin(e): 6 x ab Do. 28.04.22, 10.15 - 11.15 Uhr

Silver Sport: Bewegung für Senioren

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle

Referent/in: Bettina Söfflge

Gebühr: 20,00 / 30,00 € (6-7 TN)

G302165W03 Termin(e): 6 x ab Do. 28.07.22, 10.15 - 11.15 Uhr

Bewegung für Senioren

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle

Referent/in: André Braun

Gebühr: 46,00 / 64,00 € (6-7 TN)

G302169W01 Termin(e): 13 x ab Mi. 05.01.22, 11.30 - 12.30 Uhr

Bewegung für Senioren

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle

Referent/in: André Braun

Gebühr: 46,00 / 64,00 € (6-7 TN)

G302169W02 Termin(e): 13 x ab Mi. 27.04.22, 11.30 - 12.30 Uhr

Wie Mann Rücken- und Bauchmuskeln stärkt I

Bitte mitbringen: Isomatte, bequeme Sportkleidung, bei Bedarf warme Socken, Getränk

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)

Referent/in: Katja Strunk

Gebühr: 44,00 / 61,00 € (6-7 TN)

G302170W01 Termin(e): 13 x ab Do. 06.01.22,
19.45 - 20.45 Uhr

Wie Mann Rücken- und Bauchmuskeln stärkt II

Ort: Waldsee, KiTa „Im Pavillon“
(Zugang über hinteres Schulhaus)

Referent/in: Katja Strunk

Gebühr: 37,00 / 52,00 € (6-7 TN)

G302170W02 Termin(e): 11 x ab Do. 28.04.22,
19.45 - 20.45 Uhr

Bodyworkout mit Aerobic, Step und Theraband I

Ort: Otterstadt, Jugendkeller

Referent/in: Gaby Flory

Gebühr: 40,00 / 57,00 € (6-7 TN)

G302204W01 Termin(e): 12 x ab Mo. 10.01.22, 17.15 - 18.15 Uhr
Ort: Otterstadt, Jugendkeller

G302204W02 Termin(e): 12 x ab Mo. 10.01.22,
18.30 - 19.30 Uhr

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle

G302204W03 Termin(e): 12 x ab Di. 11.01.22, 09.00 - 10.00 Uhr

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle

G302204W04 Termin(e): 12 x ab Mi. 12.01.22, 09.00 - 10.00 Uhr

Bodyworkout mit Aerobic, Step und Theraband II

Ort: Otterstadt, Jugendkeller

Referent/in: Gaby Flory

Gebühr: 34,00 / 48,00 € (6-7 TN)

G302204W05 Termin(e): 10 x ab Mo. 25.04.22, 17.15 - 18.15 Uhr

Ort: Otterstadt, Jugendkeller

Gebühr: 34,00 / 48,00 € (6-7 TN)

G302204W06 Termin(e): 10 x ab Mo. 25.04.22,

18.30 - 19.30 Uhr

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle

Gebühr: 37,00 / 52,00 € (6-7 TN)

G302204W07 Termin(e): 11 x ab Di. 26.04.22,

09.00 - 10.00 Uhr

Ort: Waldsee, Rheinauenhalle

Gebühr: 37,00 / 52,00 € (6-7 TN)

G302204W08 Termin(e): 11 x ab Mi. 27.04.22,

09.00 - 10.00 Uhr

Orientalischer Tanz für Anfängerinnen

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung (für Aufwärmgymnastik) und bequeme Kleidung zum Tanzen (z.B. Rock mit Gummizug)

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule

Referent/in: Birgit Bauer

Gebühr: 25,00 €

G302315W01 Termin(e): 5 x ab Mo. 10.01.22, 18.30 - 20.00 Uhr

G302315W02 Termin(e): 5 x ab Mi. 12.01.22, 18.30 - 20.00 Uhr

Orientalischer Tanz - Mittelstufe I

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung (für Aufwärmgymnastik) und bequeme Kleidung zum Tanzen (z.B. Rock mit Gummizug)

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule

Referent/in: Birgit Bauer

Gebühr: 40,00 €

G302316W01 Termin(e): 8 x ab Mo. 14.02.22,

18.30 - 20.00 Uhr

Orientalischer Tanz - Mittelstufe II

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung (für Aufwärmgymnastik) und bequeme Kleidung zum Tanzen (z.B. Rock mit Gummizug)

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule

Referent/in: Birgit Bauer

Gebühr: 40,00 €

G302317W01 Termin(e): 8 x ab Mi. 16.02.22,

18.30 - 20.00 Uhr

Bewegung und Entspannung kompakt (möglichst im Freien)

Bei geeignetem Wetter findet der Kurs unter freiem Himmel statt. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, Decke, kleines Kissen, Getränk, evtl. Imbiss für kurze Pause

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule,
Hof oder Mehrzweckraum

Referent/in: Birgit Bauer

Gebühr: 10,00 / 17,00 € (6-7 TN) /

24,00 € (4-5 TN)

G302614W01 Termin(e): 1 x am Sa. 11.06.22, 14.00 - 17.00 Uhr

G302614W02 Termin(e): 1 x am Sa. 09.07.22, 09.30 - 12.30 Uhr

Fit und gesund - Bewegungsübungen unter freiem Himmel

Bitte mitbringen: angepasste Sportkleidung und -schuhe, Matte, Getränk

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule,

Hof

Referent/in: Birgit Bauer
Gebühr: 20,00 / 30,00 € (6-7 TN) /
44,00 € (4-5 TN)

G302615W01 Termin(e): 6 x ab Mi. 27.07.22, 18.30 - 19.30 Uhr

SPRACHEN

English - Refresher Course B2

Lerntempo: entspannt

Ort: Waldsee, Altes Rathaus
Referent/in: Dr. Joachim Feldes
Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G406452W10 Termin(e): 10 x ab Di. 11.01.22,
09.00 - 10.30 Uhr

G406452W11 Termin(e): 10 x ab Di. 26.04.22,
09.00 - 10.30 Uhr

Englisch Conversation B2

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule,
hinteres Schulhaus, Saal 20

Referent/in: Kerstin Scholl
Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G406471W08 Termin(e): 10 x ab Di. 18.01.22,
19.00 - 20.30 Uhr

G406471W09 Termin(e): 10 x ab Di. 26.04.22,
19.00 - 20.30 Uhr

Italienisch B1.1

Ort: Waldsee, Altes Rathaus
Referent/in: Anna Monacelli
Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 95,00 €
(Ausnahme 4 TN)

G409311W04 Termin(e): 10 x ab Do. 06.01.22,
10.00 - 11.30 Uhr

G409311W05 Termin(e): 10 x ab Do. 31.03.22,
10.00 - 11.30 Uhr

Spanisch A1.1

Dieser Kurs ist der Folgekurs des im September 2021 gestarteten Anfängerkurses.

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule
Referent/in: Olga Leticia Barth
Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G422111W02 Termin(e): 10 x ab Mi. 12.01.22,
18.00 - 19.30 Uhr

G422111W03 Termin(e): 10 x ab Mi. 27.04.22,
18.00 - 19.30 Uhr

Spanisch B1.1

impresiones B1, hueber Verlag

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule
Referent/in: Marta Hernandez Nagore
Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G422312W03 Termin(e): 10 x ab Mi. 12.01.22,
19.00 - 20.30 Uhr

G422312W04 Termin(e): 10 x ab Mi. 06.04.22,
19.00 - 20.30 Uhr

Spanisch B1.2

impresiones B1, hueber Verlag

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule
Referent/in: Marta Hernandez Nagore
Gebühr: 60,00 / 69,00 € (7 TN) /
80,00 € (6 TN) / 100,00 € (5 TN)

G422322W05 Termin(e): 10 x ab Mi. 06.07.22, 19.00 - 20.30 Uhr

Spanisch Conversación B1

Lehrmaterialien: Presseartikel und Übungen

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule,
hinteres Schulhaus, Raum 20

Referent/in: Marta Rivas López
Gebühr: 50,00 / 58,00 € (7 TN) /
67,00 € (6 TN) / 84,00 € (5 TN)

G422371W07 Termin(e): 10 x ab Mi. 19.01.22,
17.30 - 19.00 Uhr

G422371W08 Termin(e): 10 x ab Mi. 27.04.22,
17.30 - 19.00 Uhr

JUGENDKUNSTSCHULE – JUNGE VHS



Alle nachfolgenden Kurse finden in der Jugend-
kunstschule in Waldsee statt.

Der Eingang befindet sich in der Schulstraße gegenüber
Hausnummer 38.

Bitte bei Mal- und Bastelarbeiten alte Kleidung tragen
und an Essen und Getränke denken. Das benötigte
Material wird von der Jugendkunstschule gestellt.

Selbstbehauptung für Mädchen und Jungen im Grundschulalter (6-10)

In Zusammenarbeit mit dem Kinderschutzbund Rhein-Pfalz-Kreis
Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Getränk

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner-Schule
Referent/in: Simone Schalkowsky
Gebühr: 27,00 / 33,00 € (6-7 TN)

inkl. Begleitheft „Papperlapapp! -
Das Magazin für starke Kinder“

G909178W01 Termin(e): 4 x ab Mi. 26.01.22, 16.45 - 17.45 Uhr

Leichter lernen - Lerntechniken für Kinder und Jugendliche (10 - 15)

Kursinhalte:

Konzentration, mein optimaler Lernplatz, Einteilung der Hausauf-
gaben, Wie viele Pausen soll ich mir gönnen? Klassenarbeits-
vorbereitung, So klappt die Klassenarbeit am besten!, Ablenkun-
gen vermeiden, Spaß und Erfolg mit Vokabeln, Und wenn ich
keine Lust habe?

Bitte mitbringen: Schreibzeug, Leuchtmarker, Snacks für kleine
Pausen, 4,00 € (1,50 € für Kopien, 2,50 € für Pizza)

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule
Referent/in: Karen Keller
Gebühr: 19,00 / 25,00 € (6-7 TN)

G909609W01 Termin(e): 1 x am Sa. 05.03.22,
09.00 - 13.30 Uhr

Vokabeln lernen mit Spaß und Erfolg (ab 5. Klasse)

Inhalte: Wie viele Vokabeln muss ich bis zum Schulabschluss
lernen? Wozu brauche ich überhaupt Vokabeln? Wie lange lernen
jeden Tag? Vokabelspiele: Welches Material brauche ich dafür?
Vokabeln auf lustige Art mit Freunden lernen; auch zum alleine
Lernen gibt's tolle Ideen; keine schlechten Noten mehr im Voka-
beltest

Bitte mitbringen: aktuelles Fremdsprachenbuch (Englisch, Fran-
zösisch oder Latein) und Schreibsachen

Ort: Waldsee, Hermann-Gmeiner Schule
Referent/in: Karen Keller
Gebühr: 13,00 / 17,00 € (6-7 TN)

G909610W01 Termin(e): 1 x am Sa. 05.02.22,
09.30 - 12.30 Uhr

Wir freuen uns auf SIE!

LEGO®-Werkstatt: Kälte & Schnee (6-12)

Bring Ideen und Fantasie mit, denke an einen Pausensnack und etwas zum Trinken, denn Arbeit macht hungrig.
Jeder Termin ist einzeln buchbar.

Referent/in: Einar Görgen, Sonja Görgen
Gebühr: 6,00 €
Gebühr wird eingesammelt.

G909202W11 Termin(e): 1 x am Sa. 29.01.22,
10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Höhlen & Verstecke (6-12)

Referent/in: Einar Görgen, Sonja Görgen
Gebühr: 6,00 €
Gebühr wird eingesammelt.

G909202W12 Termin(e): 1 x am Sa. 19.02.22,
10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Fahrzeuge & Maschinen (6-12)

Referent/in: Einar Görgen, Sonja Görgen
Gebühr: 6,00 €
Gebühr wird eingesammelt.

G909202W13 Termin(e): 1 x am Sa. 19.03.22,
10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Superhelden (6-12)

Referent/in: Einar Görgen, Sonja Görgen
Gebühr: 6,00 €
Gebühr wird eingesammelt.

G909202W14 Termin(e): 1 x am Sa. 02.04.22,
10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Fantasie- & Fabelwesen (6-12)

Referent/in: Einar Görgen, Sonja Görgen
Gebühr: 6,00 €
Gebühr wird eingesammelt.

G909202W15 Termin(e): 1 x am Sa. 07.05.22,
10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Freizeitparks (6-12)

Referent/in: Einar Görgen, Sonja Görgen
Gebühr: 6,00 €
Gebühr wird eingesammelt.

G909202W16 Termin(e): 1 x am Sa. 18.06.22,
10.00 - 11.30 Uhr

LEGO®-Werkstatt: Raketen, Raumschiffe und Weltall (6-12)

Referent/in: Einar Görgen, Sonja Görgen
Gebühr: 6,00 €
Gebühr wird eingesammelt.

G909202W17 Termin(e): 1 x am Sa. 02.07.22,
10.00 - 11.30 Uhr

Für Ihre Notizen

Für Ihre Notizen

