Volkshochschule Dettingen an der Erms

Partner der vhs Reutlingen

vhs-Programm Frühjahr – Sommer 2023

Liebe Teilnehmerin,
lieber Teilnehmer,

vor Corona besuchte laut Statistik jede(r) fünfte Baden-Württemberger(in) einen vhs-Kurs – warum?
Lebenslanges Lernen, Fort- und Weiterbildung sind sicherlich gewichtige Gründe. Doch spätestens seit der Pandemie wissen wir: Es geht um mehr! Die Förderung von Gemeinschaft und Kontakten treibt mindestens ebenso an bei der Arbeit für öffentliche Bildung.
Mit dem vorliegenden Programm finden Sie beides bei der vhs in Dettingen: Wissen und Begegnung vor Ort!
Mit unterschiedlichsten Vorträgen und spannenden Reiseberichten, etwa über eine Mutter-Tochter-Trekkingtour in den Kanadischen Rockies. Oder wie wäre es mit einem stimmungsvollen Weinspaziergang in den Neuffener Weinbergen?
Infoabende zu Gesundheitsthemen widmen sich den Themen »Hautkrebs«, »Ernährung bei Reizdarm« und »Frisch und fit in den Frühling«. Zahlreiche Bewegungs- und Entspannungsangebote fördern Fitness und Gesundheit.
Fantasieanregende Kreativkurse holen in der österlichen Papierwerkstatt oder beim Filzen den Frühling ins Zimmer.
Bei Spiel und Spaß treffen sich wieder nach längerer Pause die Eltern-Kind-Guppen »Die Quasselbande«.
Es gibt in diesem Semester also wieder viele Möglichkeiten, zusammenzukommen und zu lernen!
Viel Freude wünscht Ihnen dabei

Ihre Anke Adametz-Leichtle

Inhalt Seite

Veranstaltungen und Vorträge 3/4
- Vortrag: Die kanadischen Rockies
- Vortrag: Glanzlichter Südamerikas
- Weinspaziergang: Genuss in der Abenddämmerung
- Vortrag: Wenn die Haut verbrennt – Hautkrebs und Sonnenschutz

Sprachen 4/5
- Englisch
- Italienisch
- Spanisch

Beruf, Ehrenamt und Stilberatung 5
- Fitness am Arbeitsplatz
- Pressearbeit im Verein
- Farb- und Stilberatung

Gesundheit 5/6
- **neu:** Frisch in den Frühling
- Wildkräuterspaziergang am Calverbühl
- Duft- und Salbenprodukte
- **neu:** Ernährung bei Reizdarm
- Erster Einstieg in den Ausstieg – Rauchstopp erfolgreiche planen
- Widerstandsfähigkeit: Die sieben Säulen der Resilienz

Yoga, Entspannung und Körpererfahrung 6/7
- Yoga für den Rücken
- Yoga und Entspannung
- Mit Yoga online entspannt ins Wochenende!
- Babymassage
- Qigong

Bewegung – Outdoor 7
- Nordic Walking für Einsteiger*innen
- Faszination Bogenschießen
- Qigong – Outdoor

Gymnastik/Fitness/Tanz 7/8
- Rücken im Alltag
- Faszientraining
- Pilates
- **neu:** Fitnessgymnastik für Frauen
- **neu:** Fitness Mix
- Bodyfitness für Frauen
- Zumba® Fitness
- Orientalischer Tanz/Bellydance

Kreativität 8/9
- **neu:** Papierwerkstatt: Osternester
- Frühlingsfilzen für Erwachsene und Kinder
- Geflechte für den Garten
- Enkaustik Workshop
- Outdoor Painting – Malen im Freien
- Digitale Fotografie

Essen & Trinken 9
- Weinspaziergang: Genuss in der Abenddämmerung

Kinder und Jugendliche
Jugendkunstschule 10
- **neu:** Eltern-Kind-Gruppe: Die Quasselbande
- Der Vorschulfuchs
- Filzen zum Muttertag
- Klassisches Ballett
- Orientalischer Tanz mit Bollywood-Latino-Hip-Hop Moves
- Zumba®-Kids

Hinweise zur Anmeldung und allgemeine Informationen sowie Lagepläne von Schillerschule, Altem Rathaus, Bürgerhaus am Anger und Gebäude »Sorglos Wohnen« finden Sie auf Seite 11 dieses Programms.

= Online-Kurs

Das vhs-Orchester spielt am 4. und 5. November 2023 sein nächstes Konzert in der Schillerhalle

vhs-Orchester Dettingen

Hier musizieren Laienmusiker (Streicher, Holz- und Blechbläser etc.) zusammen. Einmal im Jahr finden u. a. zwei Herbstkonzerte (4. und 5. November 2023) statt mit klassischen Werken, Film- und Musicalmelodien. Musiker*innen, die Freude am gemeinsamen Musizieren haben und ihr Instrument einigermaßen beherrschen, sind herzlich willkommen.
Anmeldung bei der Dirigentin Paula Stark,
Telefon 07121 1382434 oder paulastark@gmx.de
Proben durchgehend außer in den Ferien
Mo, 20–21.30 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Susanna-von-Zillenhart-Saal
ohne Gebühr
Paula Stark

Veranstaltungen & Vorträge

Die kanadischen Rockies: Mutter und Tochter 1090 Kilometer zu Fuß unterwegs

Multivisionsschau mit Verena Schmidt
Eine 13-Jährige, die Wandern nicht unbedingt cool findet. Eine junge Mutter, die unbedingt raus muss. Und das ungezähmte Hochgebirge, an denen beide wachsen. Denn hier dürfen Bären und Pumas überleben. Bizarre Orchideen treffen fast auf das ewige Eis und nicht jede Baumlawine wird gleich geräumt. Dieser lebendige Vortrag erzählt was passiert, wenn sich eine Reiseleiterin nach dem Tod ihres Partners gemeinsam mit ihrer Tochter aufmacht, um die wilde Gebirgslandschaft im Westen Kanadas zu erkunden.
233A771000
Do, 16. Februar, 20 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Susanna-von-Zillenhart-Saal
8 Euro (ermäßigt 5 Euro)
Mit Abendkasse oder Anmeldung
Verena Schmidt

Glanzlichter Südamerikas

Multivisionsschau mit Karl-Heinz Unterberger
Die Ruinenstadt Machu Picchu sowie das nahegelegene Cusco und das Urubamba-Tal gehören zu den beeindruckendsten Inka-Stätten in Peru. Nach einem Abstecher zum Titicacasee entdecken wir die bunte Stadt La Paz in Bolivien mit der berühmten Seilbahn. Buenos Aires bietet auf einem Streifzug durch das Hafenviertel bleibende Eindrücke. Am Ende der organisierten Rundreise erleben wir Rio de Janeiro mit der Christus-Statue und dem weltberühmten Zuckerhut.
233A774040
Do, 27. April, 20 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Susanna-von-Zillenhart-Saal
8 Euro (ermäßigt 5 Euro) (ermäßigt 3 Euro)
Karl-Heinz Unterberger

Weingenuss in der Abenddämmerung!

Sonnenuntergang in den Neuffener Weinbergen mit Weingut Bächner, Dettingen an der Erms
Auf einem kleinen Spaziergang erfahren Sie Interessantes über die höchste Weinlage Deutschlands und ihre besonderen Weine, deren Ursprung bis ins Mittelalter zurückgeht. Die außergewöhnlichen geologischen Eigenschaften sowie das Makroklima zeichnen diese sogenannten Cool Climate Weine aus. Dazu bieten wir Ihnen drei Kostproben aus der aktuellen Kollektion an.
Gerne dürfen Sie ein Vesper mitbringen, Sitzgelegenheiten und Wasser stellen wir bereit oder Sie bringen Ihre Picknickdecke mit.
233C680060
Sa, 8. Juli, 18 – 20.15 Uhr
Treffpunkt: Waldparkplatz Neuffen
32,10 Euro inklusive 15 Euro Lebensmittelkosten
Petra Bächner

Wenn die Haut verbrennt – Hautkrebs und Sonnenschutz

Arzt-Patienten-Forum mit Dr. Antje Schäfers
Jedes Jahr erkranken in Deutschland mehr als 200 000 Menschen neu an Hautkrebs, davon über 20 000 an der besonders gefürchteten Form, dem malignen Melanom oder schwarzen Hautkrebs. Häufiger ist der sogenannte weiße Hautkrebs, der sich gerne in chronisch lichtexponierten Arealen im Gesicht und an der unbehaarten Kopfhaut bildet. Die Zahl der Vorstufen zu diesem Krebs übersteigt dies noch einmal um den Faktor 10. Aus diesem Grund läuft seit vielen Jahren eine weltweit einzigartige Hautkrebs-Screeningaktion der gesetzlichen Krankenversicherungen bei Haut- und Hausärzten in Deutschland. Was bringt mir solch ein Screening als Patient*in, wenn z. B. Vorstufen gefunden werden? Weiter steckt hinter dieser groß angelegten Screeningkampagne natürlich auch der Vorsorgegedanke. Wir möchten nicht nur Hautkrebs möglichst frühzeitig erkennen und behandeln, sondern auch über Fehlverhalten aufklären. Dazu gehört in erster Linie der richtige Umgang mit der Sonne. Sich ausreichend und den individuellen Bedürfnisse KVBW vor der Sonne zu schützen ist heutzutage nicht mehr schwer.
Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, der Referentin Fragen zu stellen.

Referentin: Dr. med. Anja Schäfers, Fachärztin für Hautkrankheiten und Allergologin, Reutlingen

Moderation: Dr. med. Günther Fuhrer, Facharzt für Chirurgie, Orthopädie und Unfallchirurgie, Viszeralchirurgie, Proktologie, Chirotherapie, Phlegologie, Vorsitzender der Kreisärzteschaft Reutlingen

In Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg
233C111141
Abendkasse oder Anmeldung
Do, 4. Mai, 19.30–21 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Susanna-von-Zillenhart-Saal
Eintritt: 3 Euro

Sprachen

Englisch

English Conversation – online
Sie sprechen bereits Englisch und möchten Ihre Sprachkenntnisse bequem von zuhause aus oder auch von unterwegs mit interessanten Gesprächen lebendig halten? In diesem Online-Konversationskurs auf A2/B1-Niveau haben Sie die Gelegenheit, sich über vielfältige Themen zu unterhalten und auf diese Weise Ihre Englischkenntnisse anzuwenden und zu trainieren.
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben
233D142031 A2/B1
Di, ab 18. April, 19–20.15 Uhr, 10-mal
95 Euro
Evelyn Binder-Ludt

Bring your English back to life – online
Wiederholung und Vertiefung
Wenn Sie bereits ein wenig Englisch können oder vor längerer Zeit etwas Englisch gelernt haben, haben Sie in diesem Kurs die Gelegenheit, Ihre Kenntnisse zu erweitern bzw. aufzufrischen und für den alltäglichen Gebrauch oder auch zur Vorbereitung auf den Urlaub zu trainieren. Überzeugen Sie sich selbst, wie man in einer gemütlichen Runde stressfrei lernen und dabei Spaß haben kann!
Lehrbuch: Take it Easy A2 Extra (Cornelsen), ab Lektion 5
233D141031 A2
Do, ab 20. April, 10.15–11.45 Uhr, 10-mal
102 Euro
Evelyn Binder-Ludt

Let's speak English
Vielleicht haben Sie Ihre Vorkenntnisse der englischen Sprache einstauben lassen? Dann ist jetzt die Zeit, den Staub mit einem Auffrischungskurs wegzublasen! In lockerer Atmosphäre wiederholen wir nicht nur wichtige Vokabeln und grundlegende Grammatik, sondern lernen auch Alltagsgespräche.
Voraussetzungen: Lehrbuch: KEY B2 1 (Cornelsen), ab Lektion 1
233D170011 B2.1
Di, ab 18. April, 17.30–18.45 Uhr, 12-mal
102 Euro
Evelyn Binder-Ludt

Italienisch

Italienisch – online
Für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen – auch für Quereinsteiger*innen
Lehrbuch: Chiaro! A2 nuova edizione (Hueber) [Kursbuch + Sprachtrainer], ab Lektion 1
233D330103 A2.1
Mo, ab 13. März, 18–19.30 Uhr, 12-mal
122,40 Euro
Carla Masino

Italienisch am Vormittag
für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse
In angenehmer, stressfreier Atmosphäre erhalten Sie hier in gemäßigtem Tempo einen Einstieg in die reizvolle Sprache Italiens.
Lehrbuch: Chiaro! A1 [nuova edizione] (Hueber) [Kursbuch + Sprachtrainer: ISBN 978-3-19-275427-2 + 978-3-19-175427-3], ab Lektion 1
233D310106 A1.1
Di, ab 7. März, 9.30–11 Uhr, 12-mal
Altes Rathaus Dettingen, Kleiner Versammlungsraum
122,40 Euro
Carla Masino

Italienisch am Abend
für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen
Mit Hilfe des Lehrwerks Chiaro! A2 (nuova edizione) vertiefen und erweitern Sie die in der Niveaustufe A1 erlernten Grundkenntnisse der italienischen Sprache.
233D330102 A2.1
Mi, ab 8. März, 19.00 – 20.30 Uhr, 12-mal
Altes Rathaus Dettingen, Kleiner Versammlungsraum
122,40 Euro
Carla Masino

Viva le vacanze!
Italienisch-Intensivkurs in den Pfingstferien
In entspannter Atmosphäre unterhalten wir uns über landestypische Besonderheiten und spielen verschiedene touristische Alltagssituationen durch. Hierbei bauen wir auf ersten sprachlichen Grundlagen auf und vertiefen diese. Der Kurs ist deshalb nicht für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse geeignet.
Vorkenntnisse: Wissen aus etwa 2 – 3 vhs-Semestern
Lehrbuch: Viva le vacanze! NEU (Hueber)
233D317002 A1
Di bis Fr, 30. Mai bis 2. Juni, 18–21 Uhr
Altes Rathaus Dettingen, Kleiner Versammlungsraum
81,60 Euro
Carla Masino

Le preposizioni in italiano
Intensivkurs
Di, da, a, in? Präpositionen bleiben häufig ein Rätsel und sind eine beliebte Fehlerquelle. In diesem Intensivkurs gehen wir mit vielen Beispielen aus dem Alltag der Frage nach, wann welche preposizioni im Italienischen verwendet werden. Kompakt und effektiv!
233D327002 A1/A2
Mi, 5. Juli und Mi, 12. Juli, 18–21 Uhr, 2-mal
Altes Rathaus Dettingen, Kleiner Versammlungsraum
40,80 Euro
Carla Masino

Spanisch

Spanisch intensiv in den Osterferien
für Sprachanfänger*innen
Tauchen Sie ein in die spanische Sprache und Kultur und lernen Sie in kürzester Zeit viel Wortschatz und zahlreiche Redewendungen für die Verständigung.
233D210001 A1
Di bis Fr, 11. bis 14. April, 18–21 Uhr
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
81,60 Euro
Yolanda Engelhart

Beruf, Ehrenamt und Beratung

Fitness am Arbeitsplatz

Bewegungsübungen für Gehirn und Körper. Neuer Schwung für die grauen Zellen.
Erlernen Sie einfache Bewegungsübungen für Gehirn und Körper, welche Sie bei Ihren beruflichen Aufgaben wirksam unterstützen. Über Bewegung wird das Gehirn aktiviert und koordiniert. Dadurch erhöht sich die Fähigkeit zu organisieren, mit Stress gelassen umzugehen und konzentriert zu bleiben – für mehr Freude, Effizienz und Erfolg am Arbeitsplatz.
233A133001
Mo, 17. und 24. April, 18.45–20 Uhr,2-mal
Altes Rathaus Dettingen, Großer Versammlungsraum
19 Euro
Kristin Reichert

Pressearbeit im Verein

Vom sportlichen oder unternehmerischen Erfolg, einem gelungenen Ausflug, der Hauptversammlung oder einer anderen Veranstaltung möchten z. B. Vereine oder Betriebe im Gemeindeblatt oder der Tageszeitung lesen können – doch die Texte müssen erst geschrieben werden. Basiswissen rund ums Schreiben lässt sich hier erlernen, denn es gibt Regeln, wie Meldungen oder kleine Berichte aufgebaut sein sollten.
233B117501
Do, 11. Mai, 18.30–20.45 Uhr
Dettingen, Altes Rathaus, Kleiner Versammlungssaal
17,10 Euro
Kirsten Oechsner

Farb- und Stilberatung: Frischer Wind im Kleiderschrank!

In diesem Workshop bekommen Sie Tipps, welche Teile besser aussortiert werden und welche Kombinationen Ihre Vorzüge bestens zur Geltung bringen. Außerdem lernen Sie die Wirkung der Farben kennen und können diese dann gezielt einsetzen. Ein kleiner Bonus des Workshops ist, dass ich Sie zu zwei persönlichen Kleidungsstücken gezielt berate. Am Ende des Seminars bekommt jede Teilnehmerin einen Leitfaden, um frischen Wind in den eigenen Kleiderschrank wehen zu lassen!
233A151001
Sa, 17. Juni, 10–13 Uhr
Sorglos Wohnen, Gemeinschaftsraum
22,80 Euro
Melanie Bogenschütz

Gesundheit

Frisch in den Frühling!

Dieser Abend gehört unserem inneren Frühjahrsputz. Durch Energie-, Atem- und Bewegungsübungen und einem bewussten Umgang mit Erlebtem schaffen wir neue Impulse für einen frischen Start in den Frühling – für mehr Leichtigkeit, Klarheit und Vitalität.
233A133002 für Frauen
Mo, 20. März, 19–20.30 Uhr
Altes Rathaus Dettingen, Großer Versammlungsraum
11,40 Euro
Kristin Reichert

Wildkräuterspaziergang am Calverbühl

Bei unserem Spaziergang gehen wir auf Entdeckungstour und erfahren viel Wissenswertes über Wirkung und Verwertungsmöglichkeiten von Wildkräutern, die auch richtig lecker sind.
Eine kleine Kostprobe wird Sie überzeugen.
233C125060
Sa, 6. Mai, 14–16.30 Uhr
Dettingen an der Erms, Parkplatz Waldheim
22 Euro inklusive 3 Euro Materialkosten
(ermäßigt 19 Euro)
Anne Gekeler

Duft- und Salbenprodukte

Die Sommersonne verwandelt unseren Garten in ein Duftparadies. Einige dieser Düfte wollen wir näher kennenlernen und in selbst hergestellten Salben und Duftprodukten konservieren. So können wir uns den duftenden Sommer für das ganze Jahr bewahren.
233B800040
Do, 22. Juni, 18.30–21.30 Uhr
Sorglos Wohnen, Gemeinschaftsraum
22,80 Euro (Materialkosten von etwa 10–12 Euro werden im Kurs abgerechnet)
Anne Gekeler

Ernährung bei Reizdarm

Reizdarm gehört zu den häufigsten Erkrankungen des Verdauungstraktes. Oft stecken Lebensmittelunverträglichkeiten, aber auch chronisch entzündliche Darmerkrankungen hinter den Symptomen.
An diesem Abend werden darmberuhigende Ernährungsempfehlungen und Möglichkeiten zur Erkennung und Behandlung besprochen.
233C148001
Di, 9. Mai, 18.30–20.30 Uhr
Altes Rathaus Dettingen, Großer Versammlungsraum
15,20 Euro
Wibke Tönjes-Batke

Erster Einstieg in den Ausstieg!

Rauchstopp erfolgreich planen
In diesem Workshop erfahren Sie, wie ein Ausstieg aus der Nikotinsucht sinnvoll geplant werden kann. Lernen Sie zunächst den Unterschied zwischen Sucht und Gewohnheit kennen, lassen Sie sich bewährte Wege zu einem rauchfreien Leben zeigen, ohne sich gleich zu überfordern und festlegen zu müssen. Weniger ist zunächst manchmal mehr und kann trotzdem zu einem langfristigen Erfolg führen.
233C161000
Sa, 13. Mai, 10–14 Uhr
Dettingen, Altes Rathaus, Kleiner Versammlungssaal
30,40 Euro
Marion Fischer

Widerstandsfähigkeit: Die Sieben Säulen der Resilienz

Mitte des Lebens heißt Wandel in Familie und Beruf. Es heißt Abschied nehmen von Vertrautem und Neues zulassen. Manchmal geraten wir dabei aus der Balance. Unsere persönliche Resilienz und Widerstandsfähigkeit kann uns jedoch helfen wieder ins Lot zu finden. Diese Kraft lässt sich durch einfache Übungen stärken und aufbauen wie ein Muskel.
233A154001
Do, ab 15. Juni, 18–19.30 Uhr, 4-mal
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
45,60 Euro
Marion Fischer

Yoga, Entspannung & Körpererfahrung

Yoga für den Rücken

Mit gezielten Yoga-Übungen wird der Rücken gestärkt und gedehnt. Dadurch können Verspannungen sich lösen und Beschwerden abklingen.
233C268310
Mo, ab 17. April, 10–11.15 Uhr, 11-mal
Sorglos Wohnen, Gemeinschaftsraum
104,50 Euro
Evelyn Binder-Ludt

Yoga & Entspannung

Die verschiedenen aktiven und meditativen Yogaübungen und Körperhaltungen dehnen und kräftigen unsere Muskeln und Gelenke. Zugleich wirken sie stressabbauend und normalisieren Muskelspannung und Atmung. Durch regelmäßiges Üben kann sich körperliches und seelisches Wohlbefinden einstellen.
233C268111 am Abend
Mo, ab 17. April, 17–18.15 Uhr, 11-mal
233C268112 am Abend
Mo, ab 17. April, 18.15–19.30 Uhr, 11-mal
233C268140 für Frühaufsteher*innen
Do, ab 20. April, 7.30–8.45 Uhr, 11-mal
233C268141 am Vormittag
Do, ab 20. April, 8.45–10 Uhr, 11-mal
Sorglos Wohnen, Gemeinschaftsraum
à 104,50 Euro
Evelyn Binder-Ludt

Mit Yoga online entspannt ins Wochenende!

Onlinekurs per Zoom
233C260539
Fr, ab 21. April, 16.30–17.45 Uhr, 10-mal
103,40 Euro
Evelyn Binder-Ludt

Babymassage

Mutter-Kind-Kurs
ab 6. Woche bis einschließlich 8. Monat
Babymassage ist eine uralte Tradition und Kunst zur liebevollen und entspannten Stärkung der Eltern-Kind-Bindung. Sie wirkt sich nicht nur positiv auf das emotionale Wohlbefinden Ihres Kindes aus. Sie verhilft zu einem geregelten Schlafrhythmus, stärkt das Immunsystem und lindert Blähungen und Bauchweh. Mittels der Babymassage können sich die Eltern auf die Ansprüche ihres Babys einstimmen – auf Berührung, Zärtlichkeit, Zuwendung und Geborgenheit. Die Kinder sind entspannter, aufnahmefähiger und aufgeschlossener.
Bitte nur Erwachsene anmelden, Kinder sind kostenfrei, nur ein Kind pro Erwachsener möglich
233C255601
Sa, ab 25. März, 9.30–10.30 Uhr, 6-mal
233C255602
Sa, ab 17. Juni, 9.30–10.30 Uhr, 6-mal
Altes Rathaus Dettingen, Großer Versammlungsraum
à 51,60 Euro (inklusive 6 Euro Materialkosten)
Ivonne Randecker-Neumann

Qigong

Qigong ist eine Atem-, Bewegungs-, Konzentrations- und Meditationsform zur Gesundheitsvorsorge und zur Stärkung der Selbstheilungskräfte. Die gleichmäßig fließenden Bewegungen im Zeitlupentempo ausgeführt, beruhigen den Atem, regulieren den Kreislauf, dehnen und kräftigen die Muskeln, mobilisieren die Gelenke und haben eine wohltuende Wirkung auf Rücken und Wirbelsäule.

233C271451
Do, ab 9. März, 17.30–18.45 Uhr, 8-mal
Sorglos Wohnen, Gemeinschaftsraum
76 Euro
Melanie Bogenschütz

Bewegung - Outdoor

Nordic Walking für Einsteiger*innen

Wollen Sie möglichst lange gesund, fit und beweglich bleiben? Dann erlernen Sie den wirkungsvollen Gesundheitssport Nordic-Walking! Der Kurs vermittelt schwerpunktmäßig Schritt für Schritt die gesundheitsfördernde Alfa-Technik und richtet sich auch an Teilnehmer mit geringer Kondition.
Stöcke können gegen eine Gebühr (2 Euro pro Benutzung) geliehen werden

233C471100 für Anfänger*innen
Mi, ab 19. April, 18.30–19.30 Uhr, 6-mal
Schillerhalle Dettingen, Parkplatz Hartsportplätze
45,60 Euro
Silvia Bauer

Faszination Bogenschießen

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

233A810010 ab 16 Jahren
Sa, 13. Mai, 9.30–13 Uhr
233A810020 ab 16 Jahren
Sa, 17. Juni, 9.30–13 Uhr
Bogenschießanlage Schützenverein Dettingen
à 26,60 Euro
Peter Essig

Qigong – Outdoor!

Pflege der Lebensenergie
Die wertvollen Übungen aus dem Qigong verbinden auf harmonische Weise den Atemfluss, die Bewegung und Entspannung miteinander. Diese chinesische Heilgymnastik dehnt und kräftigt außerdem den Körper, macht die Muskeln geschmeidig und wirkt sich positiv auf die inneren Organe aus. So können sich Körper und Seele regenerieren und ein natürliches Wohlgefühl stellt sich ein. Die Übungen lassen sich auch gut in den Alltag einbauen!

233C271452
Do, ab 15. Juni, 18.30–19.45 Uhr, 6-mal
Dettingen, Wanderparkplatz Buckleter Kapf
57 Euro
Melanie Bogenschütz

Gymnastik/ Fitness/ Tanz

Rücken im Alltag

Für Junggebliebene, die schonend und bewusst ihren Körper, vor allem ihren Rücken, fit halten wollen. Ziel ist, den Alltag weiterhin mit seinen Aufgaben und Anforderungen meistern zu können! Wir arbeiten mit angemessenen Übungen daran, die Rückenmuskulatur zu erhalten und zu stabilisieren. Dabei kommt natürlich Ihr Körper als Ganzes nicht zu kurz! Dehnung und Entspannung vervollständigen den Kursinhalt.

233C442340
Mi, ab 1. März, 16.55 – 17.55 Uhr, 15-mal
Dettingen, Schillerschule, Gymnastikraum
114 Euro
Andreas Hotz

Faszientraining

In diesem Kurs möchten wir die Faszien auf unterschiedlichste Weise trainieren: Federn, Dehnen, Beleben,Spüren. Durch diese Methoden können unsere Faszien elastischer werden. Weniger Schmerzen, mehr Beweglichkeit und ein besseres Körpergefühl kann entstehen.

233C461111
Mi, 3. Mai, 18.30–21.30 Uhr
Altes Rathaus Dettingen, Großer Versammlungsraum
22,80 Euro
Michael Schray

Pilates

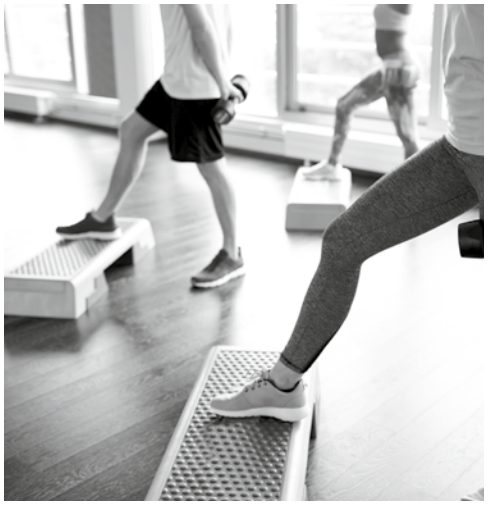
Ein ausgewogenes Programm nach dem Trainingskonzept von Joseph Pilates, bestehend aus Kräftigungs- und Dehnungsübungen, verbessert die Körperhaltung und sensibilisiert die Körperwahrnehmung. Durch die Kräftigung der Muskulatur von innen nach außen sowie durch den Aufbau eines Kraftzentrums wird Rückenbeschwerden vorgebeugt. Gleichzeitig werden die Beweglichkeit gefördert und die Figur verbessert.

Pilates-Onlinekurse
für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

233C405171
Mo, ab 6. März, 18.30–19.30 Uhr, 14-mal
233C405172
Mo, ab 6. März, 20–21 Uhr, 14-mal
à 115,80 Euro
Sabine Wörner

Pilates-Präsenzkurse

233C451240 für Fortgeschrittene
Di, ab 7. März, 17.30–18.30 Uhr, 14-mal
233C451260
für Teilnehmende mit ersten Erfahrungen
Di, ab 7. März, 18.30–19.30 Uhr, 14-mal
233C451320
für Teilnehmende mit ersten Erfahrungen
Mi, ab 8. März, 10.30–11.30 Uhr, 14-mal
Die Pilates-Präsenzkurse finden im Gymnastikraum der Schillerschule Dettingen statt
à 106,40 Euro
Sabine Wörner



Body-Fitness für Frauen

Steigern Sie Ihr körperliches und geistiges Wohlbefinden durch Ausdauer- und Intervalltraining, Schulung der Koordination und guter Haltung mit Hilfe moderner Geräte (Steps, Hanteln, Theraband, Aero Steps, Togo-Brasils etc.) und angepasster, flotter Musik. Das macht Sie leistungsfähiger und bringt Power und neuen Schwung für einen vitalen Start in den Tag. Neueinstieg ist problemlos möglich. Das in sich gestaffelte Trainingsprogramm wird allen Teilnehmerinnen gerecht.

233C413301
Mi, ab 8. März, 9–10 Uhr, 14-mal
Dettingen, Schillerschule, Gymnastikraum
106,40 Euro
Sabine Wörner

Fitnessgymnastik für Frauen

Ein abwechslungsreiches gesundheitsorientiertes Fitnessprogramm mit Konditions-, Koordinations- und intensivem Muskelkräftigungstraining (für Bauch, Rücken, Po, Beine, Arme und Beckenboden) lässt uns ausgeglichener und leistungsfähiger werden. Verschiedene Geräte steigern die Effektivität. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab.

233C411261
Mo, ab 27. Februar, 18–19 Uhr, 12-mal
Dettingen, Schillerschule, Gymnastikraum
91,20 Euro
Silvia Bauer

Fitness-Mix

Abwechslungsreiche Fitnessgymnastik: ein Trainingsprogramm für den ganzen Körper in den Bereichen Muskelkräftigung, körperformende Gymnastik, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination. Durch die Verwendung von Kleingeräten wie Theraband, Hanteln etc. ist für Vielfältigkeit immer gesorgt. Die Übungsstunden enden mit Dehn-, Stretching- und Entspannungsübungen.

233C412371
Mi, ab 1. März, 19–20 Uhr, 15-mal
Dettingen, Schillerschule, Gymnastikraum
114 Euro
Patricia Palmiero-Ruthardt

Zumba® Fitness

Zumba® ist ein Fitness-Tanz-Workout auf mitreißende lateinamerikanische und internationale Musik. Ganz nebenbei werden das Herz-Kreislauf-System, die Muskulatur sowie die Beweglichkeit trainiert. Dieses Fitnessprogramm ist für jede/-n und macht Spaß!

233C463281
Di, ab 7. März, 19.45–20.45 Uhr, 12-mal
Dettingen, Schillerschule, Gymnastikraum
91,20 Euro
N. N.

Orientalischer Tanz / Bellydance

für Einsteiger und Wiedereinsteiger*innen
Bellydance und Shakira style moves sind ebenso Inhalt wie Elemente aus Latino und anderen Tanzstilen. Wir erleben die Harmonie und Ausdruckskraft dieses erdverbundenen, sehr weiblichen Tanzes und erlernen Basisbewegungen, Grundschritte und Schrittkombis zu orientalischen Rhythmen und Popsongs, ebenso die Isolationstechniken und charakteristischen Armbewegungen. Durch Beanspruchung verschiedenster Körperpartien löst dieser Tanz Verspannungen und festigt die gesamte Muskulatur. Ein Erlebnis für Körper und Seele!

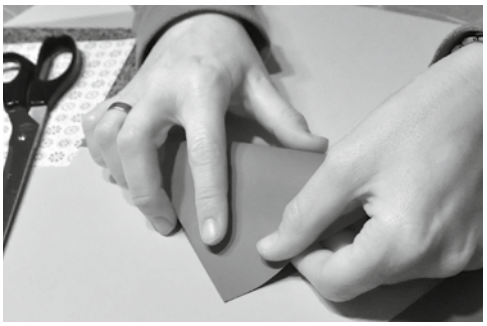
233B135102
Do, ab 20. April, 18–19 Uhr, 5-mal
Dettingen, Tanzstudio Oz
44 Euro
Heiderose Vernarlis

Kreativität

Papierwerkstatt: Osternester

Ostern nachhaltig gestalten? Kein Problem! Beginnen Sie doch als Erstes mit selbstgemachten Upcycling-Osternestern aus Papier. Außer Geduld und etwas Fingerfertigkeit brauchen Sie nur noch Zeitungen oder Zeitschriften, einen Holzspieß und Klebeband, um Ihr individuelles Osternest in einer beliebigen Größe zu gestalten. Dabei greifen wir auf einfache Flechttechniken zurück, die Sie dann zuhause gern in allen Größen und Formen variieren können.

233B730604
Sa, 18. März, 15–18 Uhr
Altes Rathaus Dettingen, Kleiner Versammlungsraum
22,80 Euro
Viola Stocker



Frühlingsfilzen für Erwachsene und Kinder ab 7 Jahren

mit und ohne Vorkenntnisse
Mit Wasser und Seife filzen wir eine Frühlingsblüte, Kirschen oder Erdbeeren. Vereinzelt wird auch mit der Filznadel gearbeitet. Es werden in jedem Fall schöne Hingucker oder Geschenkdekos. Materialkosten werden je nach Verbrauch im Kurs abgerechnet.

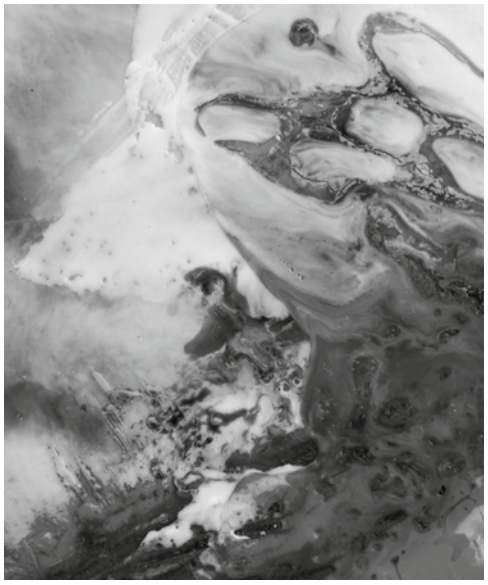
233B789004
Sa, 25. März, 9–12.30 Uhr
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
Erwachsene 28,80 Euro (zzgl. Materialkosten im Kurs
Kinder 19,20 Euro (zzgl. Materialkosten im Kurs
Silvia Bauer

Geflechte für den Garten

Sichtschutzwand oder Körbchen auf Astgabel
Unter der Anleitung der Korbmachermeisterin stellen Sie eine Sichtschutzwand für den Außenbereich her oder ein Körbchen auf einer Astgabel. Als Flechtmaterial wird ungeschälte Weide verwendet.
233B740001
Sa, 22. April, 9–18 Uhr
Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
77,60 Euro
Materialkosten werden im Kurs abgerechnet.
Körbchen ab 25 Euro, Sichtschutz ab 40 Euro
je nach Verbrauch.
Monika Frischknecht

Enkaustik Workshop

Enkaustik ist eine faszinierende Wachsmalkunst. Schon in kürzester Zeit entstehen verblüffende Bilder mit den typischen Strukturen und Farbeffekten der Wachsmalerei, wie man sie in keiner anderen Maltechnik hervorbringen kann. Dieser Workshop bietet Ihnen eine Entdeckungsreise in die unbegrenzte Welt der Kreativität.
233B422703
Sa, 6. Mai, 9–17 Uhr
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
65,20 Euro (inklusive 12 Euro Materialkosten)
Yolanda Engelhart



Outdoor Painting – Malen im Freien

Aquarell und Acryl
Am spannendsten ist Malen in der Natur – jeder Kurstag ist an einer anderen Stelle. Wir treffen uns und fahren gemeinsam zum Motiv. Es besteht Mitfahrmöglichkeit. Licht, Jahreszeiten und Lebendigkeit machen aus Landschaften phantasieanregende Motive.
233B427501 In und um Dettingen –
für Anfänger*innen und Geübte
Mi, 10. Mai, 14–16.15 Uhr
Mi, 14. Juni, 14–16.15 Uhr
Mi, 12. Juli, 14–16.15 Uhr
Schillerhalle Dettingen, Parkplatz
51,30 Euro
Ingrid Wolf

Digitale Fotografie mit der Bridge-, System- und Spiegelreflexkamera

Diese Geräte verfügen über Möglichkeiten der Blenden- und Belichtungszeitsteuerung sowie über manuelle Einstellmöglichkeiten. Sie lernen die fachlich sinnvolle Anwendung der einzelnen Programme, die wir auch in einer Exkursion praktisch erarbeiten.

Themen: Porträtaufnahmen, Architektur, Landschaften, Sport-Bewegung, Makrofotografie, sowie die »Available Light Technik«, eine Anwendung, mit dem sich neue Perspektiven erschließen lassen.
An einem Abend werden Sie in die Grundlagen der Bildbearbeitung eingeführt, um auch die Möglichkeiten der Aufwertung des Bildmaterials zu erfahren.
Bitte eigene Kamera mitbringen!
233B611101
Sa, 13. Mai, 10–17 Uhr (inklusive 60 Minuten Pause)
Sorglos Wohnen, Gemeinschaftsraum
45,60 Euro
Karl-Heinz Unterberger

Essen & Trinken

Weingenuss in der Abenddämmerung!

Sonnenuntergang in den Neuffener Weinbergen mit Weingut Bächner, Dettingen an der Erms
Auf einem kleinen Spaziergang erfahren Sie Interessantes über die höchste Weinlage Deutschlands und ihre besonderen Weine, deren Ursprung bis ins Mittelalter zurückgeht. Die außergewöhnlichen geologischen Eigenschaften sowie das Makroklima zeichnen diese so genannten Cool Climate Weine aus. Dazu bieten wir Ihnen drei Kostproben aus der aktuellen Kollektion an.
Gerne dürfen Sie ein Vesper mitbringen, Sitzgelegenheiten und Wasser stellen wir bereit oder Sie bringen Ihre Picknickdecke mit.
233C680060
Sa, 8. Juli, 18 – 20.15 Uhr
Treffpunkt: Waldparkplatz Neuffen
32,10 Euro inklusive 15 Euro Lebensmittelkosten
Petra Bächner

Orientalischer Tanz

mit Bollywood-, Latino- und Hip-Hop-Moves
Ohne Zwang, spielerisch und kindgemäß werden erste Tanzschritte und Bewegungen erlernt. Nebenbei werden auch Rhythmus- und Taktgefühl, sowie Motorik und Koordination gefördert. Elemente aus Videoclips, Latino-, Bollywood- und HipHop fließen in die kurzen Choreos ein. Moderne Hits, arabische Songs und fetzige Rhythmen aus aller Welt garantieren viel Spaß und Freude beim Tanzen!
233G324101 für Kinder von 4 bis 7 Jahren
Sa, ab 4. März, 9.30–10.30 Uhr, 10-mal
233G324201 für Kinder von 7 bis 10 Jahren
Sa, ab 4. März, 10.30–11.30 Uhr, 10-mal
233G324401 für Kinder von 10 bis 15 Jahren
Sa, ab 4. März, 11.30–12.30 Uhr, 10-mal
233G324601 für Kinder ab 16 Jahre
Sa, ab 4. März, 12.30–13.30 Uhr, 10-mal
à 76 Euro
Tanzstudio Oz, Dettingen
Heiderose Vernarlis

Kinder & Jugendliche/ Jugendkunstschule

Eltern-Kind-Gruppe: Die Quasselbande

Sprache und Bewegung sind für Kinder wesentliche Möglichkeiten, sich mitzuteilen und die Welt zu entdecken. Dabei ist der Kontakt mit Gleichaltrigen nicht nur wichtig, es macht einfach auch Spaß in der Gruppe! In der Quasselbande werden Sprechen und Motorik durch abwechslungsreiche Spiele, Lieder, Bewegungsgeschichten, Bilderbücher und Bastelangebote besonders gefördert.
Marienkäfer-Gruppe von 1,5 bis 2 Jahren
233A152024 bitte nur die Kinder anmelden
Di, ab 7. März, 8.45–10 Uhr, 12-mal
102 Euro
Pinguin-Gruppe von 2,5 bis 3 Jahren
233A152025 bitte nur die Kinder anmelden!
Di, ab 7. März, 10.15–11.45 Uhr, 12-mal
Sorglos Wohnen, Gemeinschaftsraum
122,40 Euro
Melanie Bogenschütz

Der Vorschulfuchs

Konzentration, Ausdauer und Fingerfertigkeiten sind wichtige Voraussetzungen für einen erfolgreichen Start in das Schulleben. Wir malen nach Musik, experimentieren, begeben uns ins Zahlenland,- machen Gedächtnis- und Konzentrationsübungen und haben jede Menge Spaß dabei.
233A152002
von 5 bis 6 Jahren
Fr, ab 17. März, 14.30–15.30 Uhr, 12-mal
233A152003
von 5 bis 6 Jahren
Fr, ab 17. März, 15.45–16.45 Uhr, 12-mal
Sorglos Wohnen, Gemeinschaftsraum
à 81,60 Euro (zzgl. Materialkosten im Kurs)
Jasmin Barner

Filzen zum Muttertag

Mit Wasser und Seife filzen wir der Mama ein tolles Muttertags-Geschenk. Es soll eine Überraschung werden!
233G177405 ab 6 Jahren
Sa, 13. Mai, 9.30–12.30 Uhr
Dettingen, Bürgerhaus am Anger, Große Lammstube
19,20 Euro zzgl. 2,50 Euro für Materialkosten im Kurs
Silvia Bauer

Klassisches Ballett

Kinder tanzen gerne. Unter fachkundiger Anleitung wird das natürliche Interesse gefördert und intensiviert. Die Kinder erlernen eine gute Körperhaltung, Spannkraft und rhythmisches Gefühl zu entwickeln. Technische Grundlagen des klassischen Balletts werden Anfängern*innen und Fortgeschrittenen vermittelt, vom ersten Schritt bis zum Spitzentanz.
233G322102
Pré-Ballett für Anfänger*innen ab 5 Jahren
Fr, ab 10. März, 14–15 Uhr, 12-mal
233G322202 für Anfänger*innen ab 7 Jahren
Fr, ab 10. März, 15–16 Uhr, 12-mal
Dettingen, Schillerschule, Gymnastikraum
à 76,80 Euro
Birgit Kaiser-Mager

Zumba® Kids

Zumba® Kids bringt Spaß mit kinderfreundlichen Choreos und baut spielerisch Fitness ein! Nebenbei werden auch Takt- und Rhythmusgefühl sowie Motorik und Koordination gefördert.
Wichtige Elemente der Entwicklung von Kindern wie Respekt und Teamgeist, Kreativität und Koordination, Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl werden gestärkt. Vor allem aber: Fetzige Rhythmen aus aller Welt garantieren viel Spaß beim Tanzen!
233G327201 ab 7 Jahren
Mi, ab 8. März, 17–18 Uhr, 8-mal
Dettingen, Tanzstudio Oz
60,80 Euro
Heiderose Vernarlis

Geschäftsbedingungen

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Anmeldung

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

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

Bei der Anmeldung ist die Kursgebühr per Bankeinzug unter Angabe von Kursnummer, Name, Anschrift, Telefon und Bankverbindung zu entrichten.
Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Teilnehmerkarte per E-Mail. Sollte der Kurs nicht stattfinden, werden Sie benachrichtigt. Grundlage jeder Anmeldung sind unsere nebenstehenden Geschäftsbedingungen.

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

Ermäßigungen

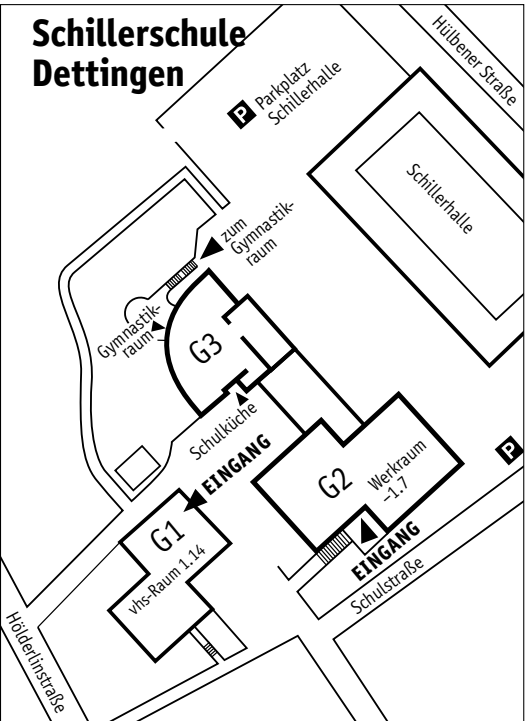
1. Schüler*innen, Studierende, Auszubildende: 10 Prozent. Nur bei Vorlage der entsprechenden Nachweise und nur bei der Anmeldung!
2. Geschwisterermäßigung bei Kinderkursen. ab dem zweiten Kind 25 Prozent wenn der gleiche Kurs belegt wird.

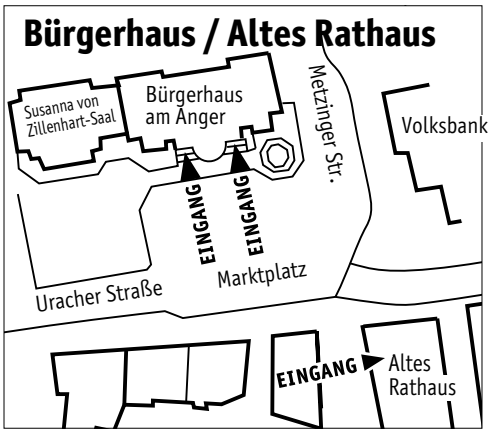
Informationen / Auskünfte

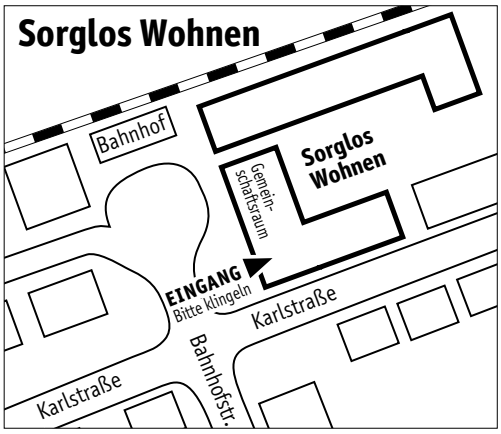
Informationen und Auskünfte können persönlich oder telefonisch im Rathaus eingeholt werden.

vhs Dettingen Telefon 07123-72 07-0

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







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

Anlässe und Gelegenheiten gibt es genug. Vielleicht ein Italienisch-Intensivkurs in den Ferien? Oder wie wäre es mit einem Online-Yogakurs? Und junge Eltern freuen sich immer über einen Baby-Massage-Kurs.

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

Investieren Sie doch mal in die Zukunft unseres Planeten.

Jetzt zu nachhaltigen Finanzen beraten lassen – von Ihrer Sparkasse.

Mehr auf ksk-reutlingen.de/mehralsgeld oder einfach den QR-Code scannen.

LBBW LBS SV

Weil's um mehr als Geld geht.

Kreissparkasse Reutlingen