



Wissen & Orientierung



Sprachenschule

Weiterbildung Beruf

Kultur & Gestalten

Gesundheitszentrum



Informationen

Ansprechpartner im Servicebüro

Gundula Bremer
T: 203 3400 / bremer@vhs-fn.de

Andrea Graf-Hess
T: 203 3403 / graf-hess@vhs-fn.de

Christine Härle
T: 203 3401 / haerle@vhs-fn.de

Karin Lehmann
T: 203 3401 / lehmann@vhs-fn.de

Doris Meissner
T: 203 3434 / meissner@vhs-fn.de

Perdita Müller
T: 203 3402 / mueller@vhs-fn.de

vhs-Leitung

Niko Nimmerrichter, Dipl.-Verw.Wiss.
T: 203 3434 / nimmerrichter@vhs-fn.de

Fachbereichsleitung

Gesellschaft, Politik, Persönlichkeit und Beruf, Weineseinare
Fachbereichsleitung
Niko Nimmerrichter
T: 203 3434 / nimmerrichter@vhs-fn.de

vhs-Sprachenschule (Deutsch), Naturkunde
Fachbereichsleitung und Einstufungsberatung
Ulrike Schäfer
T: 203 3407 / schaefer@vhs-fn.de

vhs-Sprachenschule (Fremdsprachen)
Fachbereichsleitung und Einstufungsberatung
Rosa Faneli
T: 203 3411 / faneli@vhs-fn.de

Weiterbildung Beruf
Fachbereichsleitung EDV, Internet, kaufm.
Grundlagen, Lehrgänge, stellv. vhs-Leitung
Dieter Walter, Wirtschaftswiss.
T: 203 3409 / walter@vhs-fn.de

Das vhs-fn Team



Kultur und Gestalten
Fachbereichsleitung
Christoph Frisch
T: 203 3405 / frisch@vhs-fn.de

vhs-Gesundheitszentrum, Pädagogik, Psychologie, Tanz
Fachbereichsleitung
Dorothea Siegle, M.A. Sportpädagogin
T: 203 3406 / siegle@vhs-fn.de

Bildungsberatung, Projektmanagement
Babette Reitz
T: 203 3408 / reitz@vhs-fn.de

Öffentlichkeitsarbeit, Kommunikation
Carola Uhl
T: 203 3410 / uhl@vhs-fn.de

Verwaltungsleitung
Perdita Müller
T: 203 3402 / mueller@vhs-fn.de

Hausmeister
Gerhard Schell
T: 203 4841 / M: 0160 8866478
g.schell@friedrichshafen.de

vhs-Öffnungszeiten

Mo.: 8–12 Uhr / 14–16 Uhr
Di.: 8–12 Uhr
Mi.: 8–12 Uhr / 14–16 Uhr
Do.: 8–12 Uhr / 14–18 Uhr
Fr.: 8–12 Uhr
zeitlich begrenzter Basisservice während des Semesters:

Mo. bis Fr.: 18–20 Uhr / **Sa.:** 8–12 Uhr

Bankverbindung

Sparkasse Bodensee
IBAN: DE88 69050001 0020 1050 94
BIC: SOLADES1KNZ

Volksbank Friedrichshafen
IBAN: DE43 6519 1500 0101 1000 00
BIC: GENODES1TET

Sommersemester 2018

Mo., 19.02.18 bis Di., 24.07.18

Ferien und unterrichtsfreie Tage

Osterferien: Sa., 24.03.18–So., 08.04.18
Tag der Arbeit: Di., 01.05.18
Christi Himmelfahrt: Do., 10.05.18
Pfingstferien: Sa., 19.05.18–So., 03.06.18
Seehasentag: Mo., 16.07.18

Anmeldung

Sie können sich anmelden:
• persönlich zu den Bürozeiten • schriftlich
• per E-Mail • per Fax • per Internet
Anmeldungen werden nicht bestätigt.
Die vhs informiert Sie bei Änderungen, Überbelegung oder Absage der Kurse.
Ausführliche Geschäftsbedingungen s. S. 108

Kontakt und Impressum

vhs-Friedrichshafen
Charlottenstr. 12/2, 88045 Friedrichshafen
T: 07541/203 3434, F: 07541/203 3435
info@vhs-fn.de, www.vhs-fn.de

Fotonachweis
Factum/Weise, Fotolia, iStock, Fondation Beyeler, Christoph Frisch, Carola Uhl, Jüdisches Museum Hohenems
Satz & Gestaltung
L. Sauter Design & Piktogram.eu
Druck
Druckhaus Müller, Langenargen



Vorwort



Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger, liebe Besucher der städtischen vhs Friedrichshafen,

der Jahreswechsel liegt gerade mal hinter uns und doch leitet unsere vhs den Blick schon bis zur Sommerpause. Gleich nachdem die Häfler Fasnet Mitte Februar endet, beginnt bei der vhs FN das Sommersemester mit rund 600 Veranstaltungsangeboten.

Die ersten Frühlingboten laden auch dazu ein, sich um die eigene Fitness und Gesundheit zu kümmern. Nach der winterlichen Gemütlichkeit wird Bewegung gefragt sein – und da bietet die vhs die verschiedensten Kurse: Mit viel Einsatz und Power oder ganz entspannt kann man sich auf die aktiven, länger werdenden Tage einstellen.

Viele von Ihnen werden um diese Zeit schon ihren Urlaub geplant haben und sich fragen, ob die Fremdsprachenkenntnisse nicht aufgefrischt oder ausgebaut werden sollten. In den wichtigen Verkehrssprachen bietet die vhs Friedrichshafen nicht nur regelmäßig Kurse für Anfänger an, sondern auch solche für Quereinsteiger oder auch spezielle Urlaubsformate.

Eine kulinarische Einstimmung auf die Urlaubszeit können Sie sich im eben renovierten Kochstudio der vhs gönnen: Ob Falafel, Sushi, Tapas oder Pasta – fremde Küchen können Sie mit Originalrezepten kennenlernen und so ganz nebenbei auch Wesen und Gebräuche anderer Kulturen.

Wer meint, dass er seine Kreativität lieber nicht am Herd einbringen sollte, findet auf der Homepage und im Programmheft ein umfangreiches Angebot, das von Malerei, Modellieren, Fotografie bis hin zum Goldschmieden und Korbflechten reicht. Bauinteressenten und Hobbygärtner finden zudem Tipps in der Rubrik „Ratgeber“.

Natürlich sind die Angebote der vhs FN nicht nur auf Hobby und Freizeit ausgerichtet. Schon im Bereich der Fremdsprachen gibt es eine ganze Reihe von Spezialkursen für den Fremdspracheneinsatz im Beruf. Sehr umfangreiche und zertifizierte Qualifikationen vermitteln die Lehrgänge „Bilanzbuchhalter, Bilanzbuchhalterinnen“, „Rechtswirtschaft, Rechtsfachwirt“ und „Wirtschaftsfachwirt, Wirtschaftsfachwirtin“. Kürzere Qualifizierungsangebote gibt es aus dem Online-Angebot „Expert Business“ oder der Rubrik „Persönlichkeit und Beruf“.

Dass die vhs Friedrichshafen selbst zertifiziert ist (ISO 9001:2015 und AZAV) verdeutlicht die Seriosität dieser Angebote.

Die vhs nimmt mit diesem Angebotsprofil eine wichtige gesellschaftliche Aufgabe auf kommunaler Ebene wahr. Gleichzeitig ist sie aber auch allgemeinen gesellschaftlichen Themen verpflichtet. So gibt es Vorträge zu globalen oder nationalen Krisenthemen und in diesem Semester auch ein kleines Veranstaltungspaket zum Thema „Jüdisches Leben“.

Gerne lade ich Sie ein, das reichhaltige Angebot unserer Häfler vhs zu entdecken. Dank der Kompetenz von rund 250 Kursleitenden, dem engagierten vhs-Team und der unverzichtbaren Förderung durch die Zeppelin-Stiftung lässt auch das neue Programm kaum Wünsche offen.

Ihr

Andreas Brand
Oberbürgermeister

Wissen und Orientierung 3

Gesellschaft	3	Persönlichkeit & Beruf	7	Angebote für Kinder und Jugendliche	11
vhs-Ratgeber	4	Grenzen erweitern	9	Länder- und Heimatkunde	12
Pädagogik	7	Angebote für Frauen	10		
Wildnispädagogik	7	Philosophie	10		

Sprachenschule 13

Die Sprachenschule stellt sich vor	13	Vorbereitung Cambridge-Prüfungen	25	Russisch	34
Deutsch als Fremdsprache	14	Englisch für den Beruf und Schule	26	Spanisch	35
Info zu Kleingruppenkursen	19	Französisch	28	Andere Fremdsprachen	37
Englisch	21	Italienisch	31		

Weiterbildung Beruf 38

Firmenseminare	38	Informations-/Kommunikationstechnik	46	WEB 02 & Soziale Netzwerke	56
Lehrgänge	38	ECDL-Kurs / PC-Einsteiger	47	Webseitenerstellung	57
Kaufmännische Grundlagen	40	Einführungskurse 60plus	48	Heimnetzwerke	57
Förderung und Beratung	43	Betriebssysteme	49	Digitale Fotografie / Bildbearbeitung	58
Englisch für den Beruf	44	Datensicherung	51	Video	59
Paukkurse Mathematik, Englisch	45	Microsoft-Office 2016	51	Tablets & Smartphones	60
		Internet	55	Tastaturschreiben	60

Kultur und Gestalten 61

Kunstgeschichte	61	Nähen	68	Weinseminare	79
Exkursion / Vorträge	61	vhs kreativ für Kinder und Jugendliche	69	Kochen	80
Seminare	62	Fotografie	70	Kochen und Backen mit dem Profi	80
Künstlerisches Gestalten	63	Musik / Stimmenschulung	73	Internationale Spezialitäten	81
Zeichnen und Malen	63	Literatur / Schreibwerkstatt	74	Basiswissen Kochen / Backen /	
Aquarell / Öl / Acryl / Pastell	64	Beauty und Outfit	75	Ernährung	84
Intuitives Malen	67	Theater / Bühne	75	Kochen / Backen für Kinder /	
Schmuckherstellung	67	vhs-Tanztreff	76	Jugendliche	86
Bildhauerei / Plastisches Gestalten	68	Ballett	77		

Gesundheitszentrum 87

Gesundheit aktuell	87	Yoga	92	Rückenfit / Herz aktiv / Beckenboden	99
Rundum gesund für Sie und Ihn	87	Bewegung	95	Wirbelsäulengymnastik	100
Gesamtkörpertraining für Kinder	88	Pilates	95	Nordic Walking	100
Aikido	89	Zumba	95	Aqua-Fitness	101
Entspannung	89	Fitness- und Kondition	96	Wassergewöhnung Babys/Kleinkinder	102
Meditation	91	Ausgleichsgymnastik	97		
T'ai Chi Ch'uan	91	Rückhalt	98		

Allgemein 103

Für spezielle Interessen	103	Sommer vhs	104	Anmeldung	105
Die junge vhs	103	vhs unterwegs	104	Veranstaltungsorte	107
Frauen vhs	103	Vorträge	104	Allgemeine Geschäftsbedingungen	108
Senioren vhs	103	Ausstellung	104	Widerrufsbelehrung	108
Schichtarbeitende	103	Einbürgerungstest	104		
Ferien vhs	103	Weiterbildungseinrichtungen	104		

Gesellschaft

FA1101 Streifzüge durch die neuere deutsche Geschichte kompakt: Weimarer Republik und „Drittes Reich“ 1919–1945. Das Reich, die Region, die Stadt Friedrichshafen Dr. Hartmut Semmler

Nach der Katastrophe des Ersten Weltkriegs und einem als demütigend empfundenen Friedensschluss herrschten in Deutschland politische Instabilität und Verunsicherung vor. Eine „Republik ohne Republikaner“, die nur dreizehn Jahre Bestand hatte, wurde abgelöst von einer faschistischen Diktatur, dem so genannten „Tausendjährigen Reich“. Dieses entzündete nach kurzer Zeit den Zweiten Weltkrieg und endete nach weltweit unermesslichen Verlusten nach zwölf Jahren. Wie wurde diese Zeit, deren Grundzüge zu Beginn vorgestellt werden sollen, in der Region und in der Stadt Friedrichshafen erlebt? Wie schon im Kaiserreich spielte der Zeppelin-Konzern im Wechselspiel mit der Kommune hierbei eine wichtige Rolle. Anschauliches Quellenmaterial von der Reichs- bis zur lokalen Ebene lässt diese Epoche lebendig werden.

Beginn: Fr., 13.04.18, 18:30-21:30 Uhr
1 Abend (4 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 18,40 €
Belegung: 8-15

FA1102 Jüdisches Leben in der Bodenseeregion – ein Gesprächsabend Dr. Hanno Loewy, Dir. Jüd. Museum Hohenems

Auch wenn es in Friedrichshafen relativ wenig historische Spuren jüdischen Lebens gibt, ist es allein schon aufgrund unserer historischen Verantwortung geboten, sich mit Vergangenheit und Gegenwart des Judentums in der Bodenseeregion auseinander zu setzen. Jüdische Gemeinden gab es seit dem Mittelalter immer wieder in Städten wie Konstanz, Ravensburg oder Überlingen – und wie man sich jüdische Viertel vorstellen kann, wird die Exkursion der vhs FN nach Hohenems (Vorarlberg) am 27.4. zeigen. Unverständnis und Verfolgung waren die Bürger jüdischen Glaubens im Laufe der Jahrhunderte immer wieder ausgesetzt – bis zum schrecklichen

Höhepunkt des Holocaust während des Nationalsozialismus. Stolpersteine und Denkmale erinnern vielerorts an Deportation und Vernichtung. Erst langsam konnte nach 1945 wieder von jüdischem Leben in der Bodenseeregion die Rede sein. Seit den 1970er Jahren wurde über ein jüdisches Museum in Hohenems diskutiert (1991 dann eröffnet) und in Konstanz wurde 1964 die Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit gegründet. In Zeiten von aufkeimenden rechtsextremen Parolen stellt sich schließlich die Frage, wie jüdische Gemeinden und eher weniger religiöse Juden in der Bodenseeregion des 21. Jahrhunderts leben. Im Gespräch mit Niko Nimmerrichter wird der Direktor des Jüdischen Museums Hohenems, Dr. Hanno Loewy, Aspekten wie den oben skizzierten nachgehen.
Beginn: Di., 06.03.18, 20:00-21:30 Uhr
1 Abend (2 UE), Vortrag
(ohne Voranmeldung, Abendkasse)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 6,00 €



FA1103 Exkursion nach Hohenems: Jüdisches Museum und Jüdisches Viertel Niko Nimmerrichter

Die Entwicklung der internationalen Bodenseeregion wurde auch durch die jüdische Gemeinde Hohenems geprägt. Mit dieser Exkursion nach Hohenems (Vorarlberg) und dem Besuch des jüdischen Museums in der 1864 erbauten Villa Heimann-Rosenthal werden über drei Jahrhunderte jüdisches Leben in unserer Region deutlich hin bis zur

NS-Geschichte mit Vertreibung und Holocaust. Gegenstand der Exkursion ist nach der gemeinsamen Zugfahrt von FN nach Hohenems zunächst eine Führung durch die Sonderausstellung „Sag Schibbole! Von sichtbaren und unsichtbaren Grenzen“, die ab dem 18.3.2018 zu sehen sein wird. Nach einer Kaffeepause folgt eine Führung durch das jüdische Viertel von Hohenems, das als eines der wenigen besonders gut erhaltenen Ensembles mit jüdischer Geschichte gilt. Mit der Kaffeepause dauert die Veranstaltung selbst ca. 3 Stunden; zu Fuß ist jeweils der Weg vom Bahnhof zu bewältigen (ca. 10') sowie der Gang durch das jüdische Viertel. Treffpunkt zur Abfahrt in FN, Stadtbahnhof: 13:15 Uhr, Rückkehr ca. 19:30 Uhr. Im Preis sind die Bahnfahrt, die Führungen und der Pausenkaffee enthalten. Begleitung: Niko Nimmerrichter, Leitung vhs FN; schriftliche Anmeldung bis zum 19.4.2018 erforderlich
Treffpunkt: vor der Touristinfo am Stadtbahnhof
Beginn: Fr., 27.04.18, 13:15-19:30 Uhr
1 Termin (4 UE), Exkursion
Ort: Hohenems, Vorarlberg
Kosten: 44,60 €
Belegung: 9-16

FA1104 Russland, Iran und Türkei – Allianz der Geächteten? Matthias Hofmann, Historiker, Orientalist u. Medienwiss.

Die Passivität der Obama-Administration bezüglich der Nahost-Politik hat dazu geführt, dass die USA ihren einstigen starken Einfluss in dieser Region verloren hat. Ob Präsident Trump eine Umkehrung dieser Politik beabsichtigt, ist heute noch nicht erkennbar. Andererseits hat Präsident Putin schon 2013 verkündet, dass er Russland wieder zur Weltmacht wie einst die UdSSR machen will. Und deshalb versucht er genau dort sich zu profilieren, wo die USA die weltpolitische Bühne verlassen haben. Unterstützt wird er dabei von den beiden nach Größe in der Region strebenden Staaten Iran und Türkei. Mit dieser neuen politischen Allianz wird scheinbar ein neues Kapitel der Geschichte dieser Region aufgeschlagen.
Beginn: Di., 20.03.18, 20:00-21:30 Uhr
1 Abend (2 UE), Vortrag
(ohne Voranmeldung, Abendkasse)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 6,00 €

FA1105

Der arabische KulturraumHedy Wasella, zertifizierte Trainerin
„Xpert Culture Communication Skills“**Seminarinhalte:**

- Kultur und Integration
- Der Westen aus islamischer Sicht
- Rückbesinnung, Ghettobildung der Muslime
- Tabus im Umgang zwischen Mann und Frau
- Verhalten im Alltag und Kulturelle Koordinaten, Kulturdimensionen
 - Umgang mit Zeit
 - Umgang mit Nähe und Distanz (Raum)
 - Individualismus/Kollektivismus
 - Macht und Hierarchie
- Informations- und Kommunikationsstile
 - Methoden des interkulturellen Umgangs

Beginn: Mi., 02.05.18, 10:00-17:00 Uhr**1 Termin (8 UE)****Ort:** vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**Kosten:** 65,60 €**Belegung:** 8-12

FA1106

Rechtspopulismus als Gefahr für die Demokratie? – 30 Jahre Schweizer Erfahrung

Florian Schmid, lic.phil.

Die Bundestagswahl zeigte, Rechtspopulisten sind im Bundestag. Welche Folgen sind zu erwarten? In der Schweiz gehören Rechtspopulisten seit dreißig Jahren zum festen Bestandteil des politischen Alltags. Welche Folgen hat dies für die Schweiz? Und wieso ist erst jetzt der Widerstand gegen Rechts erfolgreich?

Die Auseinandersetzung mit „Populismus“ anhand der Schweizer Erfahrungen blickt mit einer anderen Perspektive auf dieses Thema.

Beginn: Di., 27.02.18, 20:00-21:30 Uhr**1 Abend (2 UE), Vortrag****(ohne Voranmeldung, Abendkasse)****Ort:** vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**Kosten:** 6,00 €

FA1107

Stammtischparolen gekonnt kontern

Silke Weigang

„Die nehmen uns alles weg!“

„Wer will die schon hier haben!“

„Die sind doch alle kriminell!“...

Wer kennt sie nicht, die fremdenfeindlichen Killerphrasen und Parolen, die vorzugsweise an Stammtischen, manchmal am Arbeitsplatz und sogar im Freundeskreis und in der eigenen Familie geäußert werden? Doch was ist ihnen entgegenzusetzen? Wieso fallen uns die besten Argumente meistens erst hinterher ein?

Wir lernen:

- Die Blockade erkennen und überwinden.
- Aus sicherer Distanz flexibel agieren.
- Die Motive des „Angreifers“ verstehen und schlagfertige Techniken gezielt und souverän einzusetzen.

Wir sammeln zu Ihren konkreten Beispielen gute Entgegnungen, üben Redefähigkeit und stärken unsere Selbstsicherheit. Der wertschätzende Humor kommt dabei nicht zu kurz, sondern kann uns sogar eine neue Art der Begegnung mit unseren „Gegnern“ ermöglichen.

Schriftliche Anmeldung bis spätestens

08.03.2018 wird erbeten.

Beginn: Fr., 16.03.18, 18:00-21:00 Uhr**1 Abend (4 UE)****Ort:** vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**Kosten:** 12,80 €**Belegung:** 8-12**vhs-Ratgeber**

FA1108

„Neue Wohnformen – neue Lust am Gemeinsinn?“

Dr. Eva Wonneberger, Soziologin

Immer mehr Menschen wollen eine neue Wohnform des Lebens in den eigenen vier Wänden, ergänzt durch gemeinschaftliche Aktivitäten, Zusammenkünfte in der Wohnumgebung und Freizeitaktivitäten in der Gruppe. „Träumst Du noch oder lebst Du schon?“

So könnte man den Ansturm auf gemeinschaftliche Wohnvorhaben überschreiben. Was kann ein gemeinschaftliches Wohnen und Leben für Senioren und/oder generationenübergreifendes Wohnen für junge Familien bringen? Beispiele aus anderen Städten, die bei der Recherche für das gleichnamige Buch der Autorin entstanden, werden vorgestellt.

Sie berichtet mithilfe von Fotos von ihren Eindrücken und stellt mögliche Organisations- und Rechtsformen von Wohnprojekten vor. Was können Sie erwarten und was müssen Sie dafür tun? Ein engagiertes Plädoyer für neue Nachbarschafts-Gemeinschaften erwartet Sie.

Die Referentin hat Gemeinschaftswohnprojekte in Süddeutschland besucht und die Bewohner zu ihrer Motivation und ihren Erfahrungen befragt. Anschließend besteht die Möglichkeit für Fragen und Diskussion.

Beginn: Di., 17.04.18, 20:00-21:30 Uhr**1 Termin (2 UE), Vortrag****(ohne Voranmeldung, Abendkasse)****Ort:** vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**Kosten:** 6,00 €

FA1109

Presseseminar – Wie kommt mein Text in die Zeitung?Martin Hennings,
Journalist, Redaktionsleiter

Sie schreiben und texten gern? Sie wollen von Ihrem Firmenjubiläum oder von der Meisterchaftsfeier Ihres Vereins berichten? Oder Sie wollen als „Freizeitreporter“ unterwegs sein? Dann ist es hilfreich zu erfahren wie Sie die Chancen erhöhen können, dass Ihr Text auch in der Zeitung steht.

Martin Hennings, Regionalleiter der Schwäbischen Zeitung in Friedrichshafen, wird Sie mit Grundwissen, Tipps und Ratschlägen aus erster Hand versorgen.

In einem kompakten Seminar erfahren Sie im Überblick Wesentliches zur inhaltlichen und formalen Gestaltung eines Textes, zur Vermeidung von Stolperfallen und zu „Highlights“, die Ihren Text besonders interessant machen können.

Außerdem bekommen Sie eine realistische Vorstellung von der Arbeit der Lokalredaktionen, die sich ständig in einem Spannungsfeld von Aktualität, Leserinteresse und verfügbarem Zeilenkontingent bewegen.

Beginn: Mi., 11.04.18, 18:30-21:30 Uhr**1 Abend (4 UE)****Ort:** vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**Kosten:** 16,00 €**Belegung:** 8-16

FA1110

„Altersvorsorge – heute für die Zukunft planen“

Manuel Schmutz

Aufgrund des demographischen Wandels und der aktuellen Kapitalmarktlage wird die persönliche Altersvorsorgeplanung immer schwieriger. Neben der gesetzlichen Rente bieten sich unzählige Möglichkeiten, um privat vorzusorgen. Manche Altersvorsorgeprodukte bieten zusätzliche Anreize durch eine staatliche Förderung. Im Workshop erhalten Sie einen Überblick über diese Vielzahl an ergänzenden Altersvorsorgemöglichkeiten. Die Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg – unser Kooperationspartner – sieht sich hierbei in der Pflicht neutral und unabhängig über die Funktionsweise der einzelnen Vorsorgevarianten zu informieren und die Vor- und Nachteile herauszuarbeiten. Zusätzlich wird anhand eines praktischen Beispiels das Zusammenspiel der einzelnen Altersvorsorgeformen auch unter Berücksichtigung der Besteuerung und Kranken- und Pflegeversicherung dargestellt.

Beginn: Di., 17.04.18, 19:00-21:15 Uhr**1 Abend (3 UE)****Ort:** vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**Kosten:** 7,50 €**Belegung:** 8-15

FA1111

Wie geht eigentlich Bauen? – BauherrenseminarProf. Bernd Heilig,
Dipl.-Ing., vereid. Bausachverst.

Haben Sie ein Grundstück? Ist Ihre geplante Bebauung zulässig? Haben Sie genügend Geld? Wollen Sie selbst bauen oder bauen lassen?

Nur einige Fragen, die sich vor der Verwirklichung des Traums der eigenen Immobilie stellen. Ein Grundstück zu erwerben und hierauf ein eigenes Haus zu bauen bzw. bauen zu lassen ist eine Aufgabe, die viele von uns nur einmal im Leben schultern. Wer keine Enttäuschungen erleben will, sollte sich gut informiert ins Abenteuer Eigenheimbau stürzen. Je mehr Sie als Bauherr wissen, worauf es ankommt und was zu beachten ist, desto eher vermeiden Sie Versäumnisse und Fehlentwicklungen während der Erstellung Ihres Hauses.

Vor diesem Hintergrund will das Seminar in kompakter und kurzweiliger Form vorbereiten und angehenden Bauherren in Anlehnung an den chronologischen Bauablauf Hilfestellung leisten. Der Referent blickt auf 30 Jahre Erfahrung in der Baubranche zurück, ist Dipl.-Bauing. und Gastprofessor an der Hochschule Biberach im Fachbereich BWL (Bau und Immobilien).

Beginn: Di., 20.03.18, 18:00-21:15 Uhr**Do., 22.03.18, 18:00-21:15 Uhr****2 Abende (8 UE)****Ort:** vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**Kosten:** 49,00 €**Belegung:** 8-15

FA1112

Problemfall Schimmel: Entstehung – Vermeidung – Beseitigung

Jonas Rosenow, Zimmermeister

Schimmel in Gebäuden – und nur um diesen geht es hier – ist nicht nur lästig. Er kann Material zerstören und gesundheitliche Probleme hervorrufen und darüber hinaus zu Streitigkeiten zwischen Vermietern und Mietern führen.

In diesem Workshop werden die häufigsten Entstehungsursachen erläutert und dabei die Bedingungen, wie z. B. die Luftfeuchtigkeit, erklärt, die Schimmel wachsen lassen. Daraus werden Maßnahmen zur Vorbeugung abgeleitet, die während der Sommermonate umgesetzt werden können. Auch werden Hilfsmittel für Bewohner erläutert. Wuchert erst einmal der Schimmel, sind große Stockflecken und Modergeruch erkennbar, ist Konsequentes Handeln gefragt. Hierzu werden verschiedene Optionen zur Schimmelbeseitigung aufgezeigt: Was kann selbst getan werden, wann muss der Fachmann her. Zur Veranschaulichung erläutert der Kursleiter – ein Praktiker aus dem Handwerk – wichtige Aspekte anhand von Experimenten, lebensgroßen Modellen und Fotos.

Angesprochen sind Bewohner von Wohnungen und besonders Vermieter, denen manchmal die Worte fehlen. Handout inklusive.

Beginn: Di., 13.03.18, 18:30-21:30 Uhr**1 Abend (4 UE)****Ort:** vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**Kosten:** 21,20 €**Belegung:** 8-15

FA1113

Ökologisches Gärtnern für Anfänger – von der Aussaat bis zum Kochgenuss

Karin Seuster

Gesundes Gemüse und Salate selbst zu ziehen macht Freude und ist selbst auf kleinster Fläche oder gar auf dem Balkon effektiv. Lassen Sie sich über eine ganze Gartensaison hinweg mitnehmen auf dem spannenden Weg vom Samenkorn bis hin zur Ernte. Praktisch vermittelt wird in diesem Kurs im historischen Schaugarten im Zeppelinort die Bodenbearbeitung, Anlage eines Beetes in Mischkultur mit einer anfängergeeigneten Auswahl an Salat- und Gemüsesorten, Aufzucht und Pflege der Pflanzen, Ernte, ökologische Düngung, Kompostierung und mögliche Kulturfolge in der nächsten Saison. An den zwei angegebenen Samstagsterminen werden wir im vhs-Kochstudio unsere eigene Ernte anhand einfach nachzukochender

der Rezepte gemeinsam zu schmackhaften Gerichten zubereiten und verkosten.

Die Termine im Garten finden auch bei feuchter Witterung statt, überdachte Sitzgelegenheit und Tische sind vorhanden. Bei angekündigten Unwettern oder Dauerregen wird der betreffende Termin verschoben, als eventueller Ersatztermin ist der 26. September vorgesehen. An einem der ersten Termine bekommen die Kursteilnehmer eine exklusive Kurzführung im Schauhaus.

Bitte mitbringen:

im Garten: geeignetes geschlossenes Schuhwerk, ggf. Regen-/ Sonnenschutz, Getränk in der Küche: Schürze und Behälter für nicht verzehrte Mahlzeiten und Gemüse

Beginn: Mi., 21.03.18, 17:30-19:15 Uhr**Mi., 18.04.18, 17:30-19:15 Uhr****Mi., 16.05.18, 17:30-19:15 Uhr****Mi., 20.06.18, 17:30-19:15 Uhr****Sa., 23.06.18, 16:00-19:00 Uhr****Mi., 18.07.18, 17:30-19:15 Uhr****Mi., 15.08.18, 17:30-19:15 Uhr****Mi., 05.09.18, 17:30-19:15 Uhr****Mi., 17.10.18, 17:30-19:15 Uhr****Sa., 20.10.18, 16:00-19:00 Uhr****10 Termine (26,67 UE)****Ort:** König-Wilhelmsplatz 12,**Treffpunkt:** vor dem Schauhaus**Kosten:** 112,30 €, zzgl. weitere Lebensmittelkosten (pro Kochtermin ca. 6,00 €)**Belegung:** 6-10

FA1114

Altes Gärtnerwissen wiederentdeckt

Karin Seuster

In vielen modernen ökologischen Anbauprinzipien steht als oberstes Prinzip die Förderung eines natürlichen Gleichgewichts. Was hinter organischer Düngung, biologischem Pflanzenschutz und gezielter Pflanzgemeinschaft steckt, erfahren Sie in diesem Kurs. Anhand zahlreicher saisonaler und mehrjähriger Gemüse-, Kräuter und Salatsorten wird erläutert, wie gesunde Pflanzen ertragreich und ohne Einsatz von Kunstdünger und Pestiziden boden- und ressourcenschonend kultiviert werden können.

Beginn: Mi., 04.07.18, 17:30-19:15 Uhr**1 Termin (2 UE)****Ort:** König-Wilhelmsplatz 12,**Treffpunkt:** vor dem Schauhaus**Kosten:** 12,20 €, incl. Verkostungen**Belegung:** 6-15


Stadtarchiv Friedrichshafen

Katharinenstraße 55
88045 Friedrichshafen
Telefon: 07541 / 209 - 150
Fax: 07541 / 203 - 88842
E-mail: stadttarchiv@friedrichshafen.de

Öffnungszeiten:
Dienstag 9-12 und 13-17 Uhr
Donnerstag 9-12 und 13-18 Uhr
bzw. nach vorheriger Anmeldung.

Sie finden bei uns:

- Literatur zur Stadtgeschichte
- Amtliche Unterlagen der Stadt Friedrichshafen und ihrer Ortsteile (bis ca. 1700)
- Ansichten, Fotos, Karten und Nachlässe
- Dokumentationen zur Geschichte Buchhorns und Friedrichshafens
- Museale Sammlung der Stadt Friedrichshafen

Ausstellungsraum Museale Sammlung

Öffnungszeiten:
Dienstag, Mittwoch 9-12 und 13-17 Uhr
Donnerstag 9-12 und 13-18 Uhr
Freitag 9-12 Uhr
bzw. nach vorheriger Anmeldung.

Weitere Informationen zum Stadtarchiv:
www.stadtarchiv-fn.de

FA1115
**Altes Gärtnerwissen
wiederentdeckt**

Karin Seuster
Siehe Kurs-Nr. FA1114

Beginn: Mi., 29.08.18, 17:30-19:15 Uhr
1 Termin (2 UE)
Ort: König-Wilhelmplatz 12,
Treffpunkt: vor dem Schauhaus
Kosten: 12,20 €, incl. Verkostungen
Belegung: 6-15

FA1116
**Professionelle Pflege
für hochwertige Schuhe
Basisseminar für einen
glänzenden Auftritt**

Katrin Staab, Schuhfachverkäuferin /
Ausbilderin

Sie tragen gerne schöne Schuhe und möchten deren Wert und ansprechendes Aussehen möglichst lange erhalten? Dann heißt es: Schuhpflege. Doch keine Angst. Schuhe richtig pflegen ist keine Kunst. Und wenn Sie die richtigen Handgriffe und Pflegetipps kennen, dann macht das sogar richtig Spaß. Ohne gutes „know-how“ kann man leider auch einiges falsch machen und deshalb sind unter anderem Kenntnisse über die verschiedenen Lederarten und das dazu passende Arbeitsmaterial unverzichtbar. In diesem Kurs lernen Sie an praktischen Beispielen:

- Grundkenntnisse über die wichtigsten Pflegemittel und deren Anwendung
- Die richtige Technik zur Anwendung von Pflegeprodukten
- Das passende Pflegeprodukt für die jeweilige Lederart
- Richtige Behandlung von Synthetik-Materialien und Gore-Tex Schuhen
- Allerlei fachliche Tipps und Tricks rund ums Pflegen

Bitte bringen Sie ein pflegebedürftiges Schuhpaar mit.

Beginn: Fr., 09.03.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 26,20 €, incl. Materialkosten für Pflegemittel.
Belegung: 7-10

FA1117
**Professionelle Schuhpflege
für Sommer- und Wanderschuhe**

Katrin Staab, Schuhfachverkäuferin /
Ausbilderin

Siehe auch Kurs-Nr. FA4257

Beginn: Fr., 15.06.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 26,20 €, incl. Materialkosten für Pflegemittel.



Euregio-Seminarreihe

Die Euregio-Seminare sind gemeinsame Angebote von Volkshochschulen in der Bodenseeregion. Die Teilnehmenden haben Gelegenheit, den gemeinsamen Natur-, Kultur- und Wirtschaftsraum zu erleben und dabei gutnachbarschaftliche Kontakte in einer internationalen Gruppe zu erleben.

**Das Sommersemester 2018
steht unter dem Thema
Alles Käse**

vhs Friedrichshafen
Alles Käse? Nur für Genießer...

Kurt Schatz, Küchenmeister

Das Semesterthema der EUREGIO-vhs nehmen wir zum Anlass, Ihnen zu zeigen, was Käse kulinarisch bedeuten kann. Ob ausgesuchte Kompositionen von Käseplatten, begleitet von passenden Früchten, Chutneys und verschiedenen Brotsorten, ob Käsesalate – auch mit Nudeln und Gemüse oder Aufläufe, deftige Knödel und feine Soufflés – dem Kenner dürfte spätestens jetzt das Wasser im Munde zusammen laufen. Apropos: Besser passen zu Käse andere Getränke als Wasser. Lernen Sie gute Kombinationsmöglichkeiten kennen, natürlich auch mit ausgesuchten Weinen.

Wie Sie sehen – das Thema Käse ist uns nicht Wurst!

Termin: Mo., 19.02.18, 18:00-21:00 Uhr
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 24,40 €, zzgl. Wein- und Lebensmittelkosten
Kursnummer: FA4812,
siehe Kapitel Kultur & Gestalten

Erwachsenenbildung
Stein Egerta, Schaan
Gratins und Aufläufe

Klaus Reiter

Termin: Mi., 21.02.18, 19:00-22:30 Uhr
Ort: Realschule Balzers, Schulküche
Kosten: 65,00 CHF (plus 30,00 CHF Materialkosten)
Kursnummer: 401
Anmeldung: Erwachsenenbildung Stein Egerta Anstalt, In der Steinegerta 26, 9494 Schaan,
T: +423 232 48 22, info@steinegerta.li

vhs Ravensburg e.V.
**Betriebsbesichtigung
Käserei Vogler**

Herr Vogler (Käserei Vogler) und
Herr von der Heydt (Wirtschaftsmuseum
Ravensburg)

Termin: Do., 22.02.18, 14:30-15:30 Uhr
Ort: Käserei Vogler, Simon-Göser-Straße 11, 88410 Bad Wurzach (Gospoldshofen)
Kosten: 9,50 €, Gebührenermäßigung entfällt
Kursnummer: N190103
Anmeldung: vhs Ravensburg (online unter www.vhs-rv.de oder per Anmeldeformular), T: (0751) 361 99 11

Volkshochschule Ravensburg e.V.
Mozzarella selbst herstellen

Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner

Termin: 17.03.18
Ort: Realschulküche, Wilhelmstraße 5, Raum 5.-1.01
Kosten: 48,00 €, inklusive 8,00 € Lebensmittelkosten
Kursnummer: N030192
Anmeldung: vhs Ravensburg (online unter www.vhs-rv.de oder per Anmeldeformular), T: (0751) 361 99 11

Volkshochschule Weingarten
**„Alles Käse“ –
Süße und pikante Backvariationen
mit Quark und Käse**

Lisa Hauser

Termin: 17.03.18, 13:00-16:30 Uhr
Ort: Hiltrudschule, Küche; St.-Longinus-Str. 8, 88250 Weingarten
Kosten: 53,70€ (inkl. Lebensmittelkosten)
Kursnummer: M3073-011
Anmeldung: <https://vhs-weingarten.de>

Vhs Kreuzlingen
**Exkursion:
Mit der VHS zum „Scharfen Maxx“**

Termin: Mi., 14.03.18, 19:00-21:00 Uhr
Treffpunkt: Käserei Studer AG, Romanshornstr. 253, 8580 Hatswil Amriswil
Kosten: 25,00 CHF
Anmeldung: bis 28.02.18 an Dr. Jürg Morf, T: +41 (0)71 695 21 85, oder per E-Mail an anmeldung@vhs-kreuzlingen.ch.

Vhs Landkreis Konstanz e.V.
Käse und mehr

Herbert Schober

Termin: Mo., 16.04.18, 19:00-21:30 Uhr
Ort: vhs in Singen, Theodor-Hanloser Str. 19, 78224 Singen (Schulküche)
Kosten: 36,00 €
Kursnummer: Kurs 37025
Anmeldung: vhs Landkreis Konstanz e.V., Geschäftsstellen in Singen, Konstanz, Radolfzell, Stockach oder unter www.vhs-landkreis-konstanz.de

VHS Leutkirch e.V.
**Mit Laib und Seele –
Der Boschenhof im Allgäu**

Matthias Hufschmid
Termin: Mi., 02.05.18, 15:00-17:00 Uhr
Ort: Boschenhof, Boschen 4, 88299 Leutkirch
Kosten: 16,00 €
Kursnummer: Nr. 181-11600
Anmeldung: VHS Leutkirch

Volkshochschule Kempten
**Alles Käse?!
Käseherstellung für den Eigenbedarf**

Dr. Anne Bartelsmeier
Termin: Sa., 05.05.18, 09:00-17:00 Uhr
Ort: Haus für historisches Handwerk, Burghalde 1, 87435 Kempten
Kosten: Erwachsene: 60,00 € zzgl. 15,00 € Materialkosten.
Materialkosten bitte im Kurs bezahlen.
Kursnummer: Y40800
Anmeldung: vhs Kempten, Bodmanstr. 2, 87435 Kempten, T: (0831) 704 965 0, info@vhs-kempten.de, www.vhs-kempten.de

Vhs Lindau
„Käse trifft Wein“ – E001

Käsesommelier Michael Bode
Termin: Sa., 05.05.18, 18:00-20:30 Uhr
Ort: Altes Rathaus, kleiner Saal
Kosten: 55,00 €

Vhs Wangen im Allgäu
Besuch der Bio-Käserei Zurwies

Termin: Fr., 11.05.18, 09:30-11:00 Uhr
Ort: Käserei Zurwies GmbH, Zurwies 11, 88239 Wangen im Allgäu
Kosten: 5,00 €
Anmeldung: Vhs Wangen im Allgäu

VHS Bregenz
**„Alles Käse“
Exkursion und Führung durch
die Bergsennerei Hintereg**

Florian Lang, Senner
Termin: Sa., 19.05.18, 14:00 Uhr-18:00 Uhr
Ort: Treffpunkt Parkplatz Pfänder Moosegg – bei jeder Witterung
Kosten: 25,00 € inkl. Käsespätzle im Gasthaus Moosegg
Kursnummer: 18S10401
Anmeldung: bis zum 07.05.18, T: (05574) 525240, direktion@vhs-bregenz.at

Pädagogik

Wildnispädagogik

FA1201
**Infoveranstaltung Ausbildung
Natur- und Wildnispädagogik**

CORVUS Natur- und Wildnisschule
Die Infoveranstaltung bietet Gelegenheit, sich über die Inhalte der Ausbildung genauer zu informieren und Fragen zu stellen. Bitte melden Sie sich dazu telefonisch oder per E-Mail an!

Beginn: Di., 19.06.18, 19:30-21:30 Uhr
1 Termin (2,67 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Belegung: 5-15

Natur- und Wildnispädagogik

Die Ausbildung richtet sich an alle, die ihren pädagogischen Horizont erweitern möchten und sich für wildnispädagogische Arbeit interessieren. In sechs Wochenendblöcken erlernen die Teilnehmer mithilfe des „Coyote Teaching“ Werkzeuge und Techniken, um mit der Natur in Verbindung zu treten und andere auf diesem Weg unterstützend zu begleiten. Die Ausbildung eignet sich also besonders auch für Erzieher/Erzieherinnen und Lehrer/Lehrerinnen, steht aber selbstverständlich jedem Interessierten offen.

Termine der Ausbildung 2018/2019:
25.-28.10.18 (Einführung und Grundlagen)
29.11.02.12.18 (Bäume)
24.-27.01.19 (Säugetiere)
14.-17.03.19 (Netze)
09.-12.05.19 (Pflanzen)
04.-07.07.19 (Vögel und Abschluss)
Weitere Infos erhalten Sie bei der vhs-FN oder bei der Natur- und Wildnisschule CORVUS (www.corvus-bodensee.de).



**Bodenseebibliothek
im Stadtarchiv**

Katharinenstr. 55
88045 Friedrichshafen
Telefon: 07541 / 209 – 153
Fax: 07541 / 203 – 8 88 42
bodenseebibliothek@friedrichshafen.de
www.bodenseebibliothek.de

Öffnungszeiten:
Montag geschlossen
Dienstag 9-12 und 13-17 Uhr
Mittwoch 9-12 und 13-17 Uhr
Donnerstag 9-12 und 13-18 Uhr
Freitag 9-12 Uhr

Service:
Ausleihe, Beratung, Lesebereich, Kopierer

Sie finden bei uns:

- 39 000 Medien zu allen Sachthemen des Bodenseeraums
- Wissenschaftliche Literatur zu Geschichte, Kultur und Natur
- Zeitschriften
- Vereinsschriften, Karten, Bildbände

Recherche:
Regionalkatalog Konstanz
<http://swb.bsz-bw.de/DB=2.203/>
und
Online-Katalog Medienhaus am See
<http://medienkatalog.friedrichshafen.de>

Persönlichkeit + Beruf

FA1203
**Sei authentisch, nicht nett –
den eigenen Standpunkt ehrlich
vertreten**

Edith Albertz, Kommunikationstrainerin
und Mediatorin

Wie oft tun wir Dinge, die wir nicht wirklich tun wollen? Hören zu, obwohl uns das Gespräch langweilt, sagen „Ja“ und meinen „Nein“?

In diesem Seminar geht es darum, die eigenen Gefühle und Bedürfnisse zu erkennen und wichtig zu nehmen. Was hält mich davon ab, für mich einzustehen und auch mal Nein zu sagen? Wie kann ich meinen Standpunkt so vertreten, dass ich bekomme, was ich will? Üben Sie einen achtsamen Umgang mit sich selbst und lernen Sie, Ihre Wünsche und Bedürfnisse klar zu erkennen und verständlich zu formulieren. Auf Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation nach M. Rosenberg.

Beginn: Sa., 21.04.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (8 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 65,60 €
Belegung: 8-12

FRIEDRICHSHAFEN
Seeblick mit Weitsicht

Medienhaus am See

Über 100.000 Medien
Internet- und Arbeitsplätze

Öffnungszeiten
Di bis Fr: 10 bis 19 Uhr
Sa: 10 bis 16 Uhr
Karlstraße 42
88045 Friedrichshafen
Tel. 07541 203-3500
www.medienhaus-am-see.de

FA1204 Mein schwieriger Kollege (Chef) und ich – mit Spannungen am Arbeitsplatz richtig umgehen können

Holger Grossmann, Trainer, Coach
Überall dort, wo Menschen zusammenarbeiten, entstehen im beruflichen Alltag Konflikte. Egal, ob es dabei um unangemessenes Kommunikationsverhalten, Stresssituationen oder Missverständnisse geht. Während einige Menschen zu emotionalen Überreaktionen neigen, die in Streitgesprächen eskalieren, gehen andere Auseinandersetzungen lieber ganz aus dem Weg. Dadurch geht eine Menge Motivation und Produktivität im Team verloren.
In diesem Seminar lernen Sie Techniken für den konstruktiven Umgang mit für Sie schwierigen Kollegen oder Vorgesetzten. Sie lernen Ihr eigenes und das Konfliktmuster anderer zu reflektieren und erweitern somit Ihr Handlungsrepertoire im Umgang mit Spannungen zwischen Ihnen und Ihren Kollegen oder Vorgesetzten.

Methoden:
Kurzreferat, moderierte Gruppendiskussion, Gruppenübungen, Fallstudien, Bilder,
Beginn: Sa., 14.04.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (8 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 65,60 €
Belegung: 8-12

FA1205 Mit Sicherheit eigene Wege gehen – Coaching-Workshop

**Renate Koppmann, Dipl.Psych.,
Management- u. Kommunik.trainerin**
In jedem Leben gibt es Momente, in denen es darum geht, neue Lösungen zu finden und Verhaltensweisen zu entwickeln, um unbefriedigende Situationen zum Positiven zu verändern, zum Beispiel

- Wenn man sich mehr Erfolg wünscht
- Wenn man sich bei der Arbeit besser durchsetzen möchte,
- Wenn man private oder geschäftliche Beziehungen verbessern will,
- Wenn man noch unentschlossen ist, ob man einen bestimmten Job annehmen, eine schöne, aber teure Wohnung mieten, welche Brille man kaufen soll.
- Wenn man sich fragt, woran es liegt, dass die eigenen Pläne und Wünsche nicht Realität werden, usw.

In diesem Workshop bekommt jede und jeder Teilnehmende Zeit und Gelegenheit, eine Antwort auf die eigenen Frage zu erhalten – durch Gruppencoaching mit verschiedenen Methoden. Ganz „nebenbei“ lernen Sie wirksame Problemlösemethoden kennen, die Sie auch zu Hause anwenden können.
Die Bereitschaft zur aktiven Teilnahme ist für diesen Workshop Voraussetzung und wird belohnt durch bewegende Erfahrungen!

Beginn: Sa., 17.03.18, 09:00-17:00 Uhr
1 Termin (9 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 196,20 €
Belegung: 4-6

FA1206 Überzeugend reden – Grundkurs praktische Rhetorik

Günter Erdmann
Dieses Training in praktischer Rhetorik richtet sich an alle, die für die unterschiedlichsten Situationen des Alltags wirksam reden lernen wollen.

Inhalte:

- Warum wirken offensichtlich manche Menschen überzeugender als andere?
- Wie kann ich meine Anliegen verständlicher „rüberbringen“?
- Wie steigere ich meine Überzeugungskraft?
- Übungen zu Körpersprache und Aussprache
- Aufbau von Kurzreden und Übung von Diskussionssituationen

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Fortschritte werden mit Video-Aufzeichnungen festgehalten.

Beginn: Mo., 05.03.18, 19:00-21:15 Uhr
5 Abende (15 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 112,50 €
Belegung: 8-12

FA1207 Kommunikation und Persönlichkeit – persönliche Präferenzen erkennen und nutzen

Helmut Kostmann, Trainer und Coach
Eine effiziente Kommunikation ist die Grundlage für erfolgreiche Geschäftsabläufe. Unterschiedliche mentale Präferenzen (Denkweisen) der Partner beeinflussen Erfolg oder Versagen in kommunikativen Prozessen. Unsere Präferenzen sind mitverantwortlich dafür, wie wir Informationen aussenden und empfangen. In jeder Kommunikation gibt es einen Sender und einen Empfänger. Häufig präferieren sie unterschiedliche Denkstile. Je nachdem, welche Denkweisen aufeinander treffen, funktioniert oder misslingt die Kommunikation. Aussagen wie „Das habe ich so nie gesagt“ oder „Das habe ich aber völlig anders verstanden“ zeigen das Scheitern der Kommunikation an.

In diesem Seminar erfahren Sie, dass unterschiedliche Präferenzen eine unterschiedliche Art des Kommunizierens bedingen. Sie lernen Ihr eigenes Präferenzprofil kennen und erlernen in Fallbeispielen, wie Sie stressfreier und erfolgreicher mit Menschen unterschiedlicher Denkweisen kommunizieren.

Beginn: Sa., 10.03.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (8 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 65,60 €
Belegung: 8-12

FA1208 Smalltalk trainieren – Kontakte sicher und souverän aufbauen

Matthias Dahms, Dipl.-Ökon.
Viele Menschen möchten geschäftlich oder privat mit Fremden leichter und charmant ins Gespräch kommen. Sie wollen sich gegenseitig näher kennen lernen, eine sympathische Gesprächsatmosphäre aufbauen, Verbindungen knüpfen und Geschäfte anbahnen. Wir werden Strategien aufzeigen, mit denen Sie aus einem allgemeinen Thema heraus ein interessantes Gespräch beginnen können. Sie werden trainieren, ansprechend von Ihren Fähigkeiten und Leistungen zu erzählen. Und Sie werden kommunikative Verhaltensweisen gezielt einsetzen, damit sich Menschen in Ihrer Gegenwart wohl fühlen, den Kontakt zu Ihnen suchen und ausbauen. Im Seminarpreis ist ein umfangreiches Skript enthalten.

Beginn: Sa., 14.07.18, 09:30-17:30 Uhr
1 Termin (9 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 91,80 €
Belegung: 8-12



Grenzen erweitern Erfahrungen sammeln

FA1225 Leichter kluge Entscheidungen zu treffen

**Hilde D. Schiffer, Personal &
Business Coach**
„Wer das Ziel kennt, kann entscheiden. Wer entscheidet, findet Ruhe. Wer Ruhe findet, ist sicher. Wer sicher ist, kann überlegen. Wer überlegt, kann verbessern.“ Konfuzius
In diesem Vortrag erfahren die Teilnehmer etwas darüber, warum wir Entscheidungen treffen, was zur Entscheidungsfindung beiträgt. Sie lernen die Methode zur Entscheidungsfindung: das 10-10-10-Modell. Sie beschäftigen sich mit wichtigen Fragen zur Entscheidungsfindung und erhalten Tipps für bessere Entscheidungen.

Beginn: Di., 06.03.18, 19:30-21:00 Uhr
1 Abend (2 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 8,40 €
Belegung: 10-20

FA1226 Selbsthypnose

Monika Sommerer
Jeder Mensch trägt die Fähigkeiten in sich, unerwünschte Gewohnheiten oder unerwünschtes Verhalten zu ändern, Angst zu überwinden, Stress abzubauen oder sogar Schmerz zu kontrollieren. Alles, was grundsätzlich möglich ist, jedoch per Verstand oder Wille nicht ganz erreichbar ist, kann mit Hilfe von gezielter Selbsthypnose gefördert werden.

Sie möchten, die eigenen Fähigkeiten steigern und ausbauen, indem man die Kraft des eigenen Unterbewusstseins dem Bewusstsein zur Verfügung stellt, dann bietet dieses Seminar eine faszinierende und effektive Möglichkeit.

Die Seminarleiterin Mag. Monika H. Sommerer ist Klinische und Gesundheitspsychologin und arbeitet erfolgreich als Klinische Hypnotherapeutin mit den Techniken der Hypnose in eigener Praxis in Bregenz/Österreich. Die Teilnehmer finden in geführten Trancen jene Suggestionen und Bilder, die für das Erreichen der eigenen Veränderungswünsche nötig sind und erleben damit, wie man sich die Kraft des eigenen Unterbewusstseins erschließt.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie für die Trancearbeit eine Decke und ein Kissen mit.

Beginn: Sa., 21.04.18, 09:00-18:00 Uhr
1 Termin (11,33 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 100,80 €
Belegung: 8-11

Bildungszeit

Bildungszeit kann für berufliche und politische Weiterbildung sowie für die Qualifizierung zum und im Ehrenamt genommen werden. Die meisten Beschäftigten in Baden-Württemberg haben einen Anspruch darauf, sich zur Weiterbildung von ihrem Arbeitgeber an bis zu fünf Tagen pro Jahr freistellen zu lassen. Während der Bildungszeit wird das Arbeitsentgelt weiter gezahlt. Wer unter welchen Bedingungen Bildungszeit nehmen kann, ist im Gesetz im Detail geregelt – bitte lesen Sie dort nach, was für Sie persönlich zutrifft.
Unter www.bildungszeitgesetz.de finden Sie alle Informationen zur Bildungszeit.

FA1227 Atem – Ihre Quelle von innen, Ihr Fluss nach außen Ein Atem-, Stimm- und Kommunikationstraining

**Elisabeth-Maria Wachutka,
Opernsängerin**
Ein gesunder Atem vitalisiert Sie von innen nach außen und stabilisiert Sie in vielen Lebenslagen, in jedem Alter.

Sie lernen mit der richtigen Atemtechnik Ihre Stimmkraft und Stimmfarbe zu trainieren, diese gekonnt einzusetzen und sicher zu kommunizieren.

Sie überzeugen bei Vorträgen oder Auftritten durch Ihre gesunde Sprachführung und Authentizität.

Lampenfieber, Nervosität und Heiserkeit müssen Ihnen nicht im Wege stehen, denn Sie können mit der richtigen Atmung überwunden werden – auch in stressigen Situationen.

Sie lernen Ihren inneren Puls zu verstehen. (Burnout Prävention)

Die wichtigsten Seminarinhalte sind:

- Analyse des Atems aus physiologischer und emotionaler Sicht
- Wahrnehmen des Körpers als tragendes Instrument für Atem und Stimme
- Alle 5 Sinne erleben durch freies Atmen
- Körpersprache als Ausdruck des Atems
- Kraft und Authentizität des eigenen Atems fördert das Selbstbewusstsein
- Freude an der eigenen Stimmentfaltung erfahren

Die Dozentin Elisabeth-Maria Wachutka ist ausgebildete Opern- und Konzertsängerin mit zahlreichen Engagements auf internationalen Bühnen sowie erfahrene Stimm- und Sprechtrainerin. Informationen im Internet unter www.elisabeth-maria-wachutka.de
Bitte mitbringen: Schreibzeug, rutschfeste Socken, selbstgewähltes Gedicht oder Textpassage

Beginn: Fr., 29.06.18, 17:00-21:00 Uhr
Sa., 30.06.18, 09:30-17:00 Uhr
2 Termine (14 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 96,60 €
Belegung: 5-10

FA1228 Brain-Gym

Patricia Cieri de Picl

Vergesslich? Es ist nicht ungewöhnlich, dass wir uns durch den Tag fragen: „Wo habe ich die Schlüssel hingelegt?“ oder „Was wollte ich nochmal aus dem Kühlschrank holen?“ oder „Wie heißt diese Person nochmal?“. Genauso, wie unser Körper Bewegung braucht um fit zu bleiben, braucht unser Gehirn „Brain-Gym“, um aktiv zu bleiben. Dieses Seminar bietet Ihnen Möglichkeiten zum Training Ihres Gedächtnisses. Sie lernen, neue Strategien im Alltag anzuwenden. Sie verbessern Ihre Aufmerksamkeit, Ihre Konzentration und Ihr Gedächtnis durch Bewegung, fantasievolle Aufgaben und zwar mit viel Spaß!

**Beginn: Mo. und Di., 09.04.18,
10:00-11:00 Uhr**

6 Vormittage (8 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN K55, Seminarraum 11, (3.OG)

Kosten: 41,60 €

Belegung: 6-15

Angebote für Frauen

FA1235 Almzeit für Frauen das etwas andere Wochenende abseits von Alltag und Luxus

Christine Ederer, Sportlehrerin (Gym.),
Nordic Walking Ausbildung, Rückenschul-
leiterin (KdDR), Kursleiterin Qi Walking,
Elke Ettenhuber

Lassen Sie sich auf 3 Tage einfaches Leben mit Christine Ederer (Ernährungs- und Sportstudium, Nordic Walking- und Rückenschultrainerin) und einer Sennerin ein, welche seit 20 Jahren für 3–4 Monate mit Rindern, Ziegen, Pony, Alpaka und Katzen auf eine 1550 m hochgelegene, sehr einfache Alm zieht. Diese ist nur durch einen 1,5 stündigen Fußmarsch über einen Steig zu erreichen. Ein Trog dient zum Waschen, ein Plumpsklo ist um die Ecke. Geschlafen wird im Lager. Es gibt keinen Strom. Je nach Lust und Wetter beginnt der Morgen mit Qigong. Sie bekommen einen Einblick in

das Tätigkeitsfeld einer Sennerin, wie Melken, Käse-, Quark- und Yoghurtherstellung, Vieh hüten. Sie lernen die Bergnatur mit ihrer Vielfalt an Kräutern und deren Verwendung kennen. Ebenso erwandern Sie sich die Umgebung der Alm in der Nähe des Schliersees. Den Tag lassen Sie am Lagerfeuer ausklingen. Je nach Wetter und Gruppenzusammensetzung muss das Programm den vorherrschenden Bedingungen angepasst werden. Bitte bringen Sie dafür eine Einstellung zu vorher nicht kalkulierbaren Gegebenheiten (z. B. Wetter, Gruppe, Komfort) mit.

Am Freitag beginnen wir ab Mittag mit einer gemeinsamen Brotzeit. Es wird ein gemeinsamer Aufstieg angeboten. Treffpunkt und Fahrgemeinschaften werden noch organisiert. Neugierig geworden? Genauere Informationen bekommen Sie auf Anfrage unter 07542-9408573 oder christine.ederer@web.de Die Anreise erfolgt im eigenen PKW, die Veranstaltung geht auf eigene Haftung. Die Alm liegt südwestlich von Rosenheim im Spitzingebiet/Schliersee. Anmeldeschluss ist am 26.05.2018. Eine Wegbeschreibung wird Ihnen nach dem Anmeldeschluss zugesandt. Stornoschluss ist zwei Wochen vor Kursbeginn, ansonsten müssen wir 80% Stornogebühr berechnen.

Beginn: Fr., 22.06.18 um 13:00 Uhr

**Treffpunkt gemeinsamer Aufstieg,
So., 24.06.18 um 13:00 Uhr Ende**

3 Tage, Wochenendseminar

Ort: Alm im Mangfallgebirge

Kosten: 169,00 €, pro Person

Belegung: 8-10

FA1236

Lebenskunst: Älter werden als Herausforderung und Chance für Frauen

Elisabeth Holz,
Dipl. individualpsychologische Beraterin
(AAI Zürich), Diplom organismisch
intergrativer formativ

Immer mehr Menschen erreichen ein hohes Alter, auf das wir genetisch nicht vorbereitet sind. Veränderungen, die mit dem Alterungs-

prozess einhergehen, erfahren wir als ein „Weniger“ werden. Alter oder Reife bedeutet nicht notwendigerweise eine Verminderung der Erregung, vielmehr bringen sie eine Veränderung der Erregungsmuster mit sich. Ein lebendiges und befriedigendes Leben ermöglichen wir durch das Beeinflussen unserer Erregungsmuster, sie zu erkennen und sie zu differenzieren.

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die sich nicht mit den Vorgaben der Gesellschaft für die Lebensphase des Alters abfinden wollen, nämlich Formen und Verhaltensweisen aufrecht zu erhalten und zu reproduzieren, die der Vergangenheit angehören. Es ist für diejenigen, die daran interessiert sind, neue persönliche Erfahrungen zu kreieren, ein größeres Verhaltensrepertoire aufzubauen und Wahlmöglichkeiten für ihr Verhalten zu haben.

Elisabeth Holz hat ein Diplom in organismisch integrativer formativer Beratung (Zentrum für Form und Wandlung Zürich) und besuchte Workshops Stanley Kelemans.

Beginn: Di., 27.02.18, 18:30-20:30 Uhr

5 Abende (13,33 UE)

Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)

Kosten: 240,00 €

Belegung: 8-12

Philosophie

FA1240

Club der Denker Philosophische Texte verständlich gemacht

Dr. Hartmut Semmler, Dr. Friederike Lutz Sie interessieren sich für Philosophie, haben Lust am Denken und wollen neue Impulse erhalten, zu denen Sie sich mit anderen austauschen können. Da bietet sich diese lockere Runde im historischen Ambiente des Schulmuseums Friedrichshafen an. Die Referenten werden ein aktuelles populärphilosophisches Werk vorstellen, angereichert mit philosophiegeschichtlichen Anmerkungen. Die Textauswahl wird noch bekannt gegeben. Die Kenntnis des Textes ist nicht Voraussetzung, wird aber sicher die Diskussion bereichern. In der Pause kleine Bewirtung (im Teilnehmerentgelt inbegriffen).

**Beginn: Fr., 16.03.18, 18:30-21:30 Uhr
1 Abend (4 UE)**

**Ort: Schulmuseum, Friedrichstraße 14,
88045 Friedrichshafen**

Kosten: 12,80 €

Belegung: 8-15

FA1241

Club der Denker Philosophische Texte verständlich gemacht

Dr. Hartmut Semmler, Dr. Friederike Lutz
Inhalte siehe FA1240.

Die Textauswahl wird noch bekannt gegeben. Die Kenntnis des Textes ist nicht Voraussetzung, wird aber sicher die Diskussion bereichern. In der Pause kleine Bewirtung (im Teilnehmerentgelt inbegriffen).

Beginn: Fr., 08.06.18, 18:30-21:30 Uhr

1 Abend (4 UE)

**Ort: Schulmuseum, Friedrichstraße 14,
88045 Friedrichshafen**

Kosten: 12,80 €

Belegung: 8-15

Angebote für Kinder, Jugendliche und Eltern

FA1251

Starke Mütter – Starke Töchter Selbstverteidigung – Selbstbehauptung – Selbstschutz

Bianka Neußer

Jede kennt Situationen, in denen sie sich unwohl, unsicher oder bedroht fühlt. Die Mädchen gehen vermehrt ihre eigenen Wege – Mütter machen sich Sorgen. Jede kann sich wehren. Der Kurs setzt an euren Stärken an.

Neben dem Erlernen von körperlichen Selbstverteidigungstechniken ist auch die psychische Vorbereitung von entscheidender Bedeutung. Ihr lernt, wie ihr durch selbstbewusstes und entschlossenes Handeln nicht als typisches Opfer, sondern als Gegner agieren könnt. In kurzer Zeit schafft Ihr es, euch effektiv verbal und körperlich zu verteidigen. Die körperlichen Techniken sind leicht einzuüben, variabel einsetzbar und realitätsnah. Das gemeinsame Erleben der Töchter und Mütter verbindet, öffnet Türen für Gespräche über schwierige Themen und stärkt das gegenseitige Vertrauen.

Anmerkung: Es können auch „Mütter-Vertreterinnen“ oder wichtige weibliche Bezugspersonen wie Großmütter, Patin, Tante, Stief- oder Tagesmütter teilnehmen.

Dies ist ein Angebot in Kooperation mit der Familien- und Frauenbeauftragten des Bodenseekreises.

Beginn: Sa., 14.04.18, 10:00-16:00 Uhr

1 Termin (7,33 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 38,10 €

Belegung: 10-20



ULI SCHUH®

Büro- und Kommunikationszentrum

Kreuzäcker 4

88214 Ravensburg-Mariatal

☎ 0751 / 7 69 13-0

✉ info@uli-schuh.de

www.uli-schuh.de

FA1255

Halbe Hemden – ganze Kerle Jungs 9–10 Jahre

Thomas Colberg

Ein positives Körpergefühl und ein gesundes Selbstbewusstsein sind für Kinder der beste Schutz vor Übergriffen und Belästigungen. Durch die kindgemäße Beschäftigung mit Themen wie „Gute Gefühle – Schlechte Gefühle“, „Nein sagen – Ja Sagen“, „Körperlichkeit und Intimität“ sensibilisieren wir die Jungen für ihren Alltag und fördern den selbstbewussten Umgang mit ihrer Körperlichkeit und Integrität.

Abschlussrunde mit den dazu kommenden Eltern von 30 Minuten und zwar von 15:00–15:30 Uhr.

Vesper & Trinken bringt jeder mit, 2 kleine und eine etwas größere Pausen.

Dies ist ein Angebot in Kooperation mit der Familien und Frauenbeauftragten des Bodenseekreises.

Beginn: Sa., 03.03.18, 10:00-15:00 Uhr

1 Termin (6 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)

Kosten: 36,00 €

ermäßigter Kinder-/Schülerpreis

Belegung: 10-12

FA1256

Babysitter Kurs für Jugendliche

Katrin Mazur, Pädagogische Fachkraft

Spielst du gerne mit Babys und kleinen Kindern und suchst nach einem Job, der dein Taschengeld aufbessert? Willst du Erzieherin werden oder als Au-pair ins Ausland gehen? Dann bist du in diesem Babysitter Kurs richtig. Eine erfahrene Pädagogische Fachkraft leitet den Kurs und wird Grundkenntnisse über die Pflege und Ernährung von Babys und Kleinkindern vermitteln. Du erfährst, was bei Krankheiten oder anderen schwierigen Situationen wichtig ist und was du unbedingt beachten musst, damit das Kind und du abgesichert sind. Außerdem weißt du nach dem Kurs, was du mit den Kindern spielen kannst.

Nach bestandenen Abschlusstest (freiwillig) wird eine Teilnahmebescheinigung ausgestellt. Der Kinderschutzbund vermittelt die in diesem Kurs ausgebildeten Babysitter auf Wunsch an interessierte Familien. Mindestalter für die Kursteilnahme ist 14 Jahre. Die Mittagspause ist von 12:00 bis 13:00 Uhr.

Beginn: Fr., 16.03.18, 16:00-19:00 Uhr

Sa., 17.03.18, 09:00-16:00 Uhr

2 Termine (12,67 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)

Kosten: 38,50 €

ermäßigter Kinder-/Schülerpreis

Belegung: 10-14



Länder- und Heimatkunde

FA1401

Asteroiden, Kometen und Meteoriten – Einschläge auf der Erde

Dr. Wolfgang Hartmann

Zwischen den Planeten des Sonnensystems bewegt sich unter den Namen Kometen, Asteroiden, Meteoriten eine Menge Materie. Einige dieser Körper erregen gelegentlich großes Aufsehen, sei es als prächtige Leuchterscheinung am Nachthimmel, die bei vielen Menschen heute noch Furcht auslöst, oder dann, wenn wieder ein riesiger Krater entdeckt wird, den so ein Brocken außerirdischen Materials auf der Erde hinterlassen hat. Noch 1910, als sich der Halley'sche Komet wieder einmal der Erde näherte, glaubten viele Menschen, das Ende der Welt sei gekommen. Als der Halley'sche Komet Anfang 1986 wiederkehrte, war dies nicht mehr möglich, denn die Astronomische Wissenschaft hatte inzwischen diese schmutzigen Schneebälle erforscht und deren physikalische Begebenheiten annähernd verstanden. Man berechnet heute ihre Bahnen und schickt Raumsonden in die Nähe von Kometen, oder man landet sogar Roboter auf Asteroiden und erforscht deren Oberflächen. Auch das Aussterben der Dinosaurier und anderer Lebensarten wird heute mit den Einschlägen großer Gesteinsbrocken in Zusammenhang gebracht.

Beginn: Di., 13.03.18, 20:00-21:30 Uhr

1 Abend (2 UE), Vortrag

(ohne Voranmeldung, Abendkasse)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 8,00 €

FA1402

Astronomie / Astrophysik – Grundlagenkurs 2

Dr. Wolfgang Hartmann

Der Kurs führt leicht verständlich in anschaulichen Erklärungen und Bildern in die Grundlagen der Astronomie und Astrophysik ein. Unter anderem werden auch die neuesten Bilder von Raumsonden, Hubble-Space-Teleskop (HST) und dem ESO Very-Large-Teleskop (VLT) gezeigt. Er wendet sich an alle interessierte Laien, Amateure und Profis, insbesondere auch an Schüler und Jugendliche und setzt keine Physik- oder Mathematikkenntnisse voraus. Der Grundlagenkurs 1 ist keine Voraussetzung für diesen Kurs, da an jedem Abend ein neues in sich geschlossenes Themengebiet behandelt wird.

Themen:

- Kosmologie
- Allgemeine Relativitätstheorie
- Hubble-Konstante, Rotverschiebung
- Der Urknall
- Entstehung der Galaxien
- Quasare, aktive Kerne von Galaxien
- Entwicklung der Galaxien
- Die Milchstraße
- Sternentwicklung
- Die Supernova 1987 A
- Neutrinos, Neutronensterne, Pulsare
- Schwarze Löcher

Beginn: Do., 15.03.18, 20:00-21:30 Uhr

12 Abende (24 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)

Kosten: 84,00 €

Belegung: 9-16

FA1403

vhs unterwegs: Landschaftsgeologische Exkursion mit Einführung Jenseits des Bodensees: Vom Sitter- und Thurgebiet zum Rheinfall

Dr. Oskar Keller

Die Landschaft auf der Südseite des Bodensees (Thurgau, Zürcher Unterland) erinnert stark an diejenige nördlich von Friedrichshafen, hat jedoch zahlreiche Eigenheiten.

Geologisch gehört die Region zur mittelländischen, flachliegenden Molasse. Diese ist über weite Strecken von eiszeitlichen Ablagerungen bedeckt. Aufgeschlossen ist der Felsuntergrund vor allem in den Tälern von Sitter und Thur. Während an der Sitter neben Sandsteinen und Mergeln auch Nagelfluhen auftreten, sind es zum Untersee hin hauptsächlich Sandsteine, eine Folge der Entfernung von den Alpen. Durch Tiefbohrungen ist der tiefere Untergrund bekannt geworden. Hier liegen über dem kristallinen Grundgebirge Trias- und Juragesteine. Auch ein permokarbonates Becken wurde im Zuge der NAGRA-Untersuchungen erbohrt. Im Hinblick auf die Suche nach geeigneten Gesteinen für eine Endlagerung radioaktiver Abfälle sind besonders die mächtigen Opalinustonins Gespräch gekommen. Bezüglich der Landschaft fällt auf, dass die Region in isoliert stehende Zeugenberge mit steilen Flanken und flacheren Hochzonen gegliedert ist (Seerücken, Ottenberg, Tannenbergl, Wellenberg). Sie ordnen sich in West-Ost-Richtung an und weisen oftmals krönende Deckenschotter auf, Relikte einer hochliegenden Altlandschaft, die Richtung Osten zur Donau entwässerte. Die landschaftlichen Zeugen der Eiszeit – Wallmoränen, Schotterfelder und Zungenbecken – liegen auf unserem Weg nach Schaffhausen, wo wir uns am Rheinfall ausführlich mit seinen Entstehungsbedingungen befassen werden.

Der Einführungsabend gibt einen Gesamtüberblick über Geologie und Landschaftsgeschichte des Exkursionsgebietes.

Die Exkursion wird bei ausreichender Teilnehmerzahl mit Bus bei jeder Witterung durchgeführt.

Anmeldeschluss: 30.04.2018

Bitte haben Sie Verständnis, dass bei Rücktritt nach Anmeldeschluss die Veranstaltungskosten in vollem Umfang berechnet werden.

Beginn: Di., 03.07.18, 19:00-20:30 Uhr

sowie Sa., 07.07.2018, ca. 8.00-20:00 Uhr

(12 UE), Exkursion

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 66,00 €

Belegung: 18-35

Sprachenschule

... an Ihren Bedürfnissen orientiert

Es gibt viele Gründe, eine Fremdsprache zu lernen. Ob Sie die Sprache beruflich brauchen, typische Reisesituationen meistern möchten oder die Begegnung mit Land und Leuten suchen – wir haben das passende Angebot.

... anwendungsorientiert

Eine Fremdsprache lernt man in der Praxis. Kommunikation steht somit im Mittelpunkt des Unterrichts. Sie hören die Sprache durch den Kursleiter, die anderen Lerner und Medien. Sie sprechen die Fremdsprache, zuerst in einfachen Übungen, dann in Rollenspielen und Gesprächen. Die Unterrichtenden schaffen einen Rahmen, der die Realität im Land der Zielsprache simuliert und somit der spontanen Anwendung der zu lernenden Sprache entgegenkommt.

... zielgerichtet in entspannter Atmosphäre

Keine Angst im Umgang mit der Fremdsprache. Ziel des Unterrichts ist weniger Perfektion als vielmehr Kommunikation – und da

sind auch mal Fehler erlaubt. Unsere Kursleiterinnen/Kursleiter verlangen nichts Unmögliches. Sie arbeiten intensiv, aber auch behutsam und immer mit dem Blick fürs Ganze.

... international und interkulturell

Die vhs-Sprachenschule bietet ein breites Spektrum an Fremdsprachen. Die Unterrichtenden sind methodisch-didaktisch geschult, vielfach sind sie Muttersprachlerinnen und Muttersprachler und vertreten Mentalität und Kultur ihres Landes wie es lebendiger nicht sein könnte. In unseren Kursen können wir daher neben der Sprache auch Landeskunde sowie das Wissen um kulturell bedingte Unterschiede in Lebensart und Verhaltensweise der Menschen vermitteln.

... eröffnet neue Horizonte

Das Erlernen einer Fremdsprache birgt viele Überraschungsmomente. Sie werden Unterschiede und Ähnlichkeiten zur eigenen Sprache und Kultur feststellen. Auf Reisen kom-

men Sie weiter und haben dank der Sprache Gelegenheit, Menschen anderer Länder kennenzulernen. Neue Horizonte eröffnet das Sprachenlernen natürlich auch für Ausbildung und Beruf. Mit der zunehmenden Internationalisierung der Arbeitswelt ist Sprachenlernen eine lohnende Investition für die Zukunft.

... mit System auf der Grundlage des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER) Europa wächst zusammen. Private und berufliche Kontakte über die Grenzen hinweg nehmen zu und fremdsprachliche Kompetenz wird immer wichtiger.

Vor diesem Hintergrund hat der Europarat den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen erarbeitet. Mit dem GER hat der Europarat eine einheitliche Grundlage für das Lehren und Lernen von Fremdsprachen sowie die Beschreibung und Beurteilung von fremdsprachlicher Kompetenz geschaffen.

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen in der vhs-Sprachenschule

Bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme können Sie am Ende der Stufe Folgendes:				International anerkannte Abschlussprüfungen:	Sprachverwendung
Hören	Sprechen	Lesen	Schreiben		
ohne Schwierigkeit die gesprochene Sprache verstehen	sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen	jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen	anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken	<ul style="list-style-type: none"> Goethe Institut: Kleines Deutsches Sprachdiplom (KDS) Universität Cambridge: Certificate of Proficiency 	C2 kompetent
Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen	sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken	komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen	sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben	<ul style="list-style-type: none"> Goethe Institut: C1 – Prüfung Universität Cambridge: Certificate in Advanced English, BEC Higher 	C1 kompetent
im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird	sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten	Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen	detaillierte Texte, z. B. Aufsätze oder Berichte, schreiben	<ul style="list-style-type: none"> Goethe Institut: B2 – Prüfung Universität Cambridge: First Certificate, BEC Vantage 	B2 selbständig
das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird	in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben	Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen	persönliche Briefe schreiben	<ul style="list-style-type: none"> Telc Zertifikatsprüfungen in Deutsch als Fremdsprache, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Portugiesisch, Russisch Universität Cambridge: BEC Preliminary 	B1 selbständig
einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen	kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen	kurze einfache Texte, z. B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen	kurze Notizen und Mitteilungen abfassen	<ul style="list-style-type: none"> Telc Start 2: Prüfungen in Deutsch als Fremdsprache, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Portugiesisch, Russisch 	A2 elementar
einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen	sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen	einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern und Plakaten	einfache Standardformulare, z. B. im Hotel ausfüllen	<ul style="list-style-type: none"> Telc Start 1: Prüfungen in Deutsch als Fremdsprache, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch 	A1 elementar

Ihre Sicherheit ist unsere Leidenschaft

RISIKOANALYSE
VERSICERUNGSKONZEPTE
VERTRAGSBETREUUNG
SCHADENSBETREUUNG

Vertrauen, Kompetenz, Zuverlässigkeit und Nachhaltigkeit sind unsere Stärken. Profitieren Sie von unserer Fachkompetenz und unserer Erfahrung in dritter Generation.

Gerne beraten wir auch Sie!

frey
– seit 1927 –

Walter Frey Assekuranzmakler GmbH | Friedrichshafen | www.vm-frey.de

Die vhsAPP ist aktiv!

iPhone- und Android-Nutzer können über die vhsAPP Details zu den Kursen der vhs FN abrufen und online Kurse buchen. Die vhsAPP kann noch mehr: Sprachkenntnisse testen und mit einem interaktiven Lernbegleiter vertiefen.

Weitere Infos dazu finden Sie unter www.die-vhs-app.de.

FA2000 Online-Einstufungstests

An der vhs Friedrichshafen werden kostenlose Online-Einstufungstests für die Sprachen Italienisch, Französisch, Spanisch und Englisch angeboten.

Gehen Sie auf die Internetseite www.vhs-fn.de. Unter dem Menü „Prüfungen“ finden Sie mehrere Links zu Online-Einstufungstests für unterschiedliche Sprachen. Es handelt sich um Einstufungstests, die von verschiedenen Sprachverlagen kostenlos angeboten werden. Für die Lehrwerke, die wir im Unterricht einsetzen, finden Sie den jeweiligen Test. Führen Sie den Test durch und am Ende bekommen Sie eine Bewertung und eine Empfehlung, welches Kursniveau zu Ihnen passt. Haben Sie noch Fragen oder finden Sie den richtigen Kurs im Programmheft nicht, dann rufen Sie gerne an und vereinbaren Sie eine persönliche Beratung. Für die Sprache Englisch gibt es, neben der Option des Online-Einstufungstests, außerdem die Möglichkeit an einem Beratungsabend an der vhs Friedrichshafen teilzunehmen. Gegen eine Gebühr von 2 € kann der Einstufungstest an dem Abend vor Ort gemacht werden. Nach dem Test können Sie sich gerne persönlich von unseren Dozierenden beraten lassen und eine Empfehlung für einen passenden Kurs bekommen (siehe auch Kursnummer FA2200).

Onlinetest jederzeit bequem von zu Hause aus möglich.

Deutsch als Fremdsprache

FA2100 Welchen Deutschkurs soll ich besuchen?

Lana Barth, Silke Nagel,
Helene Isberner, Cordula Hofstätter

In dieser Frage können Sie sich auf der Grundlage eines Einstufungsgesprächs bei der vhs beraten lassen. Es werden zwei Termine zur Auswahl angeboten.

Beginn: 1. Termin: Di., 13.02.18, 17:00-18:30 Uhr, Frau Barth und Frau Isberner

2. Termin: Fr., 16.02.18, 09:30-11:00 Uhr, Frau Hofstätter und Frau Barth

2 Termine (8 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)

Kosten: Eintritt frei
Belegung: 1-50

FA2101 Integrationskurs am Vormittag (700 U'Std.)

Basiskurs in Vollzeit, Teil 1–4

Helene Isberner, Lana Barth

Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.
Schritte plus neu, Lektion 1

Der Kurs wendet sich an Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Er ist offen sowohl für Teilnehmer mit Berechtigungsschein (195 €/100 UE oder kostenfrei) als auch für Selbstzahler (320 €/100 UE). Er findet 5mal/Woche von 08:30 bis 11:45 Uhr statt.

Der Kurs wird aus Mitteln des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge gefördert.

In diesem Semester hat der Kurs 4 Blöcke à 100 Unterrichtsstunden.

Teil 1 Mo., 29.01. bis Di., 13.03.18

Teil 2 Mi., 14.03. bis Mi., 02.05.18

Teil 3 Do., 03.05. bis Do., 21.06.18

Teil 4 Fr., 22.06. bis Fr., 27.07.18

**Beginn: Mo., 29.01.18, 08:30-11:45 Uhr
25 Vormittage (100 UE)**

Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)

Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit

Berechtigungsschein: 195,00 € oder

kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €

Belegung: 12-22

FA2105 Integrationskurs mit Alphabetisierung am Vormittag, (1000 U'Std.)

Basiskurs in Vollzeit, Teil 1–4

Helene Isberner, Lana Barth,
Dorota Walczynska-Vogel

Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.

ABC Schritte plus Alpha 1, Lektion 1

Der Kurs wendet sich an Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Er ist offen sowohl für Teilnehmer mit Berechtigungsschein (195 €/100 UE oder kostenfrei) als auch für Selbstzahler (320 €/100 UE). Er findet 5mal/Woche von 08:30 bis 11:45 Uhr statt.

Der Kurs wird aus Mitteln des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge gefördert.

In diesem Semester hat der Kurs 4 Blöcke à 100 Unterrichtsstunden.

Teil 1 Mo., 29.01. bis Di., 13.03.18

Teil 2 Mi., 14.03. bis Mi., 02.05.18

Teil 3 Do., 03.05. bis Do., 21.06.18

Teil 4 Fr., 22.06. bis Fr., 27.07.18

**Beginn: Mo., 29.01.18, 08:30-11:45 Uhr
25 Vormittage (100 UE)**

Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)

Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit

Berechtigungsschein: 195,00 € oder

kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €

Belegung: 12-16

FA2109 Integrationskurs mit Alphabetisierung am Nachmittag (1000 U'Std.)

Aufbaukurs in Vollzeit, Teil 4–7

Michael Sieg, Antoaneta Smilevska,
Annette Steinlein

Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.

Der Kurs wird aus Mitteln des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge gefördert.

Linie 1, Kektion 1

Teil 4 Do., 25.01. bis Fr., 09.03.18

Teil 5 Mo., 12.03. bis Fr., 27.04.18

Teil 6 Mo., 30.04. bis Di., 19.06.18

Teil 7 Mi., 20.06. bis Mi., 25.07.18

**Beginn: Do., 25.01.18, 14:00-17:15 Uhr
25 Vormittage (100 UE)**

Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)

Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit

Berechtigungsschein: 195,00 € oder

kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €

Belegung: 12-16

FA2113 Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1

Sandra Foit

Schritte plus neu 1, Lektion 1

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 19.02.18 18:00-19:30 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.35

Kosten: 100,80 €

Belegung: 7-14

FA2114 Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2

Sandra Foit

Schritte plus neu 1, Lektion 3

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 30.04.18, 18:00-19:30 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.35

Kosten: 100,80 €

Belegung: 7-14



FA2115 Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1

Anastasiya Sustina

Schritte plus neu 1, Lektion 1

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 19.02.18, 19:30-21:00 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 22.32

Kosten: 100,80 €

Belegung: 7-14

FA2116 Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2

Anastasiya Sustina

Schritte plus neu 1, Lektion 3

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 23.04.18, 19:30-21:00 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 22.32

Kosten: 100,80 €

Belegung: 7-14

FA2117 Deutsch für Zwischeneinsteiger Grundstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs

Erzsebet Schultheiß

Schritte plus neu 1, Lektion 1

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 09.04.18, 18:00-19:30 Uhr
20 Abende, montags und freitags (40 UE),
bitte beachten: freitags findet der Kurs ab**

16:00 Uhr statt!

Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)

Kosten: 144,00 €

Belegung: 7-14

FA2118 Deutsch für Zwischeneinsteiger Grundstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs

Erzsebet Schultheiß

Schritte plus neu 1, Lektion 1

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 09.04.18, 19:30-21:00 Uhr
20 Abende, montags und freitags (40 UE),
bitte beachten: freitags findet der Kurs ab**

17:30 Uhr statt!

Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)

Kosten: 144,00 €

Belegung: 7-14

FA2119 Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 2 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1

Sandra Foit

Schritte plus neu 1, Lektion 6

Für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 19.02.18, 19:30-20:00 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.35

Kosten: 100,80 €

Belegung: 7-14

FA2120 Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 2 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2

Sandra Foit

Schritte plus neu 2, Lektion 8

Für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 30.04.18, 18:00-19:30 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.35

Kosten: 100,80 €

Belegung: 7-14

FA2121 Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 2 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1

Angela Hirschel

Schritte plus neu 1, Lektion 6

Für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:00-19:30 Uhr

14 Termine, montags und dienstags (28 UE)

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. E 22.43

Kosten: 100,80 €

Belegung: 7-14

FA2122 Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 2 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2

Angela Hirschel

Schritte plus neu 1, Lektion 8

Für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mo., 23.04.18, 18:00-19:30 Uhr

14 Termine, montags und dienstags (28 UE)

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. E 22.43

Kosten: 100,80 €

Belegung: 7-14

FA2123 Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 3 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1

Sabina Delic Mesic

Schritte plus 2, Lektion 11

Für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Di., 20.02.18, 18:00-19:30 Uhr

14 Termine, dienstags u. donnerstags (28 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.380

Kosten: 100,80 €

Belegung: 7-14

FA2124 Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 3 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2

Sabina Delic Mesic

Schritte plus 2, Lektion 14

Für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Di., 24.04.18, 18:00-19:30 Uhr

14 Termine, dienstags u. donnerstags (28 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.380

Kosten: 100,80 €

Belegung: 7-14

FA2125
**Deutsch als Fremdsprache
Grundstufe 3
Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Anastasiya Sustina
Schritte plus 2, Lektion 12
Für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:00-19:30 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 22.34
Kosten: 100,80 €
Belegung: 7-14

FA2126
**Deutsch als Fremdsprache
Grundstufe 3
Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Anastasiya Sustina
Schritte plus 2, Lektion 14
Für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mi., 23.04.18, 18:00-19:30 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 22.34
Kosten: 100,80 €
Belegung: 7-14

**Prüfungsvorbereitende
Kurse und Prüfungen**

Die Sprachenschule der vhs Friedrichshafen bietet folgende prüfungsvorbereitende Kurse an:

- Deutsch Test für Zuwanderer (DTZ) A2/B1
- Telc, B2
- Goethe-Zertifikat, C1
- Cambridge Certificate in Advanced English, C1
- Cambridge Business English Certificates, B1-C1

Informationen zu den Vorbereitungskursen finden Sie unter der jeweiligen Fremdsprache.

Folgende Prüfungen können an der vhs FN abgelegt werden:

- DTZ (B1): 20.07.18
Anmeldeschluss 10.06.18
- B2 Telc: 27.06.18
Anmeldeschluss 18.04.18
- Einbürgerungstests:
11.04.18 und 25.07.18

Bitte beachten Sie, dass es für alle Prüfungen einen Anmeldeschluss ca. 6 Wochen vor dem Prüfungstermin gibt.

FA2127
**Wiederholen und festigen
Sprachjogging Deutsch
A1-Niveau**

Sabina Delic Mesic
Dieser Kurs wiederholt und festigt in vielfältigen Übungen Wortschatz und Grammatik auf dem Niveau A1. Dazu gehören: Konjugation der Verben in Präsens und Perfekt, einige Modalverben plus Infinitiv, Pluralbildung, Akkusativ, Personal- und Possessivpronomen.

Die Grammatik wird nicht trocken gepaukt sondern in abwechslungsreichen kommunikativen Übungen (Strukturübungen, spielerischen Übungen, Rollenspielen) angewendet. Das Übungsmaterial ist lehrwerksunabhängig. Angesprochen sind Lerner der vhs aus den Kursen Grundstufe 1–4, die die lange Sommerpause verkürzen möchten, aber auch neue Teilnehmer, die mehr Sicherheit in den Grundlagen der deutschen Sprache erwerben möchten. Denn eine solide Basis ist die beste Voraussetzung für den weiteren Lernweg!

Beginn: Di., 03.07.18, 18:15-19:45 Uhr
dienstags und donnerstags (16 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)
Kosten: 59,20 €, inkl. Kopien
Belegung: 9-16

Niveau A2

FA2130
**Integrationskurs mit
Alphabetisierung am Nachmittag
(1000 U'Std)**

Aufbaukurs in Vollzeit, Teil 7–9
Michael Sieg, Isolde Kunzmann-Landolt,
Marlies Falch

Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.

Der Kurs wird aus Mitteln des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge gefördert.

Linie 2
Teil 7 Do., 25.01. bis Fr., 09.03.18
Teil 8 Mo., 12.03. bis Fr., 27.04.18
Teil 9 Mo., 30.04 bis Di., 19.06.18

Beginn: Do., 25.01.18, 14:00-17:15 Uhr
25 Nachmittage (100 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)
Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit
Berechtigungsschein: 195,00 € oder
kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €
Belegung: 12-16

FA2131
**Integrationskurs mit
Alphabetisierung am Vormittag
(1000 U'Std)**

Aufbaukurs in Vollzeit, Teil 8–9
Angela Hirschel, Michael Sieg,
Christine Ejinaka

Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.

Linie 2
Der Kurs wendet sich an Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Er ist offen sowohl für Teilnehmer mit Berechtigungsschein (195 €/100 UE oder kostenfrei) als auch für Selbstzahler (320 €/100 UE). Er findet 5mal/Woche von 08:30–11:45 Uhr in der vhs Friedrichshafen statt.

Der Kurs wird aus Mitteln des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge gefördert.
Teil 8 Do., 25.01. bis Fr., 09.03.18
Teil 9 Mo., 12.03. bis Fr., 27.04.18

Beginn: Do., 25.01.18, 08:30-11:45 Uhr
25 Vormittage (100 UE)
Ort: vhs FN, E-Learning-Studio (2. OG)
Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit
Berechtigungsschein: 195,00 € oder
kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €
Belegung: 12-16

FA2133
**Integrationskurs am Abend
Basiskurs in Teilzeit, Teil 3–4**

Magdalena Stanislawska-Belbaedoul,
Antoaneta Smilevska

Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.

Schritte plus neu 3, Lektion 1
Der Kurs wendet sich an Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Er ist offen sowohl für Teilnehmer mit Berechtigungsschein (195 €/100 UE oder kostenfrei) als auch für Selbstzahler (320 €/100 UE). Er findet 3mal/Woche von 18:15 bis 21:30 Uhr statt.

Der Kurs wird aus Mitteln des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge gefördert. In diesem Semester hat der Kurs 2 Blöcke à 100 Unterrichtsstunden.
Teil 3 Mo., 19.02. bis Mo., 30.04.18
Teil 4 Mi., 02.05. bis Do., 12.07.18

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:15-21:30 Uhr
25 Abende (100 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 4 (1. OG)
Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit
Berechtigungsschein: 195,00 € oder
kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €
Belegung: 12-1

FA2134
**Integrationskurs
Wiederholung A2/B1
am Vormittag (300 U'Std.)**

Vollzeit, Teil 1–3
Tatiana Aselborn,
Isolde Kunzmann-Landolt

Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.

Schritte plus neu 4, Lektion 1
Der Kurs wendet sich an Teilnehmer, die bereits einen Integrationskurs besucht, das B1-Niveau jedoch nicht erreicht haben und nochmal 300 Unterrichtsstunden wiederholen möchten. Er ist offen sowohl für Teilnehmer mit Berechtigungsschein (195 €/100 UE oder kostenfrei) als auch für Selbstzahler (320 €/100 UE). Der Kurs wird aus Mitteln des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge gefördert.

Er findet 5mal/Woche von 08:30–11:45 Uhr statt. Der Kurs wird in 3 Blöcken à 100 Unterrichtsstunden durchgeführt.
Teil 1 Mo., 12.03. bis Mi., 25.04.18
Teil 2 Do., 26.04 bis Do., 14.06.18
Teil 3 Fr., 15.06. bis Do., 19.07.18

Beginn: Mo., 12.03.18, 08:30-11:45 Uhr
25 Vormittage (100 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)
Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit
Berechtigungsschein: 195,00 € oder
kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €
Belegung: 12-22

FA2135A
**Deutsch als Fremdsprache
Grundstufe 5
Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Sabina Delic Mesic
Schritte plus 3, Lektion 2
Für Anfänger mit Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-20:45 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (42 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 22.33
Kosten: 151,20 €
Belegung: 7-14

FA2135B
**Deutsch als Fremdsprache
Grundstufe 5
Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Sabina Delic Mesic
Schritte plus 3, Lektion 5
Für Anfänger mit Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mo., 23.04.18, 18:30-20:45 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (42 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 22.33
Kosten: 151,20 €
Belegung: 7-14

FA2136A
**Deutsch als Fremdsprache
Grundstufe 5
Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Tatjana Feyhl
Schritte plus 3, Lektion 3
Für Anfänger mit Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mo., 19.02.18 18:30-20:00 Uhr
14 Termine, montags u. donnerstags (28 UE),
bitte beachten: am Donnerstag findet der
Unterricht im Karl-Maybach-Gymnasium,
Zi 01.360 statt
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 21.36
Kosten: 100,80 €
Belegung: 7-14

FA2136B
**Deutsch als Fremdsprache
Grundstufe 5
Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Tatjana Feyhl
Schritte plus 3, Lektion 5
Für Anfänger mit Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mo., 23.04.18 18:30-20:00 Uhr
14 Termine, montags u. donnerstags (28 UE),
bitte beachten: am Donnerstag findet der
Unterricht im Karl-Maybach-Gymnasium,
Zi 01.360 statt
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 21.36
Kosten: 100,80 €
Belegung: 7-14

FA2137A
**Deutsch als Fremdsprache
Grundstufe 6
Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Traude Bartenbach
Schritte plus 4, Lektion 10
Für fortgeschrittene Anfänger, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-20:00 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.33
Kosten: 100,80 €
Belegung: 7-14

FA2137B
**Deutsch als Fremdsprache
Grundstufe 6
Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Traude Bartenbach
Schritte plus 4, Lektion 12
Für fortgeschrittene Anfänger, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mo., 23.04.18, 18:30-20:00 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.33
Kosten: 100,80 €
Belegung: 7-14

FA2138
**Wiederholen und festigen
Sprachjogging Deutsch
A2-Niveau**

Bettina Gericke
Dieser Kurs wiederholt und festigt in vielfältigen Übungen Wortschatz und Grammatik auf dem Niveau A2. Dazu gehören: Dativ und Akkusativ, Personal- und Possessivpronomen, Adjektivdeklination, Haupt- und Nebensatz. Die Grammatik wird nicht trocken gepaukt sondern in abwechslungsreichen kommunikativen Übungen (Strukturübungen, spielerischen Übungen, Rollenspielen) angewendet. Das Übungsmaterial ist lehrwerksunabhängig. Angesprochen sind Lerner der vhs aus den Kursen Grundstufe 5 und 6, die die lange Sommerpause verkürzen möchten, aber auch neue Teilnehmer, die mehr Sicherheit in den Grundlagen der deutschen Sprache erwerben möchten. Denn eine solide Basis ist die beste Voraussetzung für den weiteren Lernweg!

Beginn: Di., 03.07.18, 18:15-19:45 Uhr
dienstags und donnerstags (16 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 59,20 €, inkl. Kopien
Belegung: 9-16

Niveau B1

FA2140
**Eltern – Integrationskurs
am Vormittag (1000 U'Std.)
Aufbaukurs in Vollzeit, Teil 8–9**

Bettina Gericke, Michael Sieg,
Magdalena Stanislawska-Belbaedoul
Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.

Schritte plus 5
Der Kurs wendet sich an Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Er ist offen sowohl für Teilnehmer mit Berechtigungsschein (195 €/100 UE oder kostenfrei) als auch für Selbstzahler (320 €/100 UE). Er findet 5mal/Woche von 08.30–11.45 Uhr in der vhs Friedrichshafen statt.

Der Kurs wird aus Mitteln des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge gefördert.
Teil 8 Do., 25.01. bis Fr., 09.03.18
Teil 9 Mo., 12.03. bis Fr., 27.04.18

Beginn: Do., 25.01.18, 08:30-11:45 Uhr
25 Vormittage (100 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)
Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit
Berechtigungsschein: 195,00 € oder
kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €
Belegung: 12-22

FA2141 Orientierungskurs am Abend mit Vorbereitung auf den Einbürgerungstest

Isolde Kunzmann-Landolt, Martina Angele
Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.
Test „Leben in Deutschland“: 03.05.18
Anmeldeschluss zum Test: 01.04.18
Rechtsordnung, Kultur und Geschichte der Bundesrepublik.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:15-21:30 Uhr
25 Abende (100 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)
Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit Berechtigungsschein: 195,00 € oder kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €
Belegung: 12-22

FA2142 Orientierungskurs für Eltern mit Vorbereitung auf den Einbürgerungstest

Bettina Gericke, Michael Sieg,
Magdalena Stanislawka-Belbaedoul
Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.
Test „Leben in Deutschland“: 20.06.2018
Anmeldeschluss zum Test: 15.05.2018
Rechtsordnung, Kultur und Geschichte der Bundesrepublik.

Beginn: Mo., 30.04.18, 08:30-11:45 Uhr
25 Vormittage (100 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)
Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit Berechtigungsschein: 195,00 € oder kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €
Belegung: 12-22

FA2143 Integrationskurs am Vormittag (700 U'Std.) Aufbaukurs in Vollzeit, Teil 4–6

Carmen Wicker-Fuß, Lana Barth,
Isolde Kunzmann-Landolt
Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.
Schritte plus neu 4
Der Kurs wendet sich an Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Er ist offen sowohl für Teilnehmer mit Berechtigungsschein (195 €/100 UE oder kostenfrei) als auch für Selbstzahler (320 €/100 UE). Er findet 5mal/Woche von 08:30 bis 11:45 Uhr statt. In diesem Semester hat der Kurs 3 Blöcke à 100 Unterrichtsstunden. Der Kurs wird aus Mitteln des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge gefördert.
Teil 4 Do., 25.01. bis Fr., 09.03.18
Teil 5 Mo., 12.03. bis Fr., 27.04.18
Teil 6 Mo., 30.04. bis Di., 19.06.18

Beginn: Do., 25.01.18, 08:30-11:45 Uhr
25 Vormittage (100 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 4 (1. OG)
Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit Berechtigungsschein: 195,00 € oder kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €
Belegung: 12-22

FA2146 Orientierungskurs mit Vorbereitung auf den Einbürgerungstest

Carmen Wicker-Fuß, Lana Barth,
Isolde Kunzmann-Landolt
Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.

Beginn: Mi., 20.06.18, 08:30-11:45 Uhr
25 Vormittage (100 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 4 (1. OG)
Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit Berechtigungsschein: 195,00 € oder kostenfrei; für Selbstzahler 320,00 €
Belegung: 12-22

FA2147A Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 7 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1

Antoaneta Smilevska
Schritte plus 5, Lektion 2
Für fortgeschrittene Lerner, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Di., 20.02.18, 18:00-19:30 Uhr
14 Termine, dienstags u. donnerstags (28 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.360
Kosten: 100,80 €
Belegung: 7-14

FA2147B Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 7 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2

Antoaneta Smilevska
Schritte plus 5, Lektion 4
Für fortgeschrittene Lerner, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Di., 24.04.18, 18:00-19:30 Uhr
14 Termine, dienstags u. donnerstags (28 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.360
Kosten: 100,80 €
Belegung: 7-14

FA2148A Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 8 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1

Schritte plus 6, Lektion 1
Für fortgeschrittene Lerner, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mo., 05.03.18, 18:00-19:30 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.31
Kosten: 100,80 €
Belegung: 7-14

FA2148B Deutsch als Fremdsprache Grundstufe 8 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2

Schritte plus 6, Lektion 3
Für fortgeschrittene Lerner, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

Beginn: Mo., 07.05.18, 18:00-19:30 Uhr
14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.31
Kosten: 100,80 €
Belegung: 7-14



FA2149 Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) Prüfungstraining

Michael Sieg
Der Deutschtest für Zuwanderer ist ein anerkannter Nachweis deutscher Sprachkenntnisse. Er bescheinigt dem Prüfungskandidaten das A2- oder B1-Niveau. Letzteres ist Voraussetzung für die Einbürgerung. Dieser Kurs bereitet an Hand vergleichbarer Aufgaben auf die schriftliche und mündliche Prüfung vor. Ein Teil der Aufgaben wird in häuslicher Arbeit erledigt und im Unterricht besprochen. Die Termine des Kurses sind unten aufgeführt.

Prüfungstermine:
Schriftlicher Teil: Freitag, 20.07.18
Mündlicher Teil: Montag, 24.07.18
Anmeldeschluss: Dienstag, 12.06.18

Beginn: Di., 26.06.18, 18:30-20:45 Uhr
Di., 03.07.18, 18:30-20:45 Uhr
Di., 10.07.18, 18:30-20:45 Uhr
3 Abende (9 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.36
Kosten: 42,90 €, inkl. Kopien
Belegung: 8-16

FA2150 Einbürgerungstest

Keine Online-Anmeldung oder schriftliche Anmeldung möglich! Die Anmeldeformulare zum Test können Sie nur persönlich im Servicebüro der vhs ausfüllen. Dabei müssen Sie einen Zahlungsnachweis über die Kostenpauschale von 25 € (bar einzahlen bei der Stadtkasse oder überweisen auf das Konto der Stadtkasse) vorlegen oder der vhs Friedrichshafen eine Abbuchungsermächtigung erteilen. Als Vorbereitung kann einer der Orientierungskurse belegt werden. Zur Anmeldung bitte Pass mitbringen.

Mi., 11.04.2018, 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 07.03.18, 12:00 Uhr
Mi., 25.07.2018, 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 20.06.2018, 12:00 Uhr
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 25,00 €
Belegung: 5-30

FA2151 Deutsch für Asylbewerber – B1

Beginn: Mo., 26.02.18, 13:30-16:45 Uhr
75 Nachmittage (325 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)

Niveau B1+

FA2156 Deutsch Mittelstufe 1 Vormittagskurs

Erzsebet Schultheiß
Mittelpunkt neu B1+, Lektion 1
Sie haben B1-Niveau, der Sprung zu B2 ist jedoch groß! Dieser Kurs baut eine Brücke! Er wiederholt, korrigiert und festigt Wortschatz und Strukturen bis B1-Niveau, so dass Sie ein solides Sprungbrett haben, um auf B2 zu kommen.

Beginn: Fr., 23.02.18, 09:00-11:15 Uhr
15 Vormittage (45 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1. OG)
Kosten: 144,00 €
Belegung: 9-16

FA2157 Deutsch Mittelstufe 1 Abendkurs

Lana Barth
Mittelpunkt neu B1+, Lektion 3
Sie haben B1-Niveau, der Sprung zu B2 ist jedoch groß! Dieser Kurs baut eine Brücke! Er wiederholt, korrigiert und festigt Wortschatz und Strukturen bis B1-Niveau, so dass Sie ein solides Sprungbrett haben, um auf B2 zu kommen.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:15-20:30 Uhr
15 Abende (45 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)
Kosten: 144,00 €
Belegung: 9-16

Niveau B2

FA2160 Deutsch Mittelstufe 2 Abendkurs

Martina Angele
Mittelpunkt neu B2, Lektion 9
Für Zuwanderer, die einen ausländischen Pflege- und Gesundheitsberuf haben und sich im Anerkennungsverfahren befinden, ist eine kostenlose Teilnahme möglich. Fragen Sie nach.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:00-19:45 Uhr
15 Abende (35 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.35
Kosten: 119,00 €
Belegung: 9-16

FA2161 Konversationskurs Deutsch Abendkurs

Bettina D'Arragon
Sie haben bereits einen umfangreichen Wortschatz im Deutschen und kennen die Regeln der deutschen Grammatik, fühlen sich aber noch unsicher im freien Sprechen? In lockerer Atmosphäre trainieren Teilnehmende auf dem Sprachniveau B2 ihre Ausdrucksfähigkeit, um die eigene Meinung differenziert zu äußern und sich in freier Rede zu üben. Als Gesprächsgrundlage dienen interessante Artikel aus Zeitungen und Zeitschriften zu den unterschiedlichsten Themen. Grammatikprobleme werden nach Bedarf aufgegriffen und besprochen.

Beginn: Mo., 19.02.18, 19:45-21:15 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)
Kosten: 107,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 9-16

Kleingruppenkurse

Sprachkurse auch für kleine und kleinste Gruppen! Die Fortführung von Sprachkursen muss nicht an der vorgegebenen Mindestteilnehmerzahl scheitern. Selbst Sprachkurse mit 4 Teilnehmern können stattfinden. Leider ist dies nicht ganz ohne Aufpreis möglich – aber der hält sich im Rahmen und ist leicht berechenbar! Die ausgeschriebene Kursgebühr braucht lediglich, wie angegeben, multipliziert werden:

- bei 8 Teilnehmern x 1,15
- bei 7 Teilnehmern x 1,3
- bei 6 Teilnehmern x 1,5
- bei 5 Teilnehmern x 1,8
- bei 4 Teilnehmern x 2,25

Beispiel: Kursgebühr nach Programmheft 96,00 € und Teilnehmerzahl 7. Das bedeutet 96,00 € x 1,3 = 124,80 € pro Person. Für die Festlegung des endgültigen Betrages ist die Anzahl der Anmeldungen maßgebend, die der vhs unmittelbar nach dem zweiten Kurstermin vorliegen.

Premium Line

- Wenn Sie sich für einen Kurs mit dem Label entscheiden, haben Sie Gelegenheit, die Sprache intensiver als in Standardkursen, d. h. mit mehr als zwei UE/Woche zu lernen.
- Lernen heißt, Wörter und Strukturen anwenden. Je häufiger Sie deren Anwendung üben, desto besser prägen sie sich ein.
- Sie sollten eine hohe Lernbereitschaft mitbringen, die Kurstermine regelmäßig besuchen und Zeit (ca. 1 Stunde/Woche) für häusliche Arbeit einplanen.
- So kann im Interesse aller zielgerichtet mit dem Blick nach vorne gearbeitet werden. Wiederholungen und Übungen sind gut und sinnvoll, sollten jedoch im Sinne des Vorankommens nicht überstrapaziert werden.
- Es erwartet Sie eine kleine Lerngruppe, wodurch Lernintensität und Lernerfolg zusätzlich gesteigert werden.
- Alles hat seinen Preis – aber immer gemäß dem Vorsatz, ein gutes Preis-/Leistungsverhältnis zu wahren.

Sprachberatung

Sprachkurse tagsüber – erst informieren – dann anmelden!
Neben den Einstufungsveranstaltungen in Deutsch und Englisch sowie den Online-Einstufungstests bietet die vhs tagsüber die Möglichkeit der Sprachenberatung. Bitte vereinbaren Sie einen Termin: T: (07541) 203 34 34.

Rücktritt

Der Rücktritt von einem Sprachkurs muss schriftlich und spätestens vor dem zweiten Kurstermin erfolgen. Ansonsten müssen die Kursentgelte bezahlt werden. Bei Kursen, die 3 Termine und weniger haben, muss 7 Tage vor dem Veranstaltungstermin storniert werden.



FA2162
Deutsch für den Beruf B1+/B2
Annette Steinlein

Im Beruf (Hueber-Verlag), Lektion 10
Der Kurs wendet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen in Deutsch auf der Niveaustufe B1+/B2, die ihre Sprachkenntnisse berufsorientiert ausbauen möchten. Der Kurs geht in seiner Themenauswahl auf typische Berufssituationen ein: über Unternehmen, Arbeitsplätze und Aufgaben sprechen, wirtschaftliche Entwicklungen beschreiben, Formalitäten und Regelungen, Telefonieren, Angebote, Bestellungen und Lieferbedingungen, Konfliktstrategien etc. Neue Teilnehmer sind willkommen.

Beginn: Di., 20.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)
Kosten: 129,00 €, inkl. Teilnahmebescheinigung
Belegung: 9-16

FA2163
Vorbereitung auf die B2 Prüfung (Telc)
Kleingruppenkurs am Abend
Michael Sieg

Deutschkenntnisse auf B2-Niveau sind der Schlüssel zur gesellschaftlichen Teilhabe. Sie ermöglichen das Erlernen oder Ausüben eines Ausbildungsberufs, die Teilnahme am politischen, gesellschaftlichen und kulturellen Leben, die Vertiefung sozialer Beziehungen. Wenn Sie diesen Kenntnisstand durch ein Zertifikat nachweisen können, haben Sie einen Qualifikationsnachweis, der Ihnen auf dem in- und ausländischen Arbeitsmarkt Vorteile bringt. Ferner ist es Voraussetzung für die Anerkennung von im Ausland erworbenen Brufsabschlüssen. Dieser Kurs bereitet an Hand von Beispieltests auf die B2-Prüfung von Telc vor. Trainiert werden die verschiedenen Fertigkeiten, die in der Prüfung verlangt werden. Je nach Bedarf kommen auch gezielte Übungen zur Festigung der Grammatik, des Wortschatzes und der Ausdrucksfähigkeit zum Tragen.
Prüfungstermin (schriftlich und mündlich): 27.06.18
Anmeldeschluss: 18.04.18

Beginn: Di., 10.04.18, 18:30-20:30 Uhr
8 Abende (22 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.36
Kosten: 107,20 €, inkl. Kopien
Belegung: 7-14

FA2164
Deutsch Mittelstufe 2
Vormittagskurs 2mal/Woche, Teil 1
Sabine Maidhof

Mittelpunkt neu B2, Lektion 6
Für Teilnehmende, die einen ausländischen Pflege- und Gesundheitsberuf haben und sich im Anerkennungsverfahren befinden, ist eine kostenlose Teilnahme möglich. Fragen Sie bitte nach.

Beginn: Mi, 21.02.18, 08:30-11:45 Uhr
10 Vormittage,
mittwochs und donnerstags (40 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 136,00 €
Belegung: 9-16

Neuer Veranstaltungsort

vhs FN K55
Max-Grünbeck-Haus,
Katharinenstr. 55



> Lageplan Nr. 2
Neuer Veranstaltungsort der vhs Friedrichshafen im Max-Grünbeck-Haus, Katharinenstr. 55, bei Stadtarchiv und Bodenseebibliothek.

FA2165
Deutsch Mittelstufe 2
Vormittagskurs 2mal/Woche, Teil 2
Sabine Maidhof

Mittelpunkt neu B2, Lektion 8
Für Teilnehmende, die einen ausländischen Pflege- und Gesundheitsberuf haben und sich im Anerkennungsverfahren befinden, ist eine kostenlose Teilnahme möglich. Fragen Sie bitte nach.

Beginn: Mi., 11.04.18, 08:30-11:45 Uhr
11 Vormittage,
mittwochs und donnerstags (44 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 149,60 €
Belegung: 9-16

FA2166
Deutsch Mittelstufe 2
Vormittagskurs 2mal/Woche, Teil 3
Sabine Maidhof

Mittelpunkt neu B2, Lektion 10
Für Teilnehmende, die einen ausländischen Pflege- und Gesundheitsberuf haben und sich im Anerkennungsverfahren befinden, ist eine kostenlose Teilnahme möglich. Fragen Sie bitte nach.

Beginn: Mi., 06.06.18, 08:30-11:45 Uhr
12 Vormittage,
mittwochs und donnerstags (48 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 163,20 €
Belegung: 9-16

FA2167
Deutsch Mittelstufe 2
Vormittagskurs, 4mal/Woche
Sabine Maidhof, Traude Bartenbach

Keine Onlineanmeldung!
Anmeldung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.
Mittelpunkt neu B2, Lektion 1
Der Kurs findet von Montag bis Donnerstag täglich mit 4 Unterrichtsstunden statt. Er wendet sich an Teilnehmende der Niveaustufe B1 und führt sie zu B2-Niveau.
Am Ende des Kurses steht die B2-Prüfung (telc) am 27.06.18, Anmeldeschluss 16.05.18.
Kursbesuch und Prüfungsteilnahme können aus Mitteln des Asyl-, Migrations- und Integrationsfonds (AMIF) und durch das Ministerium für Soziales und Integration Baden-Württemberg gefördert werden.

Beginn: Mo., 22.01.18, 08:30-11:45 Uhr
75 Vormittage (300 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)
Kosten: 360,00 €
Belegung: 9-18

Niveau C1

FA2180
Deutsch Mittelstufe 3
Vormittagskurs Teil 1
Bettina Gericke

Mittelpunkt C1, Lektion 5
Beginn: Fr., 23.02.18, 08:30-11:45 Uhr
7 Vormittage (28 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 103,60 €
Belegung: 9-16

FA2181
Deutsch Mittelstufe 3
Vormittagskurs Teil 2
Bettina Gericke

Mittelpunkt C1, Lektion 7
Beginn: Fr., 27.04.18, 08:30-11:45 Uhr
7 Vormittage (28 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 103,60 €
Belegung: 9-16

FA2182
Wiederholung und Festigung der Grammatik auf C1/C2-Niveau
Intensivkurs am Vormittag, Teil 1
Cordula Hofstätter

Übungsgrammatik für die Oberstufe / Hueber Verlag
Der Kurs wendet sich an Teilnehmende mit weit fortgeschrittenen Kenntnissen in der deutschen Sprache (Niveaustufe C1). Dabei liegt der Schwerpunkt auf der Übung und Vertiefung ausgewählter Bereiche der deutschen Grammatik, die erfahrungsgemäß besondere Schwierigkeiten bereiten.
Grundlage des Kurses bildet das Buch „Übungsgrammatik für die Oberstufe“ aus dem Hueber Verlag.

Beginn: Di, 20.02.18, 08:30-11:00 Uhr
10 Vormittage,
dienstags und donnerstags (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 111,00 €
Belegung: 9-16

FA2183
Wiederholung und Festigung der Grammatik auf C1/C2-Niveau
Intensivkurs am Vormittag, Teil 2
Cordula Hofstätter

Übungsgrammatik für die Oberstufe / Hueber Verlag
Beginn: Di, 10.04.18, 08:30-11:00 Uhr
10 Vormittage,
dienstags und donnerstags (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 111,00 €
Belegung: 9-16

FA2184
Wiederholung und Festigung der Grammatik auf C1/C2-Niveau
Intensivkurs am Vormittag, Teil 3
Cordula Hofstätter

Übungsgrammatik für die Oberstufe / Hueber Verlag
Beginn: Di, 05.06.18, 08:30-11:00 Uhr
10 Vormittage,
dienstags und donnerstags (42 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 111,00 €
Belegung: 9-16

FA2185
Deutsch Mittelstufe 3
Abendkurs
Bettina Gericke

Mittelpunkt C1, Lektion 5
Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 111,00 €
Belegung: 9-17

Niveau C2

FA2196
Vorbereitung auf das Goethe-Zertifikat C2
Dr. Bettina Kumpfert-Moore

Erkundungen C2
Das Goethe-Zertifikat C2 ist die anspruchsvollste Prüfung des Goethe-Instituts, die fundierte Kenntnisse der deutschen Sprache sowie das Wissen und Verstehen gesellschaftlicher und kultureller Zusammenhänge verlangt. Inhaber des Zertifikats können es weltweit als Beleg ihrer nahezu muttersprachlichen Deutschkenntnisse verwenden. Es hat internationalen Bekanntheitsgrad und wird weltweit von Arbeitgebern sehr geschätzt. Die schriftliche Prüfung besteht aus Aufgaben zum Leseverstehen, zum Hörverstehen und zum Schreiben.
Ein Schwerpunkt der mündlichen Prüfung liegt auf der Vorbereitung eines Vortragsthemas. Teilnehmer des Kurses verpflichten sich nicht für die Anmeldung zur Prüfung. Der Kurs ist auch offen für alle, die ihre guten sprachlichen Fertigkeiten verfeinern und mehr Gewandtheit im mündlichen und schriftlichen Ausdruck erlangen möchten.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE), bitte beachten: ab 16.04. findet der Kurs in Seminarraum 2 statt.
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)
Kosten: 126,00 €
Belegung: 9-16

Englisch

FA2200
Welchen Englischkurs soll ich besuchen?
Ulrike Müller von Kralik, Dorothee Turner, Gabriele Glocker

Wie gut sind meine Englischkenntnisse? Was ist übrig geblieben von Schule und evtl. früheren Kursbesuchen? Welches Niveau setzen die verschiedenen vhs-Kurse voraus? Zur Klärung dieser Fragen bietet die vhs Friedrichshafen Neueinsteigern, neben der Option einen Online-Einstufungstest zu machen, einen Beratungsabend an. Auf der Grundlage eines schriftlichen Einstufungstests und/oder eines Einstufungsgesprächs empfehlen erfahrene Kursleiterinnen den passenden Kurs. Für die Testbögen wird ein Kostenbeitrag von 2 € erhoben.
Ferner erhalten die Besucher Informationen über die Struktur der vhs-Sprachschule, über Prüfungsmöglichkeiten und methodisch-didaktische Fragen des Fremdsprachenunterrichts an der vhs.
Ohne Anmeldung.
Beginn: Do., 15.02.18, 18:30-20:00 Uhr
1 Termin (8 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)
Kosten: Eintritt frei
Belegung: 1-50

FA2201
Online-Einstufungstest Englisch

An der vhs Friedrichshafen wird ein kostenloser Online-Einstufungstest für die Sprache Englisch angeboten. Gehen Sie auf die Internetseite www.vhs-fn.de. Unter dem Menü „Prüfungen“ finden Sie den Link zum Online-Einstufungstest für Englisch.
Der Einstufungstest wird vom Hueber Verlag kostenlos angeboten. Nach dem Test bekommen Sie eine Empfehlung, welches Kursniveau zu Ihnen passt. Haben Sie noch Fragen oder finden Sie den richtigen Kurs im Programmheft nicht, dann rufen Sie gerne an und vereinbaren Sie eine persönliche Beratung.
Onlinetest jederzeit bequem von zu Hause aus möglich.

Niveau A1

FA2202
Englisch für die Grundbildung
Dorothee Turner

Easy English A 1.1, Unit 11
Sie wollten immer eine Fremdsprache erlernen, aber Sie haben sich bisher noch nicht getraut? Wir sagen: Es ist nie zu spät! In diesem Kurs wird bewusst langsam gelernt, mit vielen Wiederholungen und individueller Unterstützung. Außerdem werden dabei einfache Sätze und Redewendungen spielerisch eingeübt.
Vorkenntnisse (ca. 2 Semester) werden vorausgesetzt.

Beginn: Mo., 19.02.18, 20:00-21:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.32
Kosten: 96,00 €, Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich
Belegung: 9-16

FA2203
Englisch Grundstufe 1
Gaspar Segundo Cruz-Galvez

Next Starter, aktualisierte Ausgabe, Unit 1 Englisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse.
Beginn: Fr., 23.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2204
Englisch Grundstufe 2
Christina Schepkowski

Next Starter, aktualisierte Ausgabe, Unit 4
Beginn: Mi., 21.02.18, 18:15-19:45 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 01.360
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2205
Englisch Grundstufe 3
 Sylvia Reck
 Next A1, Unit 4
Beginn: Mo., 19.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2206
Englisch Grundstufe 4
 Andrea Veit
 Next A1, Unit 5
Beginn: Di., 20.02.18, 19:30-21:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 01.360
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2207
Englisch für den Urlaub
 Cornelia Ellem
 Lehrbuch: Englisch für den Urlaub
 Der Kurs Englisch für den Urlaub ist ideal für alle, die einen vertieften Einblick in die Landessprache ihres Reisezieles bekommen möchten. Vorkenntnisse werden vorausgesetzt (mind. 2–3 Semester an der vhs). Egal ob Sie in die Berge fahren oder ans Meer, in diesem Kurs werden wichtige Aspekte rund um das Thema Urlaub gelernt: Essen bestellen, im Hotel mit Einheimischen sprechen, nach dem Weg fragen. Der Kurs hebt weniger auf grammatikalische Vollständigkeit und Perfektion ab, als mehr auf den kommunikativen Umgang mit wichtigen Wörtern und Strukturen. Außerdem werden interkulturelle Aspekte berücksichtigt, die Ihre Reise und Kommunikation vereinfachen werden.
Beginn: Di., 20.02.18, 19:30-21:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.350
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

Die vhsAPP ist aktiv!

iPhone- und Android-Nutzer können über die vhsAPP Details zu den Kursen der vhs FN abrufen und online Kurse buchen. Die vhsAPP kann noch mehr: Sprachkenntnisse testen und mit einem interaktiven Lernbegleiter vertiefen.

Weitere Infos dazu finden Sie unter www.die-vhs-app.de.



FA2208
Bites of English
Wiederholungskurs A1
 Erika Brooke Klan
 Sie haben bereits 3–4 Semester an der VHS Englischkurse besucht und das Niveau A1 erreicht oder Sie besuchen schon einen Kurs und möchten Ihr Wissen erweitern? Mit „Bites of English“ werden Sie in drei Sitzungen Ihren Wortschatz über ein bestimmtes Thema vertiefen und die Kommunikation aktivieren. Das Thema in diesem Semester ist: English in a Restaurant – nicht nur Vokabeln aber auch Kultur und Erwartungen. Anmeldeschluss ist 15.02.18
Beginn: Do., 22.02.18, 18:30-20:00 Uhr
3 Abende (6 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.350
Kosten: 29,80 €
Belegung: 6-9

FA2209
Sprachliche Fitness erhalten
Sprachjogging Englisch
auf A1/A2-Niveau
Kleingruppenkurs am Abend
 Ulrike Müller von Kralik
 Dieser Kurs wiederholt und festigt in vielfältigen Übungen Wortschatz und Grammatik auf dem Niveau A1/A2. In abwechslungsreichen und kommunikativen Übungen fließt die Grammatik mit ein. Das freie Reden steht dabei im Vordergrund. Das Übungsmaterial ist lehrwerksunabhängig. Angesprochen sind Englischlernende am Übergang von A1- zu A2-Niveau, die die lange Sommerpause verkürzen wollen sowie alle, die ihre Englischkenntnisse reaktivieren und mehr Sicherheit in den Grundlagen der englischen Sprache erwerben möchten. Denn eine solide Basis ist die beste Voraussetzung für den weiteren Lernweg.
Beginn: Mo., 02.07.18, 17:45-19:15 Uhr
4 Termine (8 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 32,60 €, inkl. Kopien
Belegung: 7-12

Niveau A2
FA2220
Englisch Grundstufe 5
 Tsvetomira Ivanova
 Next A2/1, Unit 3
Beginn: Di., 20.02.18, 19:30-21:00 Uhr
15 Nachmittage (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.32
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2221
Englisch Grundstufe 6
 Tsvetomira Ivanova
 Next A2/1, Unit 3
Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2222
Englisch Wiederanfänger 2
 Erika Brooke Klan
 Next A2/1, Unit 3
 Dieser Kurs wiederholt Wortschatz und Grammatik von Anfang an, jedoch schneller und eingebettet in umfassenderen Texten und Dialogen als dies in richtigen Anfängerkursen der Fall ist. Teilnehmer sollten Vorkenntnisse von ca. 4–5 Jahren Englischunterricht mitbringen.
Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.360
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2223
Englisch Grundstufe 8
 Dorothee Turner
 Next A2/2, Unit 3
Beginn: Do., 22.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 04.380
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2224
Brush up your Grammar 1
Kleingruppe
 Christina Schepkowski
 Dieser Kurs kombiniert die Wiederholung sowie Festigung wichtiger grammatikalischer Strukturen – u. a. Fragebildung, korrekte Anwendung der Zeiten, Verneinung – mit abwechslungsreichen Kommunikationsanlässen (Dialoge, Rollenspiele, themenbezogene Diskussionen).
 Der Kurs eignet sich besonders gut für Teilnehmer, die bereits über Englischkenntnisse verfügen, aber mehr Sicherheit in Bezug auf das spontane Reden erlangen möchten. Ferner wendet sich der Kurs an alle, die ihre Englischkenntnisse insgesamt verbessern und erweitern möchten.
 Der Kurs arbeitet auf A2-Niveau.
Beginn: Mi., 21.02.18, 20:00-21:30 Uhr
12 Abende (24 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 01.360
Kosten: 90,80 €, inkl. Kopien, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 7-12

Niveau B1
FA2240
Brush up your Grammar 2
Kleingruppe
 Dorothee Turner
 You want to communicate in English, but sometimes you are uncertain in using the correct sentence structure. Then join this course! We will refresh important grammar aspects as pronouns, gerund, passive voice, if-clauses and indirect speech combined with diverse and interesting conversation exercises.
 In this way you will enlarge your speaking skills.
Beginn: Di., 20.02.18, 20:00-21:30 Uhr
12 Abende (24 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.31
Kosten: 88,80 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 7-12

FA2241
Englisch für Senioren
Mittelstufe 2
 Cornelia Ellem
 Next B1/1, Unit 3
 Eine Fremdsprache in der Gruppe lernen ist interessant und macht Spaß. Es hilft auf Reisen und hält fit. Ältere Menschen haben jedoch oft Bedenken, da sie den Eindruck haben, langsamer als andere vorankommen und „hinten dran“ zu sein. Daher bietet die VHS Englisch-Seniorenkurse an, zu denen die Teilnehmer ähnliche Lernvoraussetzungen mitbringen. In einem Lerntempo, das allen gerecht werden kann, werden Grammatik und Vokabular mit Spaß geübt.
Beginn: Fr., 23.02.18, 10:00-11:30 Uhr
15 Vormittage (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2242
Englisch Refresher Course 3
 Dorothee Turner
 Next B1/1, Unit 4
 Teilnehmer sollten Vorkenntnisse von ca. 6–7 Jahren Englischunterricht mitbringen.
Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 21.35
Kosten: 96,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 9-16

Fachkursförderung in der vhs-FN

Das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau Baden-Württemberg unterstützt berufliche Anpassungsfortbildungen aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds. Zuschüsse von 30% bzw. 50% sind möglich. Für Kurse, die durch das Förderprogramm Fachkurse unterstützt werden, können Sie einen Zuschuss von 30% der Kursgebühr erhalten, wenn Sie als Berufstätige oder als Berufstätiger in Baden-Württemberg wohnhaft oder beschäftigt sind. 50% Ermäßigung können Sie erhalten, wenn Sie darüber hinaus 50 Jahre oder älter sind.

Für die mit  gekennzeichneten Kurse hat die vhs Friedrichshafen diese Unterstützung beantragt. Fragen Sie nach.

Ihre Ansprechpartnerin: Babette Reitz, 07541-203-3408, reitz@vhs-fn.de

  **EUROPÄISCHE UNION**
 Unterstützt durch das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau Baden-Württemberg und aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.

FA2243
Englisch für Senioren
Konversationskurs
 Sylvia Reck
 Headway B1/1 und andere Texte für eine einfache Konversation
Beginn: Mo., 19.02.18, 16:15-17:45 Uhr
15 Nachmittage (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1. OG)
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2244
Willkommen to KEY!
 Wilma Menzies Sommer
 Key B1/1, Unit 10
Beginn: Mi., 21.02.18, 18:15-19:45 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1. OG)
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2245
English in the Afternoon
 Kim Beck
 Next B1/2
 Der Kurs findet alle 2 Wochen nachmittags (15:30–18:30 Uhr) statt und ist offen für alle, denen dieser zeitliche Rhythmus entgegen kommt.
Beginn: Mo., 19.02.18, 15:30-18:30 Uhr
7 Termine (28 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)
Kosten: 89,60 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 9-16

FA2246
Englisch
Mittelstufe 5
Intensiver Kleingruppenkurs Teil 1
 Gabriele Glocker
 Next B1/2, Unit 9,10
 Je häufiger die Gelegenheit besteht, die zu erlernende Sprache zu sprechen, desto besser. In der kleinen Gruppe von 6–9 Teilnehmern, wird Englisch sprechen schnell zur Selbstverständlichkeit.
 Der Kurs findet dienstags sowie an einigen Samstagvormittagen statt. Er wendet sich an fortgeschrittene Anfänger mit guten Vorkenntnissen und ist in drei aufeinander aufbauende Etappen unterteilt. Am Ende bzw. am Anfang einer jeden Etappe ist es möglich, den Kurs zu beenden bzw. neu einzusteigen.
Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr
5mal dienstags, 2mal samstags (18 UE), Samstagstermine: 24.02. und 17.03., 09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 4
Ort: vhs FN, Seminarraum 4 (1. OG)
Kosten: 90,00 €
Belegung: 6-9



FA2247
Englisch Mittelstufe 5 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 2

Gabriele Glocker
 Key B2/1, Units 1,2

Beginn: Di., 10.04.18, 18:30-20:00 Uhr
 5mal dienstags, 2mal samstags (18 UE),
 Samstagstermine: 14.04. und 28.04.,
 09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 4
 Ort: vhs FN, Seminarraum 4 (1. OG)
 Kosten: 90,00 €
 Belegung: 6-9



FA2248
Englisch Mittelstufe 5 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 3

Gabriele Glocker
 Key B2/1, Unit 3

Beginn: Di., 05.06.18, 18:30-20:00 Uhr
 5mal dienstags, 2mal samstags (18 UE),
 Samstagstermine: 09.06. und 30.06.,
 09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 4
 Ort: vhs FN, Seminarraum 4 (1. OG)
 Kosten: 90,00 €
 Belegung: 6-9



FA2249
Englisch für Senioren Mittelstufe 10

Dagmar Baus
 In Conversation I

sowie Wiederholung grammatikalischer Themen nach Wunsch. Topic 8
Beginn: Di., 20.02.18, 10:10-11:40 Uhr
 15 Vormittage (30 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)
 Kosten: 96,00 €
 Belegung: 9-16

FA2250
Englisch für Senioren Welcome to Easy Conversation

Dagmar Baus
 In Conversation I

Practise and improve your English while talking about various topics of every day life based on „In conversation I“. Topic 10
Beginn: Do., 22.02.18, 10:10-11:40 Uhr
 15 Vormittage (30 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
 Kosten: 96,00 €
 Belegung: 9-16

FA2251
Early Morning – Easy Conversation

Anne Kuypers
 In Conversation II, Topic 15

Beginn: Do., 22.02.18, 08:30-10:00 Uhr
 15 Termine (30 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1. OG)
 Kosten: 96,00 €
 Belegung: 9-16

FA2252
Small Talk in English, vormittags

Cornelia Ellem

Join in to have fun. We're going to talk about all kinds of things on the basis of Spotlight magazine.

Beginn: Di., 20.02.18, 08:30-10:00 Uhr
 15 Vormittage (30 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)
 Kosten: 96,00 €
 Belegung: 9-16

FA2253
Sommer vhs A summer trip! Englisch intensiv B1

Erika Brooke Klan

This intensive course is for everybody who wants to speak English and discover a (new) place, its history, geography, the local food&drinks and cultural highlights. With the help of videos, newspapers and articles you will be able to take this short and adventurous summer journey together with your classmates. If you have the level B1 (7 or 8 semesters at the VHS) and you are interested in discovering a new city or region come and take „a summer trip“ with us.

Anmeldeschluss ist 23.07.18
Beginn: Mo., 06.08.18, 09:00-12:15 Uhr
 5 Vormittage (20 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)
 Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
 Belegung: 6-9

FA2254
Cambridge Business English Certificate BEC Preliminary B1 Prüfungsvorbereitung, Teil 2

Gayle Hanslik

Success with BEC-Preliminary, Unit 5
 Der Kurs bereitet in zwei bis drei Semestern auf die BEC Preliminary-Prüfung vor, die erste Stufe der BEC-Suite. Ziel des Kurses ist es, berufliche Tätigkeiten, Arbeitsabläufe, Unternehmen, Produkte und Dienstleistungen auf einfachem Niveau beschreiben zu können. Die Teilnehmenden lernen, sich in Situationen mit ausländischen Geschäftspartnern auszudrücken, sei es am Telefon oder im persönlichen Gespräch. Auch die schriftliche Kommunikation (E-Mails und einfache Geschäftsbriefe) wird abgedeckt.

Das Prüfungsniveau ist vergleichbar mit dem Niveau der Mittleren Reife. Teilnehmer sollten Vorkenntnisse von ca. 5-6 Jahren Schulenglisch mitbringen. Die Teilnahme am Kurs verpflichtet nicht zur Prüfungsanmeldung. Weitere Informationen siehe FA2265
 Prüfungstermine und Anmeldeschluss siehe www.cambridgeenglish-bw.de



Beginn: Di., 20.02.18, 18:00-19:30 Uhr
 15 Abende (30 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)
 Kosten: 131,00 €, inkl. Kopien, (inkl. Teilnahmebescheinigung), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
 Belegung: 9-16

Niveau B2

FA2260
Englisch für Senioren

Tsvetomira Ivanova

Key B2/1, Unit 3 und Texte aus Spotlight
 Eine Fremdsprache in der Gruppe lernen ist interessant und macht Spaß. Es hilft auf Reisen und hält fit. Ältere Menschen haben jedoch oft Bedenken, dass ihnen der Spaß genommen wird, wenn sie in Sprachkursen langsamer als andere vorankommen und den Eindruck haben, „hinten dran“ zu sein. Daher bietet die vhs Englisch-Seniorenkurse an, zu denen die Teilnehmer ähnliche Lernvoraussetzungen mitbringen und in denen das Lerntempo allen gerecht werden kann.

Beginn: Mi., 21.02.18, 10:00-11:30 Uhr
 15 Vormittage (30 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)
 Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
 Belegung: 9-16



FA2261
English Conversation

Tsvetomira Ivanova

For learners wishing to practise and improve their spoken English. Discussions are in a relaxed atmosphere on a variety of subjects based mostly on newspaper articles and offer plenty of opportunity to talk. The course also aims to extend vocabulary and revise grammar.

Beginn: Mi., 21.02.18, 20:00-21:30 Uhr
 15 Abende (30 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
 Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
 Belegung: 9-16

FA2262
English Conversation in the Morning

Kim Beck

Have you got some free time on Monday morning? Would you like to talk about all kinds of things to all kinds of people? Does your knowledge of English grammar sometimes let you down? Then this is the course for you!

Using articles from Spotlight, newspapers and other sources, we have lively conversations in everyday English, on topics of interest to everyone.

Beginn: Mo., 19.02.18, 10:00-11:30 Uhr
 15 Vormittage (30 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
 Kosten: 96,00 €
 Belegung: 9-16

FA2263
Morning Conversation

Anne Kuypers

This mixed ability group works with „The Beacon“ magazine which offers short topical texts, idioms, biographies plus examples of authors writing in English, letters from the U.K. touching on holiday experiences at home and abroad and a few grammar exercises. We try to express ourselves in English only and spend about 10-20 mins. per session on key grammar points and vocabulary revision. The magazine will be ordered according to our needs.

Beginn: Do., 22.02.18, 10:15-11:45 Uhr
 15 Vormittage (30 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1. OG)
 Kosten: 97,50 €, inkl. Kopien
 Belegung: 9-16

FA2264
Lively Discussion Group

Ulrike Müller von Kralik

English conversation based on what's going on in the world, both locally and abroad using articles from English and American newspapers and magazines.

Beginn: Di., 20.02.18, 10:15-11:45 Uhr
 15 Vormittage (30 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1. OG)
 Kosten: 96,00 €
 Belegung: 9-16

FA2266
Modern Talking for Early Birds

Andrea Veit

- If you want to discuss current topics
- if you want to read varied texts
- if you want to refresh your grammar and enlarge your vocabulary

If you want to learn and laugh – join us!
Beginn: Mo., 19.02.18, 09:30-11:00 Uhr
 15 Vormittage (30 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
 Kosten: 96,00 €
 Belegung: 9-16

Cambridge-Prüfungen

FA2265
Cambridge-Prüfungen Einstufungsberatung und Online-Einstufungstest

Wenn Sie sich nicht sicher sind, welche der Prüfungen und der prüfungsvorbereitenden Kurse für Sie in Frage kommen, sollten Sie die Möglichkeit der individuellen Einstufungsberatung nutzen. Mit einem speziell für die Cambridge-Prüfungen konzipierten Test können wir Ihnen eine Empfehlung geben. Für den Test wird ein Kostenbeitrag von 2 € erhoben.

Ab diesem Semester wird ein kostenloser Online-Einstufungstest für die Cambridge Prüfungen (BEC) angeboten. Gehen Sie auf die Internetseite www.vhs-fn.de. Unter dem Menü „Prüfungen“ finden Sie den Link zum Online-Einstufungstest für Business English. Der Einstufungstest wird vom „Cambridge English Language Assessment“ kostenlos angeboten. Nach dem Test bekommen Sie eine Empfehlung, welches Kursniveau zu Ihnen passt. Haben Sie noch Fragen oder finden Sie den richtigen Kurs im Programmheft nicht, dann rufen Sie gerne an und vereinbaren Sie eine persönliche Beratung.

Bitte vereinbaren Sie einen Beratungstermin bei Frau Faneli 07541/2033411.

FA2254
Cambridge Business English Certificate BEC Preliminary B1 Prüfungsvorbereitung, Teil 2

Gayle Hanslik

Success with BEC-Preliminary, Unit 5
 Der Kurs bereitet in zwei bis drei Semestern auf die BEC Preliminary-Prüfung vor, die erste Stufe der BEC-Suite. Ziel des Kurses ist es, berufliche Tätigkeiten, Arbeitsabläufe, Unternehmen, Produkte und Dienstleistungen auf einfachem Niveau beschreiben zu können. Die Teilnehmenden lernen, sich in Situationen mit ausländischen Geschäftspartnern auszudrücken, sei es am Telefon oder im persönlichen Gespräch. Auch die schriftliche Kommunikation (E-Mails und einfache Geschäftsbriefe) wird abgedeckt.

Das Prüfungsniveau ist vergleichbar mit dem Niveau der Mittleren Reife. Teilnehmer sollten Vorkenntnisse von ca. 5–6 Jahren Schulenglisch mitbringen. Die Teilnahme am Kurs verpflichtet nicht zur Prüfungsanmeldung. Weitere Informationen siehe FA2265
 Prüfungstermine und Anmeldeschluss siehe www.cambridgeenglish-bw.de

Beginn: Di., 20.02.18, 18:00-19:30 Uhr
 15 Abende (30 UE)
 Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)
 Kosten: 131,00 €, inkl. Kopien, (inkl. Teilnahmebescheinigung), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
 Belegung: 9-16

Vorbereitung Cambridge-Prüfungen

Die vhs-Sprachschule bietet die prüfungsvorbereitenden Kurse für Englischprüfungen der University of Cambridge an. Die Prüfungen können bei einem der 12 Prüfungszentren abgelegt werden.

Weitere Infos dazu stehen im Internet unter www.cambridgeenglish-bw.de. Mit dem Zertifikat belegen die Inhaber, dass sie aktuelle und anwendungsorientierte Englischkenntnisse haben. Die Cambridge-Prüfungen haben weltweit ein sehr gutes Renommee. Bei vielen international arbeitenden Firmen ist die Vorlage eines Cambridge-Zertifikats ein Kriterium bei der Bewerberauswahl. Die allgemeinsprachlichen Prüfungen werden auf drei verschiedenen Niveaus angeboten:

Certificate in Proficiency (CPE) ist die anspruchsvollste Prüfung der Universität Cambridge, die nahezu muttersprachliche Kenntnisse bescheinigt. Auf der Skala des Europäischen Referenzrahmens hat sie C2-Niveau.	CPE
Certificate in Advanced English (CAE) liegt etwas oberhalb des Abiturniveaus. Auf der Skala des Europäischen Referenzrahmens hat sie C1-Niveau. Die Prüfung beinhaltet auch Themen aus der Arbeitswelt. An vielen Hochschulen in anglophonen Ländern ist die Prüfung als sprachlicher Nachweis für die Aufnahme eines Studiums anerkannt.	CAE
First Certificate in English (FCE) ist die am häufigsten abgelegte Prüfung. Ihr Niveau liegt etwas unterhalb des Abiturs. Auf der Skala des Europäischen Referenzrahmens hat sie B2-Niveau.	FCE

Auch bei den berufsorientierten Prüfungen (BEC) gibt es drei verschiedene Niveaus. Die Themen sind bei allen drei Prüfungen ähnlich, mit ansteigendem Niveau werden jedoch immer komplexere Strukturen, ein ausgefeilteres Vokabular, mehr Gewandtheit und Spontanität auch in weniger alltäglichen Situationen am Arbeitsplatz verlangt:

BEC Higher ist das höchste Niveau der BEC-Suite. Es liegt auf C1-Niveau und verlangt sehr gute Englischkenntnisse.	BEC Higher
BEC Vantage liegt in etwa auf Abiturniveau bzw. B2-Niveau auf der Skala des Europäischen Referenzrahmens.	BEC Vantage
BEC Preliminary liegt ungefähr auf dem Niveau der Mittleren Reife. Auf der Skala des Europäischen Referenzrahmens hat die Prüfung B1-Niveau.	BEC Preliminary

FA2267
Cambridge Business English Certificate BEC Vantage B2 Prüfungsvorbereitung



Nadine Küber
Success with BEC-Vantage, Unit 1
This course prepares participants for the BEC Vantage Certificate in two or three semesters. Dealing with job-oriented texts and situations, the topics covered include business tasks, the workplace and company-customer-relations, business travel, describing products and services, etc.. General language skills and grammar aspects will be revised. Participants should have intermediate language skills at a level between „Mittlere Reife“ and „Abitur“. Taking the exam is strictly optional. The course is also open to anyone wishing to improve their Business English. Newcomers are welcome – completion of part 1 ist not a precondition for doing part 2.
For further information look at FA2265 Prüfungstermine und Anmeldeschluss siehe www.cambridgeenglish-bw.de

Beginn: Do., 22.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)
Kosten: 129,00 €, (inkl. Teilnahmebescheinigung), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 9-16

Prüfungsvorbereitende Kurse und Prüfungen

Die Sprachenschule der vhs Friedrichshafen bietet folgende prüfungsvorbereitende Kurse an:

- Deutsch Test für Zuwanderer (DTZ) A2/B1
- Telc, B2
- Goethe-Zertifikat, C1
- Cambridge Certificate in Advanced English, C1
- Cambridge Business English Certificates, B1-C1

Informationen zu den Vorbereitungskursen finden Sie unter der jeweiligen Fremdsprache.

Folgende Prüfungen können an der vhs FN abgelegt werden:

- DTZ (B1): 20.07.18
Anmeldeschluss 10.06.18
- B2 Telc: 27.06.18
Anmeldeschluss 18.04.18
- Einbürgerungstests:
11.04.18 und 25.07.18

Bitte beachten Sie, dass es für alle Prüfungen einen Anmeldeschluss ca. 6 Wochen vor dem Prüfungstermin gibt.

Niveau C1

FA2280
Cambridge Business English Certificate BEC Higher C1 Prüfungsvorbereitung, Teil 1



Success with BEC-Higher, Unit 1
This course prepares participants for the BEC-Higher examination. The topics dealt with are similar to those of the BEC-Vantage, but require a greater range of linguistic knowledge and skill. Participants will practice how to handle a variety of routine and non-routine professional situations between themselves and work colleagues, and also customers. Some of these include justifying decisions, making and refusing offers, explaining company performance and products, etc. It is not necessary that you have participated in part 1. For further information look at FA2265. Participants are required to have upper-intermediate language skills, or the equivalent Abitur level ability.
Prüfungstermine und Anmeldeschluss siehe www.cambridgeesol-bw.de

Beginn: Di., 20.02.18, 19:30-21:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)
Kosten: 129,00 €, (inkl. Teilnahmebescheinigung), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 9-16

FA2281
English Conversation and More
Andrea Veit

Speakout, Upper Intermediate, Unit 8
This is a course for learners who want to practice all their English skills, talking and reading as well as a little bit of grammar. In an unstressed atmosphere we will read interesting articles, discuss current topics and we'll also watch topic related videos and enlarge our vocabulary. The modern book „Speakout“ offers lots of topics for lively discussions as well as typical English everyday situations and idioms.

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.36
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

Englisch für den Beruf

FA3401
Office communication (A2) Kompaktes Sprachtraining am Samstag



Gayle Hanslik
Dieses Kompakttraining wendet sich an Mitarbeitende im Sekretariatsbereich von Firmen, die mit Kunden und Kollegen im fremdsprachigen Ausland am Telefon, per Email und vor Ort zu tun haben. Entgegennehmen und Weiterleiten von Telefonaten, Aufnehmen von Mitteilungen, Terminvereinbarungen, Erteilen kurzer Auskünfte am Telefon, Empfang von Besuchern, small talk und Verstehen/Schreiben einfacher Emails stehen auf dem Programm.
Anmeldeschluss ist 01.03.18

Beginn: Sa., 10.03.18, 09:00-12:15 Uhr
Sa., 17.03.18, 09:00-12:15 Uhr
2 Termine (8 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)
Kosten: 50,80 €, inkl. Kopien, inkl. Teilnahmebescheinigung, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 6-10

FA3402
Englisch für Beruf und Alltag A2 Kleingruppenkurs
Dorothee Turner



Market Leader, Elementary, Unit 8
In diesem Kurs haben Sie Gelegenheit, Ihre allgemeinsprachlichen Englischkenntnisse zu wiederholen und in berufsorientierter Richtung auszubauen. Situationen und Themen des Lehrwerks sind der Berufswelt entnommen. Sie stellen den Rahmen, um die Grundlagen der englischen Grammatik, allgemeinsprachlichen Wortschatz und berufsspezifisches Vokabular zu trainieren. Dabei liegt ein Schwerpunkt auf den kommunikativen Fertigkeiten wie telefonieren, writing emails, Produkte beschreiben, Präsentationen, small talk. Der Kurs liegt auf A2-Niveau.

Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.31
Kosten: 111,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 7-12

FA3403
Englisch für Beruf und Alltag B1 Kleingruppenkurs



Dorothee Turner
Market Leader, Intermediate, Unit 5
You intend to gain more confidence in using English as a business language, then this course is suitable for you! Embedded in interesting topics and working with material from authentic sources such as 'The Financial Times' you will practise and improve your skills in the fields of telephoning, e-mail writing, giving presentations, participating in discussions and negotiating.

Beginn: Fr., 23.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)
Kosten: 111,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 7-12

FA3404
Business English Conversation B2 Kleingruppenkurs



Kim Beck
Do you use English every day at work and think nothing of it? But panic if you have to go out to lunch with English speaking visitors or chat with them during the tea break? Then this is the course for you! We'll learn how to use small talk effectively using the book socializing and small talk as a basis. We'll also have business related discussions based on texts from „Business Spotlight“ and various newspaper and magazine articles.

Beginn: Do., 22.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)
Kosten: 111,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 7-12

Fit für die Schule

FA3505
Ferien-Paukkurs Englisch Mittlere Reife

Gaspar Segundo Cruz-Galvez
Endspurt Mittlere Reife – der Kurs bietet knapp vor Toresschluss noch eine Übungsmöglichkeit für Kurzschnellgeschlossene. Geübt werden die geforderten schriftlichen Leistungsnachweise sowie gängige und immer wieder schwierige Kapitel der englischen Grammatik. Selbstverständlich haben die Teilnehmenden Gelegenheit, auch individuelle Fragen und Schwierigkeiten zu klären.

Beginn: Mo., 26.03.18, 09:00-12:15 Uhr
Di., 27.03.18, 09:00-12:15 Uhr
Mi., 28.03.18, 09:00-12:15 Uhr
3 Termine (12 UE), Ferienkurs
Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)
Kosten: 48,00 €
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 8-18

Abitur

auf dem zweiten Bildungsweg am **Kolping-Kolleg** tagsüber mit elternunabhängigem und darlehensfreiem BAFöG oder am **Abendgymnasium** im Abendunterricht

Fachhochschulreife

am **Berufskolleg** in einem Jahr tagsüber, oder abends in zwei Jahren

Berufsbegleitende Zusatzausbildung:

Fachschule für Sozialwirte

Beginn: Oktober 2018,
Unterricht (Fr + Sa), 14-täglich

Kolping-Bildungszentrum

Gartenstraße 16
88212 Ravensburg
Telefon 0751 560159-20
www.kolping-bildungszentrum-rv.de



Wir eröffnen Perspektiven.



Beste Qualifizierung mit der bbw-Gruppe

Mit dem integrierten Lernkonzept **Blended Learning** stehen den Teilnehmern alle Möglichkeiten eines individuellem Lernkonzepts in verschiedenen Fachbereichen offen. Fördermöglichkeiten über den Bildungsgutschein der Agentur für Arbeit.

BLENDED LEARNING

Vernetzung über Internet in Verbindung mit klassischen Lernmethoden/-medien. Persönlich zugeschnittene Lernarrangements in verschiedenen Fachbereichen (MS Office, Lexware, SAP, Teilqualifizierungen Metall/Lager, Personalwesen, Buchhaltung)

Persönliche Beratung
bfz gGmbH FN
Frau Pfanner
Herr Gillé
Tel. 07541-5019-0
E-Mail info-ubo@bfz.de



Berufliche Fortbildungszentren der Bayerischen Wirtschaft (bfz) gGmbH www.bfz.de

Französisch

FA2300

Online-Einstufungstest Französisch

An der vhs Friedrichshafen wird ein kostenloser Online-Einstufungstest für die Sprache Französisch angeboten. Gehen Sie auf die Internetseite www.vhs-fn.de. Unter dem Menü „Prüfungen“ finden Sie den Link zum Online-Einstufungstest für Französisch.

Der Einstufungstest wird vom Cornelsen Verlag kostenlos angeboten. Nach dem Test bekommen Sie eine Empfehlung, welches Kursniveau zu Ihnen passt. Haben Sie noch Fragen oder finden Sie den richtigen Kurs im Programmheft nicht, dann rufen Sie gerne an und vereinbaren Sie eine persönliche Beratung.

Onlinetest jederzeit bequem von zu Hause aus möglich.

Niveau A1

FA2302

Französisch Grundstufe 1 vormittags

Nadège Jacoulot

Perspectives A1, Unité 1
„Selbst auf Französisch ein Gläschen Wein auf einer Terrasse bestellen, endlich wissen, woraus ein cassoulet oder eine bouillabaisse besteht, mit dem Olivenverkäufer auf dem Markt etwas plaudern, mich mit meinen französischen Verwandten oder Freunden unterhalten, das möchte ich!“. Wenn Sie vormittags Zeit haben, und den späten Stunden die frühen zum Lernen vorziehen, können Sie in diesem Kurs ihre ersten Schritte in dieser schönen, melodischen Sprache wagen. Wir heißen Sie in diesem kommunikativen und kreativen Kurs willkommen!

Beginn: Di., 20.02.18, 10:05-11:35 Uhr

15 Vormittage (30 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)

Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien

Belegung: 9-16

FA2303

Französisch Grundstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 1

Tsvetomira Ivanova

Perspectives A1, Unité 1

Je häufiger die Gelegenheit besteht, die zu erlernende Sprache zu sprechen, desto größer sind die Lernfortschritte. In einer kleinen Gruppe von 6–9 Teilnehmern, durchschnittlich 5 Unterrichtsstunden/Woche und einer lernzielorientierten Unterrichtsmethode zeichnen sich rasche Lernerfolge ab.

Der Kurs findet dienstags und jeden zweiten Samstagvormittag statt. Er wendet sich an Anfänger ohne Vorkenntnisse. Er ist in drei aufeinander aufbauende Etappen unterteilt. Am Ende bzw. am Anfang einer jeden Etappe ist es möglich, den Kurs zu beenden bzw. neu einzusteigen.

Beginn: Di., 20.02.18, 18:00-19:30 Uhr, GZG, Zimmer D Z0.32

5mal dienstags, 2mal samstags (18 UE),

Samstagstermine: 24.02. und 10.03., 09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 1

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.32

Kosten: 90,00 €

Belegung: 6-9

Französischer Abend – Potpourri aus literarischen, gesanglichen und kulinarischen Besonderheiten

FA2301

Französischer Abend avec Jean-Philippe Devise et Marén Berg

Comme nouveauté attrayante la vhs Friedrichshafen et le Club Franco-Allemand Friedrichshafen vous présentera une soirée française.

Jean-Philippe Devise, écrivain français, lira des extraits en français et en allemand de son livre „Un détour et autres histoires – Ein Umweg und andere Geschichten“. Il offrira donc une délicatesse bilingue. Laissez-vous ravir par son art théâtral bien charmant! **Marén Berg**, chanteuse franco-allemande, donnera un spectacle enthousiasmant, enchaînant les grands succès des chansons françaises et allemandes, traduites et réinterprétées.

Als spannende Neuheit wird die vhs Friedrichshafen zusammen mit der Deutsch-Französischen Gesellschaft Friedrichshafen für Sie einen „Französischen Abend“ veranstalten.

Jean-Philippe Devise, französischer Schriftsteller, wird eine szenische Lesung aus seinem Buch „Un détour et autres histoires – Ein Umweg und andere Geschichten“ auf Französisch und auf Deutsch darbieten; es erwartet Sie ein zweisprachiger Leckerbissen. Lassen Sie sich von seiner Theaterkunst bezaubern! **Marén Berg**, deutsch-französische Sängerin, wird ein Feuerwerk aus deutsch-französischen Liedern für Sie entzünden, von ihr neu interpretiert und übersetzt.

Als kulinarische Abrundung erwartet Sie im Anschluss ein kleines Buffet mit französischen „amuse-gueules“ und Weinen aus Frankreich. Um das Buffet besser kalkulieren zu können, wird um telefonische Voranmeldung (07541 203 3434) oder per E-Mail (info@vhs-fn.de) bis So., 04.03.18 gebeten.

Termin: Do., 08.03.18, 19:00-22:00 Uhr,

1 Termin (4 UE)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 14,00 €

FA2304

Französisch Grundstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 2

Tsvetomira Ivanova

Perspectives A1, Unité 3

Beginn: Di., 10.04.18, 18:00-19:30 Uhr, GZG, Zimmer D Z0.32

5mal dienstags, 3mal samstags (22 UE),

Samstagstermine: 14.04., 28.04. und 12.05., 09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 1

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.32

Kosten: 110,00 €

Belegung: 6-9

Jean-Philippe Devise

Jenseits und diesseits des Rheins schienen die Rollen ein für allemal verteilt: Die Deutschen, sagt man, verehren ihre Komponisten und ihre Philosophen; die Franzosen rühmen sich mit ihren Schriftstellern. Der mehrfach ausgezeichnete Schriftsteller Jean-Philippe Devise ist Franzose, lebt in Rheinland-Pfalz und schreibt auch auf Deutsch. Und zwar nicht nur Rechnungen oder Emails, sondern auch Bücher. Dass ein Franzose seiner Muttersprache gelegentlich den kalten Rücken zeigt, um auch in der Sprache des Komponistenlands sein Glück bzw. das seiner Leser zu suchen, ist schon merkwürdig und entspricht nicht der klassischen, oben erwähnten Rollenverteilung, zumal er angibt, erst mit 27 Jahren mit dem germanistischen Idiom in Kontakt geraten zu sein. Auf jeden Fall verfügt diese Kreuzung zwischen einem Franzosen und der deutschen Sprache bereits über eine unverwechselbare Stimme, die sich durch eine Mischung aus Humor und Menschlichkeit auszeichnet.

Marén Berg

Marén Berg fühlt, denkt und singt deutsch-französisch, sie möchte ganz bewusst ein „musikalischer Bindestrich“ zwischen ihren beiden Ländern sein. Wie nebenbei liefert sie innerhalb ein und desselben Liedes die Übersetzung des Textes in die jeweils andere Sprache und macht so ihre Lieder auch einem fremdsprachenkundigen Publikum auf beiden Seiten des Rheins zugänglich. Ganz unterschiedliche musikalische Richtungen versteht sie so zu verdichten, dass sie eine harmonische Einheit ergeben. Alfred Grosser sagt ihr: „Ich möchte Ihnen meine Bewunderung aussprechen für die fabelhafte deutsch-französische Arbeit, die Sie geleistet haben und auch weiterhin tun. Und immer mit diesem musikalischen Gespür und der glücklichen Hand in der Auswahl Ihrer Lieder.“



FA2305

Französisch Grundstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 3

Tsvetomira Ivanova

Perspectives A1, Unité 5

Beginn: Di., 05.06.18, 18:00-19:30 Uhr, GZG, Zimmer D Z0.32

5mal dienstags, 2mal samstags (18 UE),

Samstagstermine: 09.06. und 23.06., 09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 1

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.32

Kosten: 90,00 €

Belegung: 6-9

Tipp für Weinkenner:

Ab dem 07.03.18 findet das Weinseminar „Frankreich – ein Weinparadies im Überblick“ statt. Weitere Info bitte siehe Kurs FA4803.

FA2306

Französisch Grundstufe 2 vormittags

Nadège Jacoulot

Perspectives A1, Unité 4

Wir wollten schon lange Französisch lernen. Im letzten Semester haben wir den Schritt gewagt, und nach einigen Erfolgserlebnissen lernen wir die Sprache weiter. Wir können jetzt hemmungslos im französischsprachigen Raum etwas im Restaurant bestellen, kurze Unterhaltungen führen, mit Zahlen umgehen ... und so lernen wir in angenehmer Runde weiter. Wir heißen Sie in diesem kommunikativen und kreativen Kurs willkommen; Sie sollten Vorkenntnisse von mind. einem VHS-Kurs haben.

Beginn: Di., 20.02.18, 08:30-10:00 Uhr

15 Vormittage (30 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)

Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien

Belegung: 9-16

FA2307

Französisch Grundstufe 4

Nadège Jacoulot

Perspectives A1, Unité 10

Wir wollten schon lange Französisch lernen. Letztes Jahr haben wir den Schritt gewagt, und nach einigen Erfolgserlebnissen lernen wir die Sprache weiter. Wenn Sie Ihrerseits „avec l'avion“ ou „avec la voiture“ reisen, wenn Sie sagen „je suis trente, quarante ans“ oder „je n'ai pas une voiture“, dann brauchen ihre Kenntnisse eine kleine Auffrischung! ... und wir laden Sie gerne zu unserem kreativen und kommunikativen Kurs ein. Sie sollten Vorkenntnisse von mind. drei vhs-Kursen haben. Humor, gute Laune, Rezipienten, das ist unser französisches Rezept für den Montagabend!

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:00-19:30 Uhr

15 Abende (30 UE)

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.33

Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien

Belegung: 9-16

FA2308

Französisch für den Urlaub

Christine Musch

Lehrwerk: Französisch für den Urlaub
Der Kurs „Französisch für den Urlaub“ ist ideal für alle, die einen vertieften Einblick in die Landessprache ihres Reisezieles bekommen möchten. Vorkenntnisse werden vorausgesetzt (mind. 2–3 Semester an der vhs). Egal ob Sie in die Berge fahren oder ans Meer, in diesem Kurs werden wichtige Aspekte rund um das Thema Urlaub gelernt: Essen bestellen, im Hotel mit Einheimischen sprechen, nach dem Weg fragen. Der Kurs hebt weniger auf grammatikalische Vollständigkeit und Perfektion ab, als mehr auf den kommunikativen Umgang mit wichtigen Wörtern und Strukturen. Außerdem werden interkulturelle Aspekte berücksichtigt, die Ihre Reise und Kommunikation vereinfachen werden. Bonnes vacances!

Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr

15 Abende (30 UE)

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.33

Kosten: 96,00 €

Belegung: 9-16

FA2309

Français en morceaux Wiederholungskurs A1

Nadège Jacoulot

Sie haben bereits 3–4 Semester an der VHS Französischkurse besucht und das Niveau A1 erreicht oder Sie besuchen schon einen Kurs und möchten Ihr Wissen erweitern? Mit „Français en morceaux“ werden Sie in drei Sitzungen Ihren Wortschatz über ein bestimmtes Thema vertiefen und die Kommunikation aktivieren. Das Thema in diesem Semester ist: Essen gehen.
Anmeldeschluss ist 28.05.18

Beginn: Di., 05.06.18, 18:00-19:30 Uhr

3 Abende (6 UE)

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.32

Kosten: 29,80 €, inkl. Kopien

Belegung: 6-9

FA2310

Französisch für Kinder, 7–12 Jahre

Tsvetomira Ivanova

Les Louistics, Bd. 1, Unité 1

Dieser Kurs bietet einen spielerischen und strukturierten Einstieg in die französische Sprache. Der Kurs eignet sich für Kinder von 7 bis 12 Jahren. Mit unterschiedlichen Aktivitäten, Spielen sowie Liedern werden die Kinder in die Sprachmelodie des Französischen eingeführt.

Beginn: Di., 20.02.18, 14:00-15:30 Uhr

12 Nachmittage (24 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1. OG)

Kosten: 91,20 €

ermäßigter Kinder-/Schülerpreis

Belegung: 6-9

Niveau A2

FA2320

Französisch Wiederanfänger 2

Valérie Helvy

Perspectives Allez-y! A2, Unité 1

Sie haben schon mal Französisch gelernt (ca. 2–4 Jahre) und möchten nach längerer Pause Ihre Kenntnisse wieder auf Vordermann bringen. Basierend auf dem Lehrwerk „Perspectives“ wiederholen Sie die Grundlagen des Französischen und erarbeiten sich zügig ein solides sprachliches Grundniveau, damit Sie wieder Freude am Sprechen der französischen Sprache finden.

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr

10 Abende (20 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 01.380

Kosten: 64,00 €

Belegung: 9-16

FA2321

Französisch Grundstufe 8

Nadège Jacoulot

Perspectives A2, Unité 8

Commander un verre de vin à la terrasse d'un petit café marseillais? ... das ist ja leicht! Réserver une chambre d'hôtel à Ajaccio? ... Kein Problem! Prendre le métro à Paris? ... Das kann ich auch. Und nun? Jetzt möchten Sie vielleicht die Sprache weiter erproben, auf Französisch austauschen, über sich und andere erzählen können, und so peu à peu in die leichte Konversation geführt werden. Wir befinden uns auf die Niveau-Stufe A2; Sie sollten présent, passé composé, imparfait und conditionnel kennen, oder circa sechs VHS-Kurse besucht haben. Wenn Sie uns auf unserem Weg begleiten möchten: un peu de grammaire, un grand nombre de mots, beaucoup de bonne humeur, c'est notre recette du jeudi soir!

Beginn: Do., 22.02.18, 19:30-21:00 Uhr

15 Abende (30 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.210

Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien

Belegung: 9-16

FA2322

Oui, je parle français!

Nadège Jacoulot

Le français, c'est une belle langue, riche et mélodieuse; c'est une langue qui peut m'aider au travail; c'est une langue qui me facilite l'apprentissage d'autres langues; la France est l'un des pays les plus visités au monde où moi aussi, j'aime aller. Alors oui, je parle français, comme plus de 200 millions de personnes sur les 5 continents. Pendant ce cours, nous choisissons des thèmes en commun avec notre professeur et utilisons des documents écrits et sonores, de courtes vidéos, des chansons. L'objectif du cours est de prendre plaisir à parler français sans rechercher la perfection: nous voulons com-

FA2406 Italienisch für den Urlaub

Astrid Bauer

Lehrbuch: Italienisch für den Urlaub
Der Kurs „Italienisch für den Urlaub“ ist ideal für alle, die einen vertieften Einblick in die Landessprache ihres Reisezieles bekommen möchten. Vorkenntnisse werden vorausgesetzt (mind. 2–3 Semester an der vhs). Egal ob Sie in die Berge fahren oder ans Meer, in diesem Kurs werden wichtige Aspekte rund um das Thema Urlaub gelernt: Essen bestellen, im Hotel mit Einheimischen sprechen, nach dem Weg fragen. In diesem Kurs sind grammatikalische Vollständigkeit und Perfektion weniger wichtig. Statt dessen steht der kommunikative Umgang mit wichtigen Wörtern und Strukturen im Mittelpunkt. Außerdem werden interkulturelle Aspekte berücksichtigt, die Ihre Reise und Kommunikation vereinfachen werden. Buone vacanze!

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:15-19:45 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)
Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 9-16

FA2407 Italienisch in der Mittagspause Wiederholungskurs A1

Dr. Albina Casoni

Intermezzo, Italienisch A1
Avete già pensato di fare la pausa di mezzogiorno, con un panino in una mano e il libro di italiano nell'altra? Bene, allora Vi aspetto! Il corso propone un ripasso e un approfondimento dell'italiano e getta le basi per la conversazione.

Beginn: Do., 22.02.18, 12:00-13:00 Uhr
10 Nachmittage (13,33 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)
Kosten: 64,00 €
Belegung: 6-9

Die vhsAPP ist aktiv!

iPhone- und Android-Nutzer können über die vhsAPP Details zu den Kursen der vhs FN abrufen und online Kurse buchen. Die vhsAPP kann noch mehr: Sprachkenntnisse testen und mit einem interaktiven Lernbegleiter vertiefen.

Weitere Infos dazu finden Sie unter www.die-vhs-app.de.

Niveau A1

FA2401 Italienisch Grundstufe 1

Sara Catauro

Nuovo Espresso, Bd. 1, Unità 1
Italienisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.350
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2402 Italienisch Grundstufe 2

Dr. Albina Casoni

Nuovo Espresso, Bd. 1, Unità 5

Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.31
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2403 Italienisch Grundstufe 3

Sara Catauro

Nuovo Espresso, Bd. 1, Unità 6

Beginn: Do., 22.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 01.380
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2404 Italienisch Grundstufe 4

Sabine Schultz

Nuovo Espresso, Bd. 1, Unità 9

Beginn: Di., 20.02.18, 18:50-20:20 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.35
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2405 Italiano in pillole Wiederholungskurs A1

Sara Catauro

Sie haben bereits 3–4 Semester an der VHS Italienisch besucht und das Niveau A1 erreicht oder Sie besuchen schon einen Kurs und möchten Ihr Wissen erweitern? Mit „Italiano in pillole“ werden Sie in drei Sitzungen Ihren Wortschatz über ein bestimmtes Thema vertiefen und die Kommunikation aktivieren. Das Thema in diesem Semester ist: Freizeitbeschäftigung.

Anmeldeschluss ist 27.06.18

Beginn: Mi., 04.07.18, 18:00-19:30 Uhr
3 Abende (6 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)
Kosten: 29,80 €, inkl. Kopien
Belegung: 6-9

Niveau B2

FA2360 Cours de conversation

Marie-Christine Rauner

Le sujet de conversation nous est offert par la lecture d'articles de journaux, par l'actualité et le quotidien de chacun. Vous mettez ainsi vos connaissances en application.

Beginn: Di., 20.02.18, 10:00-11:30 Uhr
15 Vormittage (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 9-16

Tipp für Weinkenner:

Ab dem 07.03.18 findet das Weinseminar „Frankreich – ein Weinparadies im Überblick“ statt. Weitere Info bitte siehe Kurs FA4803.

FA2361 Cours de conversation

Marie-Christine Rauner

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die Französisch in der Schule gelernt haben aber auch an Schüler, die ihr mündliches Abitur vorbereiten möchten.

Les thèmes de conversation nous sont livrés par l'actualité et par chaque participant. Nous mettons l'accent sur l'emploi de vocabulaire nouveau. Vous avez également la possibilité d'exercer votre expression orale par de courtes présentations si vous le désirez.

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:15-19:45 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)
Kosten: 97,50 €, inkl. Kopien
Belegung: 9-16

Italienisch

FA2400 Online-Einstufungstest Italienisch

An der vhs Friedrichshafen wird ein kostenloser Online-Einstufungstest für die Sprache Italienisch angeboten. Gehen Sie auf die Internetseite www.vhs-fn.de. Unter dem Menü „Prüfungen“ finden Sie den Link zum Online-Einstufungstest für Italienisch. Der Einstufungstest wird vom Hueber Verlag kostenlos angeboten. Nach dem Test bekommen Sie eine Empfehlung, welches Kursniveau zu Ihnen passt. Haben Sie noch Fragen oder finden Sie den richtigen Kurs im Programmheft nicht, dann rufen Sie gerne an und vereinbaren Sie eine persönliche Beratung.

Onlinetest jederzeit bequem von zu Hause aus möglich.

FA2341 Français le matin L'essentiel c'est de parler français !

Jeannine Barth

Prenons la parole, Unité 4
La lecture de textes faciles nous permettra de parler de thèmes actuels, de réviser quelques difficultés grammaticales et d'enrichir notre vocabulaire.

Beginn: Di., 20.02.18, 08:30-10:00 Uhr
12 Vormittage (24 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1. OG)
Kosten: 76,80 €
Belegung: 9-16

FA2342 Cours de conversation facile

Marie-Christine Rauner

L'accent est mis sur l'expression orale. L'actualité, le quotidien nous livrent les thèmes de discussion.

Beginn: Di., 20.02.18, 08:30-10:00 Uhr
15 Vormittage (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 9-16

FA2343 Sommer vhs La douce France Französisch intensiv B1

Sigrid Haas, Stimmtherapeutin und Stimmtrainerin

Ce cours intensif vous propose un tour de France imaginaire. Découvrez l'art de vivre de nos voisins français à travers leur patrimoine gastronomique et culturel. Une sélection de chansons vous permettra de goûter les saveurs de la cuisine française avec vos cinq sens! Des extraits de films et de textes choisis nous serviront pour agrémenteur notre menu de dégustation. Pour vous mettre l'eau à la bouche: Nous nous baladerons sur les marchés de Provence, danserons sur le Pont d'Avignon, ferons une halte en Auvergne, rêverons des vins de Bordeaux et goûterons des crêpes en Normandie, sans oublier les huîtres de Bretagne...

La fin de notre périple nous conduira à Paris, la Cité des lumières qui est toujours une fête. Niveau linguistique requis: B1 (7 ou 8 semestres chez la VHS). Anmeldeschluss 23.07.18

Beginn: Mo., 30.07.18, 09:00-12:15 Uhr
5 Vormittage (20 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 6-9

prendre et parler plus vite, et parallèlement améliorer la grammaire au niveau A2-B1 (imparfait-passé composé, pronoms, en et y, subjonctif, conditionnel, passif). Une pincée de grammaire, une grande portion de mots, un zeste d'humour, une bonne dose de bonne humeur, c'est notre recette du jeudi soir!

Beginn: Do., 22.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.210
Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 9-16

FA2323 Französisch lernen mit Krimis A2 Jouer au détective en lisant un roman policier Kleingruppenkurs

Christine Musch

Livre: Mille et un crimes von Dr. Marc Blancher (Compact Verlag)
Au fil des pages, nous rechercherons l'assassin avec le commissaire Cliquot. Une lecture facile et quelques exercices de grammaire qui vous permettront de réviser vos connaissances en s'amusant !

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
12 Abende (24 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.33
Kosten: 91,20 €
Belegung: 6-9

Niveau B1

FA2340 Prenons la parole !

Nadège Jacoulot

Le français, c'est la langue officielle de l'amour, une langue de l'ONU, de l'Europe, la langue de belles chansons, de grands écrivains, la langue de la gastronomie, du tourisme, du fromage ... le français, c'est une langue parlée sur les cinq continents, et c'est simple comme bonjour... Nous nous retrouvons chaque lundi pour partager notre intérêt commun pour la langue française. Le cours se base sur la compréhension et l'expression orales. Nous choisissons pour cela différents thèmes avec notre professeur et utilisons des supports variés: courtes vidéos, textes, documents sonores, chansons. Nous alternerons les séances: des thèmes intensifs pour enrichir notre vocabulaire, des thèmes du quotidien pour s'exprimer plus vite et plus facilement, et des thèmes fournis par l'actualité en France. Nous améliorons nos connaissances grammaticales au niveau A2-B1 (imparfait-passé composé, pronoms, en et y, subjonctif, conditionnel, passif). Notre but est de parler et comprendre le français sans souci de perfection.

Beginn: Mo., 19.02.18, 19:30-21:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.33
Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 9-16

Kleingruppenkurse

Sprachkurse auch für kleine und kleinste Gruppen! Die Fortführung von Sprachkursen muss nicht an der vorgegebenen Mindestteilnehmerzahl scheitern. Selbst Sprachkurse mit 4 Teilnehmern können stattfinden. Leider ist dies nicht ganz ohne Aufpreis möglich – aber der hält sich im Rahmen und ist leicht berechenbar! Die ausgeschriebene Kursgebühr braucht lediglich, wie angegeben, multipliziert werden:

- bei 8 Teilnehmern x 1,15
- bei 7 Teilnehmern x 1,3
- bei 6 Teilnehmern x 1,5
- bei 5 Teilnehmern x 1,8
- bei 4 Teilnehmern x 2,25

Beispiel: Kursgebühr nach Programmheft 96,00 € und Teilnehmerzahl 7. Das bedeutet 96,00 € x 1,3 = 124,80 € pro Person. Für die Festlegung des endgültigen Betrages ist die Anzahl der Anmeldungen maßgebend, die der vhs unmittelbar nach dem zweiten Kurstermin vorliegen.

Premium Line

- Wenn Sie sich für einen Kurs mit dem Label entscheiden, haben Sie Gelegenheit, die Sprache intensiver als in Standardkursen, d. h. mit mehr als zwei UE/Woche zu lernen.
- Lernen heißt, Wörter und Strukturen anwenden. Je häufiger Sie deren Anwendung üben, desto besser prägen sie sich ein.
- Sie sollten eine hohe Lernbereitschaft mitbringen, die Kurstermine regelmäßig besuchen und Zeit (ca. 1 Stunde/Woche) für häusliche Arbeit einplanen.
- So kann im Interesse aller zielgerichtet mit dem Blick nach vorne gearbeitet werden. Wiederholungen und Übungen sind gut und sinnvoll, sollten jedoch im Sinne des Vorankommens nicht überstrapaziert werden.
- Es erwartet Sie eine kleine Lerngruppe, wodurch Lernintensität und Lernerfolg zusätzlich gesteigert werden.
- Alles hat seinen Preis – aber immer gemäß dem Vorsatz, ein gutes Preis-/Leistungsverhältnis zu wahren.

Sprachberatung

Sprachkurse tagsüber – erst informieren – dann anmelden!
Neben den Einstufungsveranstaltungen in Deutsch und Englisch sowie den Online-Einstufungstests bietet die vhs tagsüber die Möglichkeit der Sprachenberatung. Bitte vereinbaren Sie einen Termin:
T: (07541) 203 34 34.

Rücktritt

Der Rücktritt von einem Sprachkurs muss schriftlich und spätestens vor dem zweiten Kurstermin erfolgen. Ansonsten müssen die Kursentgelte bezahlt werden. Bei Kursen, die 3 Termine und weniger haben, muss 7 Tage vor dem Veranstaltungstermin storniert werden.



FA2408
Sprachliche Fitness erhalten
Sprachjogging Italienisch
auf A1/A2-Niveau,
Kleingruppenkurs
 Dr. Albina Casoni

Dieser Kurs wiederholt und festigt in vielfältigen Übungen Wortschatz und Grammatik auf dem Niveau A1.

In abwechslungsreichen und kommunikativen Übungen fließt die Grammatik mit ein. Das freie Reden steht dabei im Vordergrund. Das Übungsmaterial ist lehrwerksunabhängig. Angesprochen sind Italienischlernende am Übergang von A1 zu A2-Niveau, die die lange Sommerpause verkürzen wollen sowie alle, die ihre Italienischkenntnisse reaktivieren und mehr Sicherheit in den Grundlagen der italienischen Sprache erwerben möchten. Denn eine solide Basis ist die beste Voraussetzung für den weiteren Lernweg.

Beginn: Di., 10.07.18, 18:30-20:00 Uhr
4 Abende (8 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)
Kosten: 31,10 €, (inkl. 3 € Kopien)
Belegung: 7-12

Sara Catauro

Sara ist gebürtige Italienerin. Von 2010 bis 2012 hat sie als Präsidentin des Vereins „Aria nuova multiculturale“ in Salerno Italienisch für Flüchtlinge unterrichtet. Von 2012 bis 2013 gab sie in England Privatunterricht in Italienisch. Seitdem ist sie als Dolmetscherin für ein italienisches Unternehmen auf Messen in Friedrichshafen tätig. Seit 2017 unterrichtet sie Italienisch an der vhs Friedrichshafen. Im Jahr 2017 belegte sie außerdem an der VHS Friedrichshafen die Dozenten-Fortbildungen zu den Themen „Kursgestaltung und Organisation“ und „Erwachsenenbildung an der VHS“. Sara liebt Sprachen und möchte ihren Kursteilnehmern nicht nur ein Gefühl für die italienische Sprache vermitteln – zusätzlich zu Grammatik und Vokabular –, sondern auch für die italienische Kultur und Lebensart. „Eine Sprache zu lernen bedeutet auch, mit Menschen in verschiedenen Ländern kommunizieren zu können und zusätzlich ist es ein hervorragendes Training für das Gehirn. Es macht mir großen Spaß, den Kursteilnehmern mein Heimatland Italien und seine Kultur näher zu bringen, ihre Fragen zu beantworten und die Kurse individuell und persönlich zu gestalten.“



Niveau A2

FA2420
Italienisch Grundstufe 5

Jeannine Barth

Nuovo Espresso Bd.2, Unità 1
 Die italienische Sprache klingt Ihnen vertraut, denn sie bereisen Italien oft und gerne und vielleicht sind Ihnen für das Verständnis auch Kenntnisse aus anderen Sprachen behilflich.

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:15-19:45 Uhr
12 Abende (24 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)
Kosten: 76,80 €
Belegung: 9-16

FA2421
Italienisch Grundstufe 5

Dr. Albina Casoni

Nuovo Espresso Bd.2, Unità 1
 Der Kurs ist für Wiedereinsteiger A1 geeignet. Die grammatikalischen Schwerpunkte werden wiederholt und vertieft.

Beginn: Di., 20.02.18, 20:00-21:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.31
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2422
Italienisch Grundstufe 6
vormittags

Dr. Albina Casoni

Lehrbuch wird am ersten Unterrichtstag bekannt gegeben.

Beginn: Do., 22.02.18, 08:30-10:00 Uhr
15 Vormittage (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2423
Italienisch Grundstufe 7

Daniela Gennari-Maier

Ripetizione della grammatica trattata in Espresso 2 e semplice conversazione.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.35
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2424
Italienisch Grundstufe 7

Sara Catauro

Das Lehrbuch wird am ersten Unterrichtstag bekannt gegeben.
 Der Kurs ist für Wiedereinsteiger A2 geeignet. Die grammatikalischen Schwerpunkte werden wiederholt und vertieft.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Termine (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.36
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2425
Italienisch Grundstufe 8

Irene Mommertz

Espresso Bd. 2, Unità 10
 Nach Abschluss der Lektion findet eine Wiederholung ausgewählter Teile von Espresso 2 statt. Im weiteren Verlauf des Kurses Einstieg in Nuovo Espresso Bd.3.

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.36
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2426
L'italiano in tasca!
Imparare l'italiano con
smartphone, tablet & Co.
Wiederholungskurs A2
 Rosa Faneli

Imparate volentieri con le nuove tecnologie? Questo è il corso che fa per voi. Con il giusto equilibrio tra metodo tradizionale e attività con le nuove tecnologie verrete a contatto con esercizi interattivi e risorse didattiche aperte. Questo corso si rivolge a coloro che hanno fatto corsi alla vhs per 6/7 semestri e vogliono ripassare l'italiano ad un livello A2. Non sono necessarie conoscenze nell'ambito dei nuovi media.

Portare a lezione il proprio Smartphone, Tablet e/o Laptop.
 Sie lernen gerne mit den „Neuen Medien“? Dann ist dieser Kurs der richtige für Sie! Hier lernen Sie interaktive Online-Übungen kennen und setzen frei zugängliche Bildungsmöglichkeiten im Internet ein.

Italienischkenntnisse auf A2- Niveau werden hierfür vorausgesetzt. Spezielle Kenntnisse im Bereich der Neuen Medien sind nicht notwendig. Mit Hilfe einer Mischung aus traditionellen und modernen Lernmethoden werden z. B.: Wortschatzerweiterung, mündliche Interaktion, schriftlicher Ausdruck usw. geübt. Bitte das eigene Smartphone, ein Tablet und/oder einen Laptop mitbringen.

Beginn: Mi., 11.04.18, 18:00-19:30 Uhr
10 Termine (20 UE)
Ort: vhs FN, E-Learning-Studio (2. OG)
Kosten: 97,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 6-9

FA2427
Caffè Italia – Info

Daniela Gennari-Maier

Wollten Sie schon immer in einem gemütlichen Ambiente mit netten Leuten Italienisch reden? Dann bietet Ihnen das „Caffè Italia“ die Möglichkeit dies zu tun. Einmal im Monat treffen sich die Teilnehmenden beim „Gessler 1862“ (Friedrichstraße 53) in Friedrichshafen. Insgesamt sind 4 Termine von Oktober bis Januar vorhergesehen. An jedem Termin wird ein anderes Thema behandelt:

1. Italiani a tavola (13.03.18)
2. Nord e Sud (17.04.18)
3. Stereotipi italiani (15.05.18)
4. Vacanze (19.06.18)

Kenntnisse auf Niveau A2/B1 (7–8 Semester an der VHS) werden vorausgesetzt. Je nach Zeit und Interesse können die Termine getrennt gebucht werden. Kosten je Termin: 16,50 € (inklusive einem heißen Getränk und Stück Kuchen)
 Bitte beachten Sie für jeden Termin den Anmeldeschluss.

Qui si parla italiano mangiando e bevendo!
Beginn: Mo., 01.01.18,
Ort: Gessler 1862, Friedrichstraße 53,
88045 Friedrichshafen

GESSLER

1862

GÖNN DIR EINE LERNPAUSE

BÜCHER TRINKEN - KAFFEE LESEN

Gessler1862 - Friedrichstraße 53 - 88045 Friedrichshafen +49 (0) 7541/7006-62 - www.gessler1862.de

FA2428
Caffè Italia – Italiani a tavola

Daniela Gennari-Maier

Abitudini e tradizioni culinarie degli italiani a tavola.

Anmeldeschluss ist 08.03.18

Beginn: Di., 13.03.18, 09:00-10:30 Uhr
1 Termin (2 UE)
Ort: Gessler 1862, Friedrichstraße 53,
88045 Friedrichshafen
Kosten: 16,50 €
Belegung: 6-9

FA2429
Caffè Italia – Nord e Sud

Daniela Gennari-Maier

Differenze di mentalità e modi di pensare tra gli italiani del Nord e quelli del Sud. Anmeldeschluss ist 12.04.18

Beginn: Di., 17.04.18, 09:00-10:30 Uhr
1 Termin (2 UE)
Ort: Gessler 1862, Friedrichstraße 53,
88045 Friedrichshafen
Kosten: 16,50 €
Belegung: 6-9

FA2430
Caffè Italia – Stereotipi italiani

Daniela Gennari-Maier

Luoghi comuni e cliché attribuiti agli italiani. Anmeldeschluss ist 10.05.18

Beginn: Di., 15.05.18, 09:00-10:30 Uhr
1 Termin (2 UE)
Ort: Gessler 1862, Friedrichstraße 53,
88045 Friedrichshafen
Kosten: 16,50 €
Belegung: 6-9

FA2431
Caffè Italia – Vacanze

Daniela Gennari-Maier

I diversi modi di intendere le vacanze a seconda dei propri interessi con riferimento ad esperienze personali. Anmeldeschluss ist 14.06.18

Beginn: Di., 19.06.18, 09:00-10:30 Uhr
1 Termin (2 UE)
Ort: Gessler 1862, Friedrichstraße 53,
88045 Friedrichshafen
Kosten: 16,50 €
Belegung: 6-9

Niveau B1

FA2440

Italienisch Mittelstufe 3

Sara Catauro

Allegro B1, Unità 6

Der Kurs wiederholt und vertieft die wichtigsten grammatikalischen Strukturen und den Wortschatz von B1-Niveau mit dem Lehrwerk Allegro Band 3.

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Termine (30 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)
Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 9-16

FA2441

Italienisch Mittelstufe 9

Daniela Gennari-Maier

Nel corso converseremo su temi d'interesse generale e d'attualità traendo spunto dalla lettura del testo „A voi la parola“. Avremo, inoltre, la possibilità di ripetere la grammatica trattata finora.

Beginn: Do., 22.02.18, 19:15-20:45 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 00.380
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2442

Conversazione, grammatica e antipasti

Peter Wurst

Keine Lektionsarbeit mehr! Unsere bunt gemischte Gruppe (Junge und jung Gebliebene, Männer und Frauen) befasst sich mit aktuellen Texten aus der italienischen Presse, liest kurze, spannende Romane, macht munter Konversation bei Antipasti und Wein und wiederholt wichtige Kapitel der italienischen Grammatik.

Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr
10 Abende (20 UE)

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.31
Kosten: 64,00 €
Belegung: 9-16

FA2443

Ripetizione della grammatica e semplice conversazione

Daniela Gennari-Maier

Nel corso ripeteremo ed approfondiremo la grammatica trattata finora. Avremo, inoltre, la possibilità di conversare su temi d'attualità e di interesse generale traendo spunto dalla lettura del testo „A voi la parola“.

Beginn: Mi., 21.02.18, 20:00-21:30 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 00.380
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2444

Italiano conversazione e grammatica, al mattino

Dr. Albina Casoni

Il corso è adatto a coloro, che vogliono approfondire la conoscenza della lingua italiana. La conversazione è libera o si basa su testi letterari, giornalistici e si alterna alla ripetizione della grammatica con esercizi adeguati. Presentazione di temi di attualità attraverso la visione di diapositive.

Beginn: Mi., 21.02.18, 08:30-10:00 Uhr
15 Vormittage (30 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2445

Sommer vhs La dolce vita Italienisch intensiv B1

Dr. Albina Casoni

La dolce vita non è solo un film. La dolce vita è una filosofia! Questo corso vi porterà a scoprire i significati e gli aspetti della vita italiana che si nascondono dietro queste parole „dolce“ e „vita“. Dalla buona cucina, allo stare insieme, bere un caffè o un limoncello: godersi la vita. Tutto però fatto con calma! Questo corso si rivolge a coloro che hanno già una conoscenza della lingua italiana ad un livello B1 (ca. 7-8 semestri presso la VHS). Attraverso una scelta di testi e/o video verranno discussi a lezione alcuni aspetti di questa filosofia di vita.

Beginn: Mo., 16.07.18, 09:00-12:15 Uhr
5 Vormittage (20 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 6-9

Niveau B2

FA2460

Ripetizione della grammatica e conversazione

Daniela Gennari-Maier

Nel corso ripeteremo ed approfondiremo la grammatica trattata finora. Avremo, inoltre, la possibilità di conversare su temi d'attualità e di interesse generale traendo spunto dalla lettura del testo „Benvenuti in Italia“.

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 00.380
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2461

Parliamo italiano!

Jeannine Barth

Universitalia 2.0, Bd.2, Unità 3

Il corso s'indirizza a persone che vogliono perfezionare le loro conoscenze della lingua

italiana, parlando di temi di attualità, dell'Italia di ieri e di oggi e leggendo un libro a scelta libera.

Beginn: Di., 20.02.18, 18:15-19:45 Uhr
12 Abende (24 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)
Kosten: 76,80 €
Belegung: 9-16

FA2462

Italienisch Lektüre und Konversation

Stefania Volta

Mittelschwere Texte zu aktuellen Themen, u. a. Zeitungstexte, sind Grundlage der Konversation. Begleitend werden einzelne Grammatikkapitel behandelt und geübt.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-20:00 Uhr
10 Abende (20 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)
Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 6-10

Russisch

Niveau A1

FA2501

Russisch Grundstufe 2 Kleingruppe

Lana Barth

Jasno, Bd. 1, Lektion 3

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.350
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-8

FA2502

Russisch Grundstufe 4 Kleingruppe

Tatjana Feyhl

Jasno, Bd. 1, Lektion 6

Beginn: Di., 20.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.35
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-8

FA2503

Russisch Grundstufe 6 Kleingruppe

Tatjana Feyhl

Jasno, Bd. 1, Lektion 9

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.35
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-8

FA2504

Russisch Lektüre, Konversation, Grammatik Kleingruppe

Lana Barth

Poechalil – Los geht's!, Bd. 1, Lektion 8

Beginn: Do., 22.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.360
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-8

Niveau B1

FA2505

Russisch Lektüre, Konversation, Grammatik Kleingruppe

Lana Barth

Wmeste 2, Lektion 4

Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 01.380
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-8

Spanisch

FA2600

Online-Einstufungstest Spanisch

An der vhs Friedrichshafen wird ein kostenloser Online-Einstufungstest für die Sprache Spanisch angeboten. Gehen Sie auf die Internetseite www.vhs-fn.de. Unter dem Menü „Prüfungen“ finden Sie den Link zum Online-Einstufungstest für Spanisch.

Der Einstufungstest wird vom Cornelsen Verlag kostenlos angeboten. Nach dem Test bekommen Sie eine Empfehlung, welches Kursniveau zu Ihnen passt. Haben Sie noch Fragen oder finden Sie den richtigen Kurs im Programmheft nicht, dann rufen Sie gerne an und vereinbaren Sie eine persönliche Beratung.

Onlinetest jederzeit bequem von zu Hause aus möglich.

Niveau A1

FA2601

Spanisch Grundstufe 1

Gaspar Segundo Cruz-Galvez

Perspectivas ¡Ya! A1, Unidad 1

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.32
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2602

Spanisch Grundstufe 2

Ana Ruttloff de Pedro

Perspectivas ¡Ya! A1, Unidad 5

Beginn: Mi., 21.02.18, 20:00-21:30 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.360
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2603

Spanisch Grundstufe 2

Yulbrai Coromoto Froilan-Müller

Perspectivas ¡Ya! A1, Unidad 5

Beginn: Do., 22.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 04.360
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2604

Spanisch Grundstufe 3

Yulbrai Coromoto Froilan-Müller

Perspectivas A1, Unidad 10

Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.210
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2605

Spanisch Grundstufe 4 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 1

Marixa Jehle

Perspectivas A1, Unidad 13

Je häufiger die Gelegenheit besteht, die zu erlernende Sprache zu sprechen, desto größer sind die Lernfortschritte. In einer kleinen Gruppe von 6–9 Teilnehmern, durchschnittlich 5 Unterrichtsstunden/Woche und einer lernzielorientierten Unterrichtsmethode zeichnen sich rasche Lernerfolge ab. Der Kurs findet donnerstags und jeden zweiten Samstagvormittag statt. Er wendet sich an Anfänger mit Vorkenntnissen. Er ist in drei aufeinander aufbauende Etappen unterteilt. Am Ende bzw. am Anfang einer jeden Etappe ist es möglich, den Kurs zu beenden bzw. neu einzusteigen.

Beginn: Do., 22.02.18, 18:00-19:30 Uhr
5mal donnerstags, 2mal samstags (18 UE),

Samstagstermine: 24.02. und 10.03., 09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 2

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.350
Kosten: 90,00 €
Belegung: 6-9

FA2606

Spanisch Grundstufe 4 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 2

Marixa Jehle

Perspectivas A1, Unidad 14

Beginn: Do., 12.04.18, 18:00-19:30 Uhr
5mal donnerstags, 3mal samstags (22 UE),
Samstagstermine: 14.04., 28.04. und 12.05., 09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 2
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.350
Kosten: 110,00 €
Belegung: 6-9

FA2607

Spanisch Grundstufe 4 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 3

Marixa Jehle

Perspectivas A1, Unidad 15

Beginn: Do., 07.06.18, 18:00-19:30 Uhr
5mal donnerstags, 2mal samstags (18 UE),
Samstagstermine: 09.06. und 23.06., 09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 2
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.350
Kosten: 90,00 €
Belegung: 6-9

FA2608

Spanisch Grundstufe 4

Elsa Cortijo de Waibel

Perspectivas A1, Unidad 12

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
12 Abende (24 UE)

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.31
Kosten: 76,80 €
Belegung: 9-16

FA2609

Spanisch für den Urlaub

Marixa Jehle

Lehrbuch: Buen viaje, Unidad 1

Dieser Kurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse hat das Ziel, an 15 Abenden den für die Reise notwendigen Wortschatz und die wichtigsten grammatikalischen Grundkenntnisse zu vermitteln. Das Unterrichtsprogramm ist in sich abgeschlossen und ermöglicht es dem Teilnehmer, sich in den häufigsten Situationen, in die er als Reisender kommen kann, sprachlich zurechtzufinden. Der Kurs hebt weniger auf grammatikalische Vollständigkeit und Perfektion ab, als mehr auf den kommunikativen Umgang mit wichtigen Wörtern und Strukturen. Der Kurs umfasst ferner hilfreiche landeskundliche Hinweise. Buenas vacaciones!

Beginn: Do., 22.02.18, 19:30-21:00 Uhr
15 Abende (30 UE)

Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.350
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

Niveau A2

FA2620 Spanisch Grundstufe 5 Ana Rutloff de Pedro

Perspectivas ¡Ya! A2, Unidad 1
Beginn: Mo., 19.02.18, 19:30-21:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.36
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2621 Spanisch Grundstufe 9 Ana Rutloff de Pedro

Perspectivas A2, Unidad 15
Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.360
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2622 Empezamos a conversar en Español Pola Emmert

Dieser Kurs ist geeignet für Personen die das Niveau A2 abgeschlossen haben. Sie werden das Gelernte ohne Druck mit Übungen von alltäglichen Situationen anwenden und einfache Konversationen üben.
Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 00.380
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

FA2623 Encantado Singend Spanisch lernen

Sigrd Haas
Effektives und ganzheitliches Lernen mit Körper, Herz und Stimme
In jeder Stunde erwarten Sie eine Reihe von Liedern, die Sie in erprobten und einfachen Schritten in ein Thema einführen. Dabei gilt: Spaß und Kommunikation sind wichtiger als Perfektion. Tauchen Sie anhand von Liedern in den Klang und Rhythmus der spanischen Sprache ein. Festigen Sie das Gehörte durch Dialoge, Textarbeit und interaktive Übungen für Körper, Stimme und Atmung. Optimieren Sie Ihre Aussprache und meistern Sie das rolende R. Werden Sie stolz wie ein Spanier und lernen Sie, beim Sprechen Selbstbewusstsein und Präsenz zu zeigen. Für Teilnehmer mit A1/A2 Niveau. Musikalische Vorkenntnisse sind nicht notwendig.
Beginn: Mo., 26.02.18, 18:45-21:15 Uhr
4 Abende (12 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3. OG)
Kosten: 43,50 €, inkl. Kopien
Belegung: 8-15

Niveau B1

FA2640 Spanisch Mittelstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 1

Vera Miller-Zang
Perspectivas B1, Unidad 2
Je häufiger die Gelegenheit besteht, die zu erlernende Sprache zu sprechen, desto größer sind die Lernfortschritte. In einer kleinen Gruppe von 6–9 Teilnehmern, durchschnittlich 5 Unterrichtsstunden/Woche und einer lernzielorientierten Unterrichtsmethode zeichnen sich rasche Lernerfolge ab. Der Kurs findet mittwochs und jeden zweiten Samstagvormittag statt. Er wendet sich an fortgeschrittene Lerner. Er ist in drei aufeinander aufbauende Etappen unterteilt. Am Ende bzw. am Anfang einer jeden Etappe ist es möglich, den Kurs zu beenden bzw. neu einzusteigen.
Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
5mal mittwochs, 2mal samstags (18 UE),
Samstagstermine: 24.02. und 10.03.,
09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 5
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.32
Kosten: 90,00 €
Belegung: 6-9

FA2641 Spanisch Mittelstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 2

Vera Miller-Zang
Perspectivas B1, Unidad 4
Je häufiger die Gelegenheit besteht, die zu erlernende Sprache zu sprechen, desto größer sind die Lernfortschritte. In einer kleinen Gruppe von 6-9 Teilnehmern, durchschnittlich 5 Unterrichtsstunden/Woche und einer lernzielorientierten Unterrichtsmethode zeichnen sich rasche Lernerfolge ab. Der Kurs findet mittwochs und jeden zweiten Samstagvormittag statt. Er wendet sich an fortgeschrittene Lerner. Er ist in drei aufeinander aufbauende Etappen unterteilt. Am Ende bzw. am Anfang einer jeden Etappe ist es möglich, den Kurs zu beenden bzw. neu einzusteigen.
Beginn: Mi., 11.04.18, 18:30-20:00 Uhr
6mal mittwochs, 3mal samstags (24 UE),
Samstagstermine: 14.04., 28.04. und 12.05.,
09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 5
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.32
Kosten: 120,00 €
Belegung: 6-9

FA2642 Spanisch Mittelstufe 1 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 3

Vera Miller-Zang
Perspectivas B1, Unidad 7
Je häufiger die Gelegenheit besteht, die zu erlernende Sprache zu sprechen, desto größer

sind die Lernfortschritte. In einer kleinen Gruppe von 6–9 Teilnehmern, durchschnittlich 5 Unterrichtsstunden/Woche und einer lernzielorientierten Unterrichtsmethode zeichnen sich rasche Lernerfolge ab. Der Kurs findet mittwochs und jeden zweiten Samstagvormittag statt. Er wendet sich an fortgeschrittene Lerner. Er ist in drei aufeinander aufbauende Etappen unterteilt. Am Ende bzw. am Anfang einer jeden Etappe ist es möglich, den Kurs zu beenden bzw. neu einzusteigen.
Beginn: Mi., 06.06.18, 18:30-20:00 Uhr
5mal mittwochs, 2mal samstags (18 UE),
Samstagstermine: 09.06. und 23.06.,
09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 5
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.32
Kosten: 90,00 €
Belegung: 6-9

FA2643 Spanisch leichte Konversation Kleingruppenkurs

Pola Emmert
Wir wiederholen und festigen die Grammatik, um mit dem Niveau B1 fortzufahren. Ziel ist flüssiger und frei zu sprechen. Dazu werden wir aktuelle Themen bearbeiten.
Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.32
Kosten: 151,50 €, inkl. Kopien
Belegung: 6-9

FA2644 Spanisch einfache Konversation Ana Rutloff de Pedro

Lektüre einfacher Kurzgeschichten und Konversation, Wiederholung und Vertiefung der Grammatik nach Bedarf.
Beginn: Mo., 19.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.36
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

Niveau C1

FA2680 Conversación en español sobre temas actuales

Micaela Apfelbacher
Si hablas español con fluidez, quieres practicarlo y ampliar tu vocabulario estarás bien en este curso. Trabajamos con temas actuales, diferentes materiales. Gramática no es el punto fuerte en este curso, pero si es necesario repetimos y aclaramos dudas.
Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.31
Kosten: 96,00 €
Belegung: 9-16

Den Ehrenamtsbonus können Sie für folgende Kurse erhalten:

- PowerPoint 2016 Grundlagen
19.02.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3722M
- Englisch für die Grundbildung
19.02.18 / 20:00-21:30 Uhr > FA2202
- Arabisch Grundstufe 2 – Kleingruppe
21.02.18 / 20:00-21:30 Uhr > FA2701
- Computer-Einführungskurs „60plus“
23.02.18 / 09:30-11:45 Uhr > FA3704M
- Word 2016 Grundlagen
12.03.18 / 18:00-21:30 Uhr > FA3715M
- Excel 2016 Grundlagen
13.03.18 / 18:00-21:30 Uhr > FA3718M
- Computer-Auffrischkurs „60plus“
03.05.18 / 09:30-11:45 Uhr > FA3705M
- Modernes Arbeiten mit der Google Online-Office Suite
05.05.18 / 09:00-16:00 Uhr > FA3732M
- Richtige und effektive Datensicherung
14.06.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3714M
- Digitale Bildbearbeitung mit GIMP – Grundkurs
02.07.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3747M

Andere Fremdsprachen

FA2701 Arabisch Grundstufe 2 Kleingruppe

Karam Sharbat
Salam! neu A1-A2, Lektion 3
Arabisch ist eine der ältesten Sprachen der Welt, entdecken Sie ihre Magie. Arabisch lesen, sprechen, schreiben und verstehen ermöglichen Ihnen die Kultur und das Handeln von Millionen von Menschen aus über 20 Ländern der Erde kennenzulernen. Der Kurs führt Sie Schritt für Schritt an die arabische Sprache heran. Es werden Wörter und Strukturen für einfache Dialoge in verschiedenen Lebenssituationen vermittelt. Zudem lernen Sie die arabische Schrift zu lesen und zu schreiben. Der Dozent ist Muttersprachler. Die im Kurs gewählte Sprache ist modernes Hocharabisch und dadurch in allen arabischen Ländern hilfreich.
Beginn: Mi., 21.02.18, 20:00-21:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)
Kosten: 144,00 €, Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich
Belegung: 5-12

FA2702 Arabisch Grundstufe 3 Kleingruppe

Karam Sharbat
Salam! neu A1-A2, Lektion 5
Beginn: Di., 20.02.18, 20:00-21:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-12

FA2703 Arabisch Grundstufe 4, Kleingruppe

Karam Sharbat
Salam! neu A1-A2, Lektion 7
Beginn: Fr., 23.02.18, 16:00-17:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 4 (1. OG)
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-12

FA2704 Chinesisch Grundstufe 2 Kleingruppe

Hua Gong-Müller
Unvergessliches Chinesisch, Stufe A, Lektion 8, Buch B
Beginn: Fr., 23.02.18, 20:00-21:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-8

FA2705 Chinesisch Grundstufe 4 Kleingruppe

Hua Gong-Müller
Unvergessliches Chinesisch, Lektion 6, Buch A
Beginn: Fr., 23.02.18, 17:00-18:30 Uhr
10 Abende (20 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)
Kosten: 96,00 €
Belegung: 5-8

FA2706 Chinesisch Grundstufe 8 Kleingruppe

Hua Gong-Müller
Unvergessliches Chinesisch, Lektion 4, Buch D
Beginn: Fr., 23.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-8

FA2707 Türkisch für den Urlaub A1 Kleingruppe

Emel Coban
Haydi Tatile!, Lektion 1
Beginn: Di., 20.02.18, 19:00-20:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.32
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-8

FA2708 Türkisch Grundstufe 2, Kleingruppe

Sibel Kazankaya
Kolay gelsin, Lektion 3
Beginn: Do., 22.02.18, 19:00-20:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.390
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-8

FA2709 Türkisch Grundstufe 5, Kleingruppe

Sibel Kazankaya
Kolay gelsin, Lektion 11
Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.380
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-8

FA2710 Türkisch Grundstufe 5, Kleingruppe

Emel Coban
Kolay gelsin, Lektion 12
Beginn: Mo., 19.02.18, 19:00-20:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.31
Kosten: 144,00 €
Belegung: 5-8

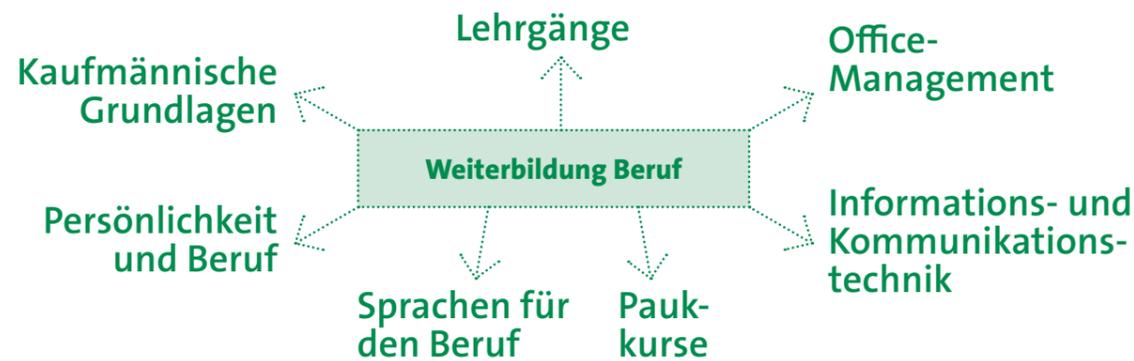
FA2711 Schwedisch für Anfänger A1 Kleingruppe Kompaktkurs Bildungszeit

Anne-Cathrine Klenner
Välkommen – Willkommen zum Schwedischkurs für Anfänger!
In diesem Kurs lernen Sie die Basics der schwedischen Sprache kennen. Wir tasten uns gemeinsam an die Sprache heran, lernen uns in Alltagsthemen und auch während eines Schwedenurlaubes zu verständigen. Weiterhin erfahren Sie viel Wertvolles zur schwedischen Mentalität, Traditionen und Bräuchen und zur Landeskunde. So entdecken wir gemeinsam die schwedische Sprache und auch die Heimat der Elche, das Land der vielen Seen und roten Holzhäuser.
Anmeldeschluss ist 27.04.18
Beginn: Sa., 05.05.18, 09:00-16:15 Uhr
Do., 26.07.18, 09:00-16:15 Uhr
2 Termine (18 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 82,00 €, inkl. Kopien
Belegung: 7-12

Bildungszeit

Bildungszeit kann für berufliche und politische Weiterbildung sowie für die Qualifizierung zum und im Ehrenamt genommen werden. Die meisten Beschäftigten in Baden-Württemberg haben einen Anspruch darauf, sich zur Weiterbildung von ihrem Arbeitgeber an bis zu fünf Tagen pro Jahr freistellen zu lassen. Während der Bildungszeit wird das Arbeitsentgelt weiter gezahlt. Wer unter welchen Bedingungen Bildungszeit nehmen kann, ist im Gesetz im Detail geregelt – bitte lesen Sie dort nach, was für Sie persönlich zutrifft.
Unter www.bildungszeitgesetz.de finden Sie alle Informationen zur Bildungszeit.

Weiterbildung Beruf



Firmenseminare

FA3100 Firmenschulungen, Inhouse Seminare, Einzelcoachings

Die vhs Friedrichshafen ist seit über 20 Jahren eine anerkannte Anlaufstelle für Unternehmen und Behörden, wenn es um die Durchführung von PC-Schulungen geht.

Durch die langjährige erfolgreiche Zusammenarbeit ist sie mittlerweile exklusiver Seminaranbieter für einige Großunternehmen und KMUs im Microsoft Office und Adobe Bereich geworden.

Welche Vorteile ergeben sich für Ihre Firma/Ihr Unternehmen bei der Buchung eines Seminars bei der vhs?

- Sie erhalten speziell auf die Bedürfnisse Ihrer Firma angepasste Inhalte und Zeitplan.

So binden wir z. B. Beispiele und Vorlagen aus Ihrem Arbeitsalltag in das Schulungskonzept ein und beraten Sie bei der optimalen Zusammenstellung der Schulungsgruppen.

- Sie buchen zu einem Festpreis bei variabler Gruppengröße (4–14 Personen).

- Für Einzelpersonen und Kleingruppen bieten wir bewährte Einzelcoachings zu vielen Themenbereichen.

- Wir setzen in unseren Seminaren ausschließlich erfahrene professionelle Trainer ein, die über eine langjährige Erfahrung in Firmenschulen verfügen.

- Alle Seminare finden in modernen, erwachsenengerechten Schulungsräumen der vhs statt.

Gerne kommen wir aber auch direkt zu Ihnen in die Firma (Inhouse).

- Sie erhalten garantierte Qualität: Die vhs ist zertifiziert nach ISO 9001:2015 und AZAV.

Welche Seminare können wir für Ihre Firma/Ihr Unternehmen anbieten?

Grundsätzlich schulen wir alle Inhalte unserer offenen Schulungen auch als individuelle

Firmenschulungen, Inhouse Seminare, Einzelcoachings. Eine Vielzahl möglicher Themen, die unsere Trainer/innen unterrichten, sind allerdings für eine Aufnahme in das offene Schulungsprogramm zu speziell.

Diese Kurse wurden in den letzten Jahren am häufigsten von Firmen gebucht:

- PC-Qualifikation Excel Grundlagen/ Fortgeschrittene/Spezialthemen (z. B. Pivot)
- PC-Qualifikation PowerPoint Grundlagen/ Fortgeschrittene
- PC-Qualifikation Outlook (inkl. Teamfunktionen)
- PC-Qualifikation Umstieg auf Windows 10 und Office 2016
- Crashkurs Tastschreiben (nur 4 Termine mit 90 Min.)

Dauer:

Je nach Gruppe u. Inhalt ca. 1–2 Tage
Rufen Sie an – gerne beraten wir Sie unverbindlich (Dieter Walter, T: (07541) 203 3409)!

Beginn: Termine nach Vereinbarung

Lehrgänge

FA3101 Geprüfte Rechtsfachwirtin

Die Städtische vhs Friedrichshafen bietet ab April 2018 wieder einen Lehrgang an, der auf die Kammerprüfung zur „Geprüften Rechtsfachwirtin“ vorbereitet.

Bei der Rechtsfachwirtin handelt es sich um einen qualifizierte Rechtsanwaltsfachangestellte, die die Kanzlei leitet und den Anwalt in gleicher Form entlastet wie der Rechtspfleger den Richter. Die Rechtsfachwirtin verfügt über ein vertieftes branchenspezifisches Wissen, das sie zur Erfüllung qualifizierter Sachaufgaben befähigt.

In der täglichen Praxis übernehmen geprüfte Rechtsfachwirte ganz unterschiedliche Aufgaben selbständig und eigenverantwortlich. Auf Grund ihrer Qualifikation leitet sie das

Sekretariat, organisieren den Arbeitsablauf in der Kanzlei, übernimmt die Urlaubseinteilung der Mitarbeiter und sind für die Auszubildenden zuständig.

Die Ausbildung zur Rechtsfachwirtin vertieft das Wissen in den Kernpunkten Kosten- und Gebührenrecht, Prozessrecht und Zwangsvollstreckung. Praxisnah vermittelt der Lehrgang Kenntnisse in der Mandantenbetreuung und dem Kanzleimanagement sowie arbeits- und steuerrechtliches Wissen, das die Rechtsfachwirtin für die Teamarbeit benötigt.

Inhalt:

- Büroorganisation und -verwaltung
- Personalwirtschaft und Mandantenbetreuung
- Mandatsbetreuung im Kosten-, Gebühren- und Prozessrecht
- Mandatsbetreuung in der Zwangsvollstreckung und im materiellen Recht

Ausführliches Infomaterial zum Lehrgang mit Beginn, Dauer, Kosten, detaillierte Inhalte, Zulassungsvoraussetzungen und Prüfung erhalten Sie bei der vhs.

Gerne nehmen wir Sie ab sofort unverbindlich in die Interessentenliste auf! Für Beratung und Anmeldung stehen Ihnen zur Verfügung:

- Dieter Walter (Fachbereichsleiter), T: (07541) 203 3409, E-Mail: walter@vhs-fn.de
- Perdita Müller (Assistentin), T: (07541) 203 3402, E-Mail: mueller@vhs-fn.de
- vhs Friedrichshafen, T: (07541) 203 3434, Charlottenstr., 12–2, 88045 Friedrichshafen

Infotermin am 09.02.2018 um 17.00 Uhr in der vhs Friedrichshafen.

Beginn: ab Fr., 13.04.2018, freitags 15:30-20:00 Uhr, samstags 08:30-13:00 Uhr, 85 Termine (510 UE)

Ort: vhs FN, E-Learning-Studio (2. OG) Kosten: 2400,00 €, Fördermöglichkeit: Aufstiegs-BAföG Zuschussmöglichkeit ca. 30 % Belegung: 10-15

FA3102

Infotermin:

**Geprüfte Rechtsfachwirtin
Neuer Lehrgangsbeginn 13.04.2018**

Helmut Eckert, Rechtsanwalt

Beginn: Fr., 09.02.18, 17:00-18:30 Uhr

1 Termin (2 UE)

Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)

Belegung: 10-20

FA3103

Geprüfter Bilanzbuchhalter (IHK) Geprüfte Bilanzbuchhalterin (IHK)

Als Bilanzbuchhalter (IHK) genießen Sie in der Wirtschaft ein hohes Ansehen. Sie sind an einer entscheidenden Stelle im Unternehmen tätig, organisieren das betriebliche Finanz- und Rechnungswesen und erstellen den Jahresabschluss. Sie liefern der Geschäftsleitung Entscheidungshilfen auf Basis verlässlicher Zahlen aus der Geschäfts- und Betriebsbuchhaltung und beraten sie unter betriebswirtschaftlichen Gesichtspunkten. Dadurch besitzen Sie einen umfassenden Einblick in alle firmeneigenen Vorgänge.

Diese Aufgaben erfordern Verantwortungsbewusstsein, Diskretion und fundierte Fachkenntnisse. Das macht Bilanzbuchhalter und Bilanzbuchhalterinnen (IHK) zu gesuchten und gut bezahlten Fach- und Führungskräften. Der Lehrgang Bilanzbuchhalter (IHK) hat sich zum Ziel gesetzt, Ihnen das erforderliche „Handwerkszeug“ für die Praxis zu vermitteln und Sie optimal auf die anspruchsvolle Prüfung vorzubereiten. Erfahrene Dozenten und Autoren vermitteln Ihnen anwendungsorientiert die erforderlichen Kenntnisse. Mit dem erfolgreichen Abschluss des Fachstudiengangs erlangen die Absolventen die anerkannte Zusatzqualifikation „Bilanzbuchhaltung IHK“. Die IHK-Abschlussprüfung verbessert die Chance, qualifizierte berufliche Tätigkeiten zu übernehmen.

Der Lehrgang wird berufsbegleitend durchgeführt. Unterrichtstage sind jeweils freitags von 15:30–20:00 Uhr und samstags von 08:30–13:00 Uhr.

Während der Schulferien findet i. d. R. kein Unterricht statt.

Für Beratung und Anmeldung stehen Ihnen zur Verfügung:

- Dieter Walter (Fachbereichsleiter), T: (07541) 203 3409, E-Mail: walter@vhs-fn.de
- Perdita Müller (Assistentin), T: (07541) 203 3402, E-Mail: mueller@vhs-fn.de
- vhs Friedrichshafen, T: (07541) 203 3434, Charlottenstr., 12–2, 88045 Friedrichshafen

Beginn: ab Frühjahr 2019, freitags 15:30-20:00 Uhr, samstags 08:30-13:00 Uhr, Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG) Belegung: 12-18



FA3104

Geprüfter Wirtschaftsfachwirt (IHK) Geprüfte Wirtschaftsfachwirtin (IHK)

Der Trend im Berufsleben geht dahin, flexibel zu sein. Wer aufsteigen möchte, erreicht dies im bisherigen Unternehmen zumeist über eine Höherqualifikation. Sehr oft ist aber auch ein Stellenwechsel angesagt, um nach vorn zu kommen. Dabei wird – neben dem Unternehmen – häufig auch die Branche getauscht. Für Ihre Karriereplanung ist es deshalb wichtig, eine branchenunabhängig ausgerichtete Weiterbildung zu absolvieren. Diese können Sie überall hin „mitnehmen“ und von ihr profitieren.

Geprüfte Wirtschaftsfachwirte arbeiten in allen Branchen und Bereichen und sind nicht auf spezielle Wirtschaftszweige beschränkt. Als betriebswirtschaftliche Allrounder übernehmen Wirtschaftsfachwirte vor allem anspruchsvolle kaufmännische Tätigkeiten im mittleren Management. Der Lehrgang Geprüfter Wirtschaftsfachwirt und geprüfte Wirtschaftsfachwirtin (IHK)“ baut auf den praktischen Berufserfahrungen auf und versetzt die Absolventen in die Lage, Leitungs- und Führungsaufgaben in allen kaufmännischen Bereichen zu übernehmen.

Mit dem erfolgreichen Abschluss des Fachstudiengangs erlangen die Absolventen die anerkannte Zusatzqualifikation „Geprüfter Wirtschaftsfachwirt (IHK)/Geprüfte Wirtschaftsfachwirtin (IHK)“. Die IHK-Abschlussprüfung verbessert die Chance, qualifizierte berufliche Tätigkeiten zu übernehmen. Der Fachstudiengang wird berufsbegleitend durchgeführt.

Unterrichtstage sind jeweils freitags von 15:30 bis 20:00 Uhr und samstags von 08:30 bis 13:00 Uhr. Während der Schulferien findet i. d. R. kein Unterricht statt.

Für Beratung und Anmeldung stehen Ihnen zur Verfügung:

- Dieter Walter (Fachbereichsleiter), T: (07541) 203 3409, E-Mail: walter@vhs-fn.de
- Perdita Müller (Assistentin), T: (07541) 203 3402, E-Mail: mueller@vhs-fn.de
- vhs Friedrichshafen, T: (07541) 203 3434, Charlottenstr., 12–2, 88045 Friedrichshafen

Beginn: ab Frühjahr 2019, freitags 15:30-20:00 Uhr, samstags 08:30-13:00 Uhr, Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG) Belegung: 12-18

FA3701M Fit für den Büroalltag

Bernhard Rosa

Sie wollen Ihr Wissen für die Arbeitsabläufe im modernen Büro aktualisieren und erweitern? Planen nach einer Pause die Rückkehr in den Beruf? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie!

In diesem neuen praxisnahen EDV-Kompaktlehrgang lernen Sie, mit den wichtigsten Office 2016 Anwendungen Ihren Büroalltag effizient und erfolgreich zu meistern. Sie erhalten so auch alle Kenntnisse, um mit aktualisiertem Wissen wieder in die Berufswelt einzusteigen.

Inhalte:

- Windows: Dateimanagement Grundlagen
- Word: Textgestaltung, Kopf-/Fußzeilen, Tabellen eingeben und gestalten, Zeichnungselemente, Grafiken, Serienbriefe und -etiketten
- Excel: Tabellen erstellen und formatieren, Formeln und Funktionen anwenden, Diagramme erstellen
- PowerPoint: Erstellen und steuern von Präsentationen

In zahlreiche Übungen unterstützen wir Sie dabei, das erworbene Wissen zu festigen.

Zugangsvoraussetzungen:

geringe PC und Office Grundkenntnisse
Beginn: Do., 12.04.18, 08:00-11:45 Uhr 7 Vormittage (35 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG) Kosten: 207,50 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich Belegung: 5-10



Kaufmännische Grundlagen

FA3105 Kaufmännisches Grundwissen Betriebswirtschaftliche Grundlagen 1 Jürgen Bürkle

In den Medien, in der Schule und Ausbildung sowie im Beruf werden häufig die Kenntnisse betriebswirtschaftlicher Grundbegriffe vorausgesetzt. Doch woher sollen die Kenntnisse kommen? Dieser Kurs soll helfen, einen Überblick über die gesamte Betriebswirtschaft zu erhalten und zum Verständnis für wirtschaftliche Abläufe beitragen.

Teil 1 gibt einen allgemeinen Einblick in die Betriebswirtschaft. Er geht insbesondere auf die externen Rahmenbedingungen und die Finanzwirtschaft inkl. Buchführung ein. Teil 2 gibt einen speziellen Einblick in die internen betrieblichen Funktionsbereiche Produktions- und Materialwirtschaft.

Die Kurse zum Kaufmännischen Grundwissen sind aber so aufgebaut, dass sie unabhängig voneinander besucht werden können.

Inhalte:

1. Gegenstand und Grundbegriffe der Betriebswirtschaftslehre
 - Was ist Betriebswirtschaftslehre bzw. warum müssen wir wirtschaften?
 - Bereiche der Betriebswirtschaft
 - Wirtschaftskreislauf
2. Rahmenbedingungen
 - Wirtschaftsordnungen und Einfluss des Staates
 - Rechtliche Grundlagen/Gesetze
 - Unternehmensformen
 - Aufbauorganisation eines Unternehmens
3. Informationswirtschaft durch externes Rechnungswesen
 - Aufgaben der Informationswirtschaft
 - Grundlagen des externen Rechnungswesens (Buchführung)
4. Finanzwirtschaft
 - Finanzierungsarten (Kapitalbeschaffung)
 - Investitionsarten

Beginn: Di., 10.04.18, 18:30-21:30 Uhr
4 Abende (16 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)
Kosten: 88,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 6-12



FA3106 Kaufmännisches Grundwissen Betriebswirtschaftliche Grundlagen 2 Jürgen Bürkle

Inhalte:

1. Gegenstand und Grundbegriffe der Betriebswirtschaftslehre
 - Was ist Betriebswirtschaftslehre bzw. warum müssen wir wirtschaften?
 - Bereiche der Betriebswirtschaft
 - Wirtschaftskreislauf
2. Materialwirtschaft
 - Materialarten
 - Materialbeschaffung und Materiallagerung
 - Beschaffungspolitik
3. Produktionswirtschaft
 - Fertigungstypen und Organisationsformen
 - Produktionsablaufplanung
4. Kosten- und Leistungsrechnung
 - Produktions- und Kostentheorie
 - Produkt-/Preiskalkulation

Bitte einen Taschenrechner mitbringen.

Beginn: Di., 05.06.18, 18:30-21:30 Uhr
4 Abende (16 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)
Kosten: 88,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 6-12



FA3107 Finanzbuchführung Grundlagen 1 Ursula Kroll

Dieser Kurs aus dem System Xpert Business vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung, Bilanzierung und Kontenführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt.

- #### Inhalte:
- Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten
 - Inventur, Inventar und Bilanz
 - Errichten von Bestandskonten
 - Organisation der Buchführung
 - Kontenrahmen und Kontenplan SKR 03/04
 - Erfolgskonten bzw. Ergebniskonten
 - Warenkonten
 - Umsatzsteuer
 - Besonderheiten beim Warenverkehr
 - Privatkonten
 - Aufwendungen mit bes. Aufzeichnungspflicht
 - Personalkosten einschl. vermögenswirksamer Leistungen
 - Steuern
 - Steuerliche Besonderheiten
 - Prüfungsvorbereitungen



Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. (voraussichtlicher Termin: 14.07.18). Anmeldeschluss zur Prüfung ist der 11.06.18.

Zugangsvoraussetzungen:
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Beginn: Mo., 12.03.18, 18:30-21:30 Uhr
13 Abende (52 UE)
Ort: vhs FN, E-Learning-Studio (2. OG)
Kosten: 269,60 €, inkl. Lehrbuch,
Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 8-16

FA3108 Bilanzbuchhalter (IHK) Workshop Hauptthema: Bewertung von Vorräten nach Handels- und Steuerrecht Bewertung von Vorräten nach Handels- und Steuerrecht

Klaus Hamann, Dipl.-Betriebswirt (FH)

Der Bilanzbuchhalter ist ein hochqualifizierter und im Unternehmen anerkannter Mitarbeiter. Durch die vielschichtigen Aufgabengebiete und das hierfür notwendige Fachwissen ist allerdings auch eine Aktualisierung der Kenntnisse und Fähigkeiten unverzichtbar. Um diesen Anforderungen gerecht zu werden, wurde die Fortbildungsreihe „Bilanzbuchhalter aktuell“ geschaffen. In regelmäßig stattfindenden Veranstaltungen soll der vorhandene Kenntnisstand aufgefrischt werden. Es werden aktuelle Gesetzesänderungen und die neue Rechtsprechung im Bereich der Lohnsteuer aus dem Arbeitsbereich des Bilanzbuchhalters schwerpunktmäßig aufbereitet sowie durch aktuelle Themen ergänzt.

Hauptthema: Bewertung von Vorräten nach Handels- und Steuerrecht

Inhalte:

- verschiedene Inventurverfahren
- Bewertungsmethoden nach HGB und EStG für Roh-, Hilfs- und Betriebsstoffe einschließlich Varianten des „Lifo“ gemäß R 6.9 EStR
- Bewertung von unfertigen und fertigen Erzeugnissen zu Herstellungskosten bei Normal- und Unterbeschäftigung
- Marktwertvergleich nach §253 Abs. 4 HGB und Teilwertabschreibungen gemäß R 6.8 EStR sowie verlustfreie Bewertung nach der retrograden Methode

Beginn: Do., 19.04.18, 17:00-20:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)
Kosten: 52,00 €
Belegung: 12-18

Fachkursförderung in der VHS-FN

Das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau Baden-Württemberg unterstützt berufliche Anpassungsfortbildungen aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds. Zuschüsse von 30% bzw. 50% sind möglich. Für Kurse, die durch das Förderprogramm Fachkurse unterstützt werden, können Sie einen Zuschuss von 30% der Kursgebühr erhalten, wenn Sie als Berufstätige oder als Berufstätiger in Baden-Württemberg wohnhaft oder beschäftigt sind. 50% Ermäßigung können Sie erhalten, wenn Sie darüber hinaus 50 Jahre oder älter sind.

Für die mit  gekennzeichneten Kurse hat die vhs Friedrichshafen diese Unterstützung beantragt. Fragen Sie nach.

Ihre Ansprechpartnerin: Babette Reitz,
07541-203-3408, reitz@vhs-fn.de

  **Unterstützt durch das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau Baden-Württemberg und aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.**

FA3109 Xpert Business Onlinekurse Infotermin

Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau.

In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.

Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. (voraussichtlicher Termin: 14.07.18). Anmeldeschluss zur Prüfung ist der 11.06.18. Die Prüfungsgebühr wird separat berechnet.

Beginn: Do., 01.03.18, 18:00-20:15 Uhr
1 Termin (2 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Belegung: 10-20

FA3110 Finanzbuchführung 1 mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z. B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. Sie sind in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen.

Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

Beginn: Di., 06.03.18, 18:30-20:30 Uhr
Do., 08.03.18, 18:30-20:30 Uhr
Di., 13.03.18, 18:30-20:30 Uhr
Do., 15.03.18, 18:30-20:30 Uhr
Di., 20.03.18, 18:30-20:30 Uhr
Do., 22.03.18, 18:30-20:30 Uhr
Di., 10.04.18, 18:30-20:30 Uhr
Do., 12.04.18, 18:30-20:30 Uhr
Di., 17.04.18, 18:30-20:30 Uhr
Do., 19.04.18, 18:30-20:30 Uhr
Di., 24.04.18, 18:30-20:30 Uhr
Do., 26.04.18, 18:30-20:30 Uhr

Do., 03.05.18, 18:30-20:30 Uhr
Di., 08.05.18, 18:30-20:30 Uhr
Di., 15.05.18, 18:30-20:30 Uhr
Do., 17.05.18, 18:30-20:30 Uhr
Di., 05.06.18, 18:30-20:30 Uhr
Do., 07.06.18, 18:30-20:30 Uhr
Di., 12.06.18, 18:30-20:30 Uhr
Do., 14.06.18, 18:30-20:30 Uhr
donnerstags und dienstags (53 UE)
Ort: home office
Kosten: 320,00 €
Belegung: 10-20

FA3111 Finanzbuchführung (2) mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

Beginn: Di. und Do., 06.03.18,
18:30-20:30 Uhr, Einzeltermine siehe FA3110
donnerstags und dienstags (53 UE)
Ort: home office
Kosten: 320,00 €
Belegung: 10-20

FA3112 Finanzbuchführung mit DATEV mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Der Prüfungstermin findet zusätzlich statt. Die Prüfungsgebühr wird separat berechnet.

Zugangsvoraussetzungen:
Kenntnisse, wie im Kurs „Finanzbuchführung 1 und 2“ vermittelt.

Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

Beginn: Di. und Do., 06.03.18,
18:30-20:30 Uhr, Einzeltermine siehe FA3110
donnerstags und dienstags (53 UE)
Ort: home office
Kosten: 320,00 €
Belegung: 10-20

FA3113 Bilanzierung mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen. Darüber hinaus erhalten Sie Einblicke in die Konzernrechnungslegung und die internationale Rechnungslegung.

Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

Beginn: Di. und Do., 06.03.18,
18:30-20:30 Uhr, Einzeltermine siehe FA3110
donnerstags und dienstags (53 UE)
Ort: home office
Kosten: 320,00 €
Belegung: 10-20

FA3114 Finanzwirtschaft mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf eines Unternehmens ermittelt und nach welchen Regeln Fremd- und Eigenkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern. Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di. und Do., 06.03.18,
18:30-20:30 Uhr, Einzeltermine siehe FA3110
donnerstags und dienstags (33,33 UE)**
Ort: home office
Kosten: 320,00 €
Belegung: 10-20

FA3115 Kosten- und Leistungsrechnung mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di. und Do., 06.03.18,
18:30-20:30 Uhr, Einzeltermine siehe FA3110
donnerstags und dienstags (53 UE)**
Ort: home office
Kosten: 320,00 €
Belegung: 10-20

FA3116 Controlling mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -Methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss

können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens, wie im Falle von Zielabweichungen Handlungsalternativen und Maßnahmen entwickelt werden. Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di. und Do., 06.03.18,
18:30-20:30 Uhr, Einzeltermine siehe FA3110
donnerstags und dienstags (53 UE)**
Ort: home office
Kosten: 320,00 €
Belegung: 10-20

FA3117 Einnahmen-Überschussrechnung mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschussrechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt. Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di. und Do., 06.03.18,
18:30-20:30 Uhr, Termine (11x) siehe FA3110
donnerstags und dienstags (29 UE)**
Ort: home office
Kosten: 240,00 €
Belegung: 10-20

FA3118 Betriebliche Steuerpraxis mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z. B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di. und Do., 06.03.18,
18:30-20:30 Uhr, Einzeltermine siehe FA3110
donnerstags und dienstags (53 UE)**
Ort: home office
Kosten: 320,00 €
Belegung: 10-20

FA3120 Lohn und Gehalt (2) mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di. und Do., 06.03.18,
18:30-20:30 Uhr, Einzeltermine siehe FA3110
donnerstags und dienstags (53 UE)**
Ort: home office
Kosten: 320,00 €
Belegung: 10-20

FA3121 Lohn und Gehalt mit DATEV mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms. Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109.

Zugangsvoraussetzungen: Kenntnisse, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di. und Do., 06.03.18,
18:30-20:30 Uhr, Einzeltermine siehe FA3110
donnerstags und dienstags (53 UE)**
Ort: home office
Kosten: 320,00 €
Belegung: 10-20

FA3122 Personalwirtschaft mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre MitarbeiterInnen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen MitarbeiterInnen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen. Weitere Infos dazu siehe FA3109. Ein Infotermin findet am 01.03.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di. und Do., 06.03.18,
18:30-20:30 Uhr, Einzeltermine siehe FA3110
donnerstags und dienstags (53 UE)**
Ort: home office
Kosten: 320,00 €
Belegung: 10-20

Weiterbildungsberatung

Finden Sie die passende Weiterbildung. Wir beraten Sie professionell, unabhängig und kostenlos.

- Nach der Schule den eigenen Weg finden
- Beruflich nochmal richtig durchstarten
- Neue Perspektiven nach der Familienphase
- Endlich mal Zeit, sein Leben selbstbestimmt zu gestalten

Sie stehen am Beginn einer neuen Lebensphase oder möchten aus anderen Gründen neue Ziele erreichen? Die richtige Weiterbildung kann dazu ein wichtiger Schritt sein.

Das Landesnetzwerk Weiterbildungsberatung, kurz: **LN WBB**, wird vom Land Baden-Württemberg finanziell gefördert. Die vhs Friedrichshafen ist Mitglied im Landesnetzwerk. Zu den Mitgliedseinrichtungen gehören unterschiedliche Bildungs- und Beratungseinrichtungen. Diese bieten Ihnen individuelle Beratung, damit Sie die passende Weiterbildung finden.

Bei den LN WBB Beratungseinrichtungen steht die professionelle, unabhängige und kostenlose Beratung jedes Einzelnen im Mittelpunkt.

- **Professionell:** Wir orientieren uns an Ihren Interessen sowie an Ihren persönlichen Zielen und finden mit Ihnen gemeinsam den richtigen Weg. Unsere Beratung ist an klaren Qualitätsstandards ausgerichtet und die Berater/innen haben die Kompetenzen für eine professionelle Beratung.

FA3123 Zeitgemäße Geschäftsbriefe – so kommen Sie auf den Punkt

Gunna Schiprowski, Trainerin und Coach
Stilvolle, gute Geschäftskorrespondenz hat nichts mit veralteten Textbausteinen und endlosen Sätzen zu tun. Ob Brief oder E-Mail, geschäftliche Schreiben sollten kundenorientiert, verständlich und klar sein. In diesem Kurs wird an vielen Beispielen geübt, wie Sie moderne Briefe aufbauen und formulieren, Interesse wecken und Ihre Leser überzeugen. Sie bekommen praxisnahe Tipps, die Sie sofort anwenden können.

**Beginn: Mo., 09.04.18, 18:30-21:30 Uhr
2 Abende (8 UE)**
Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)
**Kosten: 56,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50%
durch Fachkursförderung möglich**
Belegung: 6-12



- **Individuell und unabhängig:** Das Angebot an (Weiter-)Bildungsmöglichkeiten ist sehr groß und überschaubar.
- Wir beziehen bei der Suche nach Weiterbildungsmöglichkeiten die Angebote unterschiedlicher Kursanbieter mit ein und gewährleisten somit eine unabhängige Beratung.
- Wir helfen Ihnen, das für Sie beste Weiterbildungsangebot zu finden.
- **Kostenlos:** Die Beratung soll allen Menschen zugänglich sein. Daher wird die Beratung im LN WBB von der Landesregierung gefördert und ist für Sie kostenlos.

Im Besonderen bieten wir in der vhs Friedrichshafen Weiterbildungsberatung zu folgenden Themen an:

- Beratung zu Fragen allgemeiner Weiterbildung
 - Beratung zu Fragen beruflicher Weiterbildung
 - Orientierungsberatung
 - Wiedereinstiegsberatung
 - Qualifizierung für ein ehrenamtliches Engagement
- Haben Sie weitere Fragen?

Unsere Ansprechpartnerin ist
Frau Babette Reitz,
07541-2033408, reitz@vhs-fn.de
Beratungstermine nach Vereinbarung
Weitere Informationen unter www.lnwbb.de

FA3124 Small Talk und Etikette auf internationalem Parkett

Helmut Kostmann, Trainer und Coach
Das Berufsleben ist immer häufiger durch Kontakte mit internationalen Geschäftspartnern geprägt. Abgesehen von entsprechenden Sprachkenntnissen und fachlichen Kompetenzen hängt der Erfolg von Begegnungen mit ausländischen Kollegen auch sehr stark davon ab, ob „die Chemie“ stimmt. Angemessene Etikette und gelingender Small-Talk tragen erheblich dazu bei, ob man „miteinander kann“. Im Seminar werden dazu wesentliche Aspekte vermittelt und trainiert. Verdeutlicht wird auch die Bedeutung von persönlicher Einstellung und persönlichem Verhalten, damit Small-Talk und der Umgang mit Etiketten nicht aufgesetzt, sondern authentisch wirken. Der Seminarleiter kann auf vielfältige Erfahrungen aus seiner langjährigen Berufstätigkeit in Führungspositionen und auf ein breites Themenspektrum als Trainer zurück greifen.

**Beginn: Sa., 14.04.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (8 UE), Wochenendseminar**
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 78,40 €
Belegung: 8-12

Förderung und Beratung

FA3180 Bildungsprämienberatung

Babette Reitz
Die Bildungsprämie des Bundes erleichtert die Finanzierung einer individuellen berufsbezogenen Weiterbildung. Sie umfasst den Prämiegutschein und den Spargutschein: Mit dem Prämiegutschein übernimmt der Staat die Hälfte der Veranstaltungsgebühren, höchstens 500 €. Weiterbildungsinteressierte zahlen daher nur einen Teil der ausgewiesenen Gebühren.
Um einen Prämiegutschein zu beantragen, müssen Sie mindestens 15 Stunden pro Woche erwerbstätig sein oder sich in Eltern- oder Pflegezeit befinden und über ein zu versteuerndes Einkommen von maximal 20.000 € (als gemeinsam Veranlagte 40.000 €) verfügen. Den Spargutschein können Sie nutzen, wenn Sie über ein gefördertes Ansparguthaben nach Vermögensbildungsgesetz verfügen. Er ermöglicht die vorzeitige Entnahme angesparten Guthabens, ohne dass dadurch die Arbeitnehmersparzulage verloren geht. Das Bundesprogramm Bildungsprämie wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung und dem Europäischen Sozialfonds gefördert.
Weitere Informationen erhalten Sie unter www.bildungspraemie.info oder direkt bei unserer Ansprechpartnerin an der vhs: Babette Reitz, T: (07541) 203 3408, reitz@vhs-fn.de.

**Termine nach Vereinbarung,
T: (07541) 203 3434
Ort: vhs FN, 1.OG, Raum 1.04, Büro Fr. Reitz**

FA3181
Weiterbildungsberatung
Babette Reitz

Wir helfen Ihnen, das für Sie beste Weiterbildungsangebot zu finden. Im Besonderen bieten wir in der vhs Friedrichshafen Weiterbildungsberatung zu folgenden Themen an:

- Beratung zu Fragen allgemeiner Weiterbildung
- Beratung zu Fragen beruflicher Weiterbildung
- Orientierungsberatung
- Qualifizierung für ein ehrenamtliches Engagement
- Wiedereinstiegsberatung

Ihre Ansprechpartnerin ist Fr. Babette Reitz, (07541) 203 3408, reitz@vhs-fn.de

**Termine nach Vereinbarung,
T: (07541) 203 3434**

Ort: vhs FN, 1. OG, Raum 1.04, Büro Fr. Reitz

FA3182
**Fachkursförderung:
Für Teilnehmende an Kursen
der beruflichen Weiterbildung**

Das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau Baden-Württemberg unterstützt berufliche Anpassungsfortbildungen aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds. Zuschüsse von 30% bzw. 50% sind möglich. Für Kurse, die durch das Förderprogramm Fachkurse unterstützt werden, können Sie einen Zuschuss erhalten, wenn Sie als Berufstätige oder Berufstätiger in Baden-Württemberg wohnhaft oder beschäftigt sind. Darüber hinaus müssen Sie eine der folgenden Voraussetzungen erfüllen:

- Sie sind in einem Betrieb beschäftigt, aber nicht bei Bund, Land oder einer kommunalen Gebietskörperschaft.
 - Sie sind Unternehmer/in oder Freiberufler/in.
 - Sie sind Existenzgründer/in oder gründungswillig.
 - Sie sind Wiedereinsteiger/in (nach Arbeitslosigkeit, Familienphase o. ä.).
- Für entsprechend gekennzeichnete Kurse hat die vhs Friedrichshafen diese Unterstützung beantragt. Fragen Sie nach. Ihre Ansprechpartnerin ist Fr. Babette Reitz, (07541) 203 3408, reitz@vhs-fn.de

FA3183
**Ehrenamtsbonus
für bürgerschaftlich Engagierte**

Um Ihr Engagement zu unterstützen und um Wertschätzung und Anerkennung für Ihren Einsatz zu zeigen, bietet der Landkreis die Möglichkeit, für besondere Kurse einen Zuschuss in Höhe von 50 % zu beantragen. Den so genannten „Ehrenamtsbonus“ erhalten Sie, wenn Sie sich im Bodenseekreis seit mindestens einem Jahr in Selbsthilfegruppen, Bürgerschaftlichen Initiativen, Bürgerbüros, Familientreffs, Vereinen usw. bürgerschaftlich

engagieren oder auf Empfehlung entsprechender Verantwortlicher.

Die Vorgehensweise zum Erhalt des Bonus:

1. Antragsformular anfordern bei der Servicestelle Bürgerschaftliches Engagement
 2. Formular ausfüllen und an das Landratsamt senden
 3. Sie erhalten eine Nachricht, ob der Bonus ausbezahlt werden kann (nur begrenztes Budget)
 4. Sie melden sich zum Kurs an und erhalten eine Teilnahmebestätigung
 5. Teilnahmebestätigung mit Ihrer Bankverbindung einreichen: Servicestelle Bürgerschaftliches Engagement
- Kontakt für den Ehrenamtsbonus: Servicestelle Bürgerschaftliches Engagement, im Landratsamt: (07541) 204 5605, buergerengagement@bodenseekreis.de, www.bodenseekreis.de, Soziales und Gesundheit/Selbsthilfe/ Fortbildungsprogramm.

FA3184
Bildungszeit

Bildungszeit kann für berufliche und politische Weiterbildung sowie für die Qualifizierung zum und im Ehrenamt genommen werden. Die meisten Beschäftigten in Baden-Württemberg haben einen Anspruch darauf, sich zur Weiterbildung von ihrem Arbeitgeber an bis zu fünf Tagen pro Jahr freustellen zu lassen. Während der Bildungszeit wird das Arbeitsentgelt weiter gezahlt. Wer unter welchen Bedingungen Bildungszeit nehmen kann, ist im Gesetz im Detail geregelt. Bitte lesen Sie dort nach, was für Sie persönlich zutrifft. Unter www.bildungszeitgesetz.de finden Sie alle Informationen zur Bildungszeit.

**Bildungszeitangebote sind Atem-, Stimm- und Kommunikationstraining > FA1227
Schwedisch für Anfänger A1 > FA2711**

Den Ehrenamtsbonus können Sie für folgende Kurse erhalten:

- PowerPoint 2016 Grundlagen 19.02.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3722M
- Englisch für die Grundbildung 19.02.18 / 20:00-21:30 Uhr > FA2202
- Arabisch Grundstufe 2 – Kleingruppe 21.02.18 / 20:00-21:30 Uhr > FA2701
- Computer-Einführungskurs „60plus“ 23.02.18 / 09:30-11:45 Uhr > FA3704M
- Word 2016 Grundlagen 12.03.18 / 18:00-21:30 Uhr > FA3715M
- Excel 2016 Grundlagen 13.03.18 / 18:00-21:30 Uhr > FA3718M
- Computer-Auffrischkurs „60plus“ 03.05.18 / 09:30-11:45 Uhr > FA3705M
- Modernes Arbeiten mit der Google Online-Office Suite 05.05.18 / 09:00-16:00 Uhr > FA3732M
- Richtige und effektive Datensicherung 14.06.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3714M
- Digitale Bildbearbeitung mit GIMP – Grundkurs 02.07.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3747M

Englisch für spezielle Anwendungen

Englisch für den Beruf

FA3401
**Office communication (A2)
Kompaktes Sprachtraining
am Samstag**

Gayle Hanslik
Dieses Kompakttraining wendet sich an Mitarbeitende im Sekretariatsbereich von Firmen, die mit Kunden und Kollegen im fremdsprachigen Ausland am Telefon, per Email und vor Ort zu tun haben. Entgegennehmen und Weiterleiten von Telefonaten, Aufnahmen von Mitteilungen, Terminvereinbarungen, Erteilen kurzer Auskünfte am Telefon, Empfang von Besuchern, small talk und Verstehen/Schreiben einfacher Emails stehen auf dem Programm.

Anmeldeschluss ist 01.03.18

**Beginn: Sa., 10.03.18, 09:00-12:15 Uhr
Sa., 17.03.18, 09:00-12:15 Uhr**

2 Termine (8 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)

Kosten: 50,80 €, inkl. Kopien,

inkl. Teilnahmebescheinigung,

Zuschuss von 30% bzw. 50% durch

Fachkursförderung möglich

Belegung: 6-10

FA3402
**Englisch für Beruf
und Alltag A2
Kleingruppenkurs**

Dorothee Turner
Market Leader, Elementary, Unit 8
In diesem Kurs haben Sie Gelegenheit, Ihre alltagspraktischen Englischkenntnisse zu wiederholen und in berufsorientierter Richtung auszubauen. Situationen und Themen des Lehrwerks sind der Berufswelt entnommen. Sie stellen den Rahmen, um die Grundlagen der englischen Grammatik, alltagspraktischen Wortschatz und berufsspezifisches Vokabular zu trainieren. Dabei liegt ein Schwerpunkt auf den kommunikativen Fertigkeiten wie telefonieren, writing emails, Produkte beschreiben, Präsentationen, small talk. Der Kurs liegt auf A2-Niveau.

**Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr
15 Abende (30 UE)**

Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.31

Kosten: 111,00 €, Zuschuss von 30% bzw.

50% durch Fachkursförderung möglich

Belegung: 7-12

FA3403
**Englisch für Beruf
und Alltag B1
Kleingruppenkurs**

Dorothee Turner
Market Leader, Intermediate, Unit 5
You intend to gain more confidence in using English as a business language, then this course is suitable for you! Embedded in interesting topics and working with material from authentic sources such as 'The Financial Times' you will practise and improve your skills in the fields of telephoning, e-mail writing, giving presentations, participating in discussions and negotiating.

Beginn: Fr., 23.02.18, 18:00-19:30 Uhr

15 Abende (30 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)

Kosten: 111,00 €, Zuschuss von 30% bzw.

50% durch Fachkursförderung möglich

Belegung: 7-12

FA3404
**Business English
Conversation B2
Kleingruppenkurs**

Kim Beck
Do you use English every day at work and think nothing of it? But panic if you have to go out to lunch with English speaking visitors or chat with them during the tea break? Then this is the course for you! We'll learn how to use small talk effectively using the book socializing and small talk as a basis. We'll also have business related discussions based on texts from „Business Spotlight“ and various newspaper and magazine articles.

Beginn: Do., 22.02.18, 18:00-19:30 Uhr

15 Abende (30 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)

Kosten: 111,00 €, Zuschuss von 30% bzw.

50% durch Fachkursförderung möglich

Belegung: 7-12

Paukkurse

Mathematik

FA3501
**Mathe-Paukkurs
für Realschüler 10. Klasse
Kleingruppe**

Uschi Gärtner
Rechtzeitig vor Beginn der Realschul-Abschluss-Prüfung führt die vhs Friedrichshafen diesen Paukkurs durch. Mathematisches Grundwissen und Grundfertigkeiten (Bruchrechnen, Gleichungslehre) werden durch umfangreiches Üben erweitert und vertieft. Übungen zum Lernstoff sollen die Lernfortschritte fördern. Die Aufgaben orientieren sich an den Lehrplänen der Realschule.

**Beginn: Mo., 19.02.18, 16:30-18:00 Uhr
6 Nachmittage (12 UE)**
Ort: vhs FN, E-Learning-Studio (2. OG)
Kosten: 100,80 €
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 4-6

FA3502
**Mathe-Paukkurs
für Realschüler 10. Klasse
in den Osterferien
Kleingruppe**

Uschi Gärtner

Inhalte siehe FA3501

Beginn: Mo., 26.03.18, 09:30-11:00 Uhr

Di., 27.03.18, 09:30-11:00 Uhr

Mi., 28.03.18, 09:30-11:00 Uhr

Do., 29.03.18, 09:30-11:00 Uhr

4 Vormittage (8 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)

Kosten: 56,00 €

ermäßigter Kinder-/Schülerpreis

Belegung: 4-6

Mathematik Abitursprüfung

**In wenigen Wochen beginnt das schriftliche
Abi und in der Schule bleibt meist wenig Zeit
für Wiederholungen. Daher bietet die vhs
mit diesen Paukkursen die Chance, die Grundlagen
der gymnasialen Oberstufe intensiv zu
wiederholen, zu vertiefen und zu festigen.**

FA3503
**Vorbereitungskurs auf das
Mathe-Abitur 2017
allgemeinbildendes Gymnasium
in den Fasnetsferien**

Monika Löhle

Dieser Kurs richtet sich an Schüler, die kurz vor dem Abitur stehen. Schwerpunkte sind die Themengebiete Stochastik und analytische Geometrie. Ziel des Kurses ist das Aufarbeiten und Üben von Abitur-Stoff zur intensiven Vorbereitung auf die Prüfung. Selbstverständlich wird auf Wünsche der Teilnehmer eingegangen.

Mögliche Inhalte sind z. B.:

- Baumdiagramme und Pfadregeln
- Binomialverteilung
- Hypothesentest
- Lineare Gleichungssysteme
- Abstandsberechnungen
- Winkelberechnungen
- Spiegelungen

Mitzubringen:

Schreibzeug, Merkhilfe, GTR und Geodreieck

Beginn: Mo., 12.02.18, 08:30-12:30 Uhr

Mi., 14.02.18, 08:30-12:30 Uhr

Do., 15.02.18, 08:30-12:30 Uhr

Fr., 16.02.18, 08:30-12:30 Uhr

4 Termine (21 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)

Kosten: 85,40 €

ermäßigter Kinder-/Schülerpreis

Belegung: 8-10



FA3504
**Vorbereitungskurs
auf das Mathe-Abitur 2017
allgemeinbildendes Gymnasium
in den Osterferien**

Monika Löhle

Der Mathe-Intensivkurs zur optimalen Vorbereitung auf die Abiturprüfung. Geübt werden Pflicht- und Wahlteile des schriftlichen Abis aus früheren Jahrgängen mit Themen aus Analysis, Analytische Geometrie und Stochastik. Schwerpunkte werden mit den Schülern abgesprochen. Ziel des Kurses ist das Aufarbeiten und Üben von Abitur-Stoff zur intensiven Vorbereitung auf die Prüfung. Selbstverständlich wird auf Wünsche der Teilnehmer eingegangen.

Mitzubringen:

Schreibzeug, Merkhilfe, GTR und Geodreieck

Beginn: Mo., 26.03.18, 08:30-12:30 Uhr

Di., 27.03.18, 08:30-12:30 Uhr

Mi., 28.03.18, 08:30-12:30 Uhr

Do., 29.03.18, 08:30-12:30 Uhr

4 Termine (21 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)

Kosten: 85,40 €

ermäßigter Kinder-/Schülerpreis

Belegung: 8-12

Englisch

FA3505
**Ferien-Paukkurs
Englisch Mittlere Reife**

Gaspar Segundo Cruz-Galvez
Endspurt Mittlere Reife – der Kurs bietet knapp vor Toresschluss noch eine Übungsmöglichkeit für Kurzsentschlossene. Geübt werden die geforderten schriftlichen Leistungsnachweise sowie gängige und immer wieder schwierige Kapitel der englischen Grammatik. Selbstverständlich haben die Teilnehmenden Gelegenheit, auch individuelle Fragen und Schwierigkeiten zu klären.

Beginn: Mo., 26.03.18, 09:00-12:15 Uhr

Di., 27.03.18, 09:00-12:15 Uhr

Mi., 28.03.18, 09:00-12:15 Uhr

3 Termine (12 UE), Ferienkurs

Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)

Kosten: 48,00 €

ermäßigter Kinder-/Schülerpreis

Belegung: 8-18

Informations- und Kommunikationstechnik



Firmenseminare

Sie wollen

- Ihre Informations- und Kommunikationskenntnisse auf den aktuellen Stand bringen?
- als Unternehmer die Kompetenzen Ihrer Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen verbessern?
- Problem- und praxisorientierte Ausbildungsinhalte in den Vordergrund stellen?
- dabei den Aufwand an Kosten, Zeit und Anfahrt möglichst gering halten?
- dann ist die vhs Friedrichshafen Ihre ideale Ausbildungspartnerin!

Wir bieten Ihnen

- Weiterbildung vor Ort
- Hohes Maß an Verbindlichkeit durch Qualitätsmanagement nach ISO 9001 und AZAV
- Maßgeschneiderte Seminare für Gruppen
- Praxisorientierten Unterricht mit hochwertigen Skripten
- Einsatz erfahrener Lehrkräfte
- Prüfungsvorbereitung auf international anerkannte Zertifikate (ECDL)
- Hochwertig ausgestattete, klimatisierte IT-Fachräume
- langjährige Erfahrung aus Seminaren für Unternehmen, Behörden und Verbände

Kooperation mit Firmen ist unser Alltag!

Neben speziellen Angeboten für Unternehmen aller Größen (vom Handwerksbetrieb bis zum Großunternehmen) bieten wir individuelle und bedarfsorientierte Qualifizierung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in Unternehmen, Behörden und Verbänden. Gerne bieten wir neben unserem aktuellen Angebot auch spezielle Seminare für Ihr Unternehmen an!

Berufliche und private Weiterbildung mit PC-, Smartphone- und Internetkursen

Ihr Weg zum Erfolg!

- Bei uns lernen Sie schnell und effektiv den Umgang mit einem PC, Smartphone und dem Internet.
- Professionelle und kompetente Kursleitende erklären auch schwierige Lerninhalte leicht und verständlich.
- Zusätzlich sorgen aktuelle und didaktisch aufbereitete Kursunterlagen dafür, dass Sie Ihren PC auf dem Schreibtisch möglichst schnell in den Griff bekommen.

Wir bieten Ihnen

- Qualifizierte Beratung, die Ihnen zum „richtigen“ Kurs verhilft
- Moderne PCs und Medienausstattung in klimatisierten Seminarräumen, die den erwachsenenpädagogischen Erfordernissen entsprechen
- Durchführungsgarantie: Jeder Kurs kann auch mit geringerer Teilnehmerzahl sowie als individuelles Seminar für Einzelpersonen durchgeführt werden.
- Rufen Sie uns an – gerne beraten wir Sie dazu!

Fachkursförderung in der VHS-FN

Das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau Baden-Württemberg unterstützt berufliche Anpassungsfortbildungen aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds. **Zuschüsse von 30% bzw. 50% sind möglich.** Für Kurse, die durch das Förderprogramm Fachkurse unterstützt werden, können Sie einen Zuschuss von 30% der Kursgebühr erhalten, wenn Sie in Baden-Württemberg wohnhaft oder beschäftigt sind. 50 % Ermäßigung können Sie erhalten, wenn Sie darüber hinaus 50 Jahre oder älter sind.

Für die mit  gekennzeichneten Kurse hat die vhs Friedrichshafen diese Unterstützung beantragt. Fragen Sie nach. Ihre Ansprechpartnerin: Babette Reitz, 07541-203-3408, reitz@vhs-fn.de

  **Unterstützt durch das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau Baden-Württemberg und aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.**



International anerkanntes Zertifikat für PC Anwender

Der Europäische Computer Führerschein (ECDL) ist ein international anerkannter Nachweis von grundlegenden und praktischen Computerfertigkeiten. Inhalte sind die Benutzung des Computers, die typischen Büroanwendungen, das Internet sowie rechtliche und gesellschaftliche Aspekte im Umgang mit dem Computer.

Module

- Pflichtmodule:**
- Computer-Grundlagen
 - Online-Grundlagen
 - Textverarbeitung
 - Tabellenkalkulation

Wahlmodule:

- Präsentation
- IT-Sicherheit
- Bildbearbeitung

Pfünfungssystem

Die vhs bietet zwei unterschiedliche ECDL Zertifikate an:

- Das ECDL-Base-Zertifikat**
... besteht aus den drei Pflichtmodulen und einem Wahlmodul
→ **Buchen Sie die ECDL – Base Kurse am Vormittag!**
- Das ECDL-Einzel-Zertifikat**
... Sie können für jedes ECDL Modul auch ein Einzelzertifikat erwerben.
→ **Buchen Sie einfach den gewünschten ECDL Kurs mit dem ECDL Logo!**

Bitte unbedingt beachten:

1. Für eine Prüfungsteilnahme ist eine schriftliche Anmeldung bis spätestens eine Woche vor dem Prüfungstermin erforderlich.
2. Alle ECDL Kurse finden nur mit mind. 4 TN statt. Die vhs kann daher nicht garantieren, dass alle Module z. B. in einem Semester stattfinden.

Prüfungen

Die Inhalte der Prüfungen sind weltweit standardisiert. Nur autorisierte Schulungsunternehmen dürfen die ECDL Prüfungen abnehmen. In Deutschland werden dazu die Zertifizierung von der „Dienstleistungsgesellschaft für Informatik“ (DLGI) vergeben. Die vhs Friedrichshafen ist seit Mai 2002 autorisiertes Prüfungszentrum für den ECDL.

Die Prüfungen zum ECDL Führerschein können in beliebiger Reihenfolge abgelegt werden, da die Skills Card drei Jahre lang gültig ist.

DLGI - Prüfungsentgelte

1. CERT-ID (einmalig für alle Module): 58,00 Euro
2. Prüfungsgebühr je Modul: 25,00 Euro

Prüfungstermine des ECDL

Weitere Informationen und Prüfungstermine zum ECDL entnehmen Sie bitte den einzelnen Kursen und erhalten Sie bei der vhs.

Wiedereinstieg in den Beruf

Die PC Einsteigerkurse richten sich an alle, die sich zum ersten Mal mit dem Thema Computer befassen und so gut wie keine Vorkenntnisse besitzen.

Ihre Vorteile:

- Sie steigen mühelos, Schritt für Schritt und absolut ohne Vorwissen ein!
 - Sie lernen leicht, übersichtlich und ohne unnötigen Technik-Ballast!
- Für den beruflichen (Wieder-) Einstieg eignet sich besonders der Kurs **Perpektive Wiedereinstieg (siehe FA3701M)!**

Neu: Praxistraining für Grundlagenkurse

Zusätzlich zu den Grundlagenkursen bietet die vhs auf vielfachen Wunsch auch Praxis-Ergänzungskurse an. Hier erhalten Sie die Möglichkeiten, die erlernten Inhalte zu üben, vertiefen und an praktischen Beispielen anzuwenden. Gerne können Sie dazu auch persönliche Themen mit einbringen. Am Ende werden Sie so die Kursinhalte besser verstehen und das erlernte Wissen festigen.

Eine Anmeldung zu diesen Zusatzkursen ist bereits am Ende der Grundlagenkurse direkt beim Dozent möglich. Zusätzlich bieten wir bei diesen Kursen eine Durchführungsgarantie an; auf Ihren Wunsch und gegen Aufpreis findet das Seminar mit jeder Teilnehmerzahl statt.

FA3701M Fit für den Büroalltag

Bernhard Rosa

Sie wollen Ihr Wissen für die Arbeitsabläufe im modernen Büro aktualisieren und erweitern? Planen nach einer Pause die Rückkehr in den Beruf? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie!
In diesem neuen praxisnahen EDV-Kompaktlehrgang lernen Sie, mit den wichtigsten Office 2016 Anwendungen Ihren Büroalltag effizient und erfolgreich zu meistern. Sie erhalten so auch alle Kenntnisse, um mit aktualisiertem Wissen wieder in die Berufswelt einzusteigen.

Inhalte:

- Windows: Dateimanagement Grundlagen
- Word: Textgestaltung, Kopf-/Fußzeilen, Tabellen eingeben und gestalten, Zeichnungselemente, Grafiken, Serienbriefe und -etiketten
- Excel: Tabellen erstellen und formatieren, Formeln und Funktionen anwenden, Diagramme erstellen
- PowerPoint: Erstellen und steuern von Präsentationen

In zahlreiche Übungen unterstützen wir Sie dabei, das erworbene Wissen zu festigen.

Zugangsvoraussetzungen:

geringe PC und Office Grundkenntnisse

**Beginn: Do., 12.04.18, 08:00-11:45 Uhr
7 Vormittage (35 UE)**

Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)

**Kosten: 207,50 €, inkl. Skript,
Zuschuss von 30% bzw. 50% durch
Fachkursförderung möglich
Belegung: 5-10**



PC-Einsteiger

FA3702M EDV-Kombi-Grundkurs: Windows, Word und Internet

Werner Schmidberger

Dieser Kurs führt Sie systematisch an das Thema Computer heran und macht Sie mit den wichtigsten Grundbegriffen und Grundlagen vertraut. So steigen Sie mühelos Schritt für Schritt und absolut ohne Vorwissen leicht, übersichtlich und ohne Technikballast ein.

Inhalte:

- Sie lernen den Computer und die wichtigsten Zusatzgeräte kennen
- Betriebssystem Windows
- Steuerung und Programmstart
- Dokumente und Ordner
- Texte schreiben
- Grafiken einfügen
- im Internet surfen und suchen
- Anwendungspraxis

**Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-21:30 Uhr
Mi., 21.02.18, 18:30-21:30 Uhr
Mo., 26.02.18, 18:30-21:30 Uhr**

3 Abende (12 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)

**Kosten: 91,50 €, inkl. Skript,
Zuschuss von 30% bzw. 50% durch
Fachkursförderung möglich
Belegung: 5-10**

FA3703M
**Computer-Einführungskurs
Individuelles Seminar für Einzel-
personen oder mit Partner/Freund**

Uschi Gärtner
Möchten Sie PC/Internet Grundlagen erwerben oder Ihre EDV-Kenntnisse verbessern? Gehen Ihnen aber Gruppenkurse zu wenig auf Ihre Bedürfnisse ein?

Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie! Diese Schulung richtet sich an Personen, die eine individuelle Einführung in die Arbeit mit einem Computer benötigen oder wünschen. Sie lernen in dieser Schulung die grundlegende Bedienung des Computers, die Textverarbeitung und den Umgang mit dem Internet kennen.

Ihre Vorteile beim Einzeltraining:

- Vermittlung von maßgeschneiderten Inhalten: Sie lernen nur das, was Sie auch wirklich benötigen
- Flexible Gestaltung der Inhalte
- Auf Wunsch: Das eigene Notebook kennenlernen und optimal einrichten
- Persönliche Betreuung durch „Ihren“ Trainer

Das bewährte Computer-Einzel-Training der vhs Friedrichshafen bietet Ihnen damit die Möglichkeit, die Dinge, die Sie am dringendsten brauchen, gezielt im Einzelunterricht (oder mit einer weiteren Person, z. B. Partner/ Freund) mit einem erfahrenen professionellen Trainer effektiv zu erlernen!

Zugangsvoraussetzungen:

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte beachten: Andere Termine sind nach Vereinbarung möglich!

Beginn: Di., 20.02.18, 09:15-10:45 Uhr

3 Termine (6 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 171,00 €

Belegung: 1-2

Unser Angebot „60plus“

In dieser Themenserie werden Kurse speziell für die Zielgruppe „60plus“ angeboten. Hier erhalten Sie die Möglichkeit, in entspannter Atmosphäre aktuelle Themen aus der Welt der PCs und dem Internet kennenzulernen oder zu vertiefen.

Sie werden systematisch von erfahrenen und professionellen Dozenten an die Themen herangeführt und mit den wichtigsten Grundbegriffen vertraut gemacht.

Ihre Vorteile:

- Sie lernen mit Gleichgesinnten ohne Stress
- Die Übungsphasen und der Lernfortschritt sind auf Ihre Bedürfnisse ausgerichtet
- Die Kursinhalte richten sich nach den Interessen der Generation „60plus“

Wählen Sie aus dem systematischen und reichhaltigen Angebot aus:

FA3704M	Computer-Einführungskurs
FA3705M	Computer-Auffrischungskurs
FA3706M	Computer-Einführungskurs für Einzelpersonen, Partner, Freunde.....
FA3708M	Windows 10-Einführungskurs
FA3713M	Daten und Bilder speichern – aber wie und wohin?
FA3734M	Ab in die Cloud, Datensicherung bei iCloud, Dropbox, Wuala & Co.
FA3735M	Buchen, Einkaufen und Bezahlen im Internet
FA3736M	Kaufen und Verkaufen bei eBay
FA3738M	WhatsApp, Twitterer & Co. leicht verständlich
FA3745M	DSL, WLAN, FRITZ!Box und Co.
FA3746M	Erstellen eines Fotobuchs mit dem Layout-Programm CEWE
FA3747M	Digitale Bildbearbeitung mit GIMP-Grundkurs
FA3751M bis FA3759M	Tablets-PCs & Smartphones

Einführungskurse 60plus

FA3704M
**Computer-Einführungskurs
„60plus“**

Uschi Gärtner

Ein Einführungskurs in die EDV speziell für Senioren mit vielen Übungsmöglichkeiten in entspannter Atmosphäre. Sie werden systematisch an das Thema Computer herangeführt und mit den wichtigsten Handgriffen und Grundbegriffen vertraut gemacht.

Inhalte:

- Der Computer und die wichtigsten Zusatzgeräte
- Programme starten und den Umgang mit Maus und Tastatur üben
- Windows und verschiedene Anwenderprogramme für unterschiedliche Nutzungsbereiche kennen lernen
- Erste Schritte im Internet

Zugangsvoraussetzungen:

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Beginn: Fr., 23.02.18, 09:30-11:45 Uhr
8 Vormittage (24 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 169,50 €, inkl. Skript, ermäßigter Seniorenpreis, Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich

Belegung: 6-8

FA3705M
**Computer-Auffrischungskurs
„60plus“**

Uschi Gärtner

Haben Sie schon leichte Vorkenntnisse, möchten aber mehr Sicherheit im Umgang mit Ihrem Computer gewinnen? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie! Wir speichern Bilder, verschicken sie als E-Mail-Anhang, suchen gezielt Informationen im Internet und entwerfen einen Briefkopf. Natürlich werden weitere Vorschläge von den Teilnehmern gerne im Kurs besprochen.

Zugangsvoraussetzungen:

Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Windows.

Beginn: Do., 03.05.18, 09:30-11:45 Uhr
5 Vormittage (15 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 111,00 €, inkl. Skript, ermäßigter Seniorenpreis, Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich

Belegung: 6-8

FA3706M
**Computer-Einführungskurs
„60plus“
Individuelles Seminar für Einzel-
personen (oder mit Partner/Freund)**

Uschi Gärtner

Möchten Sie PC / Internet Grundlagen erwerben oder Ihre EDV-Kenntnisse verbessern? Gehen Ihnen aber Gruppenkurse zu wenig auf Ihre Bedürfnisse ein?

Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie! Diese Schulung richtet sich an Personen, die eine individuelle Einführung in die Arbeit mit einem Computer benötigen oder wünschen. Sie lernen in dieser Schulung die grundlegende Bedienung des Computers, die Textverarbeitung und den Umgang mit dem Internet kennen.

Ihre Vorteile beim Einzeltraining:

- Vermittlung von maßgeschneiderten Inhalten: Sie lernen nur das, was Sie auch wirklich benötigen
- Flexible Gestaltung der Inhalte
- Auf Wunsch: Das eigene Notebook kennenlernen und optimal einrichten
- Persönliche Betreuung durch „Ihren“ Trainer

Das bewährte Computer-Einzel-Training der vhs Friedrichshafen bietet Ihnen damit die Möglichkeit, die Dinge, die Sie am dringendsten brauchen, gezielt im Einzelunterricht (oder mit einer weiteren Person, z. B. Partner/ Freund) mit einem erfahrenen professionellen Trainer effektiv zu erlernen!

Zugangsvoraussetzungen:

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte beachten: Andere Termine sind nach Vereinbarung möglich!

Beginn: Mi., 07.03.18, 09:15-10:45 Uhr
2 Vormittage (5 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 142,50 €, ermäßigter Seniorenpreis

Belegung: 1-2

**Bei uns findet jeder Kurs statt –
wenn Sie es wollen!**

Jeder Kurs kann gegen Aufpreis als individuelles Seminar für Sie persönlich durchgeführt werden. Dies gilt auch für Firmen.

Ihr Vorteil:

Flexible Gestaltung der Termine und Inhalte sowie persönliche Betreuung durch Ihren Trainer.

Sprechen Sie uns an - gerne erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot!

FA3707
**Computer-Einführungskurs
„60plus“
Individuelles Seminar für Einzel-
personen (oder mit Partner/Freund)**

Uschi Gärtner

Inhalte siehe EB3706M

Bitte beachten: Andere Termine sind nach Vereinbarung möglich!

Beginn: Do., 19.04.18, 09:15-11:00 Uhr
2 Vormittage (5 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 142,50 €, ermäßigter Seniorenpreis

Belegung: 1-2

Betriebssysteme

Windows

FA3708M
Windows 10 Einführung „60plus“

Hans Peter Frank

Möchten Sie von Windows 7 oder 8 auf Windows 10 umsteigen?

Mit diesem Kurs wird Ihnen der Einstieg erleichtert, denn wir bereiten Sie umfassend und verständlich auf das Arbeiten mit Windows 10 vor.

Neben den wichtigen Grundlagen erhalten Sie viele Tipps und Tricks, die den Umgang mit diesem neuen Betriebssystem erleichtern.

Inhalte:

- Die Windows 10 Oberfläche
- Grundlegende Arbeitstechniken (Windows starten, Apps, Fenster,...)
- Das neue/alte Start-Menü
- Mit Apps und Programmen arbeiten
- Das neue Info Center
- Arbeiten mit dem Explorer: Dateien, Ordner, Laufwerke
- Wichtige PC Einstellungen Systemanpassung
- Drucken

Zugangsvoraussetzungen:

Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs

Beginn: Mi., 11.04.18, 16:00-18:15 Uhr

3 Nachmittage (9 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 88,20 €, inkl. Skript, ermäßigter Seniorenpreis

Belegung: 4-8

**Neu: Praxistraining für
Grundlagenkurse**

Zusätzlich zu den Grundlagenkursen bietet die vhs auf vielfachen Wunsch auch Praxis-Ergänzungskurse an. Hier erhalten Sie die Möglichkeiten, die erlernten Inhalte zu üben, vertiefen und an praktischen Beispielen anzuwenden. Gerne können Sie dazu auch persönliche Themen mit einbringen. Am Ende werden Sie so die Kursinhalte besser verstehen und das erlernte Wissen festigen.

Eine Anmeldung zu diesen Zusatzkursen ist bereits am Ende der Grundlagenkurse direkt beim Dozent möglich. Zusätzlich bieten wir bei diesen Kursen eine Durchführungsgarantie an; auf Ihren Wunsch und gegen Aufpreis findet das Seminar mit jeder Teilnehmerzahl statt.

FA3709
**Praxistraining für Windows 10
„60plus“**

Hans Peter Frank

Inhalte:

- Übungen, Vertiefung, praktische Beispiele

Beginn: wird im Grundlagenkurs mit dem Dozenten vereinbart

1 Nachmittag (3 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)

Kosten: 24,90 €, ermäßigter Seniorenpreis

Belegung: 4-10

FA3710M
Effektiver Umstieg auf Windows 10

Hans Peter Frank

Sie sind auf Microsoft Windows 10 umgestiegen und finden selbst einfachste Befehle und Funktionen nicht mehr? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie!

Wir machen Sie schnell und effektiv mit dem neuen Bedienungskonzept vertraut. Sie erfahren kurz und bündig, wie Sie Aufgaben, die früher nur umständlich zu bewerkstelligen waren, mit wenigen Mausklicks erledigen können.

Inhalte:

- Wichtige Änderungen und Neuerungen im Überblick
 - Die neue Oberfläche von Windows 10
 - Das neue/alte Start-Menü
 - Das neue Info-Center
 - Programme, Apps, Store-Integration
 - Datei-, Ordner- und Systemverwaltung
- Dieser Kurs richtet sich an Anwender älterer Windows-Versionen, die auf Microsoft Windows 10 umgestiegen sind und sich nun schnell in der neuen Version zurechtfinden möchten.

Zugangsvoraussetzungen: Sie haben mit einer Windows-Version gearbeitet und sind mit der Bedienung von Windows vertraut.

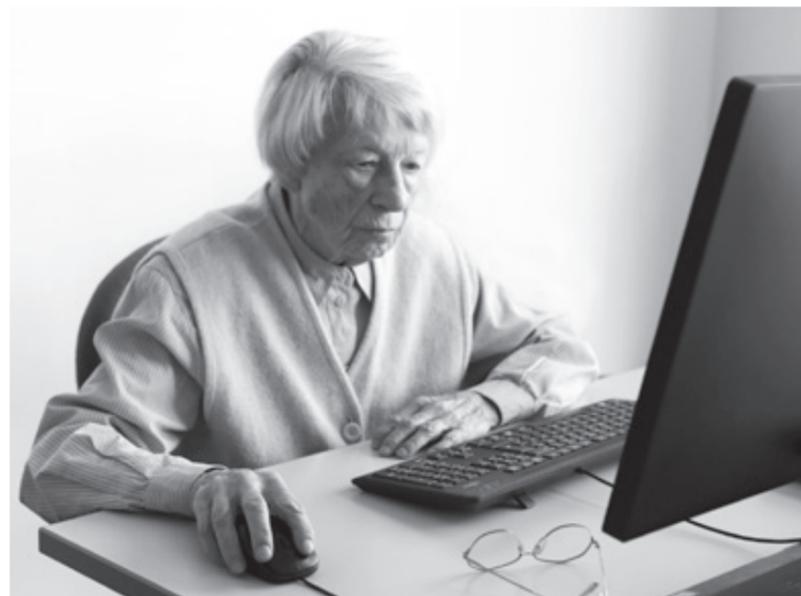
Beginn: Di., 06.03.18, 17:45-21:30 Uhr

1 Abend (5 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 55,00 €, inkl. Skript

Belegung: 4-8



Linux

FA3711M Linux Die kostenlose Alternative zu Windows



Julian Raßmann

Linux ist ein freies und kostenloses Betriebssystem, welches von einer Gemeinschaft von tausenden Menschen weltweit kontinuierlich entwickelt wird. Es ist leicht und intuitiv zu bedienen und eignet sich ideal für Privat-anwender. Es bringt zahlreiche Vorteile in puncto Sicherheit, Zuverlässigkeit Funktionsumfang und Verfügbarkeit mit sich. Je nach Wahl der Distribution hat Linux schon von Haus aus eine große Sammlung an freier Software vorinstalliert, mit welcher sich alle alltäglichen Aufgaben zuverlässig und einfach meistern lassen. Linux ist gegen nahezu alle bestehenden Viren, Trojaner und Schadsoftware anderer Couleur immun und ermöglicht dadurch einen besonders sicheren Umgang am Computer und im Internet. Durch die ressourcenschonende Arbeitsweise vieler Linux-Distributionen kann man selbst in die Jahre gekommene Computer weiterhin problemlos verwenden oder gar neu aufleben lassen. Dieser Kurs gibt einen ersten Einblick in die Welt von Linux und eignet sich für alle Neugierigen und Interessierten. Gearbeitet wird mit der Linux-Distribution Mint.

- Inhalte:**
- Was ist Linux?
 - Warum ist Linux kostenlos und sicher?
 - Linux und seine Distributionen
 - Einblick in das Software-Angebot
 - Die grundlegende Bedienung
 - Linux als Alternative zu Windows
 - Möglichkeiten, Linux auf dem eigenen Computer auszuprobieren
 - Ich möchte auf Linux umsteigen: Was muss ich beachten?
 - Windows und Linux parallel auf einem Computer nutzen
 - Fazit

Zugangsvoraussetzung:
Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs.

Beginn: Mo., 16.04.18, 18:30-21:30 Uhr
Mi., 18.04.18, 18:30-21:30 Uhr
2 Abende (8 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 82,40 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-10



FA3712M Virtuelle Computer mit der Virtual Box



Maximilian Mayer

Mit einer virtuellen Maschine besteht die Möglichkeit, innerhalb eines Computers einen weiteren Computer mit einem eigenen Betriebssystem zu simulieren. Während des schon laufenden PC Betriebs kann somit in diesem PC ein weiteres Betriebssystem – z. B. Windows XP oder Linux – verwendet werden. Mit virtuellen Maschinen können Sie andere Betriebssysteme wie z. B. Linux kennenlernen, neue Programme testen, ohne Ihr bestehendes System zu gefährden oder im Internet surfen, ohne dass Schädlinge Ihr Hauptsystem infizieren können. Sie können vorhandene Programme und Geräte weiter nutzen, die nur mit einer älteren Windows-Version lauffähig sind, besonders dann, wenn dafür von Microsoft der Support eingestellt wurde und Sie fürchten, dass Ihr System nun extra virenanfällig ist.

- Inhalte:**
- Einführung und Grundlagen
 - Installation und Konfiguration der Virtual Box
 - Umgang mit virtuellen Medien
 - Erstellen einer virtuellen Maschine.

Zugangsvoraussetzungen:
Gute Windows Kenntnisse

Beginn: Mo., 23.04.18, 18:30-21:30 Uhr
2 Abende (8 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 66,40 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-10

FA3713M Ordnung auf dem PC schaffen



Harald Belz

Zum Bearbeiten, Archivieren oder Transportieren von Texten, Bildern, Videos oder Musik ist die eingebaute Festplatte nicht immer geeignet. Andere Speichermedien bieten sich hier an: USB-Sticks, externe Festplatten, CD/DVDs, MP3-Player, digitale Kamera oder seit neuem in der Cloud. Bitte bringen Sie, falls vorhanden, Ihre eigenen Speichergeräte wie USB-Stick, CDs, MP3-Player oder Digitalkamera mit.

- Inhalte:**
- Laufwerksstruktur unter Windows kennenlernen und organisieren
 - Ordner und Dateien erstellen, umbenennen, löschen
 - USB-Sticks einsetzen und auch richtig wieder entfernen
 - CDs unter Windows brennen
 - MP3-Player anschließen und Podcasts herunterladen
 - digitale Kamera mit dem PC verbinden
 - Dateien öffnen und organisieren
 - Bilder speichern und bearbeiten

Beginn: Mi., 28.02.18, 17:45-20:45 Uhr
2 Abende (8 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)
Kosten: 66,40 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-10

Datensicherung

FA3714M Richtige und effektive Datensicherung für kleine und mittlere Unternehmen oder Privatpersonen



Die eigenen Daten gehören zum Wichtigsten, was es auf dem PC gibt. Jahrelang gespeicherte Daten wie Fotos oder wichtige Dokumente können auf einen Schlag unwiederbringlich verloren sein. Unter Umständen kann der komplette Datenverlust sogar die berufliche Existenz gefährden. So ist gegen Verschlüsselungs-Trojaner und aggressive Viren noch kein Kraut gewachsen. Und auch Festplatten gehören zu den fehleranfälligsten Komponenten des Rechners. Um so wichtiger ist eine hinreichende Vorsorge, damit bei einer Infektion oder eines Hardware-Defekts keine Dateien unrettbar verloren gehen. Eine gute geplante und regelmäßige Datensicherung ist damit unverzichtbar, damit ein Angriff durch Locky & Co oder sonstige unvorhersehbare Ereignisse keine allzu schlimmen Folgen haben. Denn fehlerhafte Datensicherungen werden in der Regel erst entdeckt, wenn es bereits zu spät ist! In diesem Seminar erhalten Sie von einem Profi einen Überblick über die wichtigsten Backup Grundlagen, Medien und Strategien sowie viele Tipps zur richtigen Datensicherung.

Inhalte:

- Organisation von Daten / Trennen von Programm und Daten
- Grundlagen der Datensicherung (Grundprinzipien, Arten, Fehlerquellen ...)
- Datensicherung/-herstellung unter Windows
- Kostenlose Alternativen (Freeware) zu den Windows „Bordmitteln“
- PC komplett sichern (Image) und wiederherstellen
- Tipps & Tricks

Ein unverzichtbares Seminar für „Ein-Mann-Betriebe“, kleine und mittlere Unternehmen sowie Privatpersonen!

Beginn: Do., 14.06.18, 18:30-21:30 Uhr
1 Abend (4 UE), Anmeldeschluss: 07.06.2018
Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)
Kosten: 48,00 €, Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich
Belegung: 5-8

Den Ehrenamtsbonus können Sie für folgende Kurse erhalten:

- PowerPoint 2016 Grundlagen
19.02.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3722M
- Englisch für die Grundbildung
19.02.18 / 20:00-21:30 Uhr > FA2202
- Arabisch Grundstufe 2 – Kleingruppe
21.02.18 / 20:00-21:30 Uhr > FA2701
- Computer-Einführungskurs „60plus“
23.02.18 / 09:30-11:45 Uhr > FA3704M
- Word 2016 Grundlagen
12.03.18 / 18:00-21:30 Uhr > FA3715M
- Excel 2016 Grundlagen
13.03.18 / 18:00-21:30 Uhr > FA3718M
- Computer-Auffrischkurs „60plus“
03.05.18 / 09:30-11:45 Uhr > FA3705M
- Modernes Arbeiten mit der Google Online-Office Suite
05.05.18 / 09:00-16:00 Uhr > FA3732M
- Richtige und effektive Datensicherung
14.06.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3714M
- Digitale Bildbearbeitung mit GIMP – Grundkurs
02.07.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3747M

Microsoft-Office 2016

FA3715M Word 2016 Grundlagen



Anton Eisele

- Inhalte:**
- Das Word Anwendungsfenster
 - Texte erstellen und bearbeiten
 - Textdokumente laden, speichern
 - Seitenvorschau
 - Texte drucken
 - Einfache Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierungen
 - Die Word Hilfefunktion
- Zugangsvoraussetzungen:**
Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Windows.

Beginn: Mo., 12.03.18, 18:00-21:30 Uhr
Mi., 14.03.18, 18:00-21:30 Uhr
2 Abende (9 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)
Kosten: 90,90 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich, Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich
Belegung: 4-10

Bei uns findet jeder Kurs statt – wenn Sie es wollen!

Jeder Kurs kann gegen Aufpreis als individuelles Seminar für Sie persönlich durchgeführt werden. Dies gilt auch für Firmen.

Ihr Vorteil:
Flexible Gestaltung der Termine und Inhalte sowie persönliche Betreuung durch Ihren Trainer.

Sprechen Sie uns an - gerne erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot!

FA3716 Praxistraining für Word 2016

Anton Eisele

- Inhalte:**
- Übungen, Vertiefung, praktische Beispiele

Beginn: wird im Grundlagenkurs mit dem Dozenten vereinbart
1 Abend (5 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 38,70 €
Belegung: 4-10

Neu: Praxistraining für Grundlagenkurse

Zusätzlich zu den Grundlagenkursen bietet die vhs auf vielfachen Wunsch auch Praxis-Ergänzungskurse an. Hier erhalten Sie die Möglichkeiten, die erlernten Inhalte zu üben, vertiefen und an praktischen Beispielen anzuwenden. Gerne können Sie dazu auch persönliche Themen mit einbringen. Am Ende werden Sie so die Kursinhalte besser verstehen und das erlernte Wissen festigen.

Eine Anmeldung zu diesen Zusatzkursen ist bereits am Ende der Grundlagenkurse direkt beim Dozent möglich. Zusätzlich bieten wir bei diesen Kursen eine Durchführungsgarantie an; auf Ihren Wunsch und gegen Aufpreis findet das Seminar mit jeder Teilnehmerzahl statt.

FA3717M Word 2016 Aufbau I



Thomas Schwörer

- Inhalte:**
- Absatz- und Seitenformatierung
 - Tabstopp
 - Nummerierungen und Aufzählung
 - Arbeiten mit Tabellen
 - Kopf- und Fußzeilen
 - Formatvorlagen
 - Formulare
 - Auto Text
 - Rechtschreibung, Trennung, Synonyme

Zugangsvoraussetzungen:
Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Word sowie Windows.

Beginn: Mo., 11.06.18, 18:00-21:30 Uhr
Mi., 13.06.18, 18:00-21:30 Uhr
2 Abende (9 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 76,20 €, (zuzügl. Skript 14 €, falls noch nicht vom Einführungskurs vorhanden), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-10



FA3718M Excel 2016 Grundlagen



Werner Schmidberger
Inhalte:

- Aufbau und Funktionsweise einer Tabellenkalkulation
- Einsatzmöglichkeiten aus der Praxis
- Grundlegende Begriffe der Tabellenkalkulation
- Die Excel Hilfe und der Office-Assistent
- Bestehende Tabelle öffnen, bearbeiten, speichern, neues Tabellenblatt erstellen
- Eingeben von Zahlen und Text, Symbolen und Sonderzeichen
- Zellen formatieren
- Zellinhalte markieren, kopieren, verschieben und löschen
- Daten sortieren
- Rechenoperationen und einfache Funktionen
- logische Verknüpfungen von Zellinhalten und Tabellen
- Arbeitsblatt formatieren und ausdrucken

Zugangsvoraussetzungen:
 Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Windows.

Beginn: Di., 13.03.18, 18:00-21:30 Uhr
2 Abende (9 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 90,90 €, inkl. Skript,
Zuschuss von 30% bzw. 50% durch
Fachkursförderung möglich,
Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich
Belegung: 4-10

FA3719 Praxistraining für Excel 2016

Werner Schmidberger

Inhalte:

- Übungen, Vertiefung, praktische Beispiele

Beginn: wird im Grundlagenkurs mit dem Dozenten vereinbart
1 Abend (5 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 38,70 €
Belegung: 4-10

FA3720M Excel 2016 Aufbau I



Werner Schmidberger

Inhalte:

- Tabellen und Arbeitsmappen (-verwaltung)
- Spezielle Gestaltungsmöglichkeiten
- Excel individuell anpassen
- Diagramme erstellen und bearbeiten
- weiterführende Formeln und Funktionen
- Umgang mit Suchfunktionen
- Mehrfachoperationen
- Der Szenariomanager
- Zielwertsuche

Zugangsvoraussetzungen:
 Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Excel sowie Windows.

Beginn: Mo., 02.07.18, 17:45-21:30 Uhr
2 Abende (10 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 83,00 €, (zuzügl. Skript 14 €, falls noch nicht vom Einführungskurs vorhanden), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-10

FA3721M Professionelle Diagramme mit Excel 2016 erstellen

Werner Schmidberger

Viele Anwender können zwar intuitiv ein Diagramm in Excel erstellen, wissen jedoch nicht, welcher Diagrammtyp sich wirklich eignet, um ihre Daten grafisch optimal darzustellen. Darüber hinaus stehen sie oft vor größeren Problemen, wenn die Darstellung der Daten am Ende nicht ihren Vorstellungen entspricht. Dieses Seminar ist besonders für diese Zielgruppe ideal geeignet, da es anschaulich und in kompakter Form alle wichtigen Aspekte von Diagrammen in Excel beschreibt:

So werden hier die in Excel verfügbaren Diagrammtypen anhand leicht verständlicher Beispiele erläutert. Daneben lernen die Anwender, wie sie ohne großen Aufwand Diagramme effizient bearbeiten, formatieren, beschriften und drucken können. Sie können nach diesem Kurs auch spezielle Diagrammarten (z. B. Blasen- oder Netzdiagramme) problemlos einsetzen und sind in der Lage, fortgeschrittene Techniken für ihre Diagramme zu nutzen (z. B. Verbunddiagramme, Fehlerindikatoren, dynamische Diagramme uvm.).

Inhalte:

- Diagramme erstellen und gestalten
- Verschiedene Diagrammtypen und -untertypen einsetzen
- Diagramme beschriften und drucken
- Darstellung der Daten innerhalb eines Diagramms ändern
- Trendlinien und Fehlerindikatoren verwenden
- Dynamische Diagramme

Zugangsvoraussetzungen:
 Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Excel. Grundkenntnisse in Windows werden empfohlen.

Beginn: Di., 26.06.18, 17:45-21:30 Uhr
1 Abend (5 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 58,50 €, inkl. Skript
Belegung: 4-10

Die vhsAPP ist aktiv!

iPhone- und Android-Nutzer können über die vhsAPP Details zu den Kursen der vhs FN abrufen und online Kurse buchen. Die vhsAPP kann noch mehr: Sprachkenntnisse testen und mit einem interaktiven Lernbegleiter vertiefen.

Weitere Infos dazu finden Sie unter
www.die-vhs-app.de.

Fachkursförderung in der vhs-FN

Das Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau Baden-Württemberg unterstützt berufliche Anpassungsfortbildungen aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds. **Zuschüsse von 30% bzw. 50% sind möglich.** Für Kurse, die durch das Förderprogramm Fachkurse unterstützt werden, können Sie einen Zuschuss von 30% der Kursgebühr erhalten, wenn Sie als Berufstätige oder als Berufstätiger in Baden-Württemberg wohnhaft oder beschäftigt sind. 50% Ermäßigung können Sie erhalten, wenn Sie darüber hinaus 50 Jahre oder älter sind.

Für die mit gekennzeichneten Kurse hat die vhs Friedrichshafen diese Unterstützung beantragt. Fragen Sie nach.

Ihre Ansprechpartnerin: Babette Reitz,
07541-203-3408, reitz@vhs-fn.de



FA3722M PowerPoint 2016 Grundlagen

Bernhard Rosa

Inhalte:

- Programmfunktionen und Arbeitsweise
- Mit Folien arbeiten
- Text- und Grafikbearbeitung
- Arbeiten mit Vorlagen
- Diagramme im Überblick
- Ansichten effektiv nutzen
- Präsentationen ausdrucken

Zugangsvoraussetzungen:
 Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs. Grundkenntnisse in Windows werden empfohlen.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-21:30 Uhr
2 Abende (8 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)
Kosten: 79,90 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich, Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich
Belegung: 4-8

FA3723 Praxistraining für PowerPoint 2016

Bernhard Rosa

Inhalte:

- Übungen, Vertiefung, praktische Beispiele

Beginn: wird im Grundlagenkurs mit dem Dozenten vereinbart
1 Abend
Ort: vhs FN, EDV-Räume (2. OG)
Kosten: 38,70 €
Belegung: 4-8

FA3724M PowerPoint 2016 Aufbau I

Bernhard Rosa

Inhalte:

- Folienlayout und -design
- Bildschirmpräsentation und Animation
- Zeichen- und Grafikobjekte
- Diagramme und Organigramme
- Datenimport
- PowerPoint effektiv nutzen
- Individuelle Konfiguration

Zugangsvoraussetzungen:
 Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Powerpoint und Windows.

Beginn: Do., 12.04.18, 18:30-21:30 Uhr

Fr., 13.04.18, 18:30-21:30 Uhr
2 Abende (8 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 66,40 €, (zuzügl. Skript 14 €, falls noch nicht vom Einführungskurs vorhanden), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-10

FA3725M Präsentieren mit PowerPoint für die GFS für Schüler ab 12 Jahre

Bernhard Rosa

An den weiterführenden Schulen in Baden-Württemberg gibt es für die Schüler/innen ab Klasse 7 die „Gleichwertige Feststellung von Schülerleistungen“ (GFS). Pro Schuljahr müssen alle Schüler/innen ein Thema ihrer Wahl präsentieren. Doch wie präsentiert man sein Referat am besten? Was kann man tun, damit das Ganze nicht so trocken wird? Dieses Seminar zeigt Euch an nur einem Samstag anhand praktischer Übungen interessante Möglichkeiten, eine GFS zu erstellen und zu präsentieren.

Inhalte:

- PowerPoint kennen lernen
- Erstellen eigener Folien
- Feedbackgespräch leiten
- Regeln für die Präsentationen: Auftreten, Handkarten, Zeitplan, Zielsetzung

Ein ausführliches (verständlich geschriebenes) Nachschlagewerk vom Herdt Verlag, in dem Ihr jede Menge zusätzliche Tipps und Tricks für Eure GFS findet, ist im Kurs enthalten.

Zugangsvoraussetzungen:
 Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs. Grundkenntnisse in Windows werden empfohlen.

Bitte bringt zu diesem Kurs möglichst schon einen USB Stick mit Texten und Bildern mit, die Ihr für Eure Präsentation verwenden wollt.

Beginn: Sa., 17.02.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (8 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)
Kosten: 69,50 €, inkl. Skript ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 5-10



FA3726M Prezi® – die Alternative zu PowerPoint, die mit ihrer unendlichen Leinwand punktet

Alexander Saat

Als Folge der Digitalisierung steigt das Interesse an innovativen und mobilen Präsentationen. Durch Prezi® verabschieden Sie sich von starren Folien und nutzen eine unendliche Leinwand. Ihre Kernbotschaft wird mithilfe einer netzartigen Struktur für die Zielgruppe einprägsamer veranschaulicht. Prezi® kann auf nahezu jedem Gerät abgespielt werden. Durch Prezi® wird es Ihnen ermöglicht, komplexe Themen kreativ und interaktiv den Zuhörern/innen näher zu bringen, wodurch diese besser in Erinnerung bleiben. In diesem Workshop lernen Sie den Umgang mit dem Präsentations-Programm Prezi®. Sie werden in der Lage sein, ihre eigenen Präsentationen mit Prezi® überzeugend umzusetzen.

Inhalte:

- Was macht Prezi® Next so besonders?
- Die Wissenschaft, die hinter effektiven Präsentationen steckt
- Die Kunst des dialogorientierten Präsentieren
- Erläuterung der einzelnen Lizenzmodelle
- Erklärung der einzelnen Funktionen
- Vermittlung der Orientierung im Menü, Dashboard, Vorführmodus und Editor
- Gegenüberstellung von Prezi® Next und Prezi® Classic
- Wichtige Tipps und Tricks zu Einstellungen der Sichtbarkeitskontrolle
- Registrierung bei Prezi.com mit der (kostenfreien) Public-Lizenz
- Praxisphase: Gemeinsames Erstellen von professionellen Prezi's®

Zugangsvoraussetzungen:
 Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Windows.

Beginn: Sa., 09.06.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (8 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)

Kosten: 66,40 €, (zuzügl. Skript 14 €, falls noch nicht vom Einführungskurs vorhanden), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-10



FA3727M
Outlook 2016
Bernhard Rosa

- Inhalte:**
- Das Outlook Anwendungsfenster
 - Elektronische Post (E-Mail) mit Outlook
 - Kalender
 - Kontaktverwaltung
 - Aufgabenverwaltung
 - Journal
 - Notizen
 - Hilfefunktionen
 - Drucken und Ausdruckgestaltung

Zugangsvoraussetzungen: Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Windows.

Beginn: Mi., 11.04.18, 18:30-21:30 Uhr
Fr., 27.04.18, 18:30-21:30 Uhr
2 Abende (8 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 79,90 €, inkl. Skript,
Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-10

FA3728
Praxistraining Outlook 2016
Bernhard Rosa

- Inhalte:**
- Übungen, Vertiefung, praktische Beispiele
- Beginn:** wird im Grundlagenkurs mit dem
Dozenten vereinbart
1 Abend
Ort: vhs FN, EDV-Räume (2. OG)
Kosten: 38,70 €
Belegung: 4-10



FA3729M
Outlook 2016 Aufbau I
Bernhard Rosa

Dieser Kurs vermittelt dem fortgeschrittenen Anwender die effektivere Nutzung von MS Outlook und versetzt ihn damit in die Lage, Termine, Aufgaben und Adressen wesentlich besser als bislang zu koordinieren, bzw. zu erstellen und sie für sich selbst oder für weitere Personen in der Arbeitsgruppe zu pflegen.

- Inhalte:**
- E-Mail-Funktionen (Nachrichten mit Anhang, Adressbuch und Verteilerliste, Nachrichtenformate, Rückruf von Nachrichten, Signaturen, Visitenkarten, Zustelloptionen)
 - Posteingang (Posteingangs- und Abwesenheitsregeln, Drucken)
 - Kontakte (Erstellen, detaillierte Personangaben)
 - Termine und Besprechungen (Detaillierte Terminanlage und Verwaltung, Terminserien, Erinnerungsfunktion, Besprechungen, Einladungen)
 - Arbeiten im Team (Stellvertreter, Verwalten und Pflegen mehrerer Kalender, Aufgaben delegieren und übernehmen, Aufgabenanfrage)
 - Journalfunktionen nutzen (Outlookelemente und Dateien übernehmen, Einträge automatisch oder manuell vornehmen)
 - Outlook verwalten (Junk-E-Mails, Outlookelemente kategorisieren, Regelassistenten)
 - Datensicherheit

Zugangsvoraussetzungen: Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs, Outlook und Windows.
Beginn: Mo., 18.06.18, 18:30-21:30 Uhr
Di., 19.06.18, 18:30-21:30 Uhr
2 Abende (5 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 66,40 €, (zuzügl. Skript 14 €, falls noch nicht vom Einführungskurs vorhanden), **Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**
Belegung: 4-10



FA3730M
Access 2016 Grundlagen
Dieter Sckell

Mit Access stehen Ihnen alle Instrumente einer professionellen relationalen Datenbank zur Verfügung, wie sie in zahlreichen Unternehmen eingesetzt wird. Sie lernen in diesem Kurs die wichtigsten Zusammenhänge kennen, um eine einfache Anwendung in Access zu erstellen, pflegen und weiterzuentwickeln. Für die Dateneingabe gestalten Sie ansprechende Formulare, für die statistischen Auswertungen druckfertige Berichte.

Zugangsvoraussetzungen: Allgemeine Windows-Kenntnisse.
Beginn: Sa., 14.04.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (8 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)
Kosten: 79,90 €, inkl. Skript,
Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-8



FA3731M
Access 2016 Aufbau
Dieter Sckell

Sie entwickeln das Datenbank-Design (die Tabellenstruktur) für eine komplexere Aufgabe wie eine kleine Bestell-Verwaltung. Auf die Daten-Integrität wird besonders geachtet. Daten werden importiert und exportiert. Mit komfortablen Formularen bieten Sie dem Anwender eine komfortable und sichere Pflege der Daten. Mit Abfragen und Berichten führen Sie statistische Auswertungen durch.

Zugangsvoraussetzungen: Access-Grundkenntnisse
Beginn: Sa., 16.06.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (9 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)
Kosten: 80,00 €, **Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**
Belegung: 5-10



Internet

FA3732M
Modernes Arbeiten mit der kostenlosen Google Online-Office Suite
Ein Workshop für Einsteiger

Alexander Saat
Kennen Sie die Situation? Sie möchten einen Text, eine Tabelle oder eine Präsentation erstellen, haben aber nicht die aktuellste Software oder die notwendige Zeit, sich durch komplexe und trockene Bedienungsanleitungen durchzuarbeiten. Oder Sie wollen ein Dokument mit Kollegen oder Freunden teilen und gemeinsam bearbeitet ohne am gleichen Computer zu sitzen. Dann haben wir eine Lösung für Sie! Probieren Sie es doch einfach mit den kostenlosen Möglichkeiten, die Ihnen Google frei zur Verfügung stellt. In diesem Kurs lernen Sie z. B. den Einsatz und Umgang mit der benutzerfreundlichen Office Suite kennen, die selbsterklärend und anwenderfreundlich ist und Sie erfahren mehr über den Einsatz von selbstauswertenden Umfragebögen die vielseitig einsetzbar sind. Gemeinsam spielen wir in diesem Workshop Praxisbeispiele und Übungen durch. Sie benötigen lediglich eine Gmail Adresse. Falls Sie noch keine Gmail Adresse haben, unterstützen wir Sie gerne bei der Erstellung. Es bleibt auch Zeit, auf persönliche Wünsche und Anregungen einzugehen.
Beginn: Sa., 05.05.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (8 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)
Kosten: 56,50 €, inkl. Skript,
Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich
Belegung: 4-10

Bei uns findet jeder Kurs statt – wenn Sie es wollen!

Jeder Kurs kann gegen Aufpreis als individuelles Seminar für Sie persönlich durchgeführt werden. Dies gilt auch für Firmen.

Ihr Vorteil:
Flexible Gestaltung der Termine und Inhalte sowie persönliche Betreuung durch Ihren Trainer.

Sprechen Sie uns an - gerne erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot!

FA3733M
Google Dienste und Tools –nützliche und kostenlose Helfer im Alltag
Workshop für Einsteiger

Alexander Saat
Kennen Sie das Gefühl des ständigen Termindrucks, von aufgeschobenen unerledigten Aufgaben und einer Vielzahl unbearbeiteter E-Mails? Möchten Sie wissen, wie Sie dieses Problem mit Hilfe Ihres Smartphones oder Ihres PCs lösen? Dann ist dieser Workshop genau richtig für Sie! Probieren Sie es doch einmal mit den kostenlosen Möglichkeiten, die Ihnen Google frei zur Verfügung stellt. In diesem Kurs lernen Sie z. B. den Einsatz und Umgang mit einem synchronisierten Kalender kennen, in dem kein Termin mehr übersehen wird und Sie erfahren mehr über den Einsatz einer Einkaufsliste, die in Echtzeit gemeinsam mit dem Partner geführt werden kann. Gemeinsam spielen wir in diesem Workshop Praxisbeispiele und Übungen durch. Sie benötigen lediglich eine Gmail-Adresse. Falls Sie noch keine Gmail-Adresse haben, unterstützen wir Sie gerne bei der Erstellung. Es bleibt auch Zeit auf persönliche Wünsche und Anregungen einzugehen.
Zugangsvoraussetzungen: Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Internet.
Beginn: Sa., 21.04.18, 09:00-12:00 Uhr
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 33,20 €
Belegung: 4-10

FA3734M
Ab in die Cloud
Datensicherung bei iCloud, Dropbox
Bernhard Rosa

Wenn Sie Ihre Daten auf PC, Tablet und Smartphone aktuell und synchron halten wollen, kommen Sie an der Cloud kaum vorbei. In diesen teilweise kostenlosen Online-Speichern legen Sie Fotos, Musik, Adressen und Dokumente komfortabel ab, sichern sie gegen den Zugriff Dritter und teilen sie mit Freunden und Bekannten.
Inhalte:

- Anbieterüberblick
- Leistungsdaten und Preisstrukturen
- Registrierung und Anmeldeprozess
- Ordner auf dem Speichersystem anlegen, Dateien ablegen, bearbeiten und löschen
- Freigabe für Dritte
- automatisiertes Arbeiten mit der Cloud
- Verschlüsselungstools und Sicherheitshinweise
- Tipps zur Wahl des richtigen Anbieters.

Zugangsvoraussetzungen: gute PC-Kenntnisse. Falls vorhanden, können Sie Smartphones und Tablets gerne mitbringen.
Beginn: Fr., 20.04.18, 18:30-21:30 Uhr
1 Abende (4 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 33,20 €
Belegung: 4-10

FA3735M
Buchen, Einkaufen und Bezahlen im Internet
Bernhard Rosa

Das Internet bietet viele attraktive Möglichkeiten, von zu Hause aus bequem und zeitsparend einzukaufen. Viele Online-Shops bieten auf zahlreichen Portalen ihre Waren an und auch Dienstleistungen lassen sich schnell und zuverlässig kaufen. Verlieren Sie die Angst, im Internet einzukaufen oder zu buchen! Denn in diesem Kurs lernen Sie leicht und verständlich, wie Sie im Internet z. B. Veranstaltungen, Autos oder Reisen buchen oder ohne Risiko einkaufen können. Sie erhalten einen Überblick über die verschiedenen Zahlungsmethoden im Internet und Tipps für einen sicheren Einkauf. Hierzu werden die häufigsten Zahlungsoptionen wie zum Beispiel Lastschriftverfahren, Kreditkarten, PayPal usw. erklärt. Sie lernen mögliche Risiken kennen, aber auch neue Möglichkeiten.
Zugangsvoraussetzungen: PC- und Windows Grundkenntnisse
Beginn: Mo., 16.04.18, 18:30-21:30 Uhr
1 Abend (4 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)
Kosten: 33,20 €
Belegung: 4-10

FA3736M
Kaufen und verkaufen bei eBay
Bernhard Rosa

„Sicher handeln auf eBay“, „erfolgreich bieten und kaufen“ und „zum ersten Mal verkaufen“: Sie erfahren Einzelheiten und Hintergrundwissen über eBay. Anhand praktischer Beispiele betreten Sie stressfrei und sicher den weltberühmten online-Marktplatz eBay. Gehen Sie auf Schnäppchenjagd oder trennen Sie sich von Ihren Keller- oder Dachbodenschätzen.
Inhalte:

- eBay – Entstehung und Grundlagen
- eBay – Anmeldung und Mitgliedschaft
- Artikel suchen und beobachten
- Gebote abgeben und Artikel erfolgreich ersteigern
- Abwicklung des Kaufs nach der Ersteigerung
- Verkaufen bei eBay
- eBay-Inserate ansprechend gestalten
- Angebotsende und Verkaufsabwicklung

Der Kurs erläutert das eBay Bewertungssystem auf Basis aktueller Auktionen und rundet das Thema mit Blick auf die Funktion des Online-Zahlungsdienstleisters PayPal ab.
Zugangsvoraussetzungen: Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs. Grundkenntnisse, Internet und Windows. Eine eigene E-Mail-Adresse sollte vorhanden sein.
Beginn: Mi., 14.03.18, 18:30-21:30 Uhr
2 Abende (8 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 79,90 €
Belegung: 4-10





FA3737M
Digitale Selbstverteidigung
Bernhard Rosa
 Es passiert jeden Tag, jede Minute, die wir online sind: Wir suchen nach bestimmten Begriffen bei Google, liken bestimmte Posts bei Facebook und interessieren uns für bestimmte Produkte bei Amazon. Dabei hinterlassen wir Spuren und verraten unsere digitale Identität. Zeit für digitale Selbstverteidigung. In diesem Vortrag erhalten Sie Informationen über Gefahren, mögliche Schäden und Sicherheitsvorkehrungen für PCs, Laptops, Notebooks und Smartphones. In den Medien erscheinen regelmäßig Berichte über Hackerangriffe, denen Computer und mobile Endgeräte über das Internet ausgesetzt sind, z. B. auf den Deutschen Bundestag oder Frau Merkels Handy. Diese Angriffe sind aufwändig, zur Abwehr sind aufwändige Schutzmechanismen notwendig. Diese Meldungen müssen Sie nicht beunruhigen, z. B. beim Internetbanking, Surfen, Online-Shopping, Mailverkehr, ElsterOnline oder Skype. Angriffe, von denen Sie betroffen sein können, werden viel einfacher ausgeführt und sind einfach abzuwehren.
Inhalte:
 • Warum kann angegriffen werden?
 • Geschichte der Angriffe, was ist ein Hacker, wer sind die Angreifer heute?
 • Warum greifen sie an, wie greifen sie an?
 • Welche Angriffe sind für Sie gefährlich?
 • Wie fangen Sie sich Schadsoftware ein?
 Außerdem wird eine Echtzeit-Video-Demo von akut laufenden Angriffen gezeigt. Es werden die notwendigen Sicherungsmaßnahmen aufgelistet.
 Falls vorhanden, können Sie Smartphones und Tablets gerne mitbringen.
Beginn: Di., 26.06.18, 18:30-21:30 Uhr
1 Abend (4 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)
Kosten: 27,60 €
Belegung: 4-8

Unser Angebot „60plus“
 In dieser Themenserie werden Kurse speziell für die Zielgruppe „60plus“ angeboten. Hier erhalten Sie die Möglichkeit, in entspannter Atmosphäre aktuelle Themen aus der Welt der PCs und dem Internet kennenzulernen oder zu vertiefen.
 Sie werden systematisch von erfahrenen und professionellen Dozenten an die Themen herangeführt und mit den wichtigsten Grundbegriffen vertraut gemacht.
Ihre Vorteile:
 • Sie lernen mit Gleichgesinnten ohne Stress
 • Die Übungsphasen und der Lernfortschritt sind auf Ihre Bedürfnisse ausgerichtet
 • Die Kursinhalte richten sich nach den Interessen der Generation „60plus“
Wählen Sie aus dem systematischen und reichhaltigen Angebot aus:
 FA3704M Computer-Einführungskurs
 FA3705M Computer-Auffrischkurs
 FA3706M und EB3707M Computer-Einführungskurs für Einzelpersonen, Partner, Freunde.....
 FA3708M Windows 10-Einführungskurs
 FA3713M Daten und Bilder speichern – aber wie und wohin?
 FA3734M Ab in die Cloud, Datensicherung bei iCloud, Dropbox, Wuala & Co.
 FA3735M Buchen, Einkaufen und Bezahlen im Internet
 FA3736M Kaufen und Verkaufen bei eBay
 FA3738M WhatsApp, Twitterer & Co. leicht verständlich
 FA3745M DSL, WLAN, FRITZ!Box und Co.
 FA3746M Erstellen eines Fotobuchs mit dem Layout-Programm CEWE
 FA3747M Digitale Bildbearbeitung mit GIMP-Grundkurs
 FA3751M bis FA3759M Tablets-PCs & Smartphones

WEB 02 & Soziale Netzwerke

FA3738M
WhatsApp, Twitterer & Co – leicht verständlich
Eine Einführung in die sozialen Netzwerke für Senioren
Bernhard Rosa
 Das Internet ist kein Vorrecht der jungen Generation. Steigen Sie ein in die faszinierende Welt der sozialen Netzwerke. Erwerben Sie sich leicht verständlich die grundlegenden Kenntnisse über Facebook, Twitter, Skype, WhatsApp & Co. Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie die wichtigsten sozialen Netzwerke kennen und erfahren, welche Gemeinschaften sich für Sie eignen und wie Sie diese nutzen können. Schritt für Schritt wird dabei gezeigt, wie Sie sich anmelden, Texte und Bilder einpflegen, sich mit anderen Nutzern vernetzen und Ihre Privatsphäre wahren. Lernen Sie beispielsweise mit Ihren Enkeln in England, mit Ihren Neffen in Australien über soziale Netzwerke zu kommunizieren und sich dabei sogar zu sehen.
Zugangsvoraussetzungen:
 Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs. Grundkenntnisse in Windows und Internet werden empfohlen. Eine eigene E-Mail-Adresse sollte vorhanden sein.
Beginn: Fr., 20.04.18, 14:00-17:45 Uhr
1 Termin (5 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)
Kosten: 37,50 €, ermäßigter Seniorenpreis
Belegung: 4-8

FA3739
WhatsApp for Business
Einstieg und Grundlagen für kleine und mittlere Unternehmen
Michael Elbs
 Egal ob klassischer Text (wie bei der SMS und E-Mail) oder das Versenden von Sprachnachrichten, Videoclips und Bildern – WhatsApp ist das Universalkommunikationswerkzeug auch für Handwerker und kleine oder mittlere Unternehmen geworden. In diesem Workshop wird ihnen gezeigt, welche Möglichkeiten dieses „Werkzeug“ für Ihren Betrieb bietet und wie Sie es effizient einsetzen können.
Inhalte:
 • Einführung und erster Überblick
 • Grundfunktionen: Einstellungen, Infos, Status, Gruppen
 • Profifunktionen: Multimessenger, Broadcasting, Kontaktschutz, Bots.
 • WhatsApp am PC
 • Office-Vorlagen für WhatsApp
 • Beispiele für WhatsApp Services, Hintergrundinfos
 • Datenschutzkonzept für den WhatsApp Einsatz am Arbeitsplatz
 Bitte bringen Sie Ihr Smartphone, evtl. Ladegerät und Anleitung mit.
Beginn: Mo., 12.03.18, 18:30-21:30 Uhr
1 Abend (4 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)
Kosten: 30,00 €, ermäßigter Seniorenpreis
Belegung: 4-8

FA3740
Facebook
Einstieg und Grundlagen für Unternehmen
Elke Schellinger
 Sie wollen mit einem professionellen Facebook-Auftritt Kunden gewinnen. Ihnen fehlt jedoch noch das notwendige Basiswissen? Außerdem befürchten Sie, etwas falsch zu machen?
 Über 50 Millionen kleine und mittelständische Unternehmen hatten Ende 2015 eine eigene Facebook-Präsenz. Vermutlich haben auch Sie schon darüber nachgedacht, das soziale Netzwerk für Ihr Unternehmen zu nutzen. Wenn Sie noch unsicher sind, wie Ihre Unternehmens-Präsenz auf Facebook aussehen soll, ist dieses Seminar das richtige für Sie. Sie lernen Schritt für Schritt, wie Sie eine Unternehmensseite auf Facebook anlegen und mit Informationen füllen. Sie erfahren, welche Möglichkeiten Facebook Ihnen kostenlos bietet, und was Sie mit etwas Werbebudget erreichen können. Am Ende der Veranstaltung verfügen Sie über eine eigene Facebook-Seite, mit der Sie starten können. Und falls Sie noch nicht bereit sind zu starten, können Sie die Seite am Seminarende einfach offline schalten oder komplett löschen. Sie werden über das notwendige Wissen verfügen um zu entscheiden, ob Sie Facebook nutzen wollen oder nicht. Falls Sie sich für Facebook entscheiden, sind die Grundbausteine für Ihre zukünftigen Aktivitäten gelegt.

Inhalt:
 • Facebook Struktur und Spielregeln
 • Wie kommuniziert man auf Facebook
 • Die wichtigsten Privatsphäre- und Sicherheitseinstellungen
 • Anlegen einer Facebook Unternehmensseite
 • Werkzeuge zum Sammeln von Ideen für Ihre Veröffentlichungen
 • Interessante Werkzeuge, die Ihnen Ihre Arbeit erleichtern und Zeit sparen
 Idealerweise haben Sie bereits ein privates Facebook-Konto angelegt. Falls nicht, beachten Sie bitte: Zum Anlegen eines Facebook Kontos benötigen Sie entweder eine Email-Adresse, die Sie während der Veranstaltung abrufen können, oder Sie können sich alternativ auch über Ihre Handynummer registrieren.
Zielgruppe:
 Für Mitarbeiter von Unternehmen, die noch keine Facebook-Seite betreiben und keine oder nur geringe Facebook-Kenntnisse haben.
Beginn: Mi., 09.05.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (9 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)
Kosten: 99,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-8

Webseitenerstellung & Programmierung

FA3741M
WordPress
Eine professionelle Website für Existenzgründer, Freiberufler und Unternehmer
Bernhard Rosa
 Eine ansprechende Internet-Präsenz ist für Unternehmen aller Größen heutzutage unverzichtbar. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie mit der freien und kostenlosen WordPress-Software einen Webauftritt für Ihre Dienstleistungen und Produkte realisieren, die Suchmaschinenpräsenz verbessern, geeignete Marketingkanäle nutzen und den Erfolg der Website analysieren.
Inhalte:
 • WordPress-Grundlagen
 • Installation und Konfiguration
 • Word Press-Dashboard
 • Site-Struktur
 • Einfügen von Inhalten
 • Layout-Vorlagen
 • Online-Marketing
 • Strategieentwicklung und Zielgruppenorientierung
 • SEO-Grundlagen
 • rechtliche Aspekte
 • Erfolgsanalyse

Zugangsvoraussetzung:
 sichere PC-Kenntnisse; von Vorteil sind HTML- und CSS-Grundlagen.
Beginn: Mi., 04.07.18, 18:30-21:30 Uhr
Di., 10.07.18, 18:30-21:30 Uhr
Mi., 18.07.18, 18:30-21:30 Uhr
3 Termine (12 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)
Kosten: 99,60 €, (Jeder Teilnehmer erhält ein Skript und eine Software-CD), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-10

Heimnetzwerke

FA3744M
Heimnetzwerk, Router und Internet
Grundkurs für Einsteiger
Andreas Huchler
 Fast jeder Internetnutzer verfügt über einen DSL-Router und möchte schnell und einfach kabellos im Internet surfen. In der Regel kommen zum heimischen PC noch Laptop, Tablet, Smartphone, Telefon oder Fernseher dazu und Musik-, Foto- oder Videodateien sollen zentral verwaltet werden, um im Netz gemeinsam darauf zugreifen zu können. Doch schon beim Anschließen und Einrichten von Router, Geräten und Netzwerk treten oft die ersten Probleme auf. In diesem Kurs erhalten Sie die nötigen Grundkenntnisse, um einen Router einzurichten und Computer, Laptop, Tablet und Smartphone ans Internet anzuschließen. Verschiedene Techniken werden vorgestellt wie Verbindungen über Kabel (LAN), Funk (WLAN) und über das Stromnetz (dLAN). Dazu werden wichtige Grundbegriffe der Netzwerktechnik wie IP, DHCP, DNS erklärt. Zum Thema Sicherheit erhalten Sie Informationen über die Absicherung von Netzwerken und WLAN (Filter, Firewall, Verschlüsselung und Freigaben).
Inhalte:
 • Netzwerk Grundlagen
 • DSL-Router anschließen
 • Telefonieren über das Internet
 • Netzwerk konfigurieren und einrichten
 • WLAN nachhaltig schützen
 • Drucken im Heimnetzwerk
 • Datenserver & Medienserver
 • Immer und überall Zugriff auf die eigenen Daten – Private Cloud
Zugangsvoraussetzungen:
 Grundkenntnisse in Windows und Internet.
Beginn: Sa., 16.06.18, 10:00-17:00 Uhr
Sa., 23.06.18, 10:00-17:00 Uhr
2 Termine (16 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)
Kosten: 174,00 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich
Belegung: 4-10

FA3745M DSL, WLAN, FRITZ!Box und Co. Basiswissen für Senioren

Maximilian Mayer

Fast jeder Internetnutzer verfügt über einen DSL-Router und möchte schnell, sicher und kabellos im Internet surfen. Doch schon das Anschließen und Einrichten von Router und Netzwerk ist für viele Senioren ein „böhmisches Dorf“, auch wenn bereits gute PC Grundkenntnisse vorhanden sind. Wir erklären Ihnen in entspannter Atmosphäre, wie es geht.

Inhalte:

- Netzwerk Grundkenntnisse – leicht und verständlich erklärt
- DSL-Router anschließen
- Einstellungen: Sicherheit, Passwörter, Verschlüsselung
- WLAN (sicher) einrichten und schützen
- Telefonieren über das Internet

Zulassungsvoraussetzungen:

Gute PC-Grundkenntnisse

Beginn: Di., 17.04.18, 16:30-18:45 Uhr

3 Termine (5 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)

Kosten: 64,00 €, inkl. Skript, ermäßigter Seniorenpreis

Belegung: 4-10

Digitale Fotografie und Bildbearbeitung

FA3746M Erstellen eines Fotobuchs mit dem Layout-Programm CEWE Dr. Rolf Zimmermann

Als Fotobuch bezeichnet man ein digital gedrucktes Buch, dessen einzelne Seiten Sie am PC aus Bildern und Texten selbst zusammenstellen. Fotobücher sind also ein moderner Ersatz bisheriger Fotoalben. Sie sind vielfältiger gestaltbar als diese, meist dünner und handlicher und sie können zur Weitergabe an andere in beliebiger Stückzahl gedruckt werden.

Inhalte:

- Einführung in das Thema „Fotobuch“
- kurze Ergänzung zum Thema „digitale Bildbearbeitung“
- Layout-Programm von CEWE
- Gestaltung eigener Seiten
- Ablauf einer Bestellung
- Vertiefung mit komplexeren Gestaltungsmöglichkeiten

Zugangsvoraussetzungen:

Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Erfahrungen im Umgang mit der Computermaus.

Beginn: Do., 15.03.18, 18:30-20:45 Uhr

2 Termine (6 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)

Kosten: 49,80 €, je nach Verfügbarkeit erhält jeder Teilnehmer einen Gutschein für ein Fotobuch.

Belegung: 4-10

Neu: Praxistraining für Grundlagenkurse

Zusätzlich zu den Grundlagenkursen bietet die vhs auf vielfachen Wunsch auch Praxis-Ergänzungskurse an. Hier erhalten Sie die Möglichkeiten, die erlernten Inhalte zu üben, vertiefen und an praktischen Beispielen anzuwenden. Gerne können Sie dazu auch persönliche Themen mit einbringen. Am Ende werden Sie so die Kursinhalte besser verstehen und das erlernte Wissen festigen.

Eine Anmeldung zu diesen Zusatzkursen ist bereits am Ende der Grundlagenkurse direkt beim Dozent möglich. Zusätzlich bieten wir bei diesen Kursen eine Durchführungsgarantie an; auf Ihren Wunsch und gegen Aufpreis findet das Seminar mit jeder Teilnehmerzahl statt.

FA3747M Digitale Bildbearbeitung mit GIMP Grundkurs

Bernhard Rosa

Gimp ist ein kostenloses professionelles Programm zur Bildbearbeitung, mit dem Sie Ihre Fotos optimieren können. Die kostenlose Software hat tolle Möglichkeiten, die den Vergleich mit Photoshop nicht zu scheuen brauchen.

Lernen Sie Gimp und seine leistungsfähigen Werkzeuge kennen und lieben.

Inhalte:

- Download und Installation von GIMP
- Die Werkzeuge – Fenster und Menüs: was Sie womit machen können
- Bilder einrichten, drucken und speichern: Größe, Auflösung und Dateiformate (für das Internet)
- Zuschneiden von Bildern
- Ausdrucken mehrerer Bilder pro Seite
- Bilder optimieren: Tonwert, Kontrast, Helligkeit und Farben nachbearbeiten
- Bilder schärfen oder weichzeichnen
- Bilder retuschieren: Farbstiche, Flecken, Staub und Kratzer entfernen
- Schreiben mit GIMP – das Textwerkzeug

Zugangsvoraussetzungen:

Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Windows.

Beginn: Mo., 02.07.18, 18:30-21:30 Uhr

Di., 03.07.18, 18:30-21:30 Uhr

2 Abende (8 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)

Kosten: 66,40 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich,

Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich

Belegung: 4-10

FA3748 Praxistraining Digitale Bildbearbeitung mit GIMP

Bernhard Rosa

Inhalte:

- Übungen, Vertiefung, praktische Beispiele

Beginn: wird im Grundlagenkurs mit dem Dozenten vereinbart

1 Abend

Ort: vhs FN, EDV-Räume (2. OG)

Kosten: 38,70 €

Belegung: 4-10

Den Ehrenamtsbonus können Sie für folgende Kurse erhalten:

- PowerPoint 2016 Grundlagen
19.02.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3722M
- Englisch für die Grundbildung
19.02.18 / 20:00-21:30 Uhr > FA2202
- Arabisch Grundstufe 2 – Kleingruppe
21.02.18 / 20:00-21:30 Uhr > FA2701
- Computer-Einführungskurs „60plus“
23.02.18 / 09:30-11:45 Uhr > FA3704M
- Word 2016 Grundlagen
12.03.18 / 18:00-21:30 Uhr > FA3715M
- Excel 2016 Grundlagen
13.03.18 / 18:00-21:30 Uhr > FA3718M
- Computer-Auffrischkurs „60plus“
03.05.18 / 09:30-11:45 Uhr > FA3705M
- Modernes Arbeiten mit der Google Online-Office Suite
05.05.18 / 09:00-16:00 Uhr > FA3732M
- Richtige und effektive Datensicherung
14.06.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3714M
- Digitale Bildbearbeitung mit GIMP – Grundkurs
02.07.18 / 18:30-21:30 Uhr > FA3747M

FA3749M Photomanagement mit Lightroom

Axel Kottal

Adobe Lightroom ist eine Software, die speziell für Digitalfotografen entwickelt wurde. Sie umfasst die gesamten Arbeitsabläufe vom Übertragen der Bilder auf den Rechner, danach die Bildbearbeitung (vor allem von RAW-Dateien aber auch JPG, TIFF und PSD-Daten) bis hin zur Weiterverarbeitung als Ausdruck, Diashow, Fotobuch oder für das Internet. Alle Abläufe sind klar gegliedert in Modulen, die sehr einfach beherrschbar sind – im Kurs werden alle Module ausführlich behandelt. Lightroom hat sich zur Standardsoftware für Fotografen entwickelt und wird von Amateuren und Profis weltweit verwendet. Hinweis: Lightroom ist kein Ersatz für Photoshop Elements, da aufgrund der fehlenden Ebenenfunktion keine aufwändigen Bildmontagen möglich und die Retuschierfunktionen sehr eingeschränkt sind.

Zugangsvoraussetzungen:

Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs. Erfahrung im Umgang mit Photoshop Elements oder mit der Vollversion von Photoshop. Grundkenntnisse in Windows werden empfohlen.

Beginn: Fr., 13.04.18, 17:45-21:30 Uhr

Sa., 14.04.18, 09:00-17:15 Uhr

2 Termine (16 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)

Kosten: 146,30 €, inkl. Skript,

Zuschuss von 30% bzw. 50% durch

Fachkursförderung möglich

Belegung: 4-10

FA3750 Praxistraining Photomanagement mit Lightroom

Axel Kottal

Inhalte:

- Übungen, Vertiefung, praktische Beispiele

Beginn: wird im Grundlagenkurs mit dem Dozenten vereinbart

1 Termin (4,67 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 38,70 €

Belegung: 4-8

FA3751M Digitale Bildbearbeitung I + II mit Photoshop Elements

Axel Kottal

Photoshop von Adobe ist die Standardsoftware für die Bildbearbeitung in der Grafikbranche.

Mit diesem Programm können Fotos (ob gescannt oder von der Digitalkamera) absolut perfekt bearbeitet werden: Farb- und Belichtungs-korrekturen, Bildmontagen und -retuschen, optimale Vorbereitung für den Ausdruck auf dem heimischen Drucker sowie als Druckvorlage für den Firmenprospekt.

Inhalte Teil 1:

- Grundbegriffe der Bildbearbeitung
- Photoshop Elements Grundlagen
- Werkzeug- und Hilfspalette
- Farb- und Belichtungskorrekturen
- Bildmontagen und -retuschen
- Laden und Speichern
- Optimale Vorbereitung für den Ausdruck
- Druckvorlage für den Firmenprospekt.
- Individuelle Konfiguration

Inhalte Teil 2:

- Komplexe Photomontagen
 - Fotoretuschen
 - Bildkorrekturen
 - Filter
 - Professionelle Tipps und Tricks
- Zugangsvoraussetzungen:** Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs. Grundkenntnisse in Windows werden empfohlen.

Beginn: Do., 08.03.18, 18:00-21:30 Uhr

3 Abende (14 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)

Kosten: 129,70 €, inkl. Skript,

Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich

Belegung: 4-10

Unser Angebot „60plus“

In dieser Themenserie werden Kurse speziell für die Zielgruppe „60plus“ angeboten. Hier erhalten Sie die Möglichkeit, in entspannter Atmosphäre aktuelle Themen aus der Welt der PCs und dem Internet kennenzulernen oder zu vertiefen.

Sie werden systematisch von erfahrenen und professionellen Dozenten an die Themen herangeführt und mit den wichtigsten Grundbegriffen vertraut gemacht.

Ihre Vorteile:

- Sie lernen mit Gleichgesinnten ohne Stress
- Die Übungsphasen und der Lernfortschritt sind auf Ihre Bedürfnisse ausgerichtet
- Die Kursinhalte richten sich nach den Interessen der Generation „60plus“

Wählen Sie aus dem systematischen und reichhaltigen Angebot aus:

FA3704M Computer-Einführungskurs
FA3705M Computer-Auffrischkurs
FA3706M und EB3707M

Computer-Einführungskurs für Einzelpersonen, Partner, Freunde....

FA3708M Windows 10-Einführungskurs

FA3713M Daten und Bilder speichern – aber wie und wohin?

FA3734M Ab in die Cloud, Datensicherung bei iCloud, Dropbox, Wuala & Co.

FA3735M Buchen, Einkaufen und Bezahlen im Internet

FA3736M Kaufen und Verkaufen bei eBay

FA3738M WhatsApp, Twitterer & Co. leicht verständlich

FA3745M DSL, WLAN, FRITZ!Box und Co.

FA3746M Erstellen eines Fotobuchs mit dem Layout-Programm CEWE

FA3747M Digitale Bildbearbeitung mit GIMP-Grundkurs

FA3751M bis FA3759M Tablets-PCs & Smartphones

FA3752M Digitale Bildbearbeitung III Arbeiten mit Photoshop

Axel Kottal

Photoshop in der Vollversion gilt als Standard in der Bildbearbeitung und wird als eines der leistungsfähigsten Programme dieser Sparte gehandelt. Der produktive Umgang mit Photoshop benötigt jedoch sehr viel Routine und Praxis – zumal auch eine Menge Kniffe und Tricks für dieses Programm existieren. Darum wird hier von einem Profi, der täglich mit Photoshop arbeitet, eine Menge Wissen und Erfahrung im Umgang mit dieser Software an die Teilnehmer weitergegeben.

Zugangsvoraussetzungen:

Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs. Erfahrung im Umgang mit Photoshop Elements oder mit der Vollversion von Photoshop. Grundkenntnisse in Windows werden empfohlen.

Beginn: Fr., 11.05.18, 17:45-21:30 Uhr

Sa., 12.05.18, 09:00-17:15 Uhr

2 Termine (16 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 173,50 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30%

bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich

Belegung: 4-8

FA3753 Praxistraining Digitale Bildbearbeitung III mit Photoshop

Axel Kottal

Inhalte:

- Übungen, Vertiefung, praktische Beispiele

Beginn: wird im Grundlagenkurs mit dem Dozenten vereinbart

1 Termin (5 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 38,70 €

Belegung: 4-8

Video

FA3754M Video kann jeder! So erstellen Sie Ihre eigenen Filme und YouTube-Clips

Alexander Beer

In diesem Kurs lernen Sie, wie einfach es heute ist, einen eigenen Videofilm am Computer zu erstellen. Dabei werden wir filmische Grundlagen kennen lernen und an Beispielen eigene Kurzfilme drehen und schneiden. Wenn sie eigenes Filmmaterial besitzen, können wir dieses schneiden, mit Geräuschen, Musik und Sprechertext unterlegen und dann für die Wiedergabe im Internet oder auf einer DVD abspeichern.

Inhalte:

- Szenen ordnen, schneiden und trimmen
 - Musik und Kommentare unterlegen
 - Bild und Ton bearbeiten
 - Video- und Audioeffekte hinzuzufügen
 - Den fertigen Film rendern und für die Ausgabe im Internet, an einem PC oder als DVD für einen DVD-Player fertig machen
- Das Seminar ist nicht an das eingesetzte Schnittsystem gebunden. Die Geräte stellt das Kreismedienzentrum Bodenseekreis zur Verfügung. **Zugangsvoraussetzungen:** Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Beginn: Di., 08.05.18, 17:15-21:00 Uhr

Mi., 09.05.18, 17:15-21:00 Uhr

Di., 15.05.18, 17:15-21:00 Uhr

Mi., 16.05.18, 17:15-21:00 Uhr

4 Abende (20 UE)

Ort: Kreismedienzentrum Bodenseekreis,

Steinbeisstr. 22-26, 88046 FN

Kosten: 166,00 €

Belegung: 4-8

Tablets & Smartphones

Seminare in Kleingruppen und als Einzelcoaching

Tablets und Smartphones erfreuen sich einer großen Beliebtheit, da sie recht vielseitig einsetzbar und einfach zu bedienen sind. Mittlerweile sind sie auf dem besten Weg, den klassischen PC für viele Normalnutzer abzulösen. Ob Reisen, Musik, Fotografie, Lesen, Gesundheit, Navigation und v. a. m: Tablets und Smartphones bieten Informationen und Hilfe an. Somit sind diese Produkte nicht nur für junge Menschen interessant. Immer mehr Menschen aller Altersgruppen sind interessiert, an dieser Art der mobilen Kommunikation teilzuhaben.

FA3755M

Tablets & Smartphones Orientierungskurs mit allen Betriebssystemen, Kleingruppe

Harald Belz

Das Internet als modernes Medium zur Kommunikation und Information wird mit Smartphones und Tablet PCs mobil und einfacher bedienbar. Nicht nur junge Menschen schätzen diese Möglichkeit zur Kommunikation und Informationsbeschaffung. In diesem Kurs erfahren Sie, welches das richtige Produkt für Sie ist: Smartphone oder Tablet-PC – Android, Apples iOS oder Windows?

Inhalte:

- Welches System, welche Bildschirmgröße möchte ich?
- Was sind Apps und wie bekomme ich sie auf mein Gerät?
- Was sind die Unterschiede zwischen Smartphone, iPhone, Tablet-PC und iPad?
- Mit welchen Kosten muss ich rechnen und wie schütze ich mich vor ungewollter Datenübertragung und Kostenfallen?

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich ein Tablet-PC oder Smartphone kaufen möchten. Sollten Sie schon ein Smartphone oder Tablet-PC besitzen, sind Sie ebenfalls herzlich willkommen. **Zugangsvoraussetzungen:** Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Beginn: Do., 22.02.18, 17:45-21:30 Uhr
1 Abend (5 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 50,00 €, inkl. Skript

Belegung: 3-6

FA3756M

Tablets & Smartphones Grundlagen Android, Kleingruppe

Harald Belz

In dieser Einführung lernen Sie den sicheren Umgang mit Ihrem Tablet-PC oder Smartphone von der grundlegenden Bedienung bis zum mobilen Weg ins Internet. Sie erhalten einen Überblick über die wichtigsten Funktionen und Apps für die praktische Anwendung.

Inhalte:

- Vorstellung des Gerätes
- Anschlüsse und Bedienung
- Touchscreen Benutzung und Gesten
- Erstes Anschalten und Grundeinstellungen
- Store (Apps installieren/kaufen)
- Einrichten von E-Mail, Ordner und Systemsteuerung
- Cloud
- sinnvolle Programme
- Schutz und Sicherheit

Zugangsvoraussetzungen: Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte beachten: Andere Termine sind nach Vereinbarung möglich!

Beginn: Di., 10.04.18, 18:30-21:30 Uhr

Do., 12.04.18, 18:30-21:30 Uhr

2 Abende (8 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 80,00 €, inkl. Skript

Belegung: 3-6

FA3757M

Tablets & Smartphones Vertiefung Android, Kleingruppe

Harald Belz

Oftmals werden Tablet-PCs und Smartphones ohne jede Bedienungsanleitung verkauft. In diesem (Fortsetzungs-) Kurs lernen Sie die wichtigsten Schritte zum Einrichten sowie das Arbeiten mit verschiedenen Apps (Anwendungen).

Inhalte:

- Einrichten von WLAN
- Kalender, Kontakte, Synchronisation
- Skype
- WhatsApp
- GPS Anwendungen

Zugangsvoraussetzungen: Grundkenntnisse im Umgang mit dem Tablet-PC werden vorausgesetzt. **Bitte beachten:** Andere Termine sind nach Vereinbarung möglich!

Beginn: Di., 05.06.18, 18:30-20:45 Uhr

Do., 07.06.18, 18:30-20:45 Uhr

2 Abende (6 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 60,00 €, inkl. Skript

Belegung: 3-6

FA3758M

Tablets & Smartphones – Grundlagen iPad & iPhone Individuelles Seminar für Einzelpersonen

Harald Belz

Apples iPads und iPhones erfreuen sich einer immer größer werdenden Beliebtheit, da sie recht vielseitig einsetzbar und einfach zu bedienen sind. Mittlerweile sind Sie auf dem besten Weg, den klassischen PC für viele Normalnutzer abzulösen.

In dieser Einführung lernen Sie den sicheren Umgang mit Ihrem iPad oder iPhone – von der grundlegenden Bedienung bis zum mobilen Weg ins Internet. Sie erhalten einen Überblick über die wichtigsten Funktionen und Apps für die praktische Anwendung.

Inhalte:

- Vorstellung des Gerätes
- Anschlüsse und Bedienung
- Touchscreen Benutzung und Gesten
- Erstes Anschalten und Grundeinstellungen
- Store (Apps installieren/kaufen)
- Einrichten von E-Mail, Ordner und Systemsteuerung
- Cloud
- sinnvolle Programme
- Schutz und Sicherheit

Zugangsvoraussetzungen: Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. **Bitte beachten:** Andere Termine sind nach Vereinbarung möglich!

Beginn: Mo., 05.03.18, 18:30-20:45 Uhr

1 Abend (3 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 95,00 €, inkl. Skript

Belegung: 1-1

FA3759

Tablets & Smartphones Grundlagen iPad & iPhone Kleingruppe

Harald Belz

Inhalte siehe EB3763M

Beginn: Di., 27.02.18, 18:30-20:45 Uhr

Do., 01.03.18, 18:30-20:45 Uhr, 2 Abende (6 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

Kosten: 60,00 €, inkl. Skript

Belegung: 3-6

Tast schreiben

FA3760M

Computer – Tast schreiben am PC in 6 Stunden

Annette Kessler

Ob im Studium, im Beruf oder privat – ohne PC geht nichts mehr. Fast jeder sitzt heute dran. Aber kaum jemand kann die Tastatur mit zehn Fingern blind bedienen. Mit diesem Schulungskonzept ist es möglich, die Tastatur eines Computers in nur 6 Stunden blind bedienen zu lernen. Grundlage dieser Schulung ist ein Trainingsprogramm, das Erkenntnisse aus Pädagogik, Hirnforschung, Assoziations- und Visualisierungstechniken etc. kombiniert, um ein effektives und schnelles Lernen zu ermöglichen. Mit diesem Lernsystem gibt es kein stures Einhämmern auf die Tasten und keine frustrierenden Wiederholungen im Unterricht, um das Tastenfeld zu erlernen. Im Gegenteil: Mit diesem System macht es einfach Spaß, in kurzer Zeit das Computerschreiben zu erlernen. Das Unterrichtsmaterial ist im Kursentgelt enthalten.

Zugangsvoraussetzungen: Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs. Das regelmäßige Üben am eigenen PC (zur Steigerung der Schreibgeschwindigkeit) wird vorausgesetzt.

Beginn: Di., 06.03.18, 17:15-18:45 Uhr

4 Abende (8 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)

Kosten: 79,90 €, inkl. Skript

Belegung: 4-10

Kultur und Gestalten

Kunstgeschichte

Exkursionen

FA4100

vhs unterwegs: Fondation Beyeler – BACON und GIACOMETTI

Christoph Maria Frisch

Mit Alberto Giacometti (1901–1966) und Francis Bacon (1909–1992) präsentiert die Fondation Beyeler zwei herausragende Protagonisten der Klassischen Moderne, Freunde und Rivalen gleichermaßen, deren Vision die Kunst der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts bis heute stark beeinflusst. Wie zwei Leuchttürme, die sich Lichtsignale zusenden, nahmen sich Giacometti und Bacon wahr. Obwohl ihre Kunst auf den ersten Blick ganz unterschiedlich und eigenständig ist, zeigt die Ausstellung auch erstaunliche Gemeinsamkeiten. Zusammen präsentiert wird beider Werk in einem neuen Licht zu sehen sein. **Leistungen:** Anreise mit der Bahn (2. Klasse, Baden-Württemberg-Ticket), Eintritt und Führung durch die Ausstellung. Im Anschluss bleiben bis zur Rückfahrt etwa 3 Stunden Zeit zur freien Verfügung. Treffpunkt am Exkursionstag ist um 8:55 Uhr in der Bahnhofshalle des Stadtbahnhofs FN!

Die angemeldeten Teilnehmer erhalten ca. eine Woche vorher nochmals schriftliche Informationen. Bitte haben Sie Verständnis, dass bei Rücktritt nach Anmeldeschluss das Kursentgelt in vollem Umfang berechnet wird.

Beginn: Mi., 16.05.18, 08:55-18:45 Uhr

1 Termin (13 UE), Exkursion,

Anmeldeschluss: 30.04.2018

Ort: Riehen, Fondation Beyeler

Kosten: 65,00 €

Belegung: 14-19

Vorträge

FA4101

Maria Theresia zum 300. Geburtstag

Klaus Wendler

Bei ihrer Geburt 1717 konnte niemand vorhersehen, dass aus der kleinen Erzherzogin dereinst eine der bedeutendsten Regentinnen der Weltgeschichte werden würde. In Ermangelung eines männlichen Thronfolgers wurde sie 1740 Nachfolgerin ihres Vaters, Kaiser Karls VI., als Herrscherin der habsburgischen Erblande, musste aber ihr Erbe so-

fort gegen eine Koalition von Konkurrenten (Preußen, Sachsen, Bayern) verteidigen, was ihr (unter Verlust Schlesiens) weitgehend gelang. Obwohl sie lange Jahre aufwändige Kriege führen musste, konnte sie die Finanzen ihres Landes sanieren. Ihrem Mann, Franz Stephan von Lothringen-Toskana, sicherte sie die Kaiserwürde, und die Habsburgischen Lande regierte sie 40 Jahre lang umsichtig, und zwar – obgleich von Haus aus konservativ – zunehmend nach den Prinzipien der Aufklärung, zumal die letzten 10 Jahre, als ihr Sohn und Nachfolger Joseph II. Mitregent war. Trotz der Regierungsaufgaben fand sie Zeit für ein enges Familienleben und eine intensive Pflege von Kultur und Kunst: In zahlreichen Städten ihres Reiches (z. B. Wien, Prag, Innsbruck, Pressburg) entstanden aufwändige Bauten, die Ausstattung zahlreicher Kirchen zeugen von ihrer Frömmigkeit.

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr

1 Abend (2 UE), Vortrag

(ohne Voranmeldung, Abendkasse)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 6,00 €, je Termin

FA4102

Auf zur Kur! III – Europas Weltbäder im 19./20. Jh.

Klaus Wendler

Im vergangenen Semester verfolgten wir die Geschichte des europäischen Kurwesens durch zwei Jahrtausende. Im 19. Jh. erlebte die Bäderkultur in mehreren sog. 'Weltbädern' ihren absoluten Höhepunkt: Baden-Baden, Bad Kissingen und Wildbad im deutschen Raum und Karlsbad und Marienbad im habsburgischen Böhmen wurden zu den Treffpunkten der vornehmen Welt schlechthin. Vor allem wurden sie von Angehörigen der untereinander eng verschwägerten europäischen Herrscherhäuser und des internationalen Hochadels aufgesucht – so sehr, dass einige von ihnen geradezu als Sommerhauptstädte Europas bezeichnet wurden. Dem Geburtsadel folgten der Geldadel und prominente Persönlichkeiten aus dem kulturellen Leben. Hier fanden Monarchenkongresse statt, hier trafen sich Politiker und Diplomaten. Auf Grund der erlauchten Klientel und ihren hohen Ansprüchen entstand hier eine Architektur, die gesellschaftliche Bauten (Badehäuser, Kurhäuser, Wandelhallen, Hotels) allerhöchster Qualität hervorbrachte.

Beginn: Mi., 28.02.18, 18:30-20:00 Uhr

1 Abend (2 UE), Vortrag

(ohne Voranmeldung, Abendkasse)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 6,00 €, je Termin

FA4103

Die Architektur der 2. Hälfte des 20. Jahrhunderts: Die 1990er Jahre

Klaus Wendler

Kennzeichnend für die Architektur der letzten Jahrzehnte des 20. Jh. ist eine zunehmende Globalisierung: Wurde die Architektur der sich am Internationalen Stil orientierenden Richtungen der 1950er-1970er Jahre zu meist von Europäern und Nordamerikanern beherrscht, so finden wir heute maßstabsetzende Werke asiatischer und lateinamerikanischer Architekten in aller Welt. Das hat dazu geführt, dass es keine einheitlichen, aufeinander folgenden Stile mehr gibt; stattdessen stehen die unterschiedlichsten Tendenzen, oft national gefärbt, nebeneinander und beeinflussen sich gegenseitig. Man könnte von drei grundsätzlichen Richtungen sprechen: der vielgestaltigen Postmoderne (mit Ausflügen in den Brutalismus), der Neubelebung von Prinzipien des Internationalen Stils (mit dem ihn ergänzenden Dekonstruktivismus) und des 'absoluten' High-Tech. Bemerkenswerte neue Entwicklungen sind die Anlage großflächiger, vielgestaltiger Stadtteile (HafenCity Hamburg, UNO-City Wien, Puerto Madero Buenos Aires), wo Architekten der unterschiedlichsten Couleur zum Zuge kommen, und die Umnutzung älterer, vor allem industrieller Bauten für gesellschaftliche Zwecke.

Beginn: Mittwoch, 07.03.2018, 18:30 Uhr.

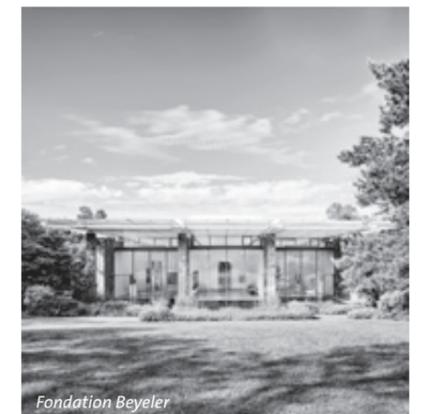
Weitere Termine: 11.04., 18.04., 25.04.

4 Abende (2 UE), Vortrag

(ohne Voranmeldung, Abendkasse)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 6,00 €, je Termin



Fondation Beyeler



**FA4104
Vom Markt zum Einkaufszentrum – Eine Kulturgeschichte des Handels I**
Klaus Wendler

Bereits vor Zehntausenden von Jahren finden sich kostbare Objekte, etwa Lapislazuli, fern von ihrer Herkunftsgegend, aber die mögen einfach über lange Zeit weitergereicht oder geraubt worden sein. Seit dem Übergang des Menschen zur Sesshaftigkeit lässt sich aber echter Handel archäologisch nachweisen, und spätestens seit ca. 6000 Jahren bestimmen Märkte als Zentren des Handels, der Kommunikation und der Unterhaltung die Siedlungsstrukturen. Wurden die Handelsgeschäfte zunächst unter freiem Himmel abgeschlossen, so entstanden in historischer Zeit zunehmend eingegrenzte Plätze (die griechische Agora, das römische Forum) und schließlich spezielle Gebäude für den Warenhandel (etwa die Kaiserforen), die ihre späteren Parallelen in den mittelalterlichen Kaufhäusern, Brotläuben etc. finden und deren späteste Nachfahren die palastartigen Warenhäuser und Passagen des 19./20. Jh. und die 'Malls' des 20./21. Jh. sind. An mehreren Abenden soll die Entwicklung des 'Marktes' von der Antike bis heute und vom Lokal- bis zum Welthandel verfolgt werden.

Beginn: Mi., 06.06.18, 18:30-20:00 Uhr
1 Abend (2 UE), Vortrag
(ohne Voranmeldung, Abendkasse)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 6,00 €, je Termin

**FA4105
Heilige Berge und ihre Mythologie in der Kunst II und III**
Klaus Wendler

Nachdem wir im vergangenen Semester die heiligen Berge des Altertums betrachteten, wenden wir uns nun denen der übrigen Welt zu. Am ersten Abend befassen wir uns mit dem jüdisch-christlichen Raum. Das Judentum übernahm einige heilige Berge von seinen heidnischen Nachbarn, schuf sich aber seine eigenen Mythen. Das Christentum übernahm wiederum einige von ihnen und verband gewisse Berge mit Ereignissen im Leben Christi. Vor allem aber erlebten im Zuge der Missionierung Europas zahlreiche Berge eine „Christianisierung“, z. T. auf heidnischer Grundlage, z. T. als Stätten wunderbarer religiöser Ereignisse in christlicher Zeit. Diese Berge tragen zumeist bedeutende Bauten. Am zweiten Abend begeben wir uns auf andere Kontinente. Überall in Asien gibt es heilige Berge als Wohnsitze von Gottheiten. Der rein mythische Weltenberg Meru hat vor allem die Architektur des hinduistischen und buddhistischen Raumes geprägt. Einige Berge werden um ihrer selbst willen verehrt, andere tragen riesige Tempelanlagen. Im alten Amerika galten ebenfalls Berge als heilig, aber der Kult ist auf Grund der fehlenden Schriftkultur nur archäologisch fassbar. Bei den Indianern Nordamerikas erfahren durch die Wiederbelebung traditioneller Kulte gewisse Berge eine erneute Verehrung.

Beginn: Mi., 04.07. und 11.07.18
2 Abende (2 UE), Vortrag
(ohne Voranmeldung, Abendkasse)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 6,00 €, je Termin

Seminare

**FA4110
Die Affäre(n) Klimt(s)**
Ulla Attenberger, Studienrätin,
Freie Kunstmalerin

Das Wien des Malers Gustav Klimt – die Belle Epoque um die Jahrhundertwende – war sicher eine der faszinierendsten Epochen der Kunstgeschichte. Namen wie Egon Schiele, Sigmund Freud und Arnold Schönberg stehen für eine revolutionär neue Art des Denkens und Schaffens. Themen wie Eros, Sexualität und Schönheit der Frauen sind neben Vergänglichkeit und Mühsal des Lebens aufrüttelnde Motive, auch im Werk des Malers Gustav Klimt.

Lassen Sie sich in diesem biografischen Vortrag mit Bildbesprechung hinein führen in die Zeit des Jugendstils, mit überschwänglicher Ornamentik und voll von Erotik und Dekadenz.

Beginn: Fr., 04.05.18, 18:30-20:00 Uhr
1 Termin (2 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)
Kosten: 8,60 €
Belegung: 10-20

**FA4111
Die Kreuzzüge (Seminar)**
Dr. Helga Müller-Schnepper,
Kunsthistorikerin

Zwischen 1095/99 und dem 13. Jahrhundert zogen etwa 1 Million europäischer Ritter ins „Heilige Land“. Militärisch gesehen waren die Kreuzzüge ein Flop. Kulturell aber veränderten sie Europa. Diese Kriege waren strategisch, religiös und wirtschaftlich motiviert, weshalb dieses Seminar die verschiedenen Stränge beleuchtet. Das Spektrum reicht von dem ersten Kreuzzug, dessen Teilnehmer sich noch als „Pilger“ sahen, bis zum vierten Kreuzzug, bei dem das christliche Konstantinopel geplündert wurde.

Beginn: Mi., 13.06.18, 19:00-20:30 Uhr
1 Termin (2 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)
Kosten: 7,80 €
Belegung: 8-16

**FA4112
Seit wann sind die Badener keine Schwaben mehr? (Seminar)**
Dr. Helga Müller-Schnepper,
Kunsthistorikerin

Fast 1000 Jahre lang bezeichneten sich alle Bewohner des heutigen Baden-Württembergs ganz selbstverständlich als Schwaben. Die große Wende kam 1806 mit der Gründung des Großherzogtums Baden und des Königreichs Württemberg, als deren König behauptete „Schwaben ist gleichbedeutend mit Württemberg“. Dagegen mussten sich die Badener ja wehren, indem sie keine Schwaben mehr sein wollten. Einfach ist diese Geschichte aber nicht, sodass das Seminar vielfältige Strömungen aufzeigt.

Beginn: Mi., 04.07.18, 19:00-20:30 Uhr
1 Termin (2 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)
Kosten: 7,80 €
Belegung: 8-16

**FA4113
Genealogische Streifzüge durch die deutsche und europäische Geschichte II (Seminar)**
Klaus Wendler

Seit dem Mittelalter war der europäische Hochadel untereinander eng verschwägert, wobei die Mehrung von Besitz und politischer Macht im Vordergrund stand. Gleichzeitig festigte sich das Prinzip der Erblichkeit der Herrschaft (in Deutschland zwar in den Fürstentümern, allerdings nicht auf Reichsebene), so dass die meisten Dynastien zur Sicherung ihrer Herrschaft eine ganz gezielte Heiratspolitik verfolgten. Da der deutsche Raum die größte Zahl regierender Häuser aufwies, stand er gewissermaßen im Zentrum des europäischen 'Heiratsmarktes'. Es bildeten sich bald ausgesprochene Traditionen innerhalb der dynastischen Verbindungen heraus. Gewisse Herrscherhäuser (Habsburger, Wittelbacher, Wettiner, Welfen) waren beim Einheiraten in andere Staaten oder gar deren 'Erheiraten' besonders erfolgreich. In diesem Semester werden wir uns in erster Linie mit dem Haus Habsburg und seinen dynastischen Verbindungen befassen und dabei auch die weltpolitischen Konsequenzen, kulturellen Folgen und ausgewählte persönliche Schicksale berühren.

Beginn: Do., 08.03.18, 18:30-20:00 Uhr
3 Termine (6 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)
Kosten: 26,40 €
Belegung: 8-20

**FA4114
Das Vanitas-Motiv in Dichtung und Kunst II (Seminar)**
Klaus Wendler

Das Motiv der 'Vanitas', der 'Eitelkeit', d. h. Vergänglichkeit alles Irdischen gehört zu den wichtigsten Topoi der europäischen Kulturgeschichte. Die Allgegenwärtigkeit des Todes, zwar bereits in der Antike anzutreffen, ist seit dem christlichen Mittelalter ein zentrales Thema in Literatur und Kunst (Totentanz, Triumph des Todes), das seit der Neuzeit zwar den Betrachter weiterhin zur Nachdenklichkeit auffordert, allerdings durchaus nicht ausschließlich auf traurige oder trübe Weise. Man denke an die grandiosen und prunkvollen Allegorien bestückten barocken Grabmäler Berninis oder Fischers von Erlachs, an die immense Vielfalt der prunkvollen und farbenprächtigen Stillleben der Flamen und Niederländer (wo die Vanitas-Elemente oft geradezu verborgen sind) oder an die Sonette Shakespeares, die oft die Schönheit über den Tod triumphieren lassen, und die barocke Lyrik, die Lebenslust und Vanitas einander gegenüberstellt. An drei Abenden werden wir einzelne ausgewählte Werke unter Berücksichtigung des historischen Hintergrundes besprechen.

Beginn: Do., 14.06.18, 18:30-20:00 Uhr
3 Termine (6 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)
Kosten: 26,40 €
Belegung: 8-20

**FA4200
Ausstellung mit Öl- und Aquarellgemälden aus vhs-Kursen**

In dieser Ausstellung zeigt die Teilnehmer der Öl- und Aquarellkurse von Ulla Attenberger ihre Werke aus den letzten Semestern. Gezeigt werden Landschaften, Portraits und Abstraktes.

Zur Vernissage am Freitag, 23.02.18 um 19:00 Uhr sind Sie herzlich eingeladen. Die Ausstellung ist zu sehen bis zum 27.04.18.

Ort: vhs FN, Ausstellung EG und 1. OG

**1.000 m²
Auswahl**

Farben, Rahmen, Homeartikel, Ledertaschen, Schmuckkoffer, Tischwäsche, Kissen, Dekobänder, Dekoartikel, Seiden- und Kunstblumen, Accessoires, Kerzen, verschiedene Stoffe, Servietten, Papier, Karten, u.v.m.

Grossmann
...einfach schöner leben!

Schenken – kochen – genießen

Unterraderach
88048 Friedrichshafen
Telefon 0 75 41 / 60 36-0
www.grossmann-fn.de

Künstlerisches Gestalten

Zeichnen und Malen

**FA4201
Aktzeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene**
Joachim Lambrecht, Künstler

Aktzeichnen ist eine hervorragende Übung um Sehen zu lernen und gleichzeitig zeichnerisch mit Fläche und Raum Erfahrungen zu sammeln. Gerade weil uns der menschliche Körper so vertraut ist, bietet er viele verschiedene Ansatzpunkte für eine künstlerische Auseinandersetzung. Dabei ist sowohl die Intuition als auch das genaue Beobachten gefragt. An den Kursabenden soll vor allem der Übungsaspekt im Vordergrund stehen. Wir werden mit Bleistift, Kohle und Kreiden arbeiten.

Bitte beachten: Kein Kurs am 18.04., letzter Kurstermin ist der 02.05.2018.
Bitte mitbringen: Zeichenmaterialien und Zeichenblock mindestens A3 oder größer.

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-21:30 Uhr
8 Termine (32 UE)
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 155,20 €, zzgl. Modellkosten
Belegung: 7-10

**FA4202
„SCHWARZ-WEISS“ – Denken Zeichenkurs (nicht nur) für Anfänger**
Jolanta Szalanska, Mag. der Kunst (Akademie Krakau)

Stilleben, Gegenstände, Objekte, Räume, Blumen, Früchte.
Inhalt: Übungen in schwarz-weiß, Beschäftigung mit Kontrasten, Spielen mit Licht und Schatten, Umrisszeichnung, Modellierung, Charakter der Gegenstände durch verschiedene Materialien, Zeichnen und Malen mit weißen Materialien auf schwarzem Papier, Schwarz-Weiß-Figuren gestalten in Collage-Technik.

Materialien: Bleistifte, Graphitstifte, Zeichenkohle, Feder und Tusche, Papier. **Am ersten Abend bitte mitbringen:** Bleistift, Zeichenkohle, Papier.

Beginn: Fr., 09.03.18, 18:00-21:00 Uhr
Sa., 10.03.18, 10:00-17:00 Uhr
2 Termine (12 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 69,60 €
Belegung: 6-10

FA4203 Grundlagen der Malerei für Anfänger Kompaktworkshop mit praktischen Übungen

Jolanta Szalanska, Mag. der Kunst
(Akademie Krakau)

Was sind Komplementärfarben? Wie ist ein Farbkreis aufgebaut? Wie wirken Farben? Der Kurs bietet eine kompakte und grundlegende Einführung in die Farblehre. Jeder – erstellt nach Anleitung der Dozentin einen Farbkreis, mischt Farben, lernt komplementäre Farben und ihre Entstehung kennen. Sie lernen die Teilung in warme und kalte Farbtöne und das Zusammenspiel der Farben und ihre Relationen kennen. Weiter befassen wir uns mit der Komposition eines Bildes, also dem Bildaufbau. Was macht ein Bild spannend? Welche bildnerischen Mittel kann ich einsetzen? Wir experimentieren dabei u. a. mit der Verdichtung von Linien, Strichen, Punkten. Sie können alles ausprobieren und anhand kleiner Übungen aus dem Bereich des Stilllebens (Gegenstände, Früchte, Blumen) umsetzen.

Die Betreuung ist individuell und entspricht dem Entwicklungsstand der Teilnehmenden. Die Stillleben werden von der Dozentin vorbereitet.

Bitte mitbringen:

Buntstifte, Acrylfarben, Papier A4 und A3.

Beginn: Fr., 11.05.18, 18:00-21:00 Uhr
Sa., 12.05.18, 10:00-17:00 Uhr
2 Termine (12 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 69,60 €
Belegung: 6-10

FA4204 Arbeitskreis Zeichnen und Malen

Ein Arbeitskreis für fortgeschrittene Freizeitmaler zur gemeinsamen künstlerischen Weiterentwicklung. Ohne Dozent aber in kreativem Austausch untereinander treffen wir uns regelmäßig zum Malen, bei guter Witterung auch draußen.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:00-19:30 Uhr
12 Abende (24 UE)
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, B 02.13
Kosten: 26,40 €
Belegung: 4-10



Verschiedene Maltechniken Aquarell / Öl / Acryl / Pastell

FA4210 Aquarelle malen und zeichnen – Sequenz I

Ulla Attenberger, Studienrätin,
Freie Kunstmalerin

Es werden Techniken der Aquarellmalerei sowie der Umgang mit Farben vermittelt. Vor allem kann eine zeichnerisch exakte Vorskizze, angelegt werden. Seien es Blumen, Portraits, Tiere oder Landschaften – Sie werden fachkundig und individuell unterstützt bzw. angeleitet in dem, was malerisch entwickelt werden soll. Dabei ist die Freude an Form und Farbe die wichtigste Voraussetzung. Material bitte mitbringen, gerne auch eigene Motive, die Sie gestalten möchten.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:00-20:30 Uhr
4 Termine (13,33 UE)
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 70,70 €
Belegung: 6-8

FA4211 Aquarelle malen und zeichnen – Sequenz II

Ulla Attenberger, Studienrätin,
Freie Kunstmalerin

Siehe Kurs-Nr. FA4210
Material bitte mitbringen, gerne auch eigene Motive, die Sie gestalten möchten.

Beginn: Mo., 23.04.18, 18:00-20:30 Uhr
4 Termine (13,33 UE)
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 70,70 €
Belegung: 6-8

FA4212 Aquarelle malen und zeichnen – Sequenz III

Ulla Attenberger, Studienrätin,
Freie Kunstmalerin

Siehe Kurs-Nr. FA4210
Material bitte mitbringen, gerne auch eigene Motive, die Sie gestalten möchten.

Beginn: Mo., 04.06.18, 18:00-20:30 Uhr
6 Termine (20 UE)
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 106,00 €
Belegung: 6-8

Kursmaterial

Bei Kochkursen und in Kursen, bei denen Material vorbestellt/gekauft werden muss, sind die Kosten für Lebensmittel bzw. Material auch bei Nichtteilnahme zu bezahlen!

FA4213 Aquarellieren am Vormittag Fortgeschrittene

Rose Dorn, Kunstmalerin,
Diplom-Pädagogin

Kursthemen sind klassische und moderne Motive in konkreter und abstrakter Ausführung, dazu kommen die entsprechenden Gestaltungsmöglichkeiten. Alle Themen und Techniken werden anhand von Bildbeispielen und Vorführungen erklärt. Bei der Themenwahl werden die Wünsche der Teilnehmer berücksichtigt.

Bitte mitbringen: Aquarellblock (300g/qm), Rundpinsel Nr. 3, 8 und 14, Aquarellfarben (keine Schulmalpinsel und Deckfarben), Papierstaschentücher, Zeichensachen, Skizzenpapier. Nicht für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

Beginn: Mi., 21.02.18, 09:00-11:15 Uhr
8 Vormittage (24 UE)
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 105,60 €
Belegung: 8-9

FA4214 Aquarellieren am Vormittag Fortgeschrittene

Rose Dorn, Kunstmalerin,
Diplom-Pädagogin

Siehe Kurs Nr. FA4213

Beginn: Mi., 21.02.18, 11:15-13:30 Uhr
8 Vormittage (24 UE)
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 105,60 €
Belegung: 8-9

FA4215 Malen mit Ölfarben – Sequenz I Ulla Attenberger, Studienrätin, Freie Kunstmalerin

In diesem Kurs werden Techniken der Ölmalerei mit vorbereitenden Anleitungen zum Zeichnen vermittelt. Sehr gerne können eigene Motive, die Sie zeichnerisch/malerisch erforschen wollen, mitgebracht werden. Individuell werden Sie inspiriert und unterstützt – ob bei perspektivischem Aufbau von Landschaften oder bei Portraits, Tieren und abstrakten Variationen. Der Kurs ist geeignet für Anfängende und alle, die ihre Kenntnisse in der Ölmalerei erweitern und vertiefen wollen.

Material bitte mitbringen, gerne auch eigene Malmotive.

Beginn: Mi., 21.02.18, 09:45-12:30 Uhr
4 Termine (14,67 UE)
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 77,80 €
Belegung: 6-8

FA4216 Malen mit Ölfarben – Sequenz II

Ulla Attenberger, Studienrätin,
Freie Kunstmalerin

Siehe Kurs-Nr. FA4216

Bitte beachten: Kein Kurstermin am 09.05.1
Material bitte mitbringen, gerne auch eigene Malmotive.

Beginn: Mi., 18.04.18, 09:45-12:30 Uhr
4 Termine (14,67 UE)
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 77,80 €
Belegung: 6-8

FA4217 Malen mit Ölfarben – Sequenz III

Ulla Attenberger, Studienrätin,
Freie Kunstmalerin

Siehe Kurs-Nr. FA4216

Material bitte mitbringen, gerne auch eigene Malmotive.

Beginn: Mi., 06.06.18, 09:45-12:30 Uhr
6 Termine (22 UE)
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 116,60 €
Belegung: 6-8

FA4218 Acrylmalerei: Mixed Media

Rose Dorn, Kunstmalerin,
Diplom-Pädagogin

Malen, Zeichnen, Drucken, Stempeln, Schablonieren, Collageelemente einbringen, bei Mixed Media, der Kombination unterschiedlichster Techniken, Farben und Materialien, sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Hier kann jeder nach Herzenslust und ohne Druck experimentieren, denn alles was nicht gefällt, verschwindet durch Überkleben oder Übermalen, oder es wird mit Stiften, Schablonen, Stempeln usw. weiterbearbeitet. So entsteht ein vielschichtiges Gesamtwerk, dem man die Freude am Gestalten ansieht. Es kann auf Keilrahmen oder Papier gearbeitet werden.

Bitte alles, was geeignet erscheint mitbringen, z. B. Stoffe, gemusterte Papiere, Zeitungen, Netze, Stadtpläne und Landkarten, Stempel. Farben, Stifte und Kreiden können mitgebracht oder im Kurs gegen Umlage gestellt werden. Eine Auswahl an Schablonen, Collagematerialien und Druckutensilien ist ebenfalls vorhanden.

Beginn: Sa., 17.03.18, 09:15-16:00 Uhr
1 Termin (9 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten
Belegung: 6-8

Hinweis für alle Acrylkurse von Rose Dorn: Pinsel, Schwammwalzen, Gummiwalzen Spachteln, Malmesser und Farben, soweit vorhanden, bitte mitbringen. Alles Notwendige kann aber auch im Kurs gegen Kostenumlage gestellt werden. Malgründe (Papier, Malpappen, Leinwände) selbst besorgen oder bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn bei der Kursleiterin telefonisch bestellen. Bitte auf jeden Fall mitbringen: Wassergefäß, Lappen, Zeitungspapier, Wasserzerstäuber, Frischhaltetüten, Haushaltsschwamm, Schere, Kreppklebeband. Unempfindliche Kleidung ist ratsam.



FA4219 Acrylmalerei: Perspektivische Darstellung mal anders – verzerrt, verformt, verschachtelt

Rose Dorn, Kunstmalerin,
Diplom-Pädagogin

Spielerischer Umgang mit dem perspektivischen Gestalten führt zu einem ungewöhnlichen, spontanen und modernen Bildausdruck. Es genügt aber nicht, einfach die perspektivischen Regeln außer Kraft zu setzen, denn das Werk soll ja doch gekonnt und in sich stimmig aussehen. Dafür gibt es einige Tricks, die Sie in diesem Kurs kennen lernen. Wer die perspektivische Malerei mag, hat hier viel Spaß; wer sie verabscheut, ebenfalls, denn endlich ist Freiheit von den beängstigenden Regeln angesagt. Dass man dabei über die korrekte Darstellung der Perspektive etwas lernt, ist ein schöner Nebeneffekt.

Beginn: Sa., 14.04.18, 09:15-16:00 Uhr
1 Termin (9 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten
Belegung: 6-8

FA4220 Acrylmalerei – Abstrakte Kompositionen

Rose Dorn, Kunstmalerin,
Diplom-Pädagogin

Komposition bedeutet, bestimmte Regeln zu beachten. Beim abstrakten Malen können wir die Regeln der gegenständlichen Malerei übernehmen, aber auch verändern oder ganz neue Regeln erfinden. So können wir frei mit Farb- und Formgebung, Tonwerten und Bildaufteilung umgehen und auch dem Spiel mit dem Zufall Raum geben. Wie das alles geht, wird erklärt und vorgeführt, dann können Sie Ihre eigenen Kompositionen schaffen und erhalten dabei fachkundigen Rat.

Beginn: Do., 03.05.18, 09:15-16:00 Uhr
1 Termin (9 UE)
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten
Belegung: 6-8

**FA4221
Acrylmalerei – Lichteinfall**
Rose Dorn, Kunstmalerin,
Diplom-Pädagogin

Gut gestaltete Licht- und Schattenbereiche entfalten eine beeindruckende Wirkung. Diese lässt sich noch steigern, indem man den Lichteinfall auf einzelne Partien des Motivs begrenzt. So entsteht eine gewisse Dramatik in der Darstellung, die je nach Intensität der Helligkeiten und Dunkelheiten stärker oder schwächer ausfällt. Die Motive können gegenständlich oder abstrakt gestaltet werden; dabei können Spachtelmassen, Sande, Erden und Pigmente eingesetzt werden, glatte und fließende Farbaufträge sind ebenfalls möglich. Die entsprechenden Techniken werden erklärt und vorgeführt.

Beginn: Mo., 14.05.18, 09:15-16:00 Uhr
1 Termin (9 UE)
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten
Belegung: 6-8

**FA4222
Acrylmalerei – Ausdrucksstarke
Farbflächen schaffen
mit außergewöhnlichen Zusätzen
und Malmitteln**

Rose Dorn, Kunstmalerin,
Diplom-Pädagogin

In der Acrylmalerei spielen Zusätze als Ausdrucksmittel eine wichtige Rolle. Einige von Ihnen erleichtern das geplante Gestalten, andere sind zum Experimentieren geeignet und führen dabei zu überraschenden Ergebnissen. Neben den im Künstlerbedarf angebotenen Mitteln gibt es viele andere geeignete Zusätze, die in jedem Haushalt vorhanden sind oder leicht besorgt werden können. Lassen Sie sich überraschen und lernen Sie die maltechnischen Eigenschaften von Salz, Vaseline, Spiritus, Kleister und weiteren Zusätzen kennen. Im Kurs werden alle praktischen Schritte genau erklärt und vorgeführt, und Sie erfahren, wie man mit all den schönen Effekten und Zufällen umgehen kann, damit daraus ein ansprechendes Werk wird. Dann können Sie, unterstützt durch Anregungen und Tipps, geplant oder experimentell arbeiten.

Die erwähnten und weitere Zusätze sind im Kurs erhältlich.

Beginn: Mi., 16.05.18, 09:15-16:00 Uhr
1 Termin (9 UE)
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten
Belegung: 6-8

**FA4223
Acrylmalerei –
minimalistische Portraits**
Rose Dorn, Kunstmalerin,
Diplom-Pädagogin

Mit wenigen Strichen oder aber mit nur einer Linie, mit Andeutungen von Flächen oder indem nur einige Schattenpartien dargestellt werden, entstehen Portraits, die gerade durch die Beschränkung auf das Notwendigste faszinieren. Für diese Art der Gestaltung lernen Sie im Kurs einige Verfahren kennen. Selbstverständlich wird auch die richtige Proportionierung von Gesichtern erklärt. Ein weiteres Thema ist der farbliche Zusammenhang, in dem das Portrait stehen soll, und, ebenso wichtig, Art und Struktur der Untermalung. Vorkenntnisse im Portraitmalen sind nicht erforderlich.

Beginn: Mi., 06.06.18, 09:15-16:00 Uhr
1 Termin (9 UE)
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten
Belegung: 6-8

Kursmaterial

Bei Kochkursen und in Kursen, bei denen Material vorbestellt/gekauft werden muss, sind die Kosten für Lebensmittel bzw. Material auch bei Nichtteilnahme zu bezahlen!

**FA4224
Acrylmalerei:
Stilleben und Interieurs inspiriert
von der klassischen Moderne**

Rose Dorn, Kunstmalerin,
Diplom-Pädagogin

Matisse, Jawlensky, Modersohn-Becker, Macke und viele andere haben Stilleben und Interieurs mit einem Ausdruck von Harmonie und Lebensfreude gemalt. Bei der Gestaltung solcher Motive steht das Spiel mit Farben, Flächen und Linien im Vordergrund. Die Regeln der perspektivischen Darstellung und des Lichteinfalls werden teilweise oder ganz außer Kraft gesetzt. Gegenstände werden vereinfacht dargestellt oder auf geometrische Formen reduziert, Proportionen werden vernachlässigt. Isolierte Stilleben sind eher selten, meist wird ein Teil ihrer Umgebung sichtbar gemacht; die Grenzen zur Interieurmalerei sind fließend.

Wie das alles geht, wird anhand von Kunstbeispielen erklärt; die dafür benötigten Techniken werden vorgeführt. Dann können Sie Ihre eigenen Vorstellungen verwirklichen und bekommen dafür die richtigen Tipps.

Beginn: Sa., 09.06.18, 09:15-16:00 Uhr
1 Termin (9 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten
Belegung: 6-8

**FA4225
Zeichnen mit Röteln,
Sepia, Bister –
von altmeisterlich bis modern**
Rose Dorn, Kunstmalerin,
Diplom-Pädagogin

Nicht nur Michelangelo, Raffael, Dürer und andere, sondern auch Maler späterer Epochen haben mit Kreiden bzw. Stiften in Erdfarben gemalt, und zwar auf speziell präparierten, leicht eingefärbten Zeichenpapieren. Diese Vorgehensweise erleichtert das Zeichnen und führt zu reizvollen Ergebnissen.

Sie wird genau erklärt und vorgeführt, und es wird ein Spektrum an zeichnerischen Techniken gezeigt, das von der genauen Ausarbeitung über die flüchtige Skizze bis zur abstrahierenden Gestaltung reicht. Als Inspiration für Ihr eigenes Werk gibt es Kunstbeispiele mit unterschiedlichen Motiven, z. B. Darstellung von Menschen, Natur, Architektur. Selbstverständlich können Sie auch Ihre eigenen Motive mitbringen.

Bitte mitbringen: Zeichenpapier, Radiergummi, Bleispitzer, Lineal; Röteln-, Bister- und Sepiastifte und entsprechende Kreiden können mitgebracht oder im Kurs erworben werden.

Beginn: Di., 12.06.18, 09:15-16:00 Uhr
1 Termin (9 UE)
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten
Belegung: 6-8

**FA4226
Acrylmalerei –
Die Kraft der sanften Töne**

Rose Dorn, Kunstmalerin,
Diplom-Pädagogin

Jedes Bild beeinflusst durch seine Farbensprache die Stimmung des Betrachters. In diesem Kurs geht es darum, eine entspannende und harmonisierende Wirkung zu erzielen. Dafür werden harmonische Mischungen, zarte Pastelltöne und gedeckte Farben benötigt. Auf alles Grelle und Übertriebene wird verzichtet. Durch entsprechende Farbmischungen und -kombinationen entstehen sanft leuchtende Flächen von großer Ausdruckskraft. Anhand von Beispielen aus der Kunstgeschichte werden Gestaltungsmöglichkeiten gezeigt, Farbmischungen und passende Maltechniken erklärt und vorgeführt und Farbenlehre, soweit in diesem Zusammenhang relevant, erläutert.

Motive gegenständlicher und abstrakter Art in harmonischer Formensprache sind geeignet. Eine Auswahl an Vorlagen ist im Kurs vorhanden oder kann mitgebracht werden. Selbstverständlich ist auch eine freie Gestaltung möglich.

Beginn: Do., 14.06.18, 09:15-16:00 Uhr
1 Termin (9 UE)
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten
Belegung: 6-8

**FA4227
Malen mit Pastellkreide**

Irmgard Wünsche, Grafik-Designerin

Entdecken Sie die faszinierenden Möglichkeiten der Pastellmalerei, einer Maltechnik, der sich schon Michelangelo bediente und die ihre Blütezeit im 17./18. Jahrhundert hatte. Sie vereinigt die Unmittelbarkeit der Zeichnung mit dem farbigen Effekt der Malerei. Mit der Pastelltechnik lassen sich sowohl weiche Farbaufträge als auch kräftig dominante Farbgebungen erzielen. Im Gegensatz zu anderen Techniken wird hier nicht mit Wasser und Pinsel gearbeitet. Stattdessen werden die Farben in staubigen Schichten aufgetragen und mit den Fingern verwischt. Der Schwerpunkt des Kurses liegt auf den Möglichkeiten der Farbgestaltung. Es wird nicht figürlich gearbeitet. Grafische Elemente setzen in ihrer farblich-flächigen Arbeit spannende Akzente.

Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Infos zur Kursleiterin und Beispiele ihrer Arbeiten finden Sie unter: www.art-imiwuensche.de
Bitte mitbringen: Pastellkreide z. B. von Rembrandt, Schmincke, Jaxell; Pastell-Fixativ; Zeichenpapiere, geeignet für Pastellkreiden DIN A2 oder A3, Rolle Kreppband. Materialien und Stifte können auch gegen Unkostenbeitrag von der Kursleiterin bezogen werden.

Beginn: Fr., 16.03.18, 18:00-21:00 Uhr
Sa., 17.03.18, 10:00-17:00 Uhr
2 Termine (12 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 69,60 €
Belegung: 6-8

**FA4228
Seidenmaltreff**

Ute Wache

Fortführung des bestehenden Kurses. Neueinsteiger (auch Anfänger) sind herzlich willkommen! Wegen der benötigten Materialien setzen Sie sich bitte mit der Kursleiterin in Verbindung (Kontakt über die vhs erfragen).

Beginn: Fr., 04.05.18, 14:00-21:30 Uhr
Sa., 05.05.18, 09:00-18:00 Uhr
2 Termine (20 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 98,00 €
Belegung: 6-8

Intuitives Malen

**FA4230
vhs im Wasserturm:
Mal-Lust entdecken**

Brigitte Voit-Seewald,
Mal- und Kunsttherapeutin

„Kreativität ist die Kraft, die den Menschen zur Gestaltung und Bewältigung seines Lebens treibt.“ (C. G. Jung).
Lassen Sie sich einladen zu einer spannenden Entdeckungsreise in das Reich der Farben. Es wird stehend an der Malwand auf großen Formaten mit speziellen Gouache-Farben gemalt. Diese Art des Malens ist ein bewusster Ausgleich zu Alltag und Berufsleben. Malen ist ein Weg bekannte und unbekannte Kräfte und Ressourcen in uns wieder neu zu entdecken. Für die Teilnahme an diesem Kurs sind keinerlei Vorkenntnisse nötig. Jeder Teilnehmer wird individuell begleitet und unterstützt. Wichtig ist der Weg, der Prozess und nicht das Endprodukt. Einzige Voraussetzung: Neugier und Lust auf Kreativität!
Bitte mitbringen: Malkittel oder Kleidung, die schmutzig werden darf, und Lappen

Beginn: Sa., 26.05.18, 09:30-17:00 Uhr
So., 27.05.18, 09:30-13:00 Uhr
2 Termine (14 UE), Wochenendseminar
Ort: Wasserturm im Riedlewald
Kosten: 78,40 €, zzgl. Materialkosten
Belegung: 5-7



**FA4231
vhs im Wasserturm:
Mal-Lust entdecken**

Brigitte Voit-Seewald,
Mal- und Kunsttherapeutin

Siehe Kurs-Nr. FA4230
Bitte mitbringen: Malkittel oder Kleidung, die schmutzig werden darf, und Lappen

Beginn: Sa., 21.07.18, 09:30-17:00 Uhr
So., 22.07.18, 09:30-13:00 Uhr
2 Termine (14 UE), Wochenendseminar
Ort: Wasserturm im Riedlewald
Kosten: 78,40 €, zzgl. Materialkosten
Belegung: 5-7

Schmuckherstellung

**FA4241
Goldschmieden – Grundkurs**
Anja Burkhardt-Häusler

Wollten Sie schon immer ein handgearbeitetes Schmuckstück besitzen oder sich in die Geheimnisse des Goldschmiedens einweihen lassen? In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, aus Silbermaterial ein eigenes Schmuckstück herzustellen. Sie lernen unterschiedliche Techniken des Goldschmiedens anzuwenden wie Sägen, Feilen, Schmieden, Löten, Polieren. Es wird darauf geachtet, dass jeder Kursteilnehmer sein Schmuckstück bis zur Beendigung des Kurses fertig gestellt hat.

Hinweis: Bei Verhinderung der Dozentin wird der Kurs von Herrmann Burkhardt, Goldschmiedemeister, geleitet. Der Vater der Kursleiterin ist ebenfalls erfahrener und beliebter Dozent. **Achtung:** Der Kurs ist kein „Reparaturkurs“, wir fertigen neue, eigene Kreationen!

Beginn: Sa., 10.03.18, 09:00-18:00 Uhr
1 Termin (11 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 68,80 €, zzgl. Kostenbeiträge für Werkzeugmiete (18,00 €/Person) und Material
Belegung: 6-7

**FA4242
Goldschmieden – Grundkurs**
Anja Burkhardt-Häusler

Siehe Kurs-Nr. FA4241

Beginn: Sa., 21.04.18, 09:00-18:00 Uhr
1 Termin (11 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 68,80 €, zzgl. Kostenbeiträge für Werkzeugmiete (18,00 €/Person) und Material
Belegung: 6-7

Bildhauerei / Plastisches Gestalten

FA4253 Sommer vhs Bildhauerei Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Waltraud Späth, Bildhauerin

Für die spätere Arbeit mit Holz, Alabaster oder Speckstein fertigen wir zuerst eine Modell-Skizze aus Ton an, die dann auf das gewählte Material übertragen werden. Wir arbeiten je nach Wetterlage im Freien. Aufgrund des kompakten Sommerkurses, an dem auch mittags weiter gearbeitet werden kann, können in einer Woche sehr schöne Skulpturen entstehen.

Beginn: Kurstermine: Mo., 30.07. bis Fr., 03.08.2018, jeweils 08.:30-13:00 Uhr.
Etwa 3-4 Wochen vor Kursbeginn findet eine etwa einstündiger Vorbesprechung mit der Dozentin statt (Einzelbesprechung), den Termin wird die Dozentin mit jedem Teilnehmer individuell abstimmen.
5 Tage (30 UE), Ferienkurs
Ort: Hof der Pestalozzischule
Kosten: 174,40 €, zzgl. ca. 30,00 € Materialkosten
Belegung: 8-10

FA4254 Gestalten von Keramik. Töpfeln und Modellieren. Kursthema: Herstellung einer (Schmuck) Dose.

Corinna Smyth

In diesem Kurs entwerfen und modellieren Sie eine Dose, die schon für sich ein besonderes Schmuckstück sein wird. Auch lassen sich darin ganz besondere Dinge ganz besonders aufbewahren. Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie die richtige Technik und werden Schritt für Schritt bei der Herstellung Ihres Schmuckstückes unterstützt. Die fertigen Arbeiten können Sie abschließend nach Ihren Vorstellungen glasieren und halten nach dem Brennen ein einzigartiges Unikat in den Händen – von Ihnen selbst gemacht! Bitte schmutzunempfindliche Kleidung anziehen (auch Schürze ist hilfreich). Wer schon Werkzeug hat, einfach mitbringen. Wir werden aber selber Werkzeug herstellen. Materialkosten (Ton) werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Terminlicher Hinweis: Der letzte Termin am 22.03. ist für das Glasieren vorgesehen.

Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:45 Uhr
Do., 22.02.18, 18:30-20:45 Uhr
Di., 27.02.18, 18:30-20:45 Uhr
Do., 01.03.18, 18:30-20:45 Uhr
Di., 06.03.18, 18:30-20:45 Uhr
Do., 08.03.18, 18:30-20:45 Uhr
Do., 22.03.18, 18:30-20:45 Uhr
7 Termine (21 UE)
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 137,00 €, incl. Brenn- und Glasurkosten, zzgl. Materialkosten f. Ton
Belegung: 5-7

FA4255 Sommer vhs im Wasserturm Korbflechten mit Weiden

Dieter Deringer

Ein Sommerkurs an einem Ort mit besonderem Flair! Im ehemaligen Wasserturm im Riedlewald, umgeben von Natur, Licht und Sonne, bietet der große Raum ideale Voraussetzungen für kreatives Arbeiten. Geflochten wird ein runder Korb mit Grifflochern aus ungeschälten Weiden (Größe ca. 25–30 cm Durchmesser, ca. 30 cm Höhe). Die Teilnehmenden lernen die wichtigsten Grundtechniken des Weidenflechtens kennen: Fitze, Dreierkimme, Zäunergeflecht und Viererkimme. Flechtmaterial steht – bereits sortiert und eingeweicht – zur Verfügung, ebenso Werkzeug und Drehtische. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Am Ende des Kurses sind die Teilnehmenden in der Lage, selbständig weiterzuarbeiten und die erworbenen Fertigkeiten auch für andere Projekte, z. B. auch Zäune oder Rankhilfen, zu nutzen. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Teilnehmer mit Vorkenntnissen setzen sich bitte rechtzeitig vorher mit dem Kursleiter in Verbindung (Tel. 07574/4236). Weitere Informationen unter www.flechtwerk-dieter-deringer.de. Bitte haben Sie Verständnis, dass bei Rücktritt nach Anmeldeschluss das Kursentgelt in vollem Umfang berechnet wird. Mitzubringen sind evtl. eine Arbeitsschürze sowie Vesper und Getränke

Beginn: Sa., 18.08.18, 10:00-19:00 Uhr
So., 19.08.18, 10:00-19:00 Uhr
2 Termine (22 UE), Ferienkurs,
Anmeldeschluss: 02.08.2018
Ort: Wasserturm im Riedlewald
Kosten: 119,90 €, zzgl. 30,00 € Materialkosten
Belegung: 6-8



FA4256 „Selbst gemacht – Geld gespart“. Reparaturen im Haushalt – kein Problem!

Lisa Vandea, Schreinerin

Der Kurs vermittelt die notwendigen Kenntnisse und Fähigkeiten, wenn:

- der Wasserhahn tropft, der Syphon verstopft ist
- Fenster/Türen undicht sind, Türen nicht exakt schließen
- Lampen aufzuhängen und anzuschließen sind
- Bilder/Spiegel aufzuhängen sind
- Kratzer in Möbeln/Auto zu beseitigen sind
- Silikonfugen zu erneuern sind

Alle Reparaturen werden ausführlich und für Jedermann/Frau verständlich erklärt, die benötigten Werkzeuge und Maschinen besprochen. Es sind keine Grundkenntnisse notwendig! Anschließend können alle Reparaturen unter Anleitung selbstständig im Kurs ausprobiert werden. Lernen Sie die wichtigsten Maschinen und Werkzeuge fachgerecht zu handhaben und die häufigsten Reparaturen selbstständig durchzuführen!

Beginn: Fr., 27.04.18, 15:00-21:30 Uhr
1 Termin (8 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Werkraum (EG)
Kosten: 68,00 €, zzgl. 10,00 € Materialgebühr
Belegung: 8-12

Nähen

FA4271 Nähkurs basic – ein Kurs nur für Anfänger

Silvia Schiliro

Sie würden gerne Nähen zu Ihrem neuen Hobby machen, aber Ihnen fehlen die notwendigen Grundkenntnisse, um sich ranzutrauen? In diesem Kurs lernen Sie von einer erfahrenen Schneidermeisterin den richtigen Umgang mit der Nähmaschine. Von einfachen Änderungsarbeiten bis zur kreativen Gestaltung Ihrer eigenen Mode – hier erhalten Sie Tipps und Tricks rund um das Nähen. Worauf kommt's an beim Maßnehmen? Worauf muss ich beim Zuschneiden achten? Dies und vieles mehr erfahren Sie in diesem Kurs, der ausschließlich für Anfängerinnen und Anfänger geplant ist.

Bitte mitbringen: Stoffe, Schere, Nadeln, Nähgarn, Papier, Schnittmuster und, wenn vorhanden, eigene Nähmaschine!

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:45-21:00 Uhr
5 Termine (15 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 87,00 €
Belegung: 6-8



FA4272 Nähkurs basic – ein Kurs nur für Anfänger

Silvia Schiliro

Siehe Kurs-Nr.FA4271
Bitte mitbringen: Stoffe, Schere, Nadeln, Nähgarn, Papier, Schnittmuster und, wenn vorhanden, eigene Nähmaschine!

Beginn: Mi., 11.04.18, 18:45-21:00 Uhr
5 Termine (15 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 87,00 €
Belegung: 6-8

FA4273 Aufbaukurs Nähen

Silvia Schiliro

Für alle, die den Nähkurs basic besucht haben oder über gute Grundkenntnisse verfügen! Hier können Sie Ihre Nähkenntnisse vertiefen und erweitern. Wir nähen eine Hose und/oder einen etwas aufwändigeren Rock.
Bitte mitbringen: Stoffe, Schere, Nadeln, Nähgarn, Papier, Schnittmuster und, wenn vorhanden, eigene Nähmaschine!

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-20:45 Uhr
5 Termine (15 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 87,00 €
Belegung: 5-7

FA4274 Aufbaukurs Nähen

Silvia Schiliro

Siehe Kurs-Nr. FA4273
Bitte mitbringen: Stoffe, Schere, Nadeln, Nähgarn, Papier, Schnittmuster und, wenn vorhanden, eigene Nähmaschine!

Beginn: Mo., 09.04.18, 18:30-20:45 Uhr
5 Termine (15 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 87,00 €
Belegung: 5-7

vhs-kreativ für Kinder und Jugendliche

FA4281 vhs-Näh-Club für Jugendliche ab 10 Jahre

Alia Kuvatova, Dipl. Modedesignerin

Dieser Kurs vermittelt den Kindern das Nähen mit der Nähmaschine und andere Grundfertigkeiten, wie z. B. das Zuschneiden und die Arbeit mit dem Bügeleisen. Damit die Kinder schnell Erfolgserlebnisse haben, werden alle erlernten Handgriffe gleich an einem praktischen Beispiel angewendet: Nach einem vorgegebenen Schnittmuster nähen wir einen Kuscheltier oder eine Tasche, einen Rock oder einen Pullover. Gerne könnt ihr eigene Vorlagen und Nähprojekte mitbringen.
Bitte mitbringen: Nähutensilien: Stoffschere, kleine Schere, Maßband, Stecknadeln, Kreide, Passendes Garn und, wenn vorhanden eine Nähmaschine, Nahttrenner. Bei der Stoffwahl ist wichtig zu wissen, dass sehr dünne und sehr dehnbare Stoffe für Nähanfänger nicht gut geeignet sind. Wir machen keine spezielle Pause – bitte eine Kleinigkeit zur Stärkung zwischendurch und genügend zu Trinken mitbringen.

Beginn: Fr., 02.03.18, 16:30-19:00 Uhr
Fr., 13.04.18, 16:30-19:00 Uhr
Fr., 04.05.18, 16:30-19:00 Uhr
Fr., 08.06.18, 16:30-19:00 Uhr
Fr., 06.07.18, 16:30-19:00 Uhr
5 Termine (16,67 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 76,20 €
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 5-6

Kursmaterial

Bei Kochkursen und in Kursen, bei denen Material vorbestellt/gekauft werden muss, sind die Kosten für Lebensmittel bzw. Material auch bei Nichtteilnahme zu bezahlen!

FA4282 Nähworkshop in den Faschingsferien, ab 10 Jahre

Alia Kuvatova, Dipl. Modedesignerin

Siehe Kurs-Nr. FA4281

Bitte mitbringen: Siehe Kurs-Nr. FA4281

Beginn: Mi., 14.02.18, 10:00-14:00 Uhr
Do., 15.02.18, 10:00-14:00 Uhr
2 Termine (10,67 UE), Ferienkurs
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 48,70 €
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 5-6

FA4283 Nähworkshop in den Osterferien, ab 10 Jahre

Alia Kuvatova, Dipl. Modedesignerin

Siehe Kurs-Nr. FA4281

Bitte mitbringen: Siehe Kurs-Nr.FA4281

Beginn: Mi., 04.04.18, 10:00-14:00 Uhr
Do., 05.04.18, 10:00-14:00 Uhr
2 Termine (10,67 UE), Ferienkurs
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 48,70 €
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 5-6

Neuer Veranstaltungsort

vhs FN K55 Max-Grünbeck-Haus, Katharinenstr. 55



> Lageplan Nr. 2
Neuer Veranstaltungsort der vhs Friedrichshafen im Max-Grünbeck-Haus, Katharinenstr. 55, bei Stadtarchiv und Bodenseebibliothek.

FA4284
Ferien-Zeichenkurs für junge Menschen, 8–16 Jahre

Ulla Attenberger, Studienrätin,
Freie Kunstmalerin
Entspannter Workshop für alle, die gerne zeichnen und malen (lernen wollen). Ob Portraits, Tiere und Landschaften, Mangas, Modezeichnen oder auch abstrakte Ideen – wir experimentieren und üben mit verschiedenen Zeichen- und Malmethoden. Jeder, was und wie er gerne möchte und kann. Zwischendurch können die Pausen zur Bewegung, zum Essen und Plauschen genutzt werden. Jeder wird individuell auf seiner Ebene inspiriert und gefördert. Das Wichtigste ist die Freude am kreativen Gestalten!
Bitte mitbringen: Zeichenbedarf: Skizzenpapier, weiche 6B-Stifte (Faber Castell TK 9400 Druckminimalestift 6B, Radiererstift perfection 7056), Radierer, Spitzer ..., Farben und Malereibedarf nach gusto, gerne auch eigene Motive/Vorlagen
Beginn: Do., 24.05.18, 10:00-15:00 Uhr
Fr., 25.05.18, 10:00-15:00 Uhr
2 Termine (12 UE), Ferienkurs
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 58,00 €, incl. Kosten für spezielle Materialien, ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 6-8



FA4285
Ferien-Zeichenkurs für junge Menschen, 8–16 Jahre

Ulla Attenberger, Studienrätin,
Freie Kunstmalerin
Siehe Kurs-Nr. FA4284
Bitte mitbringen: Siehe Kurs-Nr. FA4284
Beginn: Mo., 28.05.18, 10:00-15:00 Uhr
Di., 29.05.18, 10:00-15:00 Uhr
Mi., 30.05.18, 10:00-15:00 Uhr
3 Termine (18 UE), Ferienkurs
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 85,00 €, incl. Kosten für spezielle Materialien, ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 6-8

Fotografie

FA4301
Fotografieren Einsteiger
Axel Kottal

Dieser Kurs ist für Teilnehmer gedacht, die sich nicht mit bloßem „Knipsen“ zufrieden geben wollen, sondern grundlegende Informationen, Tipps und Fertigkeiten zu ihrem Hobby erwerben möchten. Dabei spielt es keine Rolle, ob eine digitale oder eine analoge Kamera benutzt wird, es wird auf beide Welten eingegangen. Behandelt werden:

- wichtige Grundbegriffe wie ISO, Blende, Verschlusszeit und Belichtung
- die wichtigsten Punkte derameratechnik
- Grundlagen der Bildgestaltung

Dieser Kurs bietet die ideale Voraussetzung für die Teilnahme an den verschiedenen Fotokursen für Fortgeschrittene. Soweit vorhanden, sollte die eigene Kamera mitgebracht werden.

Beginn: Mo., 19.02.18, 20:00-21:30 Uhr
Mo., 26.02.18, 20:00-21:30 Uhr
Mo., 05.03.18, 20:00-21:30 Uhr
Mo., 12.03.18, 20:00-21:30 Uhr
4 Termine (8 UE)
Ort: vhs FN, E-Learning-Studio (2. OG)
Kosten: 46,80 €, inkl. Skript
Belegung: 8-12

Beginn: Erster, dritter und fünfter Termin: 09.04., 16.04., 23.04.2018, jeweils Montag, 20:00-21:30 Uhr. Der zweite und vierte Termin ist ein Außentermin zum Fotografieren und findet an den Wochenenden dazwischen statt (Sa oder So).
Genauere Terminfestlegung erfolgt im Kurs!
5 Termine (10 UE)
Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)
Kosten: 55,50 €
Belegung: 8-12

FA4303
vhs-unterwegs: Fotoworkshop Frühling Landschaft
Axel Kottal

Kommen Sie mit auf einen fotografischen Frühlingsspaziergang ins Deggenhauser Tal. Blühende Bäume, bunte Blumenwiesen und besondere Lichtstimmungen laden ein, fotografisch in Szene gesetzt zu werden. Machen Sie sich mit einem Kenner der Gegend auf die Suche nach besonderen Motiven. Ob klassische Landschaftsfotos, spannende Ausschnitte oder verückende Detailaufnahmen – probieren sie nach Herzenslust aus. Axel Kottal wird ihnen Tipps und Hilfestellungen geben, damit auch Ihre Fotos etwas ganz Besonderes werden.

Beginn: Sa., 21.04.18, 14:30-19:00 Uhr,
Deggenhauser Tal. Treffpunkt: Busbahnhof Wittenhofen (an der Grund- und Hauptschule).
Zweiter Termin Di., 24.04., 20:00-21:30 Uhr, vhs-FN, EDV-Raum 3
2 Termine (8 UE), Wochenendseminar
Ort: Treffpunkt: Busbahnhof Wittenhofen
Kosten: 55,50 €
Belegung: 8-12

FA4304
vhs unterwegs: Fotoworkshop Lost places Fotografieren an historischen Orten
Axel Kottal, Dr. Hartmut Semmler

Auch in Friedrichshafen und Umgebung gibt es Orte, die – oft nicht mal bekannt – weitgehend ungenutzt sind und doch eine unvergleichliche Ausstrahlung besitzen. In diesem Workshop wollen wir mehrere dieser „verlorenen Orte“ besuchen und den morbiden Charme der Gebäude im Bild festhalten. Aufnahmetechnische und gestalterische Tipps bekommen Sie vom Fotoexperten Axel Kottal. Ebenso begleiten wird Sie auf der Exkursion der Historiker Dr. Hartmut Semmler. Spannende geschichtliche Hintergrundinformationen vor Ort lassen Sie nicht nur eintauchen in die Vergangenheit sondern werden Sie auch anregen, mit Ihren Bildern etwas zu erzählen. Weitere Angaben zu den geplanten Exkursionszielen finden Sie ab ca. März auf unserer Homepage beim Kurs. Sofern nicht fußläufig erreichbar, fahren wir mit Privat-PKW an die Exkursionsorte. Anfahrt und Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko.
Bitte den Anmeldeschluss beachten!

Beginn: Erster und dritter Termin: Mo., 18.06. und 25.06., 18. jeweils 20:00-21:30 Uhr, vhs-FN, EDV-Raum 3. Exkursionstermin: Sa., 23.06., 10:00-17:00 Uhr. Treffpunkt nach Vereinbarung am 1. Termin. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. 3 Termine (13 UE), Anmeldeschluss: 25.05.18
Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)
Kosten: 72,20 €
Belegung: 8-12

FA4307
Grundlagenkurs Fotopraxis – einfach besser Fotografieren!
Thomas Pfeiderer,
Fotokünstler und Fototrainer

Was ist das Geheimnis „guter“ Bilder und wie kann ich mit diesem Wissen meine eigenen Bilder verbessern? Anhand von 10 einfachen Fotoregeln versuchen wir, unsere Bilder in der Praxis zu verbessern. Nicht nur theoretisch, sondern gleich vor Ort spielen wir mit Zeit, Blende und Brennweiten, um direkt deren Auswirkung auf die Bilder zu sehen. An zwei Samstagen im Abstand von 14 Tagen werden wir Bilder machen, gleich ansehen, diskutieren und die gewonnenen Erkenntnisse gleich nochmal ausprobieren. So kann jeder individuell an seiner Bildgestaltung arbeiten, neu Gelerntes vertiefen und herausfinden, was er für seine eigene Fotografie wie anwenden möchte.

Bitte mitbringen: Kamera
Beginn: Sa., 03.03.18, 10:00-15:00 Uhr
Sa., 17.03.18, 10:00-15:00 Uhr
2 Termine (12 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, E-Learning-Studio (2. OG)
Kosten: 67,20 €
Belegung: 6-8

FA4308
Tatort offene Blende
Thomas Pfeiderer,
Fotokünstler und Fototrainer

Wenn man in Magazinen oder Ausstellungen Fotos anschaut, die einen unmittelbar faszinieren, liegt das oft am gekonnten Spiel mit Schärfe und Unschärfe. Das Hauptmotiv hebt sich klar vom Hintergrund ab und der Hintergrund verschwimmt in zarten Andeutungen, oft begleitet von schönen Licht- und Farbreflexen – dem sogenannten „Bokeh“. Technische Voraussetzung ist dafür ein Objektiv mit möglichst kleiner Blendenzahl (2,8) oder ein Teleobjektiv (100 mm und größer). Sehr gut eignen sich auch Makro-Objektive, deren Bilder sich ebenfalls durch eine geringe Tiefenschärfe auszeichnen. Wie Sie dieses Werkzeug richtig einsetzen, um damit die Fotos nach Ihren Vorstellungen zu gestalten, lernen Sie in diesem Kurs. Wir werden zusammen intensiv mit der offenen Blende arbeiten und gestalten“. Insbesondere legen wir Wert auf Verlauf und ästhetische Qualität der Unschärfe in den Bildern. Mit Absicht legen wir zum nächsten Termin

eine Pause ein, damit jeder Zeit genug hat, das Erlernte selbstständig umzusetzen um dann wieder gemeinsam die Ergebnisse zu besprechen und daran weiter zu arbeiten. Dieser Kurs ist bewusst über einen längeren Zeitraum geplant, so dass Sie sich immer wieder damit beschäftigen können und regelmäßig Feedback bekommen. Vielleicht ergibt sich am Ende sogar die Möglichkeit, die Ergebnisse des Kurses in einer Ausstellung zu präsentieren.
Bitte Systemblitze mitbringen, falls vorhanden.
Beginn: Termine: Do., 22.02., 08.03., 26.04.2018 (Einführung, Feedbackabend und Abschluss jeweils donnerstags 19:00-20:30 Uhr, vhs-FN Kreativstudio. Gemeinsame Praxis- / Exkursionstage: Jeweils Samstag (oder nach Absprache evtl. mal sonntags) von 10-16 on Location. Termine: Sa., 24.02., Sa., 10.03. und Sa., 21.04.2018
6 Termine (27 UE)
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 148,50 €
Belegung: 6-8

FA4309
Blitztechnik – verstehen und kreativ einsetzen
Thomas Pfeiderer,
Fotokünstler und Fototrainer

Kaum ein anderes Thema wird so gefürchtet und deshalb so wenig in die eigene Arbeitsweise übernommen wie das Blitzen mit dem Systemblitz auf und neben der Kamera. Dabei geht es beim Blitzen nicht nur um Peoplefotografie. Ein Blitz kann bei fast jedem Motiv effektiv mit eingesetzt werden. Im Kursverlauf soll nicht nur die Technik erklärt, sondern anhand praktischer Übungen auch die Abneigung gegen das Blitzen verringert werden. Welche Möglichkeiten für Licht gibt es, wie setze ich die technischen Hilfsmittel richtig ein? Wir fotografieren mit available light, mit Aufhellern und eben mit Systemblitzen – auf der Kamera und entfesselt. So lernen wir die Vor- und Nachteile der verschiedenen Arten von Licht kennen und richtig einzusetzen. Letztlich ist beim Blitzen der Kreativität keine Grenze gesetzt. Im Gegenteil, der Blitz ermöglicht das Betreten neuer Felder und das Umsetzen neuer Bildideen.
Bitte Systemblitze mitbringen, falls vorhanden.

Beginn: Do., 15.03.18, 19:00-20:30 Uhr, 2. und 3. Termin Do., 22.03. und 12.04., jeweils 18-21 Uhr on Location in FN nach Vereinbarung, Abschlusstermin Do., 22.04., 19:00-20:30 Uhr vhs-FN, Kreativstudio
4 Termine (12 UE)
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 67,20 €
Belegung: 6-8

FA4310
Portraitfotografie
Thomas Pfeiderer,
Fotokünstler und Fototrainer

Es ist eine andere fotografische Welt, wenn ich einen Menschen fotografiere. Ich als Fotograf habe ein Gegenüber, mit dem ich sprechen kann, dessen Emotionen ich spüre und festhalten (oder auch fernhalten) will. Es soll was „überkommen“ im Bild, etwas über die portraitierte Person aussagen. Aber was machen fesselnde Portraitbilder aus? Was sind die fototechnischen Herausforderungen? Was sind Probleme aber auch Chancen, wenn ich mit meinem Motiv – der Person – sprechen kann? Wie schaffe ich eine Atmosphäre, die unverkrampfte, emotionale Bilder ermöglicht?
Dieser Kurs zeigt Ihnen also, wie Sie mit Bildaufbau, Licht und Schärfentiefe arbeiten, geht aber auch der Frage auf den Grund, welche Gefühle ein Bild auslöst und warum das so ist. Bitte Systemblitze mitbringen, falls vorhanden.

Beginn: Mi., 18.04.18, 19:00-20:30 Uhr vhs-FN, Kreativstudio, 2. und 4. Termin Mi. 25.04. und 16.05., jeweils 18-21 Uhr on Location in FN nach Vereinbarung, 3. Termin Mi., 09.05., 19:00-20:30 Uhr vhs-FN Kreativstudio, 4 Termine (12 UE)
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 67,20 €
Belegung: 6-8

FA4311
Gestische Fotografie – Malen mit Licht
Thomas Pfeiderer,
Fotokünstler und Fototrainer

Der gestischen Fotografie, ein Begriff, den der Fotograf Heinz Teufel stark geprägt hat, liegen fotografische Techniken zugrunde, mit der sich abstrakte Bilderwelten erzeugen lassen. Wir lernen in diesem Kurs das Sehen völlig neuer Motive und das Erstellen von Bildern voller Poesie, fernab realitätsnaher Abbildung. Wir lösen die Konturen des eigentlichen Motivs auf in Bewegung und Schwerelosigkeit bis hin zur Abstraktion. Aus einfachen Motiven entstehen mit Licht gemalte, fantasievolle Kunstwerke. Sie werden sehen, dies ist eine herrliche Art, die kreative Seite der Fotografie zu entdecken. Gerade im Frühling mit den frischen Farben ergeben sich besonders schöne und vielfältige Möglichkeiten der fotografischen Abstraktion.
Bitte mitbringen: Kamera und – wenn möglich – Stativ und einen Graufilter (gerne auch weitere mit unterschiedlicher Dichte)

Beginn: Erster und dritter Termin: Do., 03.05. und 17.05.18, 19:00-21:30 Uhr in der vhs-FN, Kreativstudio.
Zweiter Termin: Sa., 05.05., 10:00-16:00 Uhr on Location nach Vereinbarung.
3 Termine (11 UE)
Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)
Kosten: 61,60 €
Belegung: 6-8

FA4312 Handy-Fotografie – alles andere als gewöhnlich

Christian Steiauf,

Multimedia-Designer, Fotokünstler

Es ist Computer, Kommunikationswerkzeug und natürlich Kamera: das Handy. Inzwischen machen zwar viele damit all ihre Bilder, nutzen aber nur einen Bruchteil der Möglichkeiten – und sind enttäuscht von dem nichtssagen- den Ergebnis. Der Workshop sorgt dafür, dass Urlaubs- und Alltagsbilder alles andere als gewöhnlich werden. Es geht um die richtige Technik und wie sie funktioniert, um die Suche nach dem passenden Motiv und die Umsetzung einer Bildidee. Bei einer kreativen Exkursion in Richtung See lernen wir, den Blick zu schärfen und nicht nur das Bild. Um die Aufnahmen mit dem Smartphone auch bei Facebook, Instagram, Snapseed und Co. richtig in Szene zu setzen, stehen zudem die Grundlagen der Bildsteuerung und -bearbeitung per Apps auf dem Programm. Und schließlich bringt der Kurs die ungewöhnliche Erkenntnis: Handys sind Fotoapparate, mit denen wir auch telefonieren können.

Bitte mitbringen:

Smartphone, gute Laune und Lust aufs Bild

Beginn: Fr., 13.04.18, 18:30-20:00 Uhr

Sa., 14.04.18, 10:00-15:15 Uhr

2 Termine (8 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)

Kosten: 44,80 €

Belegung: 7-10

FA4313

Raus aus der Kreativitätsfalle – Bilder machen wieder neu entdecken Präsentation, Ausstellung oder Internetseite

Ralf Schäfer, Redakteur

Seit Einführung der Digitalfotografie fallen weder Film- noch Entwicklungskosten an und wir fotografieren Mengen an Bildern. Gleichzeitig stehen die, die mit ihren Kameras Bilder machen oder bestimmte Momente festhalten wollen, auf der Stelle und machen stets die gleichen Bilder. Wege, aus der Kreativitätsstarre auszubrechen und sich zu kreativer Fotografie hin zu bewegen wird dieser Wochenend-Workshop offenbaren. An zwei Freitagabenden und Samstagabend geht es darum, die Umwelt wieder mit neuen Augen zu betrachten und Fotos zu machen, die anders sind als die vielen Bilder, die gleich wieder verschwinden. Bildkomposition, fototechnische Fragen und Ideen der Präsentation bis hin zur Konzeption einer Internetseite mit den eigenen Bildern oder einer Ausstellung reicht das Angebot dieses Seminars. **Bitte mitbringen:** Kamera

Beginn: Fr., 20.04.18, 18:30-20:00 Uhr

Sa., 21.04.18, 10:00-17:00 Uhr

Fr., 04.05.18, 18:30-20:00 Uhr

Sa., 05.05.18, 10:00-17:00 Uhr

4 Termine (20 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)

Kosten: 110,00 €

Belegung: 6-8

Auch in diesem Semester bietet die vhs-FN wieder zwei besondere Fotokurse an. Einen Portrait- und einen Makro-Workshop mit der Pariser Fotografin Sophie Thouvenin. Der Unterricht findet in französischer und/oder englischer Sprache statt. Eine Gelegenheit also, nicht nur Ihr fotografisches Können zu erweitern, sondern auch, Ihre Sprachkenntnisse praktisch anzuwenden. Nähere Infos zur Dozentin und Ihren Arbeiten finden Sie auf ihrer Homepage unter www.prismes.com.

FA4314

Portraitfotografie – Kurs in französischer und/oder englischer Sprache

Sophie Thouvenin

Bei einem Portrait geht es darum, dem Betrachter die Schönheit eines Menschen zu zeigen, die äußere wie die innere. Die kann in seinen Augen liegen, in seinem Ausdruck, in dem Anflug eines Lächelns oder auch nur in einer Haarlocke. Entscheidend ist, genau das in der Aufnahme zu zeigen. Wie Sie dazu natürliches Licht am besten einsetzen, zeigt Ihnen Sophie Thouvenin in diesem Kurs. Zum Abschluss erhalten Sie noch Tipps, wie Sie in Photoshop und Lightroom Ihre Bilder optimieren und vor allem das zum Ausdruck bringen, was Ihnen vorschwebt.

Bitte beachten: Unterrichtssprache ist französisch und/oder englisch!

Beginn: Sa., 14.04.18, 10:00-13:00 Uhr

Sa., 21.04.18, 10:00-13:00 Uhr

2 Termine (8 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)

Kosten: 44,80 €

Belegung: 6-8

FA4315

Makro-Photographie – Kurs in französischer und/oder englischer Sprache

Sophie Thouvenin

Ob eine Blume, ein Blatt oder unscheinbare Kleinigkeiten – mit der Makrofotografie lassen sich ganz eigene, bezaubernde Welten erschaffen. Es gilt nur, genau hinzuschauen und sich Zeit zu nehmen, dabei in sich hinein zu spüren. Mit welchen kreativen und fotografischen Techniken sich dabei faszinierende Bilder gestalten lassen, wird Ihnen die Fotografin im Kurs zeigen.

Zum Abschluss erhalten Sie noch Tipps, wie Sie in Photoshop und Lightroom Ihre Bilder optimieren und vor allem das zum Ausdruck bringen, was Ihnen vorschwebt.

Bitte beachten: Unterrichtssprache ist französisch und/oder englisch!

Beginn: Sa., 07.07.18, 10:00-14:00 Uhr

Sa., 14.07.18, 10:00-14:00 Uhr

Sa., 14.07.18, 10:00-14:00 Uhr

2 Termine (10,67 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)

Kosten: 59,80 €

Belegung: 6-8

FA4316

vhs-unterwegs: Kreativ-Fotoworkshop Bodensee – Fotoexkursion für Fortgeschrittene

Gabriela Hausenstein

Die vielfältige Bodenseeregion lockt mit großartigen Naturerlebnissen und unzähligen Foto-Motiven. In kleiner Gruppe werden wir zahlreiche Orte rund um den See fotografisch erkunden, darunter den Affenberg in Salem und einen Baumwipfel-Pfad im Allgäu. Am Abend üben wir Lichtmalerei und werden u. a. gemeinsam ein Feuerwerk fotografieren. Nicht Kamertechnik und konventionelle Aufnahmeformen stehen im Vordergrund dieses Kurses, sondern kreatives Spiel mit Perspektiven, Schärfen und Licht. Schwerpunkte sind: Kreative Natur- & Landschaftsfotografie, Available Light.

Grundlegende Kenntnis der eigenen Kamera sowie technische Foto-Grundlagen werden vorausgesetzt. Der Kurs eignet sich nur für fortgeschrittene Fotografen!

Leistungen:

4-tägiger Fotoworkshop mit fachkundiger Leitung (tägl. mind. 6 Std.). Leitung der Spaziergänge und Exkursionen, Eintritt Skywalk und Affenberg.

Anfahrt, Unterkunft und Verpflegung sind nicht im Preis enthalten! Reiserücktritts-Versicherung für Unterkunft und Anfahrt wird empfohlen. Anreise und Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Detaillierte Informationen entnehmen Sie bitte dem Flyer, den Sie bei der vhs anfordern können.

Beginn: Do., 28.06.2018, 10:00 Uhr

Ende: So., 01.07., nachmittags, 4 Tage (32 UE)

Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)

Kosten: 289,00 €

Belegung: 6-10

FA4317

vhs-Fototreff

Die vhs-FN bietet eine Plattform für Fotoamateure, die gemeinsam mehr aus Ihrem Hobby machen möchten. Der Fototreff ist aktiv im Oberschwäbischen Fotokreis, betreut eine eigene Wechsellausstellung der vhs und nimmt regelmäßig an den Fotowettbewerben des Oberschwäbischen Fototages teil.

Im Mittelpunkt der Gruppenabende, die in 14-tägigem Abstand stattfinden, stehen die Bildgestaltung und die Bildbesprechung.

Beginn: Mo., 19.02.18, 19:30-21:30 Uhr

Mo., 05.03.18, 19:30-21:30 Uhr

Mo., 19.03.18, 19:30-21:30 Uhr

Mo., 16.04.18, 19:30-21:30 Uhr

Mo., 30.04.18, 19:30-21:30 Uhr

Mo., 14.05.18, 19:30-21:30 Uhr

Mo., 11.06.18, 19:30-21:30 Uhr

7 Abende (18,67 UE)

Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)

Kosten: 20,60 €

Belegung: 5-15

Neuer Veranstaltungsort

vhs FN K55 Max-Grünbeck-Haus, Katharinenstr. 55



> Lageplan Nr. 2
Neuer Veranstaltungsort der vhs Friedrichshafen im Max-Grünbeck-Haus, Katharinenstr. 55, bei Stadtarchiv und Bodenseebibliothek.

Musik, Stimmuschulung

FA4501

Das musikalische Sofa – Vier interaktive Entdeckungsreisen in die Musikgeschichte

Sigrid Haas,

Stimmtherapeutin und Stimmtrainerin

1. Gregorianischer Gesang:

ein Faszinosum gestern und heute

2. Die 4 Jahreszeiten von Vivaldi:

mehr als Musik in der Warteschleife

3. Carmen von Bizet:

Blick in das Innenleben einer Femme fatale

4. Porgy & Bess:

Rhythm und Swing in allen Lebenslagen

Beginn: Mi., 28.02.18, 19:00-21:00 Uhr

Di., 13.03.18, 19:00-21:00 Uhr

Di., 10.04.18, 19:00-21:00 Uhr

Di., 24.04.18, 19:00-21:00 Uhr

4 Termine (10,67 UE)

Ort: vhs FN K55, Seminarraum 11, (3.OG)

Kosten: 45,40 €

Belegung: 8-16

FA4502

Körper – Atem – Stimme Ein Workshop zur Stimmbildung

Katrin Silbereisen

Haben Sie sich schon einmal Gedanken über Ihren Stimmapparat gemacht? Wir gebrauchen ihn täglich, wenn wir sprechen, erzählen oder singen. Er ist ein Wunderwerk der Natur. Und der Klang unsere Stimme hat enormen Einfluss darauf, wie wir wahrgenommen werden. Eine wohlklingende, kräftige Stimme wirkt sympathisch und findet Gehör. Entdecken Sie in diesem Workshop Ihren Körper als Resonanzraum für Ihre Stimme. Eine

wesentliche Rolle spielt dabei die Atmung – eben damit uns ausreichend Luft zum Singen und Sprechen zur Verfügung steht. Wir werden uns also zunächst in einem theoretischen Teil mit unserer Atmung beschäftigen und wenden diese Erfahrungen dann gezielt auf das Singen an. Abgerundet wird dieser Kurs-tag mit praktischen Gesangsübungen. Dieser Kurs richtet sich vor allem an sängerisch aktive Menschen (Chor oder Gesangsverein), die daran interessiert sind, mehr über ihre Stimme zu erfahren und sie besser und vor allem klangvoller nutzen zu können.

Beginn: Sa., 14.04.18, 10:00-17:30 Uhr

1 Termin (8 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 44,80 €

Belegung: 6-10

FA4503

Keyboard spielen am Abend

Sylvia Beer, Musiklehrerin

Für alle, die Lust haben, in kleiner Gruppe Keyboard zu lernen, vorhandene Kenntnisse aufzufrischen oder Neues dazu zu lernen.

Wer möchte, kann den Schwerpunkt auch mehr auf die Grundtechnik des reinen Klavierspielens legen.

Teilnehmer ohne eigenes Keyboard haben die Möglichkeit, bei der Kursleiterin ein Instrument gegen Gebühr auszuleihen. Das Leihinstrument steht Ihnen dann auch zuhause zum Üben zur Verfügung und Sie bringen es selber jeweils zum Kurs mit. Bitte setzen Sie sich in diesem Fall rechtzeitig mit der Kursleiterin in Verbindung (T: 07541/26282).

Beginn: Di., 20.02.18, 18:00-19:00 Uhr

10 Termine (13,33 UE)

Ort: vhs FN K55, Seminarraum 11, (3.OG)

Kosten: 124,10 €

Belegung: 4-6

FA4504

Keyboard spielen am Vormittag

Sylvia Beer, Musiklehrerin

Siehe Kurs-Nr. FA4503

Beginn: Do., 22.02.18, 10:30-11:30 Uhr

10 Vormittage (13,33 UE)

Ort: vhs FN K55, Seminarraum 11, (3.OG)

Kosten: 124,10 €

Belegung: 4-6

FA4505

Gitarre Liedbegleitung Anfänger

Thomas Budsa, Musiker

Erlernen Sie anhand bekannter Lieder einfache Schlag- und Zupftechniken zur Begleitung mit offenen Akkorden. Es sind keine Notenkenntnisse erforderlich. Bei Interesse wird aber auch mit Noten unterrichtet.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-19:30 Uhr

12 Abende (16 UE)

Ort: vhs FN K55, Seminarraum 11, (3.OG)

Kosten: 108,80 €

Belegung: 5-8

FA4506

Gitarre Liedbegleitung Fortgeschrittene

Thomas Budsa, Musiker

In diesem Kurs erweitern und verfeinern Sie Ihre Schlag- und Zupfmuster und erlernen neue Techniken, z. B. erste Barrégriffe und Grundlagen des Tabulaturspiels. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Beginn: Mo., 19.02.18, 19:30-20:30 Uhr

12 Abende (16 UE)

Ort: vhs FN K55, Seminarraum 11, (3.OG)

Kosten: 108,80 €

Belegung: 5-8

FA4507

Gitarre Freies Spiel

Thomas Budsa, Musiker

Liedbegleitung für erfahrene Spieler. Barrégriffe werden vorausgesetzt. Von einfach bis schwer, solange es uns Spaß macht. Hier bleiben Sie fit im Gitarrenspiel. Mitsingen erwünscht. Keine Notenkenntnisse erforderlich.

Beginn: Mo., 19.02.18, 20:30-21:30 Uhr

12 Abende (16 UE)

Ort: vhs K 55, Seminarraum 11, (3.OG)

Kosten: 108,80 €

Belegung: 5-8

FA4508

Die spanische Gitarre I

Eric Knieriem, Dipl. Instrumentalpädagoge/ Konzertgitarrist

Wunderbar romantische Musik mit stolzen folkloristischen Elementen aus dem „Mutterland“ der Gitarre – Spanien. Man muss kein Musikexperte sein, um den einzigartigen Klang der spanischen Gitarre zu würdigen. Egal ob als klassische, romantische, barocke oder Flamenco-Version – die spanische Gitarre wird euch in heiße und weit entfernte Regionen führen.

Der Kurs ist so angelegt, dass es leicht zu erlernen ist und richtet sich an Anfänger bzw. leicht Fortgeschrittene. Da die eigene Begeisterung während des Gitarrenspiels wesentlich ist, werden Sie auch erfahren, wie Sie zuhause dafür sorgen können genügend Erfolgserlebnisse zu haben.

Bitte mitbringen: Gitarre mit Nylonbesaitung. Sie können auch eine Leihgitarre reservieren – bitte tun Sie dies bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn schriftlich (auch per E-Mail) bei der vhs-FN. Die Kosten für eine Leihgitarre betragen 10 € / Monat. Bei Kauf wird die Leihgebühr angerechnet.

Beginn: Di., 20.02.18, 18:00-19:30 Uhr

12 Abende (24 UE)

Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)

Kosten: 163,20 €

Belegung: 5-8



FA4509
Blues & Fingerpicking Modul 1
 Eric Knieriem, Dipl.
 Instrumentalpädagoge/
 Konzertgitarrist

Dieser Kurs richtet sich an alle akustischen Gitarristen die Lust haben, die Grundlagen des Bluespielens und Fingerpicking zu lernen. Akkorde, Schemata, Blues Tonleiter und Läufe plus bekannte „Riffs“. Fingerstyle ist eine Spieltechnik, bei der die Finger die Saiten zupfen, anstatt zum Beispiel ein Plektum zu verwenden. Dieser Einführungskurs zeigt euch einige der Techniken des Fingerpickings. Ganz nebenbei wird dir bei den Picking-Techniken auch der Umgang mit Noten und Tabs klar.

Bitte mitbringen: Gitarre mit Stahlsaiten oder Nylonbesaitung. Sie können auch eine Leihgitarre reservieren – bitte tun Sie dies bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn schriftlich (auch per E-Mail) bei der vhs-FN. Die Kosten für eine Leihgitarre betragen 10 € / Monat. Bei Kauf wird die Leihgebühr angerechnet.

Beginn: Di., 20.02.18, 19:45-21:15 Uhr
12 Abende (24 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 163,20 €
Belegung: 5-8



FA4510
Klassische Gitarre mit Heft + CD
Modul 2

Eric Knieriem, Dipl. Instrumentalpädagoge/
 Konzertgitarrist

Siehe Kurs-Nr. FA4511

Bitte mitbringen: Gitarre mit Nylonbesaitung. Sie können auch eine Leihgitarre reservieren – bitte tun Sie dies bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn schriftlich (auch per E-Mail) bei der vhs-FN. Die Kosten für eine Leihgitarre betragen 10 € / Monat. Bei Kauf wird die Leihgebühr angerechnet.

Beginn: Do., 22.02.18, 18:00-19:30 Uhr
12 Abende (24 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 163,20 €, zzgl. 23,70 € für die Noten
 (wird in der ersten Stunde direkt beim
 Kursleiter bezahlt)
Belegung: 5-8

FA4511
Klassische Gitarre mit Heft + CD
Modul 1

Eric Knieriem, Dipl. Instrumentalpädagoge/
 Konzertgitarrist

Sie brauchen keine Vor- oder Notenkenntnisse. Lieder begleiten, Melodie- und Solospiel, Klassik und Folklore. Sie werden in das Spiel der klassischen Gitarre eingeführt und lernen, nach Noten zu spielen. Inhalt ist einfaches Melodiespiel mit Wechselanschlag in der ersten Lage. Am Ende des Semesters können Sie mehrere Stücke nach Noten spielen. Das macht großen Spaß. Also fangen Sie einfach an, mit einem Unterrichtswerk, das die Grundlagen für ein gekonntes Spiel und Freude am Musizieren vermittelt!

- Kleine, nachvollziehbare Lernschritte
- Erklärung aller Spielvorgänge
- Anleitungen zum Liedbegleiten
- Einführung in das Solospiel (klassisch u. modern)

Bitte mitbringen: Gitarre mit Nylonbesaitung. Sie können auch eine Leihgitarre reservieren – bitte tun Sie dies bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn schriftlich (auch per E-Mail) bei der vhs-FN. Die Kosten für eine Leihgitarre betragen 10 € / Monat. Bei Kauf wird die Leihgebühr angerechnet.

Beginn: Do., 22.02.18, 19:45-21:15 Uhr
12 Abende (24 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)
Kosten: 163,20 €, zzgl. 23,70 € für die Noten
 (wird in der ersten Stunde direkt beim
 Kursleiter bezahlt)
Belegung: 5-8

Literatur / Schreibwerkstatt

FA4601
Kreatives Schreiben I – Einsteiger
 Katharina E. Volk, Schriftstellerin

Sie möchten schreiben, wissen aber nicht, wie Sie es angehen könnten? Sie haben Ideen, können sie aber nicht umsetzen? Oder Sie haben – noch – keine Ideen, aber trotzdem Lust, das Schreiben auszuprobieren? Ihre Phantasie wartet so oder so nur darauf, zum Vorschein kommen zu dürfen!

Neben spielerischen Einstiegsübungen, die Ihre Kreativität in Schwung bringen, werden im Kurs folgende Themen erarbeitet: Positive und negative Perspektive/Emotionen, Entwurf einer Figur, Ort und Raum sowie Dialoggestaltung. Ob Sie einfach gute Briefe oder Geschichten z. B. für Ihre eigenen Kinder aufschreiben möchten, Lebenserinnerungen festhalten wollen oder sich gern aus anderen Gründen im Formulieren üben: In diesem Kurs werden Sie dabei professionell unterstützt. Von eigenen Ideen überrascht zu werden, macht einfach riesigen Spaß und lässt Sie den Alltag für erholsame 90 Minuten vergessen oder aber kreativ verarbeiten!

Beginn: Do., 22.02.18, 19:30-21:00 Uhr
5 Termine (10 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 44,00 €
Belegung: 6-10

FA4602
Kreatives Schreiben II – Fortgeschrittene
 Katharina E. Volk, Schriftstellerin

Im Kurs „Kreatives Schreiben I“ wurden Elemente erarbeitet, die einen guten Text u. a. ausmachen, wie Dialoge, Figuren und lebendige Wortwahl. Im Folgekurs können Sie diese Elemente weiter umsetzen und ausbauen, indem längere Geschichten entstehen. Inspiziert durch spielerische Einstiegsübungen kann jeder Teilnehmer im Verlauf der Kursabende seine eigene Geschichte vom Anfang über den Mittelteil bis zum Schluss schreiben. Die Kursleiterin gibt ein gemeinsames Thema als Oberbegriff vor, doch die Freiheit beim Schreiben hat Priorität und lässt jede Art von Geschichten zu. Sie profitieren von der unterstützenden Atmosphäre einer kreativen Gruppe und vom hilfreichen Feedback der Kursleiterin.

Bitte beachten: Der erste Termin findet im Schulmuseum Friedrichshafen statt. Dort wird Sie die Leiterin, Frau Dr. Lutz, durchs Haus führen und Ihnen interessante und inspirierende Einblicke in die Schule vergangener Zeiten geben. Zwischendurch wird Ihnen die Kursleiterin K. E. Volk kurzweilige Gedanken- und Schreibübungen stellen, deren kreative Ergebnisse – Ihre Einfälle – dann die inhaltliche Grundlage für das Thema das Fortgeschrittenenkurses vorgeben.

Bitte mitbringen: Schreibblock und Stift.

Beginn: Do., 12.04.18, 19:30-21:00 Uhr
8 Termine (16 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 70,40 €
Belegung: 6-10

FA4603
Die Kraft der Märchen
 Benedetta Caselunghe

Märchen haben Sinn und erklären die Welt. Sie sprechen das Allertiefste in allereinfachsten Bildern aus. Jedes Märchen enthält eine in sich selbst tragende Welt, in der wir Weisheitsvolles erleben. Kinder brauchen Märchen – und Erwachsene auch!

In diesem Seminar wollen wir uns einerseits denkerisch in die Welt der Märchen begeben, die Gesetzmäßigkeit im Verlauf des Märchens erkunden, die Symbolik der Märchenbilder beleuchten und andererseits auszugswise ein Grimm-Märchen sprachlich-künstlerisch erarbeiten.

Beginn: Fr., 16.03.18, 18:00-20:15 Uhr
Sa., 17.03.18, 10:00-17:00 Uhr
2 Termine (11 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 48,40 €
Belegung: 7-10

Beauty und Outfit

FA4701
60 – na und?
Jetzt geht es erst richtig los!
 Ayhan Hardaldali,
 Maskenbildner / Hairstylist /
 Imageberater / Business Coach IHK

60. Ein cooles Alter. Sie wollen gut und frisch aussehen? Und möchten Attraktivität ausstrahlen? Reifere Gesichter haben eine besondere Ausstrahlung. Es liegt an Ihnen, was Sie daraus machen. Beweisen Sie Mut und wagen Sie auch mal was Neues!

Bitte mitbringen: Fotoapparat und Schreibzeug.

Beginn: Fr., 11.05.18, 13:30-17:15 Uhr
1 Termin (5 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 79,90 €, incl. Materialkosten
Belegung: 4-5

FA4702
Vorher – nachher, ein neuer Typ
Schminkkurs für Frauen
 Ayhan Hardaldali,
 Maskenbildner / Hairstylist /
 Imageberater / Business Coach IHK

Die optimale Frisur und das richtige Make-up sollten immer auf Charakter und Typ der jeweiligen Person zugeschnitten sein. Oft reicht schon eine unpassende Frisur, Haarfarbe oder Brille und ein falsches Make-up, um Ihr Äußeres in einem ungünstigen Licht erscheinen zu lassen.

In diesem Kurs erfahren Sie von einem professionellen Imageberater und Maskenbildner, wie Sie Ihre natürliche Schönheit wirkungsvoll unterstreichen können.

Bitte mitbringen: Fotoapparat und Schreibzeug.

Beginn: Fr., 11.05.18, 17:45-21:30 Uhr
1 Termin (5 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 79,90 €, incl. Materialkosten
Belegung: 4-5

FA4703
Hochsteckfrisuren zum Ausgehen
 Ayhan Hardaldali,
 Maskenbildner / Hairstylist /
 Imageberater / Business Coach IHK

Mit langen Haaren kann man variable Frisuren stylen, ob elegant, frech oder verführerisch. Ein erfahrener Hairstylist zeigt Ihnen, was mit ein paar Haarklammern alles möglich ist. So bekommen viele Tipps und Tricks, wie Sie mehr aus Ihren langen Haaren machen können.

Bitte mitbringen: Klammern, Haarschmuck, Haargummi, Accessoires, Stielkamm, Bürste.

Beginn: Di., 12.06.18, 13:30-17:15 Uhr
1 Termin (5 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 76,90 €, incl. Materialkosten
Belegung: 4-5

FA4704
Grau ist cool!
 Ayhan Hardaldali,
 Maskenbildner / Hairstylist /
 Imageberater / Business Coach IHK

... und bedeutet nicht, alt auszusehen. Wie ein grauer Kopf attraktiv und sogar ausgesprochen interessant wirken kann, erfahren Sie in diesem Kurs. Sie erhalten Stylingtipps und Anregungen zu Kleidung, Schmuck und Make-up, die am besten zu grauem oder grau meliertem Haar passen.

Bitte mitbringen: Fotoapparat und Schmuck
Beginn: Di., 12.06.18, 17:45-21:30 Uhr
1 Termin (5 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)
Kosten: 79,90 €, incl. Materialkosten
Belegung: 4-5

Theater / Bühne

FA4710

Maskenspiel
 Jennifer Elisa Schecker,
 Schauspielerin, Theatermacherin

Seit jeher üben Masken eine große Faszination auf die Menschen aus – ob in der jahrtausendealten Theatertradition oder unsrer jährlichen Fasnacht. Eine Maske erfüllt den Urtraum des Menschen nach Verwandlung. Sie versteckt und befreit seinen Spieler gleichermaßen. Sie nimmt die Worte und lässt

den Körper sprechen. Sie fragt nach Fantasie und Wahrhaftigkeit.

In diesem Wochenendworkshop bekommen Sie eine Einführung in die Spieltechnik und besondere Erzählweise der Masken. Zu Beginn bereiten Übungen zur Körperwahrnehmung, Spannung und Dynamik, Begegnungen mit Partner und Raum die Teilnehmer auf das Spielen mit Masken vor. Im Anschluss lernen sie die „Neutrale Maske“ und mit ihr die grundlegenden Regeln des Maskenspiels kennen, bevor mit expressiven „Charaktermasken“ schließlich einfache Situationen und Figuren improvisiert und erarbeitet werden. Dieser Workshop richtet sich an alle – mit und ohne Theatererfahrung –, die Lust haben, sich zu verwandeln, zu spielen, zu entdecken. Besondere körperliche Voraussetzungen sind nicht erforderlich!

Hinweis: Masken werden von der Dozentin gestellt. Sie können aber auch gerne ihre eigene Maske aus dem Maskenbauworkshop vom Januar (Kurs-Nr. EB4253, Anmeldung bis 03.01.18 möglich!) mitbringen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Beginn: Fr., 23.02.18, 17:30-20:30 Uhr
Sa., 24.02.18, 10:00-17:00 Uhr
2 Termine (12 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)
Kosten: 74,40 €
Belegung: 8-14

FA4711
Theaterschnupperkurs für Alle
 Jennifer Elisa Schecker,
 Schauspielerin, Theatermacherin

Für einen Tag in die Welt des Theaters eintauchen und einfach mal drauf los spielen! Sich von anderen inspirieren lassen, spontan sein, den eigenen Einfällen trauen, in andere Rollen schlüpfen, spannende Szenen entwickeln. Angeleitet von einer professionellen Schauspielerin bekommen Sie an diesem Wochenende einen Einblick in die Grundlagen des Theaters: Körper, Stimme, Raum, Zeit, Rolle, Situation, Partner und Ensemble. Das Angebot umfasst Sinnes- und Wahrnehmungsübungen, Improvisation und szenisches Spiel. Im Mittelpunkt steht dabei vor allem eines: Der Spaß am Entdecken, Ausprobieren und jede Menge Spielfreude. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bequeme Kleidung und rutschfeste Socken oder Turnschlappchen mitbringen.

Beginn: Fr., 20.04.18, 18:30-21:30 Uhr
Sa., 21.04.18, 10:30-17:00 Uhr
2 Termine (12 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 74,40 €
Belegung: 8-12

FA4712
**Familien-Spiel
Theater- und Bewegungsspiele für
Eltern und ihre Kinder ab 7 Jahre**

Jennifer Elisa Schecker,
Schauspielerin, Theatermacherin

Miteinander spielen und Spaß haben, sich ausprobieren, gemeinsam entdecken und erfinden...

Angeleitet von einer professionellen Schauspielerin gibt es an diesem Wochenende ein besonderes Familien-Programm; In vielen bunten Theater- und Bewegungsspielen dürfen sich Eltern und Kinder einmal gemeinsam austoben, werden zu Partnern und Komplizen und spielen! Miteinander und füreinander. Dabei geht es nicht nur um jede Menge Spaß, sondern auch um unser Gespür für Raum, Zeit, Partner und Gruppe. Wir müssen uns mal trauen, mal vertrauen, lernen den eigenen Impulsen zu folgen und dürfen uns von unseren Mitspielern inspirieren lassen. Mitmachen dürfen Mütter, Väter oder beide mit beliebig vielen Kindern ab 7 Jahre. Bitte bequeme Kleidung und rutschfeste Socken oder Turnschlappchen mitbringen.

Beginn: Sa., 05.05.18, 14:00-17:00 Uhr
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar,
Anmeldeschluss: 24.04.2018
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 58,00 €, (1 Erw. und 1 Kind).
Jedes weitere Kind 27,00 €)
Belegung: 8-14

Jennifer Elisa Schecker

Jennifer Elisa Schecker arbeitet als interdisziplinäre Theaterkünstlerin, Regisseurin und Schauspielerin in Konstanz und Europa. Sie studierte Schauspiel und Physical Theatre in Linz und London, erhielt eine private Gesangsausbildung und bildet sich kontinuierlich in Tanztheater und Choreografie weiter.

Als Schauspielerin gastierte sie seit 2012 an den Stadttheatern in Celle, Hof, Konstanz, Linz und Weimar. Als Stimm- und Bewegungsperformerinnen stand sie u. a. in



London, Paris und Luxemburg auf der Bühne. Seit 2015 legt sie ihren Fokus auf die Entwicklung eigener Stücke und Projekte. Dafür forscht sie nach vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten von Stimme und Körper, verbindet Elemente aus Tanz- und Bewegungstheater, Maskenspiel, Musik und Schauspiel, trifft auf Musiker und Tänzer, initiiert Bürgerprojekte und verlässt immer wieder den geschlossenen Theaterraum. Theater ist für sie Zusammen-Spiel, Neugier, Fantasie, Vielfalt, Begegnung und Austausch. Aus diesem Antrieb heraus bietet sie seit Jahren mit großer Freude Kurse und Workshops für Menschen aller Generationen und Herkünfte an.
Homepage: www.jennifer-elisa-schecker.de

vhs Tanztreff

Folklore

FA4740
Tänze aus Griechenland

Dimitrios Alexandrakis
Der Tanz ist für die Griechen Lebensausdruck und -elixier zugleich. Unvergessen bleiben der Sirtaki und das Lebensgefühl des Alexis Sorbas. Der griechische Tanz hat eine lange Tradition. Jede Region hat Ihre eigenen Tänze und Lieder. Die Themen der Tänze sind jedoch meist ähnlich: Liebe, Freude, Trauer. Der griechische Tanz dient nicht nur dazu, Feste zu umrahmen, sondern auch Leichtigkeit und Lebendigkeit im Alltag zu erfahren. Er macht nicht nur körperlich, sondern auch seelisch beweglich. Griechische Tänze sind leicht erlernbar, da diese nur aus wenigen Schritten bestehen. Im Rahmen dieses Kurses lernen Sie einfache bis mittelschwere Tänze aus verschiedenen Regionen Griechenlands kennen.

Beginn: Mo., 26.02.18, 20:00-21:30 Uhr
8 Abende (16 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 72,00 €
Belegung: 8-16

Orientalischer Tanz

Schon von jeher ist es dem Menschen ein Bedürfnis, sich nach Musik zu wiegen, zu drehen, zu hüpfen, sich zu bewegen. Der orientalische Tanz hat keine feste Heimat, sondern setzt sich aus ägyptischen, persischen, arabischen, afrikanischen und mittlerweile auch europäischen Stilen und Elementen zusammen.

Bauchtanz war und ist ein Weg, um sich mit dem eigenen „Frau-Sein“ auseinanderzusetzen.

Der orientalische Tanz ist Lust an der Bewegung, er fördert die Körperkoordination, die Haltung, die Anmut und die Gesundheit. Es ist eine „bodenständige“ Art zu tanzen. Es gibt keine starren Schrittfolgen. Der Tanz ist intuitiv, spontan, frei und soll in erster Linie Spaß machen.
Hier ist noch kurz eine Antwort auf die wichtigste Frage: „Was ziehe ich an?“ Haben Sie einen weiten Rock mit Gummizug oder eine Pumphose, eine Jogginghose oder Leggings? Obenrum tragen Sie am besten einen Body oder ein enges T-Shirt. Sehr gut wäre, wenn vorhanden, ein Tuch mit Fransen.

FA4741
**Orientalischer Tanz am Vormittag
Anfänger**

Anja Voß
Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die Freude am Tanzen haben und sich vom Orient verzaubern lassen wollen, Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Beginn: Do., 22.02.18, 10:15-11:45 Uhr
12 Vormittage (24 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 108,00 €
Belegung: 8-12

FA4742
**Orientalischer Tanz Abendkurs
Fortgeschrittene**

Anja Voß
Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die bereits einen Mittelstufenkurs besucht haben.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-20:00 Uhr
12 Abende (24 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 108,00 €
Belegung: 8-12

FA4743
Orientalischer Tanz – Arbeitskreis

Haben Sie Vorkenntnisse im Orientalischen Tanz und wollen unbedingt mehr tanzen? Der Arbeitskreis „Orientalischer Tanz“ freut sich über neue Tänzerinnen. Zusammen mit den anderen Frauen erarbeiten Sie sich neue Tänze und studieren diese ein.

Beginn: Mo., 19.02.18, 09:30-11:00 Uhr
18 Vormittage (36 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 64,00 €
Belegung: 8-16

Moderner Tanz

FA4750
**Line Dance, die beliebte Art
in der Gruppe zu tanzen.
Ein Anfänger Kurs, jedoch für Leute,
die bereits erste Line Dance
Kenntnisse haben.**

Silvia Filip
Diese Tanz Art erfreut sich großer Beliebtheit. Sie benötigen keinen festen Tanzpartner benötigt und diese Tanz Art fördert eine starke Gruppendynamik. Jedes Lied hat seine eigene Choreografie, alle Tänzer tanzen auf einer Linie nebeneinander und mehreren Reihen hintereinander dieselben Tanzschritte. Die Line Dance Anfänge sind eng mit Country Musik verbunden. Doch gibt es auch Choreografien zu Mambo, Rumba oder Cha Cha Cha, ja sogar zu Tango und zu Walzer-Musik. Sie lernen in diesem Kurs ca. sechs verschiedene Tänze, die jeweils gründlich eingeübt und wiederholt werden.

Außerdem werden die bereits früher gelernten Tänze wiederholt. Bitte für die Pause etwas zu trinken mitbringen. Der Kurs findet alle 14 Tage statt. Der Line Dance Arbeitskreis EB4751 ist als Ergänzung zum Üben gedacht und findet an den Terminen dazwischen statt.

Beginn: Mo., 19.02.18, 14:30-16:00 Uhr
8 Nachmittage (16 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 72,00 €
Belegung: 8-16



FA4759
Modern Dance / Chart Dance

Thomas Lahmar
Sie haben Spaß und Freude am Tanzen und Interesse an abwechslungsreichen Choreographien? Dann sind Sie bei Chart Dance genau richtig. Hier werden Bühnenchoreographien nachgetanzt, die von internationalen Top Acts wie beispielsweise Madonna, Britney Spears und Justin Timberlake inspiriert sind.

Nach einem Freestyle-Aufwärmprogramm und einer leichten Einstiegschoreographie lernen die Teilnehmer am zweiten Tag ein Tanz-Medley aus verschiedenen Musikstilen. Die Musik zu den Choreographien kommt direkt aus den Tanz-Charts und animiert durch ihre schnellen Rhythmen. Lassen Sie sich auch an diesem Wochenende mit neuen Choreographien zu neuer Musik in die Welt des Tanzes entführen.

Die Gruppe wird geleitet von Thomas Lahmar, der über jahrelange Erfahrung als Modern Dance Trainer verfügt und auch selbst in einer Show Dance Gruppe tanzt. Hier ist nicht der perfekte Stil wichtig, sondern der Spaß und die Freude an Tanz und Bewegung. Die Tänze sind für alle Altersklassen geeignet.

Beginn: Fr., 11.05.18, 18:00-21:30 Uhr
Sa., 12.05.18, 10:00-16:30 Uhr
2 Termine (12 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 54,00 €
Belegung: 8-14

Ballett

Beim Ballett werden Haltung, Körperbewusstsein, Dehnfähigkeit, Gehör, Musikalität und Selbstvertrauen gefördert. Jüngere Kinder üben auf spielerische Art. In den höheren Stufen findet intensiver Unterricht sowie Spitzentraining statt. Trainiert wird in Anlehnung an die weltweit führenden Lehrsysteme RAD, ISTD und Vaganova.

Bitte beachten:

- Der Unterricht findet ohne Zuschauer/ Eltern statt, bitte richten Sie sich oder Ihr Kind darauf ein.
- Zuschauen ist nur beim offenen Training erlaubt (letzter Trainingstermin vor den Osterferien)
- Das Tragen von Ballettkleidung und Frisur sind erwünscht. Es gilt in unseren Kursen eine Kleiderordnung (bevor Sie Ballettkleidung kaufen, bitte mit dem Ballettlehrer/der Ballettlehrerin Rücksprache halten! Unsere Ballettschüler tragen Einheitskleidung, die sich je nach Klasse farblich unterscheidet. Für die Ausstattung ist mit Kosten von ca. 50–80 € zu rechnen)
- Bei unserem Ballettunterricht handelt es sich um fortlaufende Kurse, die immer an Schultagen stattfinden (bitte Einzeltermine beachten!)
- Ihre Anmeldung entspricht einer Daueranmeldung. Sie kann mit einer Frist von 4 Wochen vor Semesterende schriftlich gekündigt werden.
- Einstieg in laufende Gruppen bzw. Schnuppern ist nur nach Terminabsprache mit dem Ballettlehrer/der Ballettlehrerin möglich.
- Bei regelmäßiger Teilnahme und Komplettierung eines Kurses (2 Semester) kann ein Abschluss-Zertifikat erworben werden.

Unsere Ballettlehrerin:
Hanna Schlau, Tanzlehrerin (A.ISTD),
Dance Star Trainerin (DTB), staatl. gepr.
Gymnastiklehrerin und Choreografin

FA4770
**HSS ZU Ballett
junges Erwachsenenalter
ca. 16–25 Jahre**

Felicitas Constance Amann
Dieser Ballettkurs soll Grundlagen für ästhetische Bewegung im Rahmen des klassischen Balletts schaffen und eignet sich für absolute Anfänger, aber auch Fortgeschrittene im jungen Erwachsenenalter (ca. 16–25 Jahren). Es werden alle relevanten Grundpositionen und Grundelemente des klassischen Balletts eingeführt, die in einem klassischen Stangen-Training, einem Training auf der Mitte, sowie in kleinen Choreografien erprobt werden. Ein verbessertes Körpergefühl und Körperhaltung, sowie die Fähigkeit zum tänzerischen Ausdruck sind außerdem Ziel dieses Kurses. Gut sitzende Sportkleidung, Socken oder ggf. Schlappchen sind erwünscht.

Dieses Kursangebot ist ein Kooperationsangebot mit dem Hochschulsport der Zeppelin Universität. D. h. aus versicherungsrechtlichen Gründen müssen alle Tänzerinnen und Tänzer Mitglied des Hochschulsports werden. Die Teilnahmegebühr hierzu beträgt 25 € und wurde bereits bei dem Teilnahmeentgelt verrechnet.

Beginn: Di., 20.02.18, 19:45-21:15 Uhr
9 Abende (18 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 57,00 €
Belegung: 8-14

FA4780
**Ballett Vorstufe
Feen-Gruppe
ab 4 Jahre**

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
In dieser Gruppe werden die Kinder sehr spielerisch zum klassischen Ballett hingeführt. Es werden Gehör, Konzentration, Körperbewusstsein und Selbstvertrauen gefördert und Grundbewegungsarten und Benimmregeln entdeckt. Die Entwicklung der Grob- und Feinmotorik wird gefördert und Talente erschlossen.

Einstieg in laufende Gruppen ist jederzeit nach Absprache mit der Ballettlehrerin möglich. Der Unterricht findet ohne Eltern statt. Bitte richten Sie Ihr Kind darauf ein.
Beim ersten Termin bitte mitbringen:
etwas zu trinken, eng anliegende und bequeme Kleidung, Haare ordentlich zusammenmachen.
Bitte beachten Sie den Einleitungs-Text zum Ballett.

Beginn: Di., 20.02.18, 15:00-15:45 Uhr
pro Semester (17 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 75,00 €
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 8-12

FA4781
Ballett Grundstufe 1
Wölkchen-Gruppe ab 6 Jahre

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
In diesem Kurs lernen die Kinder immer noch
spielerisch die weiterführenden Grundlagen
des klassischen Tanzes. Die Grundtechniken
werden intensiviert.

Es wird mit dem Spiegel geübt und die Selbst-
Reflexion sowie die Beweglichkeit verbessert.
Diese Gruppe darf erstmals auf die Bühne
und kleinere Tänze bei Aufführungen machen.
Beim ersten Termin bitte mitbringen:
etwas zu trinken, eng anliegende und beque-
me Kleidung, Haare ordentlich zusammen-
machen. Bitte beachten Sie den Einleitungs-
Text zum Ballett.

Beginn: Do., 22.02.18, 15:00-15:45 Uhr
pro Semester (17 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 75,00 €
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 8-12



TANZSHOP
BODY & STYLE

Showroom / Verkauf / Atelier

Meersburgerstr. 29 (Rückseite)
88048 Friedrichshafen

immer Sa. 10 - 14 Uhr
(außer Schulferien BW)

bestellen Sie rund um die Uhr bei:
tanzshop-bodyandstyle.de

FA4782
Lavendel-Gruppe
Klassisches Ballett ab 7 Jahre
Grundstufe 2

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
In diesem Kurs wird an der Stange und im
Raum trainiert und kindgerecht die Grund-
lagen des klassischen Tanzes intensiviert.
Beim ersten Termin bitte mitbringen:
etwas zu trinken, eng anliegende und beque-
me Kleidung, Haare ordentlich zusammen-
machen. Bitte beachten Sie den Einleitungs-
Text zum Ballett.

Beginn: Di., 20.02.18, 15:45-16:30 Uhr
pro Semester (17 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 75,00 €
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 8-12

FA4783
Ballett Mittelstufe 1
Bronze-Gruppe
ab 9 Jahre und Jugendliche

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
Für die Teilnahme an diesem Kurs sind Grund-
kenntnisse erforderlich. Es werden komple-
xere Bewegungsabläufe an der Stange und
im Raum gemacht. Ebenso wird vermehrt an
der Beweglichkeit gearbeitet um die steigen-
den technischen Anforderungen meistern zu
können.

Beim ersten Termin bitte mitbringen: etwas
zu trinken, Ballettkleidung und Frisur. Bitte
beachten Sie den Einleitungs-Text zum Ballett.

Beginn: Do., 22.02.18, 15:50-16:50 Uhr
pro Semester (21,33 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 90,00 €
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 8-12

FA4784
Ballett Mittelstufe 2
Silber-Gruppe
Jugendliche und Erwachsene

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
Für die Teilnahme an diesem Kurs sind Grund-
kenntnisse erforderlich. Es werden komple-
xere Bewegungsabläufe an der Stange und
im Raum gemacht. Ebenso wird vermehrt an
Beweglichkeit und Kraft gearbeitet um die
steigenden technischen Anforderungen meis-
tern zu können.

Beim ersten Termin bitte mitbringen: etwas
zu trinken, Ballettkleidung und Frisur. Bitte
beachten Sie den Einleitungs-Text zum Ballett.

Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-19:30 Uhr
17 pro Semester (22,67 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 100,00 €
Belegung: 8-12

FA4785
Ballett Oberstufe 1
Saphir-Gruppe
Jugendliche ab 12 Jahre und
Erwachsene

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
Für die Teilnahme an diesem Kurs sind gute
Kenntnisse erforderlich. Es werden komple-
xere Bewegungsabläufe an der Stange und im
Raum gemacht. Eine gute Beweglichkeit ist
von Vorteil, um auch schwierigere technische
Anforderungen meistern zu können.

Beim ersten Termin bitte mitbringen: etwas zu trinken, Ballettkleidung und Frisur. Bitte beachten Sie den Einleitungs-Text zum Ballett.

Beginn: Di., 20.02.18, 16:45-17:30 Uhr
17 pro Semester (17 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 100,00 €
Belegung: 8-12



FA4786
Ballett Oberstufe 2
Rubin-Gruppe
Jugendliche und Erwachsene

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
Für die Teilnahme an diesem Kurs sind sehr
gute Kenntnisse erforderlich. Es werden kom-
plexere Bewegungsabläufe an der Stange
und im Raum gemacht und viele Bewegun-
gen in kleinen Folgen kombiniert. Dies setzt
Beweglichkeit und Kraft sowie ein gewisses
Bewegungsrepertoire voraus.

Beim ersten Termin bitte mitbringen: etwas
zu trinken, Ballettkleidung und Frisur.
Bitte beachten Sie den Einleitungs-Text zum
Ballett.

Beginn: Do., 22.02.18, 18:00-19:00 Uhr
pro Semester (21,33 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 100,00 €
Belegung: 8-12

FA4787
Ballett Spitzentanz Grundstufe
Jugendliche ab 12 Jahre und
Erwachsene
Grundkurs für Anfänger und
Wiedereinsteiger

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
Spitzentanz, der Traum einer jeden heran-
wachsenden Ballerina, aber sofern Sie noch
keine Spitzenschuhe besitzen, müssen diese
von der Ballettlehrerin angepasst werden.
Bitte vereinbaren Sie einen Anpassungs-Ter-
min vorab und kaufen Sie nicht irgendwelche
Spitzenschuhe (z. B. Flohmarkt o. ä.) Bei Über-
gewicht ist vom Spitzentanz abzuraten, da
zu viel Gewicht auf den Füßen lastet und es
zu Fußschäden kommen kann.

Beim ersten Termin bitte mitbringen:
etwas zu trinken, Ballettkleidung und Frisur,
Spitzenschuhe falls bereits vorhanden.
Bitte beachten Sie den Einleitungs-Text zum
Ballett.

Beginn: Di., 20.02.18, 17:45-18:15 Uhr
pro Semester (9,33 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 82,00 €
Belegung: 8-12

Neuer Veranstaltungsort

vhs FN K55
Max-Grünbeck-Haus,
Katharinenstr. 55



> Lageplan Nr. 2
Neuer Veranstaltungsort der
vhs Friedrichshafen im Max-Grünbeck-
Haus, Katharinenstr. 55, bei Stadtarchiv
und Bodenseebibliothek.

FA4788
Ballett Spitzentanz
Mittelstufe, ab 14 Jahre

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
Die Teilnahme an diesem Kurs ist nicht ohne
Vor-Erfahrung möglich! Es sind eine gute
technische Basis, sowie ein vorangegangenes
regelmäßiges Training und kräftige Füße er-
forderlich. Es werden komplexere Übungen
an der Stange und im Raum gemacht.

Beim ersten Termin bitte mitbringen:
etwas zu trinken, Ballettkleidung und Frisur,
Spitzenschuhe. Bitte beachten Sie den Einlei-
tungs-Text zum Ballett.

Beginn: Do., 22.02.18, 19:00-19:30 Uhr
pro Semester (7,33 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 82,00 €
Belegung: 8-12

FA4789
Ballett Mittelstufe 3
Gold-Gruppe
Jugendliche und Erwachsene

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
Für die Teilnahme an diesem Kurs sind gute
Kenntnisse erforderlich. Es werden komple-
xere Bewegungsabläufe an der Stange und
im Raum gemacht. Ebenso wird eine gute
Beweglichkeit vorausgesetzt um auch schwie-
rigere technische Anforderungen meistern zu
können.

Beim ersten Termin bitte mitbringen: etwas zu trinken, Ballettkleidung und Frisur. Bitte beachten Sie den Einleitungs-Text zum Ballett.

Beginn: Do., 22.02.18, 16:50-17:50 Uhr
pro Semester (22,67 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 100,00 €
Belegung: 8-12

FA4790
Ballett Anfänger
Erwachsene jeden Alters
ohne Vorkenntnisse

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
Dieser Kurs ist gedacht für alle Erwachsenen,
die einmal Ballett ausprobieren möchten und
keine Vorkenntnisse haben.

Wir lernen Grundhaltung, Basisübungen an
der Ballettstange und im Raum. Dabei üben
wir zu klassischer Musik. Ballett kann man in
jedem Alter lernen. Das Training ist körper-
freundlich und es wird individuell auf die
Teilnehmenden eingegangen. Es geht nicht
darum, eine Ballerina zu werden, sondern
sich fit zu halten, beweglich zu bleiben und
vom Alltag abzuschalten. Ballett ist ein opti-
males Figur- und Trainingsprogramm. Es
verbessert Haltung und Beweglichkeit und
sorgt so für mehr Wohlbefinden. Es ist Zeit,
sich zu trauen.

Bitte mitbringen: Etwas zu trinken und Lust
auf Neues. Haare bitte so zusammen ma-
chen, dass Nacken und Gesicht frei von her-
umfliegenden Haaren sind. Bitte tragen Sie
enganliegende Kleidung in der Sie sich gut
bewegen können (z. B. Leggings + enges
Oberteil) und dicke Socken.

Beginn: Mi., 21.02.18, 17:00-18:00 Uhr
10 Nachmittage (13,33 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 65,30 €
Belegung: 8-12

Ballettaufführung

FA4795
„Tanz in den Mai-Classic Hits“
Die Ballettklassen zeigen ihr Können

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
Endlich ist es wieder soweit! Eine Aufführung
steht vor der Tür.
Am Sonntag den 13. Mai 2018 (Muttertag)
haben die Ballettschülerinnen wieder die
Möglichkeit, ihr Können vor großem Publi-
kum vorzutragen. Die Aufführung findet zur
Einweihung unserer neuen Trainingsräume
vhs K 55, Studio 3, (3.OG) und unter dem
Motto: „Tanz in den Mai-Classic Hits“ statt.
Die genauen Ausführzeiten werden im Inter-
net noch bekannt gegeben.

Beginn: So., 13.05.18, 11:00-19:00 Uhr
1 Termin (10,67 UE), Vortrag
(ohne Voranmeldung, Abendkasse)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 8,00 €
Belegung: 30-100

NEU ab 2018

FA4799
Fortbildung:
Kursleitung für Kinderballett

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin,
Tanzlehrerin (A.ISTD)
Sie unterrichten bereits Ballett für Kinder
oder möchten es künftig unterrichten?
Dann ist dieses Seminar das Richtige für Sie.
Es ist geeignet für Trainer, Übungsleiter, Tän-
zer, Tanzpädagogen und schließt mit einem
Zertifikat ab.
Wollen Sie mehr zu den Inhalten wissen,
dann wenden Sie sich an: siegle@vhs-fn.de

Beginn: Mo., 26.03.18, 10:00-17:00 Uhr
5 Termine (40 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 1125,00 €
Belegung: 4-12

Weinseminare



WINEinMODERATION.eu
Art de Vivre

FA4801
Wein-Basics für Frauen

Britta Mangold, Dozentin für Wein- und
Genusskultur
Ein Seminar „von Frau zu Frau“, das sich
speziell an Frauen richtet, die gerne mehr
über Wein erfahren möchten. Wenn Sie sich
Grundkenntnisse rund um das Thema Wein
aneignen wollen, um in Zukunft souverän
als Gastgeberin, im Restaurant oder in der
Weinhandlung den passenden Wein aussu-
chen zu können, dann sind Sie in diesem
Kurs genau richtig! Ein Abend für alle Genie-
ßerinnen und Weinliebhaberinnen oder sol-
che, die es werden wollen. Selbstverständlich
probieren wir verschiedene Weine, um ge-
meinsam den optimalen Weingenuss zu er-
leben. Außerdem werden wir uns mit The-
men wie z. B. den deutschen Anbaugebieten,
Weinarten und Rebsorten, der Wein- und
Schaumweinherstellung, Weinsensorik
(das „richtige“ Schmecken), Etikett, Trinktem-
peratur, Gläserwahl sowie Wein und Spei-
sen beschäftigen.
Die Probenkosten sind bereits im Seminar-
preis enthalten.

Beginn: Fr., 09.03.18, 18:00-21:15 Uhr
1 Abend (4 UE)
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 45,20 €
Belegung: 8-12

FA4802
**Wein-Basics:
Coole Weine für coole Leute**

Stefan Schwytz

Warum nicht mal Wein als Alternative zu bunten Cocktails und dubiosen Alkoholbomben? Zu kompliziert? Muss nicht sein! Ein paar Rebsorten kennenlernen, einige Grundsätze zu Auswahl und Einkauf erfahren und schon wird die Weinwelt transparenter und lädt zum Ausprobieren ein.

Wenn's prickeln soll, muss es ja nicht unbedingt Prosecco sein und auch für duftige Sauvignon blancs gibt es zahlreiche Alternativen. Und auch bei Rotweinen kommt man rasch dahinter, bei welchem Etikett eine echte „Wuchtrümme“ zu erwarten ist, was „guter Trinkfluss“ bedeutet und wo man ein tolles Preis-Leistungs-Verhältnis findet. Reife Herren zelebrieren ihren Weinkult teilweise mit äußerstem Ernst. Junge Winzer sind locker und so können es auch junge Weinfreunde sein; sie entdecken ihre eigene Weinkultur z. B. auch beim Bloggen. Stefan Schwytz ist selbst Blogger und freut sich eben auf coole Leute, um ihnen coole Weine vorzustellen. Im Seminarpreis sind die Probenkosten bereits enthalten. (Mindestalter für die Teilnahme ist 18 Jahre).

**Beginn: Mi., 16.05.18, 18:30-21:30 Uhr
1 Abend (4 UE)**

**Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 49,20 €
Belegung: 8-12**

FA4803
**Frankreich –
ein Weinparadies im Überblick**

Niko Nimmerrichter, DipWSET,
Weinakademiker

Ob frankophil oder einfach nur „weinbegeistert“ – das Weinland Frankreich ist zu verlockend, als dass man sich nicht mit seinen Weinen beschäftigen würde. In der Weinwelt ist Frankreich noch immer das „Maß aller Dinge“, die Anbaufläche ist eine der größten weltweit und die Kultweine aus Burgund und Bordelais sind seit Jahrhunderten Legende. Allerdings ist die Vielfalt auch schwer überschaubar und die französischen Bezeichnungen und Qualitätsstufen sind nicht ganz einfach zu verstehen.

Im Seminar erhalten Sie einen Überblick über die wichtigen französischen Qualitätsweinregionen und ihre typischen Weine und Rebsorten. Erläuterungen zu den gesetzlichen Regelungen, den historischen Hintergründen und den geografischen Besonderheiten werden es Ihnen erleichtern, sich in der Fülle französischer Weine zurecht zu finden – Hilfestellung dabei bieten Ihnen die Proben, die im Seminar verkostet werden. Die Probenkosten sind bereits im Seminarpreis enthalten.

**Beginn: Mi., 07.03.18, 18:30-21:30 Uhr
3 Abende (12 UE)**

**Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 131,60 €
Belegung: 8-12**

FA4804
**Weinseminar:
Neuseeland und die „Alte Welt“**

Nicole Vaculik, Weinfachberaterin,
Sommelière

Spannende Vergleiche sind in diesem Weinseminar garantiert: Während Europa eine mehr als zweitausendjährige Tradition im Weinbau aufweisen kann, ist Neuseeland eines der jüngsten Weinbauländer. Während in Frankreich, Deutschland etc. seit alters her der Terroirgedanke gepflegt wird, gehen in Neuseeland Geologen und Önologen auf die Suche nach landwirtschaftlichen Flächen, die noch nie einen Rebstock gesehen haben, aber hervorragende weinbauliche Eigenschaften bieten.

Sauvignon blanc und Pinot noir sind die wichtigsten Rebsorten in diesem Inselstaat am „anderen Ende der Welt“ – dementsprechend werden im Seminar auch entsprechende Weine vor- bzw. gegenübergestellt. Erläutert wird dabei auch die Charakteristik der verschiedenen Anbauggebiete auf Nord- und Südsinseln, die zusammen ca. 35.000 ha betragen (mit zunehmender Tendenz) und das in einem Land, in dem man erst seit 1990 Wein ganz normal im Einzelhandel kaufen kann.

Die Probenkosten sind im Seminarpreis enthalten.

**Beginn: Do., 03.05.18, 18:30-21:30 Uhr
1 Abend (4 UE)**

**Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 65,20 €
Belegung: 8-12**

FA4805
**Weinseminar Württemberg
vs. Burgenland**

Stefan Schwytz

Zwei Weinregionen die mit ihren Rotweinen seit Jahren im Aufwind sind. Was liegt da näher als Weine aus beiden Gebieten mal an einem Abend „ins Rennen zu schicken“ – zumal es sich bei den beiden „Bannerträgern“, Blaufränkisch und Lemberger, um die gleiche Rebsorte handelt. Sortenrein ausgebaut erreichen beide Weine immer wieder Spitzenplätze bei großen Vergleichen. Erweitert wird das Spektrum durch Cuvées: mal sind es die internationalen Cabernets und Merlots, die mit Lemberger bzw. Blaufränkisch cuveiert werden, mal sind es heimische Gewächse wie Zweigelt oder Neuzuchten wie die diversen Kreuzungen mit Cabernet Sauvignon. Spätestens am Ende des Abends wird deutlich geworden sein, welche fantastischen Weine es allein in diesen beiden Regionen zu entdecken gibt. Selbst schuld, wer Württemberg allein auf Trollinger reduziert und das Burgenland für altmodisch hält.

**Beginn: Do., 08.03.18, 18:30-21:30 Uhr
1 Abend (4 UE)**

**Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)
Kosten: 71,20 €
Belegung: 8-12**

Kochen

Kochen und Backen mit dem Profi

FA4810
**Die süße Verführung –
Desserts zaubern wie die Profis**

Manuela Heigle, Konditormeisterin, Köchin
Das Dessert setzt einem Menü das i-Tüpfelchen auf oder kann bei einem missglückten Dinner alles zum Positiven wenden. Die richtige Kombination aus Gebäck, Frucht und Crème macht ein Dessert zu einem vollkommenen Genuss und bringt die Gäste zum genießerischen Schmeigeln.

Unsere Desserts in diesem Kurs:

- Mousse au chocolat mit Himbeermark und Hippengebäck
- Crème brûlée mit Fruchtsalat und Mandelgebäck
- Mangokrem Surprise (Ideal für den heißen Sommer!)
- Kirschaufwurf mit Vanille Parfait

Ob abgefüllt im Glas, auf einem Teller drapiert oder in der großen Schüssel für das Buffet – lernen Sie, ihre Kreationen richtig in Szene zu setzen. Die Dozentin kann aus ihrer Zeit als Pâtissier in diversen fünf Sterne Hotels wertvolle Tipps geben, damit aus einem Nachtisch ein echtes Geschmackserlebnis wird.

**Beginn: Fr., 16.03.18, 18:00-21:00 Uhr
Sa., 17.03.18, 10:00-13:00 Uhr**

**2 Termine (8 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 48,80 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-14**

FA4811
**Vegetarische Küche –
Low Carb für Genießer**

Manuela Heigle, Konditormeisterin, Köchin
Quiche Lorraine, Ricotta-Spinatnocken mit Tomatencreme, Linsencurry, Ofengemüse, Pesto- und Parmesansuppe sowie als feiner Abschluss Vanillecreme mit Himbeerspiegel und Nusstaler.

In diesem Kurs lernen Sie,

- wie Sie ein Menü gestalten, das auch ohne Fleisch ein echter Genuss ist
 - wie Sie mit natürlichen Zutaten richtig abschmecken
 - schnelle Gerichte, die den Alltag erleichtern und richtig lecker schmecken
- Sie sind Fleischesser? Oder Ihre Familienmitglieder wollen nicht auf Fleisch verzichten? Ganz gleich, dann werden Sie in diesem Kurs genauso auf Ihre Kosten kommen, denn diese Gerichte sind mit Fleischprodukten hervorragend kombinierbar!

**Beginn: Mo., 11.06.18, 18:00-21:00 Uhr
Mo., 18.06.18, 18:00-21:00 Uhr**

**2 Termine (8 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 48,80 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-14**

Kursmaterial

Bei Kochkursen und in Kursen, bei denen Material vorbestellt/gekauft werden muss, sind die Kosten für Lebensmittel bzw. Material auch bei Nichtteilnahme zu bezahlen!

FA4812
**Alles Käse?
Nur für Genießer...**

Kurt Schatz, Küchenmeister

Das Semesterthema der EUREGIO-vhs nehmen wir zum Anlass, Ihnen zu zeigen, was Käse kulinarisch bedeuten kann. Ob ausgesuchte Kompositionen von Käseplatten, begleitet von passenden Früchten, Chutneys und verschiedenen Brotsorten, ob Käsesalate – auch mit Nudeln und Gemüse oder Aufläufe, deftige Knödel und feine Soufflés – dem Kenner dürfte spätestens jetzt das Wasser im Munde zusammen laufen. Apropos: Besser passen zu Käse andere Getränke als Wasser. Lernen Sie gute Kombinationsmöglichkeiten kennen, natürlich auch mit ausgesuchten Weinen.

Wie Sie sehen – das Thema Käse ist uns nicht Wurst!

**Beginn: Mo., 19.02.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 24,40 €, zzgl. Wein- und
Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12**

FA4813
Lammgerichte

Kurt Schatz, Küchenmeister

Ostern ist oft auch die Zeit für besondere kulinarische Genüsse. Probieren Sie doch mal Lamm. Junges Lammfleisch ist zart, einmalig im Geschmack und für viele Zubereitungsarten geeignet – kurzgebraten in der Pfanne, geschmort im Ofen oder gekocht in der eigenen Brühe. Kurt Schatz hat für Sie in diesem Kurs raffinierte Rezepte ausgewählt und hält wie immer jede Menge Tipps parat, wie Ihnen die Zubereitung am besten gelingt. Dazu gibt es passende Beilagen und ein verführerisches Dessert.



**Beginn: Mo., 19.03.18, 18:00-21:00 Uhr
Di., 20.03.18, 18:00-21:00 Uhr**

**2 Termine (8 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 48,80 €, zzgl. Wein- und
Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12**

FA4814
Wurst aus eigener Herstellung

Kurt Schatz, Küchenmeister

Hatten Sie auch schon oft Lust, Wurst mal selber herzustellen? Mit besten Zutaten und leckeren Gewürzen? Das ist gar kein Problem! Küchenchef Kurt Schatz zeigt Ihnen wie. Von der einfachen Rostbratwurst aus Schweinefleisch über die französischen Merguez (ursprünglich nur aus Lammfleisch, heute meist Lamm und Rind gemischt) bis hin zur italienischen Salsiccia (je nach regionaler Herkunft mit Fenchel, Paprika oder auch Nelken verfeinert) können Sie verschiedenste Variationen ausprobieren. Auch die Zubereitung feiner Pasteten wird uns an diesem Wochenende beschäftigen. Dazu gibt es natürlich passende Beilagen, Salate und jede Menge Tipps (nicht essbar).

**Beginn: Fr., 27.04.18, 18:00-21:00 Uhr
Sa., 28.04.18, 10:00-14:30 Uhr**

**2 Termine (10 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 61,00 €, zzgl. Wein- und
Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12**

FA4815
**Mediterrane Küche aus den
Küstenregionen Italiens und
Frankreichs**

Kurt Schatz, Küchenmeister

Die Speisekarte dieser Regionen ist selbstverständlich geprägt von Fisch und Delikatessen aus dem Meer. Typisch sind aber ebenso Fleischgerichte mit Wildschwein oder Kaninchen. Auch Innereien sind beliebte Zutaten für schmackhaftes Essen. Kurt Schatz zeigt Ihnen eine Auswahl klassischer Gerichte, die ihren besonderen Geschmack

durch die Verwendung frischer, aromatischer Kräuter bekommen. Die berühmte Leichtigkeit der mediterranen Küche rührt schließlich auch von der Verwendung einer Vielzahl von Gemüse her, das mit raffinierten Zubereitungsarten für einmaligen Genuss sorgt.

**Beginn: Mi., 06.06.18, 18:00-21:00 Uhr
Do., 07.06.18, 18:00-21:00 Uhr**

**2 Termine (8 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 48,80 €, zzgl. Wein- und
Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12**

FA4816
Sommerbrunch und (Garten)party

Kurt Schatz, Küchenmeister

Planen Sie eine Grillparty im Garten oder einen Geburtstagsbrunch? Dann bekommen Sie in diesem Kurs tolle Anregungen für einfache und leckere Partygerichte, ein einladendes Buffet, pfiffiges Fingerfood und sommerliche Süßspeisen. Küchenmeister Kurt Schatz zeigt Ihnen, wie Sie Ihre Gäste kulinarisch verwöhnen. Mit der richtigen Planung und Vorbereitung wird das dann auch für Sie ein spannendes Fest.

Wenn Sie möchten, dürfen Sie am Samstag zu unserem Brunch (ab ca. 12:30 Uhr) einen (1) Gast einladen. Bitte unbedingt bei Anmeldung angeben (Unkostenbeitrag!).

**Beginn: Fr., 22.06.18, 18:00-21:00 Uhr
Sa., 23.06.18, 10:00-14:30 Uhr**
**2 Termine (10 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 61,00 €, zzgl. Wein- und
Lebensmittelkosten (+ Extrakosten für Gast)
Belegung: 8-12**

**Internationale Küche
und Spezialitäten**

FA4820
Baskische Tapas-Spieße

Montserrat Boada Zaragoza

Im Baskenland gibt es eine spezielle Variante der spanischen Leckereien, sie heißen dort „Pinchos“ (Spieße). Es gibt mehr als 500 Sorten „Pinchos“. Einige davon werden wir an diesem Abend kennen lernen. Pinchos aus Lachs, Sardellen, Paprika, Schinken, Chorizo und Meeresfrüchten. Sie bekommen viele Anregungen, wie Sie mit klassischen und modernen Rezeptideen ohne großen Aufwand Ihre Familie und Freunde überraschen können. Die Rezepte erhalten Sie im Kurs.

Achtung: Kursbeginn 17:00 Uhr! Bitte eigene Getränke nach Wunsch mitbringen.

**Beginn: Fr., 15.06.18, 17:00-21:00 Uhr
Sa., 16.06.18, 10:00-14:00 Uhr**
**2 Termine (10 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 71,50 €, inkl. Skript,
inklusive 18,00 € Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12**

FA4821 Persische Küche

Shamila Bodenmiller

Diese Küche wird auch als „die französische Küche des Orients“ bezeichnet. Ein Hauptmerkmal dieser Küche ist der feine Reis, wie man ihn nirgendwo sonst auf der Welt zubereitet. Dazu werden verschiedene Arten von Khoresh, einer Mischung aus Fleisch, verschiedenen Gemüsen und Früchten, zu einer aromatischen Sauce gekocht und serviert.

Beginn: Fr., 13.04.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Abend (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 23,80 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4822 Sushi

Yen-Hung Fang

Sushi ist ein japanisches Gericht aus erkaltem, mit Essig gewürztem Reis, der mit rohem, gekochtem oder mariniertem Fisch, Shrimps, Gemüse oder Ei gefüllt oder belegt ist. Sushi isst man in Japan als Snack, als Vorspeise oder als Hauptgericht und es wird in den unterschiedlichsten Varianten serviert.

In diesem Kurs kochen wir zuerst ein japanisches Nationalgericht, die Misosuppe. Als nächstes lernen wir die Zubereitung von geschmackvollem Sushi Reis. Danach rollen wir mit einer Bambusmatte verschiedene Maki-Sushi. Für Nigiri-Sushi wird der Reis mit der Hand zu einer kleinen, zwei Finger breiten Rolle gedrückt und mit Fisch, Gemüse oder Omelette belegt. Wenn alles fertig ist, genießen wir unsere selbstgemachten köstlichen Sushi, dazu gibt es leckeren japanischen Pflaumenwein.

Bitte bringen Sie eine Schürze und ein paar Vorratsbehälter mit.

Beginn: Mi., 14.03.18, 17:30-21:00 Uhr
1 Termin (4,67 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 24,50 €, zzgl. Lebensmittelkosten
(ca. 15,00 € pro Abend)
Belegung: 8-12

FA4823 Sushi

Yen-Hung Fang

Siehe Kurs-Nr. FA4822

Bitte bringen Sie eine Schürze und ein paar Vorratsbehälter mit.

Beginn: Mi., 02.05.18, 17:30-21:00 Uhr
1 Termin (4,67 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 24,50 €, zzgl. Lebensmittelkosten
(ca. 15,00 € pro Abend)
Belegung: 8-12

FA4824 Asiatische Küche

Yen-Hung Fang

Die chinesische Küche strebt nach geschmacklicher Ausgewogenheit zwischen süß und sauer, heiß und kalt, mild und pikant. In diesem Kurs lernen Sie Spezialitäten wie die scharf-saure Kokosnuss-Hähnchen Suppe, Ma Po Tofu (scharf), gebratenes Gong-Bao Chiken, süß-saure Gerichte und leckere Nachspeisen kennen wie z. B. Tapioca-Perlen mit Kokosnuss, die wir anschließend bei einem gemütlichen Abendessen genießen. An jedem Abend bereiten wir 3–4 Gerichte zu, sowie Jasminreis.

Bitte bringen Sie eine Schürze und ein paar Vorratsbehälter mit.

Beginn: Mi., 18.04.18, 18:00-21:00 Uhr
2 Termine (8 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 42,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
(ca. 14,00 € pro Abend)
Belegung: 8-12

FA4825 Pikante chinesishtaiwanische Küche

Yen-Hung Fang

In diesem Kurs lernen Sie Spezialitäten wie die wie die frittierten Wontons und der Wonton-Suppe, das Hackfleischgericht „Ameisen klettern auf dem Baum“, süß-saure Gerichte, gebratene Hähnchengerichte wie das Three Cup Chicken, sowie als leckere Nachspeise z. B. die gebratene Banane kennen, die wir anschließend bei einem gemütlichen Abendessen genießen. An jedem Abend bereiten wir 3–4 Gerichte zu, sowie Jasminreis.

Bitte bringen Sie eine Schürze, Geschirrtücher sowie Vorratsbehälter mit.

Beginn: Mi., 13.06.18, 18:00-21:00 Uhr
2 Termine (8 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 42,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
(ca. 14,00 € pro Abend)
Belegung: 8-12

FA4826 Thailändische Küche

Amporn Hackenberg

Dieser Kurs dient einer ersten Begegnung mit der thailändischen Küche, die ganz entfernt an die chinesische Küche erinnert, im allgemeinen aber erheblich „pikanter“ ist. Durch kurze, schonende Garverfahren und die Verwendung frischer Zutaten kommt diese Küche auch den Vorstellungen von zeitgemäßer Ernährung entgegen. Im Kurs lernen die Teilnehmer nicht nur verschiedene typische Gerichte kennen, sondern auch den landeskundlichen Hintergrund.

Beginn: Do., 01.03.18, 18:00-21:00 Uhr
4 Abende (16 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 84,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4827 Asiatische Küche mit Fleisch

Xiaohong Li-Keppeler

Wir kochen Peking-Suppe mit selbstgemachter Hühnerbrühe. Anschließend bereiten wir den 2. Gang – Hähnchenbrustfilet mit frischem Gemüse und den 3. Gang mit Rindfleisch zu. Als Nachspeise genießen wir in Kokosmilch gebratene Banane mit Honig.

Beginn: Mi., 11.04.18, 17:45-21:30 Uhr
1 Abend (5 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 42,30 €, in der Kursgebühr sind 16,00 € für Lebensmittel und Getränke enthalten
Belegung: 8-12

FA4828 Asiatische Küche mit Safran

Xiaohong Li-Keppeler

Wir beginnen mit selbstgemachten Frühlingrollen. Anschließend bereiten wir den 2. Gang mit Satee-Spieß und Erdnuss Soße und den 3. Gang mit zartem Fischfilet und Garnelen in Safransoße zu. Wissen Sie noch nicht, wie gebackenes Eis gemacht wird? Solches Eis werden wir zusammen als Nachtisch genießen.

Beginn: Mi., 16.05.18, 17:45-21:30 Uhr
1 Abend (5 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 44,30 €, in der Kursgebühr sind 18,00 € für Lebensmittel und Getränke enthalten
Belegung: 8-12

FA4829 Afrikanische Küche I – „Mama Afrika“

Sara Mateus, Köchin

Afrikanische Menschen leben afrikanisch – das heißt, ein Leben mit Rhythmen und Ritualen und voller Wärme. Mit einer Küche, in der sich die bunte Farbe und der Geschmack in der Andersartigkeit des Mutterkontinents dieser Erde spiegeln. Ein- und Abtauchen in diese Welt können Sie in unserem neuen Kochkurs mit „Mama Afrika“. Genießen Sie in vollen Zügen afrikanisch-kulinarische Traditionen.

Bitte eine Schürze, Restbehälter und ein Getränk mitbringen.

Beginn: Di., 17.04.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

Kursmaterial

Bei Kochkursen und in Kursen, bei denen Material vorbestellt/gekauft werden muss, sind die Kosten für Lebensmittel bzw. Material auch bei Nichtteilnahme zu bezahlen!

FA4830 Afrikanische Küche II – „Mama Afrika“

Sara Mateus, Köchin

Entdecken Sie neue und mehr Gerichte mit „Mama Afrika“. Siehe auch Kurs-Nr. FA4829 Bitte eine Schürze, Restbehälter und ein Getränk mitbringen.

Beginn: Do., 12.07.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12



FA4831 Karibische Küche

Betty Meersschat-Sarlette

Latinomusik, tropische Früchte, Rum-Cocktails, weiße Strände, türkisfarbenes Meer... Beim Wort „Karibik“ denkt man nur an einen: Lebensfreude pur! Die karibische Küche hat ganz viele Väter. Noch heute schmeckt man die Kolonialgeschichte, den Einfluss der afrikanischen Sklaven und der indischen Einwanderer, kräftig durch. Am ersten Abend kochen wir ein typisches karibisches Buffet und am zweiten Abend bereiten wir ein feines Vier-Gänge-Menü mit exotischen Zutaten zu.

Bitte mitbringen: Schürze, Restbehälter, Getränk

Beginn: Do., 22.02.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4832 Orientalisches Fingerfood

Betty Meersschat-Sarlette

In allen Ländern des Orients hat Fingerfood eine lange Tradition, da das „mit den Fingern essen“ zum Lebensstil gehört. Somit ist die Auswahl auch so vielfältig. Das Fingerfood, welches wir an diesem Abend zubereiten werden, findet ihre Inspiration in den Küchen des östlichen Mittelmeers, des Vorderen Orients und Nordafrikas.

Bitte mitbringen: Schürze, Restbehälter, Getränk

Beginn: Mo., 26.02.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4833 Indisch vegetarisch

Betty Meersschat-Sarlette

Die indische Küche ist von jeher hauptsächlich vegetarisch geprägt, daher gibt es eine sehr große Vielfalt an Speisen, die auch Nicht-Vegetariern das Wasser im Munde zusammenlaufen lassen. An diesem Abend werden wir aus heimischen, aber auch aus indischen Zutaten, eine Auswahl dieser Gerichte zubereiten und in Form eines Büffets genießen.

Bitte mitbringen: Schürze, Restbehälter, Getränk

Beginn: Fr., 23.03.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4834 Italienische Küche

Aurora Paragano

Entdecken Sie den wahren Geschmack Italiens und lernen Sie die originale italienische Küche kennen, wie Sie sie in keinem Restaurant finden werden. Die Dozentin, aufgewachsen in Süditalien, weicht Sie ein in italienische Kochtradition und kocht mit Ihnen nach alten Familienrezepten – z. B. Frittata di Patate, Carne e Fagiolini alla pizzaiola, Parmigiana di melanzane – ganz wie zu Oma's Zeiten...

Beginn: Fr., 02.03.18, 18:00-21:00 Uhr
Fr., 09.03.18, 18:00-21:00 Uhr
2 Termine (8 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 42,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4835 Geheimnisse der Thai-Küche

Bernhard Rosa

Thailändisch zu kochen, ist keine Kunst. Es ist Leidenschaft! Nach einer kleinen Warenkunde mit vielen Insider Tipps und kurzer Einweisung folgt die Zubereitung mehrerer Gerichte mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad. In entspannter Atmosphäre werden wir anschließend die Gerichte gemeinsam genießen. Übrig gebliebene Speisen dürfen eingepackt werden. Alle Teilnehmer erhalten eine Rezeptmappe zum Mitnehmen. Der Dozent hat die Geheimnisse der Thai-Küche auf seinen vielen Reisen vor Ort entdeckt und ist Autor eines Thai-Kochbuchs. Der Kurs ist ein Muss für jeden Liebhaber traditioneller thailändischer Küche!

Bitte mitbringen: Schürze und Vorrats- bzw. Transportbehälter

Beginn: Sa., 21.04.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (9,33 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 68,00 €, inkl. Skript, incl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4836 Thailändische Suppen

Bernhard Rosa

In Zeiten von Fertigsuppen und Instant Suppenpulver scheint das Wissen, wie man eine richtige Suppenbrühe herstellt, verloren gegangen zu sein. Ohne Verwendung von Geschmacksverstärkern erlernen Sie die Herstellung unterschiedlicher Brühen und Fonds. Diese bilden dann die Grundlagen für die Zubereitung verschiedener Suppen. Nicht nur die bekannte Suppe „Tom Yam“, sondern auch unbekanntere Suppen „Guai Diao Gai“ (Glasnudelsuppe mit Huhn), Wonton Suppe (Wontons und Füllungen werden selber gemacht), Ingwersuppe, Mama Tom oder Bami Luang Moo Deng werden gemeinsam zubereitet. Selbstverständlich darf aber auch die Königin der Thai-Suppen „Tom Kha Gai“ nicht fehlen. Ein Kochkurs der perfekt in die kalte Jahreszeit passt.

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter für den Transport der restlichen Speisen.

Beginn: Sa., 24.02.18, 09:00-16:00 Uhr
1 Termin (9,33 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 53,00 €, inkl. Skript, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4837 Indische Küche

Swaroopa Rani Srimantula

Von der indischen Küche, die eine viertausend Jahre alte Tradition besitzt, gibt es einiges zu lernen. Indien besitzt aus verschiedenen Gründen eine ausgeprägte vegetarische Kultur und bietet damit eine unvergleichliche Fülle an fleischlosen Köstlichkeiten. Vor allem die Bedeutung und Verwendung der vielen Gewürze ist aufgrund ihrer Heilwirkung hochinteressant. Richtig verwendet, machen Sie unser Essen sehr bekömmlich (z. B. was die Verdauung anbetrifft), was gerade auch für kleiner Kinder oder ältere Menschen wichtig ist. In diesem Kurs kochen Sie am ersten Abend ein Menü mit verschiedenen Vorspeisen, Hauptgängen (auch mit Fleisch) und Desserts. Am zweiten Abend lernen Sie verschiedene Arten von Tiffins kennen. Das sind kleinere Gerichte, die Ihnen nicht nur zuhause zu jeder Tageszeit wunderbar schmecken werden, sondern die sich auch prima zum Mitnehmen eignen.

Beginn: Mo., 02.07.18, 18:00-21:00 Uhr
2 Abende (8 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 47,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4838
**Küche aus Sri Lanka –
Ernährung nach ayurvedischen
Grundsätzen**

Lalani Wallagodage, **Hotelfachfrau**
Sri Lanka, die Perle des Indischen Ozeans, ist nicht nur bekannt durch Palmen, Sonne, weiße Sandstrände und seinen sehr guten Tee. Es ist auch Heimat einer sehr traditionellen Küche, in die ayurvedische Grundsätzen mit einfließen. Essen ist Medizin, sagt die alte ayurvedische Lehre und dieser Grundsatz wird bis heute auf Sri Lanka praktiziert. In diesem Kurs werden sie in die Geheimnisse der klassischen srilankischen Kochkunst eingeführt. An jedem Kursabend wird ein vollständiges Menü zubereitet, bestehend aus Kräutern und Suppen unterschiedlichen Reissorten und einer Variation der wichtigsten ayurvedischen Gemüsesorten. Zudem lernen Sie die traditionelle Herstellung von Curry, wobei die eigene Gewürzmischung sofort während des Kurses ausprobiert werden kann. Die Dozentin ist in Sri Lanka geboren und aufgewachsen. Freuen sie sich auf einen exotischen Kochkurs, der ihnen die Tür zur ayurvedischen Lehre öffnet und ihnen das schöne Sri Lanka näher bringt. Bitte bringen Sie eine Schürze und ein paar Vorratsbehälter mit.

Beginn: Do., 21.06.18, 18:00-21:00 Uhr
2 Termine (8 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 42,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4839
Falafel
Fatma Walther-Abdelaiem

Falafel sind frittierte Bällchen aus pürierten Bohnen oder Kichererbsen, Kräutern und Gewürzen, die vor allem als Imbiss beliebt sind. Das Gericht stammt aus der arabischen Küche. Insbesondere in Ägypten haben die Falafel zusammen mit dem Bohnenmus „Foul“ eine bestehende Tradition. Typischerweise ist dies eine Speise, die zum Frühstück, aber auch zum Abendessen gereicht wird. In Imbissen wird Falafel als Sandwich im Fladenbrot angeboten. Wir bereiten im Kurs Falafel mit selbst hergestelltem Tahina im frischen arabischen Fladenbrot und dazu frischen kleingeschnittenen Salat vor. Nicht fehlen darf natürlich das berühmte und in Ägypten nicht wegzudenkende „Foul“, dass zur Falafel gereicht wird. Als Nachtisch backen wir ein original Baklawah mit Nussfüllung. Bitte bringen Sie eine Schürze und ein paar Vorratsbehälter mit.

Beginn: Mo., 25.06.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

**Basiswissen Kochen / Backen
Gesunde Ernährung**

Kursmaterial

Bei Kochkursen und in Kursen, bei denen Material vorbestellt/gekauft werden muss, sind die Kosten für Lebensmittel bzw. Material auch bei Nichtteilnahme zu bezahlen!

FA4850
Kochkurs für Anfänger

Inge Eberhardt,
Fachfrau für Ernährungslehre

Ein Grundlagenkurs für alle, die gar keine oder noch wenig Erfahrung in der Küche haben. Sie lernen anhand beliebiger Gerichte die verschiedenen Zubereitungsarten, erhalten Tipps vom Einkauf bis zur Menü-Zusammenstellung und erfahren, worauf es ankommt, damit es schmeckt. Ob Suppen, Gemüse- und Kartoffelgerichte, Nudeln und Fleisch oder Süßspeisen und Desserts – die Zubereitung ist einfacher, als viele denken. Bitte eine Schürze und Vorratsdosen für eventuelle Reste mitbringen.

Beginn: Mo., 09.04.18, 18:00-21:00 Uhr
4 Termine (16 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 94,40 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-10

FA4851
**Der Römertopf hatte Geburtstag –
feiern Sie mit!**

Inge Eberhardt,
Fachfrau für Ernährungslehre

Seit 50 Jahren gibt es den Römertopf schon und seine Garmethode ist gerade für heutige Ansprüche an das gesunde Essen höchst aktuell! Seine Stärke ist das Garen im eigenen Saft und das fettarme Kochen. Im geschlossenen Römertopf entwickeln die Gerichte ein unglaublich intensives Aroma, nichts brennt an oder trocknet aus, Vitamine und Mineralien bleiben optimal erhalten. Wir kochen Eintöpfe, Braten, Fisch, Gemüsegerichte und sogar Süßes. In diesem Topf gelingt einfach alles. Das wussten schon die alten Römer... Bitte eine Schürze und Vorratsdosen für eventuelle Reste mitbringen.

Beginn: Fr., 23.02.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 23,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-10

FA4852
Alles frisch!

Inge Eberhardt,
Fachfrau für Ernährungslehre

Wer denkt, mit frischen Zutaten zu kochen, sei aufwändig, der kann sich in diesem Kurs vom Gegenteil überzeugen. Ob Vorspeisen, Salate, Gemüsebeilagen oder Ofengerichte, Hauptspeisen mit Fisch und Fleisch und natürlich köstliche Desserts – wir verwenden so viel frische Zutaten wie möglich. Lassen Sie sich zeigen, wie mit den richtigen Zubereitungsarten schnell und unkompliziert herrliche Gerichte entstehen, die in Aroma und Geschmack überzeugen! Lassen Sie sich inspirieren von vielen Rezepten, Ideen und Anregungen. Tipps zu Einkauf und Zubereitung erhalten Sie ganz nebenbei. Noch Fragen? Dann kommen Sie einfach vorbei... Bitte eine Schürze und Vorratsdosen für eventuelle Reste mitbringen.

Beginn: Mo., 07.05.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 23,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-10

FA4853
Frühlingsküche

Julia Bischoff, **Diätassistentin**

Bald freuen sich wieder alle auf die Badesaison. Toll, wenn dann auch die Bikinifigur kein Problem ist. Dafür müssen Sie sich nicht durch irgendwelche Diäten quälen, es reicht schon, auf die richtige Lebensmittelauswahl und maßvolle Portionen zu achten. Die Kursleiterin gibt Ihnen Rezeptideen und Tipps an die Hand, wie Sie sich „leicht“ und mit Genuss durch den Frühling kochen. Wir verwenden dabei überwiegend regionale und saisonale Zutaten. Freuen Sie sich auf einen informativen Kochabend mit jeder Menge Spaß!

Beginn: Do., 12.04.18, 18:00-21:00 Uhr
2 Termine (8 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 42,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4854
Spargel

Julia Bischoff, **Diätassistentin**

Jetzt ist Spargelzeit. Wer dieses zarte Gemüse liebt, kann sich in diesem Kurs von neuen Ideen und tollen Rezepten verführen lassen. Auch aus gesundheitlichen Gründen lohnt es sich, Spargel öfter auf die Speisekarte zu setzen – er ist kalorienarm und enthält wertvolle Vitamine.

Beginn: Do., 03.05.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12



FA4855
After Work-Kochkurs

Julia Bischoff, **Diätassistentin**

Gerichte, die perfekt zum Feierabend passen: schnell, frisch und gesund. Die Rezepte werden sowohl für den Single- als auch für den Familienhaushalt abgestimmt. Da uns der Alltag oft keine andere Möglichkeit lässt, geht der Trend immer mehr zum Fast Food. Gar nichts dagegen einzuwenden ist, wenn die „schnellen Gerichte“ aus gesunden Lebensmitteln hergestellt sind. Wie das geht und wie Sie auch aus kleinen Resten eine vollständige, leckere Mahlzeit herstellen können, wird Ihnen dieser Kurs aufzeigen.

Beginn: Do., 17.05.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-12

FA4856
Schauen Sie über den Tellerrand!

Christiane Gingseder, **Diätassistentin**

Chiasamen, Reissirup, Kokosöl, Linsen – diese und viele weitere Nahrungsmittel sind derzeit in aller Munde. In diesem Kurs werden Sie erfahren, was hinter diesen sogenannten „Superfoods“ steckt und wie Sie diese in Ihren persönlichen Speiseplan integrieren können. Den Abend starten wir mit einem gesunden Cocktail und anschließend kochen wir gemeinsam ein leckeres 3-Gänge-Menü – natürlich unter Verwendung einiger dieser interessanteren Zutaten. Freuen Sie sich auf neue Impulse und Koch-Inspiration, damit es auch zukünftig am heimischen Herd spannend bleibt!

Wir verwenden in diesem Kurs weitestgehend Lebensmittel in Bioqualität. Bitte eine Schürze und Vorratsbehälter für Reste mitbringen.

Beginn: Mi., 28.02.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 24,40 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-10

FA4857
**Kräuter am
Wegesrand –
Kochworkshop
Wildkräuter in der Alltagsküche
integriert**

Gerlinde Heumesser,
Landwirtschaftsamt Bodenseekreis

Überall am Wegesrand wachsen viele, oft unscheinbare oder achtlos als „Unkraut“ bezeichnete Pflanzen. Besonders im Frühjahr, wenn es wenig regionales Gemüse zu kaufen gibt peppen Wildkräuter unseren Speisezettel mit vielen Vitaminen, Mineralstoffen und unvergleichlichen Geschmackserlebnissen auf. In dem Kochworkshop bereiten wir kulinarische Genüsse aus Giersch, Löwenzahn, Brennessel, Bärlauch & Co zu. Es geht darum, wie Wildkräuter einfach und schnell in die Alltagsküche integriert werden können, nach dem Motto: „Iss nur was du sicher kennst!“ Eine Kooperation mit dem Landwirtschaftsamt Bodenseekreis im Rahmen der Landesinitiative MACH'S MAHL – Selber machen, die Mahlzeiten wieder mehr in den Mittelpunkt stellen und Wert schätzen – ist eine Offensive des Ministeriums für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz für gutes Essen in Baden-Württemberg.

Bitte mitbringen: Schürze und Restebehälter
Beginn: Do., 26.04.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Abend (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 11,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten (ca. 10,00 €)
Belegung: 8-12

FA4858
**Salatvariationen
nach Saison**

Gerlinde Heumesser,
Landwirtschaftsamt Bodenseekreis

Salate passen zu fast jeder Gelegenheit, als Vorspeise, Hauptmahlzeit oder Beilage. Wir fertigen verschiedene Salate, die sich gut vorbereiten lassen und sich auch fürs Buffet oder als Büromahlzeit eignen, dazu auch haltbare Salatsößen.

Eine Kooperation mit dem Landwirtschaftsamt Bodenseekreis im Rahmen der Landesinitiative MACH'S MAHL – Selber machen, die Mahlzeiten wieder mehr in den Mittel-



punkt stellen und Wert schätzen – ist eine Offensive des Ministeriums für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz für gutes Essen in Baden-Württemberg.

Bitte mitbringen: Schürze und Restebehälter
Beginn: Do., 14.06.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Abend (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 11,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten (ca. 10,00 €)
Belegung: 8-12

FA4859
**Der Sommer im Glas
– Geschenke aus der
eigenen Küche**

Gerlinde Heumesser,
Landwirtschaftsamt Bodenseekreis

Ein kleines Dankeschön, ein Mitbringsel – es muss nicht immer Schokolade sein. Das heimische Sommerobst in seiner ganzen Vielfalt, außerdem saisonales Gemüse (Zucchini) und Kräuter werden zu leckeren Brotaufstrichen, Kompott, Würzpaste, Kräuteröl und Getränken verarbeitet. Nett beschriftet und dekoriert hat man immer das passende Geschenk parat. Im Vordergrund stehen verschiedene Konservierungsmöglichkeiten für Obst und Gemüse, um die Lebensmittel vor Verderb zu schützen. Es gibt Tipps, wie auch kleine Mengen und Reste sinnvoll aufbereitet werden können. Eine Kooperation mit dem Landwirtschaftsamt Bodenseekreis im Rahmen der Landesinitiative MACH'S MAHL – Selber machen, die Mahlzeiten wieder mehr in den Mittelpunkt stellen und Wert schätzen – ist eine Offensive des Ministeriums für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz für gutes Essen in Baden-Württemberg.

Bitte mitbringen: Schürze, 6–8 verschiedene Gläser mit Twist-off Deckel von 100 ml–400 ml sowie 1–2 kleine Flaschen.
Beginn: Do., 05.07.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Abend (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 11,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten (ca. 10,00 €)
Belegung: 8-12

FA4860
Dinnete

Irmgard Zeyher
Die Grundlage für eine schmackhafte Dinnete ist ein gut gekneteter Hefeteig und die richtige Teigführung. Beides wird in diesem Kurs grundlegend gelernt, um anschließend auf Schamottstein und auf dem Backblech je nach Zutaten-Auswahl verschiedene Dinnete zu backen: Speck-Zwiebel, Gemüse, Lachs, Schinken, Broccoli, Kartoffel-Käse-Speck, Apfel. Bitte Vorratsdosen und Schürze mitbringen.

Beginn: Mo., 05.03.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Abend (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 23,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-10



FA4861 Nudeln selbstgemacht

Irmgard Zeyher

Selbstgemachte Nudeln schmecken einfach fantastisch und die Herstellung ist gar nicht so schwer, wie die meisten denken. Es gilt, ein paar Kniffe zu beachten, so z. B. den Teig in der richtigen Konsistenz zu kneten. Mit der Nudelmaschine lässt sich der Teig dann zu Platten, breiten oder feinen Nudeln verarbeiten. So lassen sich wunderbare Maultaschen, Spinatnudeln und andere Pastagerichte selbst machen.

Beginn: Mo., 12.03.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Abend (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 23,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-10

FA4862 Workshop Brotbacken Natur pur – werden sie Bäcker Ihres Vertrauens!

Christiane Ginglseder, Diätassistentin

Mehl, Wasser, Hefe, Salz – fertig ist ein wunderbares Brot! So etwas heute zu finden grenzt fast an ein Wunder, da viele Bäcker nur noch mit Fertigbackmischungen arbeiten. Weil viele Menschen aber die darin enthaltenen Zusatzstoffe nicht gut vertragen, muss eine Alternative her.

Sie lernen in diesem Kurs, wie Sie Ihr eigenes gesundes Brot backen können. Wir werden gemeinsam verschiedene Brote und Brötchen zubereiten. Weitestgehend werden in diesem Kurs Zutaten in Bioqualität verwendet. Um das ganze abzurunden werden wir noch einige leckere Brotaufstriche zubereiten, mit denen Sie Ihre Gäste beim nächsten Brunch sicher begeistern werden. Bitte eine Schürze und einen Transportbehälter mitbringen.

Beginn: Mi., 07.03.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 29,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten
Belegung: 8-10

FA4863 Sommerfest mit dem Thermomix

Waltraud Leuthold

Herzliche Einladung zu unserem Sommerfest mit dem Thermomix. Wir zaubern heute viele leckere Köstlichkeiten für eine Sommerparty im Freien, z. B. Fingerfood, Salate, Kuchen und Desserts.

Bitte mitbringen: Getränk, Schürze, Kugelschreiber, Klarsichthülle, Behälter für Reste und – wer hat – einen Thermomix (immer zwei Teilnehmer arbeiten an einem Gerät)

Beginn: Mo., 14.05.18, 18:00-21:00 Uhr
1 Termin (4 UE)
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 23,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten (ca. 7,00 €)
Belegung: 8-12

Ernährungswissen

FA4864 vhs unterwegs Kräuter am Wegesrand – gesunde Partner für heimische Milchprodukte, Obst und Gemüse ... bis das Jahr zu Ende geht!

Gerlinde Heumesser,
Landwirtschaftsamt Bodenseekreis

Überall am Wegesrand wachsen viele, oft unscheinbare oder achtlos als „Unkraut“ bezeichnete Pflanzen. Besonders im Frühjahr, wenn es wenig regionales Gemüse zu kaufen gibt pepen Wildkräuter unseren Speisezettel mit vielen Vitaminen, Mineralstoffen und unvergleichlichen Geschmackserlebnissen auf. Bei dem Kräuterspaziergang (maximal 2 km) geht es darum, essbare Pflanzen in der Natur sicher zu erkennen und von gesundheitsschädlichen Arten zu unterscheiden. Wir konzentrieren uns auf Arten, die sehr häufig vorkommen. Außerdem gibt es Tipps zum Sammeln und zu der jeweiligen Verwendung. Eine Kooperation mit dem Landwirtschaftsamt Bodenseekreis im Rahmen der Landesinitiative MACH'S MAHL – Selber machen, die Mahlzeiten wieder mehr in den Mittelpunkt stellen und Wert schätzen – ist eine Offensive des Ministeriums für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz für gutes Essen in Baden-Württemberg.

Beginn: Fr., 13.04.18, 16:30-18:00 Uhr
1 Termin (2 UE), Exkursion
Ort: Wasserturm im Riedlewald
Kosten: 5,00 €
Belegung: 12-20

Kochen und Backen für Kinder und Jugendliche

FA4866 Osterbäckerei für Kinder 8–12 Jahre

Cornelia Brugger, Hauswirtschaftslehrerin,
Heilerziehungspflegerin

Bald ist Ostern. Wir freuen uns aufs Eierbemalen und die Suche nach dem Osterneest. Da hat der Osterhase in diesen Tagen noch alle Pfoten voll zu tun. Drum, liebe Kinder, wollen wir ihm ein wenig Arbeit abnehmen und kümmern uns um die Osterbäckerei: Ihr dürft euch freuen auf Osterhasen aus Hefeteig, Griechische Osterneest, Bremer Osterklaben, Osterbrot und Osterkranz. Hhmm, lecker! Bitte eine Schürze, evtl. ein Haarband und eine Dose für das Gebäck mitbringen.

Beginn: Di., 27.03.18, 10:00-13:00 Uhr
Mi., 28.03.18, 10:00-13:00 Uhr
2 Termine (8 UE), Ferienkurs
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 39,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 8-10

FA4867 Selfmade Fastfood for Kids Kochkurs für Kinder in den Faschingsferien (8–12 Jahre)

Cornelia Brugger, Hauswirtschaftslehrerin,
Heilerziehungspflegerin

Schnell, lecker & gesund lautet das Motto für diesen Ferienkurs. Endlich kannst du dir deine Lieblings Speisen ohne Mühe selbst zubereiten. Wir lernen Klassiker wie Burger, Pizza, Currywurst, Wraps,... Und Du wirst sehen – selbst gemacht schmeckt es noch viel besser als in der Imbissbude nebenan! Bitte eine Schürze und evtl. ein Haarband mitbringen.

Beginn: Mi., 14.02.18, 10:00-13:00 Uhr
Do., 15.02.18, 10:00-13:00 Uhr
2 Termine (8 UE), Ferienkurs
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 39,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 8-10

FA4868 Väter kochen mit ihren Kindern, ab 5 Jahre, Thema: Osterbrunch

Waltraud Leuthold

Gemeinsam kochen macht doch am meisten Spaß. Darum, Kinder, schnappt Euch euren Papa und nichts wie ab ins Kochstudio der vhs. Gemeinsam zaubern wir viele Leckereien für den Osterbrunch. In der Kursgebühr für Vater + 1 Kind sind bereits 6 € für Lebensmittel enthalten. **Bitte beachten:** Anmeldung zu diesem Kurs ist nur per E-Mail bei Frau Gundula Bremer möglich (bremer@vhs-fn.de). Bitte Vorname und Geburtsdatum des Kindes bei der Anmeldung mit angeben! **Bitte mitbringen:** Getränk, Kugelschreiber, Klarsichthülle, Schürze, Haargummi bei langen Haaren und Behälter für Reste.

Beginn: Sa., 10.03.18, 16:00-19:00 Uhr
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 30,80 €
Belegung: 5-6

FA4869 Väter kochen mit ihren Kindern, ab 5 Jahre, Thema: Grillparty

Waltraud Leuthold

Heute sind die Kinder die Küchenchefs und zaubern mit ihren Vätern viele leckere Köstlichkeiten für eine gelungene Grillparty. In der Kursgebühr für Vater + 1 Kind sind bereits 6 € für Lebensmittel enthalten. **Bitte beachten:** Anmeldung zu diesem Kurs ist nur per E-Mail bei Frau Gundula Bremer möglich (bremer@vhs-fn.de). Bitte Vorname und Geburtsdatum des Kindes bei der Anmeldung mit angeben! **Bitte mitbringen:** Getränk, Kugelschreiber, Klarsichthülle, Schürze, Haargummi bei langen Haaren und Behälter für Reste.

Beginn: Sa., 14.07.18, 16:00-19:00 Uhr
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)
Kosten: 30,80 €
Belegung: 5-6

Gesundheitszentrum



Gesundheit aktuell

FA5100 Das künstliche Kniegelenk – Möglichkeiten der modernen Endoprothetik

Prof. Dr. Eugen Winter, Chefarzt

Ein „neues Knie“ ist meist die letzte Möglichkeit, wenn die Arthrose im Knie soweit fortgeschritten ist, dass Schmerzen und Beeinträchtigungen immer unerträglicher werden. Über einen „Knieersatz“ – für den es recht unterschiedliche Möglichkeiten gibt – wird nachgedacht.

In diesem Vortrag von Professor Winter, Direktor des Endoprothetikzentrum der Maximalversorgung am Klinikum Friedrichshafen wird zunächst dargestellt, wann ein Knieersatz bei welchen Patienten wirklich Sinn macht. Im Mittelpunkt steht dann die OP mit den erforderlichen Voruntersuchungen, dem Operationsgeschehen, der Nachsorge, dem weiteren Klinikaufenthalt und den anschließenden Reha-Maßnahmen. Schließlich geht es auch um das „Leben mit der Knieprothese“, also um Möglichkeiten und evtl. Einschränkungen im Alltagsleben sowie um Formen der Nachbetreuung. Nach dem Vortrag können natürlich auch Fragen diskutiert werden (die allerdings nicht zu der öffentlichen Ausbreitung einer persönlichen Krankengeschichte führen sollten).

Beginn: Di., 24.04.18, 20:00-21:30 Uhr
1 Termin (2 UE), Vortrag
(ohne Voranmeldung, Abendkasse)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 6,00 €

Rundum gesund für Sie und Ihn

FA5105 Fasten für Gesunde ein praktischer Einführungskurs

Dr. med. Elvira Kern-Nagel,
Fachärztin für Allgemeinmed. und
Strahlentherapie, Naturheilverfahren,
Ernährungsbeauftragte Ärztin

Der Kurs will Selbsterfahrung im Fasten nach der Methode Dr. Buchinger vermitteln. Dieses Angebot ist für Gesunde gedacht. Voraussetzung für die Teilnahme ist die Bereitschaft, sich auf einen Prozess einzulassen. Das Wochenseminar gestaltet sich als geführtes Fasten, sowohl medizinisch als auch geistig-seelisch: Gespräche, Erfahrungsaustausch, Entspannungsübungen und Impulsreferate begleiten die Teilnehmenden während ihrer Fastentage. Der Vortrag am Montag, den 23.01.2017 gilt als Infoabend für den Einführungskurs und ist Teilnahmevoraussetzung.

Frau Dr. Elvira Kern-Nagel ist Fastenärztin und Ernährungsbeauftragte Ärztin.

**Beginn: Mo. und Do., 19.02.18,
20:00-21:30 Uhr**
5 Abende (10 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 120,00 €
Belegung: 6-20

FA5106 WECHSELJAHRE – WANDELJAHRE – WOHLFÜHLJAHRE

Renate Italia, Heilpraktikerin

Der Kurs lädt alle Frauen ein, sich auf eine Aufklärungsreise bereits vor den Wechseljahren, mitten drin, und danach zu begeben. Körperliche Zusammenhänge erkennen, mit hilfreichen Maßnahmen gezielt einwirken,

um sich in eigener Annahme zu wandeln, das Leben entsprechend zu gestalten und wohlfühlend zu genießen.

Da sich die Veränderungen oder Betroffenheiten einer Frau bereits um das 38. Lebensjahr ankündigen und Begleiterscheinungen bis in das hohe Alter auftreten können, handelt es sich doch um eine recht lange Zeitspanne. Oftmals sind vorige Defizite für Beschwerden ausschlaggebend.

Sie erfahren in diesem Kurs über physiologische Zusammenhänge, die ich für mein Wohlbefinden beeinflussen kann, z. B. über die Ernährung und aus den Schätzen der Natur. Was kann ich für mein seelisches Wohlbefinden tun? Körperlich-seelischer Einklang, Aufklärung, Wissen und entsprechender Umgang damit, ist die beste Strategie das eigene Frau-sein zu bejahen, zu genießen und gestärkt durch das Leben zu gehen.

Beginn: Do., 08.03.18, 19:30-21:30 Uhr
3 Abende (14 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 64,40 €
Belegung: 6-20

FA5109 Komplementäre Tumormedizin ergänzende Wege zur Gesundheit Patientenseminar mit Vortrag

Dr. med. Elvira Kern-Nagel,
Fachärztin für Allgemeinmed. und
Strahlentherapie, Naturheilverfahren,
Ernährungsbeauftragte Ärztin

Derzeit erkranken in Deutschland jährlich ca. 500.000 Menschen an einer bösartigen Krankheit, und 80% dieser Betroffenen wünschen neben den Standard-Therapien zusätzliche Unterstützung. Allen diesen Ansätzen gemeinsam ist das Vertrauen auf die Selbstheilungskräfte; diese gilt es mit integrativen Konzepten zu mobilisieren. Frau Dr. Kern-Nagel, Eriskirch, beschäftigt sich seit 30 Jahren als Doppelfachärztin mit Tumor-Erkrankungen und ergänzt die aktuelle wissenschaftlich-basierte Hochschul-Medizin mit wirksamkeitsgeprüften komplementären Maßnahmen. Im Vortrag werden neben den Krebs-Risikofaktoren die klassischen Naturheilverfahren, Ernährungs-Optimierungen, pflanzenbasierte Tumor-Therapien sowie aktuelle Erkenntnisse zum Thema Fasten und Krebs angesprochen. Sind Sie interessiert? Dann sind Sie herzlich eingeladen.

Beginn: Mo., 12.03.18, 20:00-21:30 Uhr
1 Termin (2 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 13,80 €
Belegung: 10-20

FA5110

Ein Nachmittag für Ihre Augen

Sabine Hauke, Augenoptikerin und ganzheitliche Visualtrainerin

Wir leben in einer Zeit mit hohen visuellen Anforderungen. Beruf und Freizeit sprechen einseitig das Sehen an. Dies bleibt nicht ohne Folgen.

Dieser Nachmittag bietet Angebote zur visuellen Entlastung. Mit vielen Tipps und gezielten, leicht anwendbaren Übungen lässt sich Ihr Sehsinn vitalisieren und die Sehkraft spürbar stärken. Zwischen Aktivität und Entspannung, zur Gesunderhaltung Ihrer Sehfunktionen.

Beginn: Fr., 27.04.18, 14:00-18:00 Uhr**1 Termin (5,33 UE)****Ort:** vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**Kosten:** 27,20 €**Belegung:** 8-14

FA5111

Lebensfreude und Kreativität Tagesseminar

Monika Löhle

Im heutigen Seminar wollen wir Lebensfreude und Kreativität stärken. Oft sind es unbewusste, innere Glaubenssätze, die uns an einer fröhlichen Grundstimmung hindern. Ihr innerer Kritiker kann Ihnen die Lebensfreude vermiesen und Stress verursachen. Wir können den inneren Wirbelsturm stoppen und ihn in eine positive Energie verwandeln. Dabei helfen uns bewährte Methoden. Wir ersetzen unsere belastenden Glaubenssätze durch Energiespender. Am besten verändern wir unsere eingefahrenen Gedanken- und Verhaltensmuster durch eigenes Erleben. Deshalb folgt auf einen kurzen Theorie-Input unmittelbar die Selbsterfahrung. Sie suchen nach persönlichen Energieräubern und Energiequellen, Sie erleben Ihre Kreativität, stimulieren Heiterkeit durch lustige Elemente aus dem Lachyoga, erleben Meditation und Achtsamkeit, Unbeschwertheit, Loslassen und Entspannung.

Alle abwechslungsreichen Aktionen sind zwanglos, freiwillig und aktivierend

Beginn: Sa., 09.06.18, 09:30-16:30 Uhr
1 Termin (8,67 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 56,40 €
Belegung: 8-12

FA5120

Life Kinetik Das außergewöhnliche Bewegungsprogramm Vortrag zum Kennenlernen

Markus Wachter

Jeder Mensch nutzt seine 100 Milliarden Gehirnzellen anders, aber keiner schöpft die riesigen Möglichkeiten auch nur annähernd aus.

Life Kinetik ist die Schnittstelle zwischen sanfter sportlicher Bewegung und lebenslangem Lernen. Bereits eine Stunde pro Woche genügt, um schon nach kurzer Zeit die ersten Veränderungen zu erkennen. Die Life Kinetik Formel lautet: Wahrnehmung, Gehirnjogging und Bewegung bedeuten mehr Leistung.

Life Kinetik ist von jedermann durchführbar. Kinder werden kreativer, Schüler konzentrierter, Sportler leistungsfähiger, Berufstätige stressresistenter und Senioren aufnahmefähiger und geschickter im Umgang mit Gefahrensituationen.

Rosi Mittermaier, Deutschland erfolgreichste Skirennläuferin aller Zeiten, sagt über Life Kinetik: „Das braucht ja wohl ein jeder!“

Beginn: Di., 20.02.18, 18:30-20:00 Uhr**1 Abend (2 UE)****Ort:** vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**Kosten:** Eintritt frei**Belegung:** 6-19**SYSTEMISCHE WEITERBILDUNGEN**

DGSF-anerkannt



ptz cormann

SYSTEMISCHE THERAPIE U. BERATUNG

zum 31. Mal in Lindau mit Sabine und Walther Cormann
Systemische Beratung: 24 Monate
Systemische Therapie: 36 Monate

Einführungsseminar

in 88131 Lindau, Steigstr. 29, am
03. - 04. Februar 2018

ptz cormann

Uli-Wieland-Str. 10

88142 Wasserburg/B.

T: 08382-3917

ptz@cormanninstitute.de

www.ptz.cormanninstitute.de

FA5121

Life Kinetik Das außergewöhnliche Bewegungsprogramm Starterkurs für die neuen Interessenten

Markus Wachter

Inhalte siehe FA5120.

Rosi Mittermaier, Deutschland erfolgreichste Skirennläuferin aller Zeiten, sagt über Life Kinetik: „Das braucht ja wohl ein jeder!“

Mitzubringen:

Bequeme Kleidung, Turnschuhe, Trinken.

Beginn: Mi., 28.02.18, 19:45-20:45 Uhr**8 Abende (10,67 UE)****Ort:** vhs FN, Entspannungsraum (UG)**Kosten:** 99,00 €**Belegung:** 6-13

FA5123

Life Kinetik Das außergewöhnliche Bewegungsprogramm Fortführung Erwachsene II

Markus Wachter

Inhalte siehe FA5120.

Rosi Mittermaier, Deutschland erfolgreichste Skirennläuferin aller Zeiten, sagt über Life Kinetik: „Das braucht ja wohl ein jeder!“

Beginn: Mi., 28.02.18, 17:30-18:30 Uhr**8 Abende (10,67 UE)****Ort:** vhs FN, Entspannungsraum (UG)**Kosten:** 99,00 €**Belegung:** 6-13**Gesamtkörpertraining für Kinder**

FA5130

Rhönradturnen Für Schüler von 10–18 Jahren

Neele Onnen, Sportlehrerin

Habt ihr Lust auf eine Sportart, die Kraft, Ausdauer und Ästhetik vereint, die viel Abwechslung bietet und jeder seine Grenzen noch mal neu kennenlernt? Dann seid ihr beim Rhönradturnen genau richtig! Fortgeschrittene Anfänger sind herzlich willkommen. Bitte bequeme Sportkleidung und Sportschuhe mitbringen.

Beginn: Fr., 23.02.18, 14:30-16:00 Uhr**15 Nachmittage (30 UE)****Ort:** Alte Festhalle**Kosten:** 54,00 €**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis****Belegung:** 8-16

Aikido

FA5161

Aikido – japanische Kampfkunst Aikido-Treff in der vhs-FN

Anita Sternegger, Lehrerin, 3. Dan Aikido

Aikido kann von Menschen jeder Größe und jeden Alters, genauso von Mann und Frau, so wie Anfängern und Fortgeschrittenen praktiziert werden. Es ist eine japanische Kampfkunst, bei der es um Angriff und Verteidigung bzw. Führung geht. Diese wird gemeinsam mit einem Partner im Stehen und Knien geübt. Sie werden mit Einführungsübungen beginnen, das richtige Fallen erlernen und einfache Techniken üben. So entwickeln Sie ein Gefühl für Ihren Körper, eine natürliche Körperhaltung entsteht und mit der Zeit lösen sich die Verspannungen des Alltags. Dabei soll es vor allem Spaß machen und Freude an der Bewegung bringen! Jogginganzug und T-Shirt genügen und Sie trainieren einfach barfuß. „Aikido ist das Prinzip, keinen Widerstand zu leisten.“ O Sensei Morihei Ueshiba

Das Training findet immer montags und freitags von 19:30–21:30 statt. Sie können jederzeit zum Schnuppern kommen. 6 Monate Schnuppern für 50,00 €

Beginn: Mo. und Fr., 19.02.18,**19:30-21:30 Uhr****36 Abende (96 UE)****Ort:** vhs FN, Entspannungsraum (UG)**Belegung:** 8-12**Entspannung****für jede Frau und jeden Mann**

FA5200

Achtsamkeit für jeden – ein Tagesseminar Achtsamkeitstraining

Petra Radlow, Gesundheitsförderung M.A., Pflegepädagogin (FH), Lehrerin MBSR/MBCT

Das Meditationsseminar und Achtsamkeitstraining Mindfulness based stress reduction MBSR, ist geeignet Entschleunigung und Stille zu erleben und einzuüben. Diese Erfahrungen der Achtsamkeit und Gelassenheit können im beruflichen und privaten Alltag ihre stress- reduzierende Wirkung entfalten. Alle Seminare können unabhängig voneinander besucht werden. Das Tagesseminar ist auch geeignet für ehemalige Kursteilnehmer, ihre Achtsamkeitspraxis wieder aufzufrischen. Die Mittagspause ist etwa von 12:00–13:00 Uhr. Mitzubringen sind bequeme Kleidung, warme Socken sowie eine Decke.

Beginn: Sa., 28.04.18, 09:30-16:00 Uhr**1 Termin (7,33 UE), Wochenendseminar****Ort:** vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**Kosten:** 65,20 €**Belegung:** 6-11

FA5200A

Achtsamkeit für jeden ein Tagesseminar Achtsamkeitstraining

Petra Radlow, Gesundheitsförderung M.A., Pflegepädagogin (FH), Lehrerin MBSR/MBCT

Inhalte siehe FA5200.

Die Mittagspause ist etwa von 12:00–13:00 Uhr. Mitzubringen sind bequeme Kleidung, warme Socken sowie eine Decke.

Beginn: Sa., 23.06.18, 09:30-16:00 Uhr**1 Termin (7,33 UE), Wochenendseminar****Ort:** vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**Kosten:** 65,20 €**Belegung:** 6-11

FA5201

Achtsamkeitstraining MBSR**Mindfulness based stress reduction**

Petra Radlow, Gesundheitsförderung M.A., Pflegepädagogin (FH), Lehrerin MBSR/MBCT

Inhalte siehe Kurs FA5200.

Mitzubringen sind bequeme Kleidung, warme Socken sowie eine Decke.

Das Meditationsseminar und Achtsamkeitstraining Mindfulness based stress reduction MBSR, ist geeignet Entschleunigung und Stille zu erleben und einzuüben. Diese Erfahrungen der Achtsamkeit und Gelassenheit können im beruflichen und privaten Alltag ihre stress- reduzierende Wirkung entfalten.

Beginn: Do., 01.03.18, 18:30-21:00 Uhr**8 Abende (26,64 UE)****Ort:** vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**Kosten:** 237,30 €**Belegung:** 6-8

FA5201A

Achtsamkeitstraining für Schwangere MBSR**Mindfulness based stress reduction**

Petra Radlow, Gesundheitsförderung M.A., Pflegepädagogin (FH), Lehrerin MBSR/MBCT

Angeregt durch die Spiegel-Titelgeschichte, „Chill mal, Mama“ (2017/44), werden Achtsamkeitsübungen, angelehnt an das „Mindfulness based stress reduction“-Programm, angeboten. Das Ziel ist, schon während der Schwangerschaft viele achtsame Momente zu erleben und dadurch zu lernen, Stress zu reduzieren. Während der Schwangerschaft profitiert das Ungeborene von den ruhigen, entspannten Momenten der Mutter. Diese Kinder sind später selbst weniger stress- und krankheitsanfällig. Und die werdende Mutter lernt Methoden, die auch nach der Geburt helfen, mit belastenden Momenten gelassener umzugehen.

Mitzubringen sind bequeme Kleidung, warme Socken sowie eine Decke.

Das Meditationsseminar und Achtsamkeitstraining Mindfulness based stress reduction MBSR, ist geeignet Entschleunigung und Stille zu erleben und einzuüben. Diese Erfahrungen der Achtsamkeit und Gelassenheit können im beruflichen und privaten Alltag ihre stress- reduzierende Wirkung entfalten.

Beginn: Do., 07.06.18, 18:30-20:00 Uhr**4 Abende (8 UE)****Ort:** vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**Kosten:** 71,20 €**Belegung:** 6-8

FA5204 Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Dr. med. Gerald Asshoff,
Facharzt für Anästhesiologie,
spezielle Schmerztherapie,
Zentrum Schmerzmedizin Bodensee

Sie werden die Progressive Muskelentspannung schrittweise und in verschiedenen Varianten kennenlernen. Ein besonderer Schwerpunkt des Kurses liegt in der Alltagsanwendung und in der Nutzung zur Prophylaxe bzw. Therapie der Migräne und anderen Kopfschmerzformen. Dazu ist es notwendig, dass Sie während des Kurses (und hoffentlich auch danach) möglichst regelmäßig täglich zu Hause, am Arbeitsplatz oder in anderen Alltagssituationen üben. Die Regelmäßigkeit wird durch das Führen eines Übungsprotokolls in den ersten Wochen erleichtert. Für die Entwicklung Ihrer persönlichen Entspannungsfähigkeit wünschen wir Ihnen viel Erfolg.

Der Kurs findet in Zusammenarbeit mit dem Zentrum Schmerzmedizin Bodensee statt und ist für Menschen mit Migräne, anderen Kopfschmerzformen und Schmerzen bei Verspannungen.

Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.

Beginn: Di., 27.02.18, 18:30-19:30 Uhr

10 Abende (13,33 UE)

Ort: Zentrum Schmerzmedizin Bodensee, Konferenzraum, Gutastr. 3-5

Kosten: 100,00 €

Belegung: 8-12

FA5205 „Fünf-Tibeter“

Reinhilde Maier,
lizenzierte 5 Tibeter Trainerin

Die fünf Tibeter sind einfache Körperübungen, die weit mehr als ein Fitness- oder Gymnastikprogramm sind. Durch die Bewegung, Atmung und geistige Achtsamkeit aktivieren und harmonisieren Sie den Fluss Ihrer Lebensenergie. Diese wiederum ist die Grundlage von Gesundheit, Vitalität, Kreativität und geistig-seelischem Wohlbefinden bis ins hohe Alter.

Bitte eine Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

Beginn: Sa., 10.03.18, 09:00-16:30 Uhr

1 Termin (8,67 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 51,20 €

Belegung: 6-10



FA5207 Urlaub im Alltag Energietankstelle Atmung

Sigrid Haas,
Stimmtherapeutin und Stimmtrainerin

Atmen: Wir alle tun es, tagein, tagaus.

Doch wie viele Menschen nutzen die Kraft der Atmung ganz bewusst? Dieser Kurs lädt Sie ein, die Zusammenhänge zwischen Atmung, Körperhaltung und Stimme auf praktische Weise zu erfahren. Dadurch wird es Ihnen leichter gelingen, Fehlspannungen auszugleichen, aufrechter durchs Leben zu gehen, einen klaren Kopf zu bekommen, resonanzreicher zu sprechen und neue Energie zu tanken. Bitte Decke oder Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen. Die Kurse FA5207 und FA5208 bauen inhaltlich aufeinander auf, können jedoch gerne separat besucht werden.

Beginn: Sa., 03.03.18, 09:30-13:00 Uhr

1 Termin (4,67 UE)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 27,60 €

Belegung: 6-12

FA5208 Urlaub im Alltag Energietankstelle Atmung

Sigrid Haas,
Stimmtherapeutin und Stimmtrainerin

Inhalte siehe FA5207

Bitte Decke oder Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen.

Die Kurse FA5207 und FA5208 bauen inhaltlich aufeinander auf, können jedoch gerne separat besucht werden.

Beginn: Sa., 05.05.18, 09:30-13:00 Uhr

1 Termin (4,67 UE)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 27,60 €

Belegung: 6-12

FA5210 Autogenes Training ein Weg zur inneren Harmonie

Gerhard Kerber, Heilpädagoge,
Heilpraktiker, Motopäde

Belastungen und damit verbundene Anspannung können problematisch werden, wenn es nicht mehr gelingt, zur Ruhe, Entspannung und damit zur Erholung zu kommen. Das Erlernen des Autogenen Training (AT) kann zur aktiven Stressbewältigung und Entspannung im Alltag dem entgegenwirken.

Sie lernen als Teilnehmerin und Teilnehmer im Kurs die Grundlagen, die Technik und die Anwendungsmöglichkeiten des AT. Die 6 Grundübungen werden Ihnen vermittelt und unter intensiver Anleitung praktisch erfahrbar gemacht. Das Ziel besteht darin, das gelernte Verfahren eigenständig und gezielt im Alltag einsetzen zu können. Die Bereitschaft zum systematischen Üben wird dabei vorausgesetzt. Seien Sie gespannt, welche Möglichkeiten der Persönlichkeitsentwicklung in dieser Methode stecken. Zur Auflockerung und Erweiterung werden unterschiedliche Ansätze sowie auch esoterische Themen betrachtet.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:00-19:15 Uhr

10 Abende (16,67 UE)

Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)

Kosten: 98,40 €

Belegung: 6-10

Meditation

FA5211 Meditationspraxis aus dem Kundalini-Yoga

Katja Siri Gopal Kaufmann, Atemlehrerin,
Dipl. Instructor nach Yogi Bhajan und
ausgebildete Meditationslehrerin

Anleitung zu Meditationspraxis mit unterschiedlichen methodischen Ansätzen aus dem Kundalini-Yoga nach Yogi Bhajan. Meditation dient der persönlichen Gegenüberstellung und Ausrichtung Deines Geistes.

Meditation ist für jedermann, sie ist wie das tägliche Duschen, um den Körper zu reinigen. Sie reinigt deinen Geist. Sie hilft Dir Fehler zu vermeiden, Dich auf Deine Energie zu besinnen und in Deinem Herzen stark und andächtig zu werden. Sie fördert die Konzentrationsfähigkeit, erhöht die Selbstwahrnehmung und trägt durch die gewonnene Achtsamkeit zur allgemeinen Stressreduktion bei. Der Kurs findet 14-tägig statt.

Das Kursangebot ist gleichermaßen für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Beginn: Fr., 23.02.18, 18:00-19:30 Uhr

Fr., 09.03.18, 18:00-19:30 Uhr

Fr., 23.03.18, 18:00-19:30 Uhr

Fr., 13.04.18, 18:00-19:30 Uhr

Fr., 20.04.18, 18:00-19:30 Uhr

5 Abende (10 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)

Kosten: 59,00 €

Belegung: 6-12

FA5215 Meditation in Bewegung Einführung in die Movements – Tänze nach G.I. Gurdjieff Schnuppertermin

Latif Robert Nakashima,
Kiran Rosemarie Strauss

Die Bewegungsform nach Gurdjieff kombiniert Bewegung, Musik und Meditation, und ist ein effektives, interessantes und sehr schönes Werkzeug für die Entwicklung der Persönlichkeit und des Bewusstseins. Die Tänze stammen aus den Traditionen verschiedener Kulturen und wurden vom armenischen Mystiker G. I. Gurdjieff entwickelt, dessen Ziel es war, den Menschen zu einem harmonischen Leben mit sich selbst und anderen zu verhelfen. Während unserer gemeinsamen Stunde werden wir erste Tänze lernen und ihre tiefere Bedeutung erkunden. Die Movements sind für jedes Alter geeignet. Es ist keine Tanzerfahrung oder andere spezielle Fähigkeit erforderlich. Man braucht nur die Sehnsucht, nach innen zu gehen.

Bitte mitbringen: Gymnastikschuhe oder Wollsocken, Sitzkissen und etwas zum Trinken.

Beginn: Fr., 02.03.18, 17:00-18:00 Uhr

1 Termin, Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: Eintritt frei

Belegung: 6-12

FA5216

Meditation in Bewegung Einführung in die Movements – Tänze nach G. I. Gurdjieff

Latif Robert Nakashima,
Kiran Rosemarie Strauss

Inhalte siehe FA5215. Während unseres gemeinsamen Tages werden wir ein paar Tänze lernen und ihre tiefere Bedeutung erkunden. **Bitte mitbringen:** Gymnastikschuhe oder Wollsocken und Sitzkissen, sowie für die kurzen Pausen etwas zum Trinken und eventuell zum Essen.

Beginn: Sa., 10.03.18, 13:00-19:00 Uhr

1 Termin (6,67 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 39,40 €

Belegung: 6-12

T'ai Chi Ch'uan

FA5225 T'ai Chi Ch'uan Anfänger

Elisabeth Eckardt,
Lehrerin für T'ai Chi Ch'uan,
Michael Hackshaw Stoute,
Lehrer für T'ai Chi Chuan

T'ai Chi Chuan ist eine uralte chinesische Übungsform für Körper und Geist. Sie besteht aus einer Reihe von langsamen Bewegungen, die „wie wenn man einen Seidenfaden aus einem Kokon zieht“ fließend aneinander gereiht werden. Dabei kultiviert die Ruhe den Geist und die Geschmeidigkeit den Körper. Wir werden die Kurzform des Yang Stils nach Professor Chen Man Ch'ing üben, wie sie von Ben Lo gelehrt wird. Diese sanften Bewegungen werden im Unterricht angeleitet und dann täglich zu Hause geübt. Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Wir werden das erste Drittel der Form erlernen. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken oder T'ai Chi Schuhe mitbringen.

Beginn: Mi., 21.02.18, 20:00-21:00 Uhr

15 Abende (20 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 118,00 €

Belegung: 6-14

FA5225A T'ai Chi Ch'uan Anfänger

Elisabeth Eckardt,
Lehrerin für T'ai Chi Ch'uan,
Michael Hackshaw Stoute,
Lehrer für T'ai Chi Chuan

Inhalte siehe FA5225.

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken oder T'ai Chi Schuhe mitbringen.

Beginn: Mo., 19.02.18, 18:30-19:30 Uhr

15 Abende (20 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 118,00 €

Belegung: 6-14

FA5226 T'ai Chi Ch'uan Fortgeschrittene

Elisabeth Eckardt,
Lehrerin für T'ai Chi Ch'uan,
Michael Hackshaw Stoute,
Lehrer für T'ai Chi Chuan

Inhalte siehe Kurs FA5225.

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken oder T'ai Chi Schuhe mitbringen.

Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme am Anfängerkurs.

Beginn: Mi., 21.02.18, 18:30-20:00 Uhr

15 Abende (30 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 177,00 €

Belegung: 10-14

FA5227

T'ai Chi Ch'uan Einführung für Seniorinnen und Senioren

Elisabeth Eckardt,
Lehrerin für T'ai Chi Ch'uan

T'ai Chi Ch'uan ist eine sehr alte chinesische Übungsform, die sowohl den Geist als auch den Körper kultiviert. Es pflegt die Gesundheit und wirkt ausgleichend auf alle Lebenssituationen. In China wird es täglich von vielen, insbesondere auch von älteren Menschen praktiziert.

Dieser Kurs ist an Seniorinnen und Senioren gerichtet, die auch im Alter aktiv bleiben möchten. Es werden sanfte, wohltuende und entspannende Grundübungen des T'ai Chi Ch'uan erlernt, die anschließend zu Hause selbst weiter geübt werden können. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

Beginn: Do., 22.02.18, 10:30-11:30 Uhr

15 Vormittage (20 UE)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 100,20 €

ermäßigte Senioreng Gebühr

Belegung: 6-11

FA5228

T'ai Chi Ch'uan Aufbaukurs für Seniorinnen und Senioren

Elisabeth Eckardt,
Lehrerin für T'ai Chi Ch'uan

Inhalte siehe FA5227

Voraussetzung zur Teilnahme ist die vorherige Teilnahme am Einführungskurs oder nach Absprache mit der Kursleiterin.

Beginn: Do., 22.02.18, 09:15-10:15 Uhr

15 Vormittage (20 UE)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 100,20 €

ermäßigte Senioreng Gebühr

Belegung: 6-11

Unsere Yogakurse auf einen Blick

Hatha Yoga

Dies ist die jüngste und in Ost und West am weitesten verbreitete Form des Yoga. Wörtlich mit „kraftvoller Yoga“ übersetzt, integriert der Hatha Yoga den Körper in die Übungspraxis. Der Hatha Yoga umfasst v. a. Asanas (Körperübungen), Pranayamas (Atemübungen), Kriyas (Reinigungsübungen) und Meditation. Bei diesem Yoga Weg ist der Schwerpunkt auf Körperübungen. Diese können allerdings ganz unterschiedlich durchgeführt werden.

Kundalini Yoga

Der Begriff Kundalini Yoga wurde v. a. von dem Inder Yogi in den 1960er Jahre in den USA bekannt gemacht. Yogi Bajan war ein Sikh und verband den von ihm gelernten Yoga mit seiner Religion. Der Kundalini Yoga übt eine Körperpraxis mit gehaltenen, aber auch dynamischen Bewegungsabläufen, kombiniert mit Atemübungen. Wichtig ist auch die Rezitation von Mantras. Die Bewegungsabläufe können recht anspruchsvoll werden. Außerdem lernen Sie bei diesem Yoga Weg verschiedene Meditationsformen kennen.

Luna Yoga

Luna Yoga ist eine von der aus Israel stammenden Tänzerin Aviva Steiner in den 1970er Jahren entwickelte und von Adelheid Ohlig erweiterte Übungspraxis, die insbesondere auf die Harmonisierung des weiblichen Menstruationszyklus ausgerichtet ist. Die Übungen des Luna Yoga bestehen aus Körperhaltungen, Atem- und Entspannungsübungen, kraftvollem Tanz, aber auch Trance- und Traumreisen. DAS Luna Yoga richtet sich speziell an Frauen.

Fortsetzungskurse

Kurse bis zu 8 Terminen haben zeitnahe Fortsetzungskurse. Aus organisatorischen Gründen können wir diese im Programmheft und im Internet noch nicht ausschreiben. Ca. 2 Wochen vor Beginn der nächsten Kursreihe werden die freien Plätze im Internet veröffentlicht. Bitte haben Sie Verständnis, dass bereits teilnehmende Personen die Chance bekommen, die Fortsetzungskurse weiterhin zu besuchen.

Beratung

Sie können sich gerne von der Leiterin des Gesundheitszentrums, Dorothea Siegle, jeweils dienstags und donnerstags von 14:00–16:00 Uhr persönlich beraten lassen. Bitte vereinbaren Sie davor einen Termin unter T: 07541/203 3406.

Hatha Yoga

Die folgenden Kurse haben alle zeitnahe Fortsetzungskurse. Aus organisatorischen Gründen können wir diese im Programmheft und im Internet noch nicht ausschreiben.

Ca. 2 Wochen vor Beginn der nächste Kursreihe, werden wir die freien Plätze im Internet bekannt geben. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir bereits teilnehmenden Personen die Chance einräumen die Kurse weiterhin zu besuchen.

FA5251

Yoga für alle Interessierten

Angelika Fries,
Kursleiterin für klassische Yogakurse
„Yoga“ bezeichnet einen Zustand der Einheit, in dem wir alle uns befinden, auch wenn wir uns dessen nicht bewusst sind. Yoga ist auch ein Weg, dessen Ziel es ist, diesen verlorenen Einheitszustand wieder zu finden und zu erfahren.

Mit wohltuenden Körperstellungen und Atemübungen, mit Anspannung und Entspannung, mit geistigen und körperlichen Übungen gehen wir die ersten Schritte auf dem Yoga Weg und genießen seine heilsamen Wirkungen. Bitte bequeme Kleidung, Wollsocken und ein großes Handtuch mitbringen.

**Beginn: Mi., 21.02.18, 14:00-15:30 Uhr
9 Termine (18 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 106,20 €
Belegung: 6-14**

FA5252

Yoga für Anfänger

Angelika Fries,
Kursleiterin für klassische Yogakurse
Die Körperstellungen des Yoga halten den gesamten Körper rundum gesund, beweglich und steigern die Abwehrkräfte. Zudem erhöhen sich Konzentrations- und Merkfähigkeit, der Geist wird ruhiger und ausgeglichener, Selbstbewusstsein und Zufriedenheit werden entwickelt.

Bitte bequeme Kleidung, Wollsocken und ein großes Handtuch mitbringen.
**Beginn: Fr., 23.02.18, 10:30-12:00 Uhr
9 Vormittage (18 UE)
Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)
Kosten: 106,20 €
Belegung: 6-12**

FA5253

Yoga für alle Interessierten

Angelika Fries,
Kursleiterin für klassische Yogakurse
Durch Yogaübungen erhält der Körper eine schöne Figur, Geschmeidigkeit und gute Gesundheit. Genauso werden jedoch durch Entspannungs- und Konzentrationsübungen innere Ruhe, Gelassenheit und Zufriedenheit gefördert und das Selbstbewusstsein wird entwickelt.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und ein Handtuch mitbringen.

**Beginn: Fr., 23.02.18, 14:00-15:30 Uhr
9 Nachmittage (18 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 106,20 €
Belegung: 6-14**

FA5254

Sommer vhs Yoga für alle Interessierten

Angelika Fries,
Kursleiterin für klassische Yogakurse
Suchen Sie nach Klassischem Yoga für körperliche, geistige und spirituelle Entwicklung. Die Körperübungen in diesem Kurs bilden die dritte Stufe des 8-stufigen Yogaweges. Sie stehen im Vordergrund des Kurses, es fließen jedoch auch andere Stufen mit ein wie: Atemtechniken, Konzentration, Meditation.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und ein Handtuch mitbringen.

**Beginn: Mo., 30.07.18, 14:30-16:00 Uhr
5 Nachmittage (10 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 59,00 €
Belegung: 6-14**

FA5255

Sommer vhs Yoga für alle Interessierten

Angelika Fries,
Kursleiterin für klassische Yogakurse
Inhalte siehe FA5254.
Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und ein Handtuch mitbringen.

**Beginn: Do., 02.08.18, 10:00-11:30 Uhr
5 Termine (10 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 59,00 €
Belegung: 6-14**



FA5260

Hatha-Yoga für Anfänger

Carola Fischerkeller, Yoga-Lehrerin
In diesem Kurs lernen Sie die Grundprinzipien des Hatha Yoga kennen: Körperhaltungen (Asanas), Bewegungsabläufe (Vinyasas oder Flows), Atemübungen (Pranayama) sowie Achtsamkeits- und Meditationsübungen. Die Übungen des Hatha-Yoga fördern Kraft, Beweglichkeit, Konzentration und Entspannung. Ein Weg, um Körper, Atem und Geist bewusst und ganzheitlich zu erleben – frei von Leistungsdenken.
Bitte ggf. eine Decke für die Endentspannung mitbringen.

**Beginn: Mi., 21.02.18, 16:30-17:45 Uhr
10 Nachmittage (16,67 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)
Kosten: 91,70 €
Belegung: 8-12**

Neuer Veranstaltungsort

vhs FN K55
Max-Grünbeck-Haus,
Katharinenstr. 55



> Lageplan Nr. 2
Neuer Veranstaltungsort der
vhs Friedrichshafen im Max-Grünbeck-
Haus, Katharinenstr. 55, bei Stadtarchiv
und Bodenseebibliothek.

FA5262

Yoga – Bewegungen – Atmen – Entspannen für Geübte

Carola Fischerkeller, Yoga-Lehrerin
Dieser Hatha-Yoga Kurs ist für Menschen geeignet, die schon einen Grundkurs absolviert haben, mit den wichtigsten Haltungen des Hatha-Yoga vertraut sind und auch einige Atemtechniken kennen. Der Inhalt des Kurses ähnelt Kurs Nr. EA5260, wobei die Atemübungen und Bewegungs-Sequenzen etwas komplexer sind und Asanas länger gehalten werden. In diesem Kurs wollen wir uns ohne Leistungsdenken auf die Reise machen zum ganz individuellen Ausdruck der Bewegungen und Haltungen, zu mehr Achtsamkeit und Entspannung.
Bitte Bodenmatten mitbringen.

**Beginn: Mi., 21.02.18, 18:00-19:15 Uhr
12 Abende (20 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)
Kosten: 110,00 €
Belegung: 10-12**

FA5263

Yoga für Alle im Alltag Zur Einkehr in ein wohlverdientes Wochenende

Sigrid Danckert, DTB-Aqua-Train., staatl.
gepr. B-Lizenz Aerobic-Train., Yogalehrerin,
Faszien- und XCO-Mastertrain.

Wollen Sie Ihre Vitalkraft auffüllen, Ihr Immunsystem stärken und Ihre Gedanken zur Ruhe kommen lassen? Auf körperliche Einschränkungen wird in diesem Kurs eingegangen und jeder wird im Laufe des Kurses in der Lage sein, Potential im Inneren für sich zu erkennen, um es dann nach außen ausstrahlen zu lassen. Schwerpunkt des Kurses ist das Hatha-Yoga unter Einfluss verschiedener Yogastile, mit Atem- und Entspannungsübungen, zielgruppengerecht und einfach wohltuend schön.

**Beginn: Fr., 23.02.18, 17:15-18:15 Uhr
16 Nachmittage (21 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 123,90 €
Belegung: 6-10**

FA5271

Hatha Yoga

Heike Lelle, Yogalehrerin
Power Yoga ist eine dynamische Hatha Yoga Form. Durch dieses etwas intensivere Körpertraining fördern wir Bewusstsein, aber auch unsere Konzentration, Kraft und Flexibilität. Im Vordergrund steht die Synchronisation von fließenden Bewegungen und tiefen Atemübungen. Sie finden die Balance, die sich zwischen Ruhe und Dynamik, Energie und Entspannung bewegt.
In diesem Kurs üben alle Levels zusammen. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Sie erhalten immer Hilfestellung von der Yoga-Lehrerin. Bitte bringen Sie Matten mit.

**Beginn: Do., 01.03.18, 18:05-19:05 Uhr
12 Abende (16 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)
Kosten: 94,40 €
Belegung: 6-12**

FA5272

Hatha Yoga

Heike Lelle, Yogalehrerin
Inhalte siehe FA5271
In diesem Kurs üben alle Levels zusammen. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Sie erhalten immer Hilfestellung von der Yoga-Lehrerin. Bitte bringen Sie Matten mit.

**Beginn: Do., 01.03.18, 19:10-20:10 Uhr
12 Abende (16 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)
Kosten: 94,40 €
Belegung: 6-12**

FA5273

Hatha Yoga

Heike Lelle, Yogalehrerin
Inhalte siehe FA5271
In diesem Kurs üben alle Levels zusammen. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Sie erhalten immer Hilfestellung von der Yoga-Lehrerin. Bitte bringen Sie Matten mit.

**Beginn: Do., 01.03.18, 20:15-21:15 Uhr
12 Abende (16 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)
Kosten: 94,40 €
Belegung: 6-12**

FA5275

Yoga für Anfänger

Erzsetbe Schultheiß, Yogalehrerin
Die Körperstellungen des Yoga halten den gesamten Körper rundum gesund, beweglich und steigern die Abwehrkräfte. Zudem erhöhen sich Konzentrations- und Merkfähigkeit, der Geist wird ruhiger und ausgeglichener, Selbstbewusstsein und Zufriedenheit werden entwickelt. Bitte bequeme Kleidung, Wollsocken und ein großes Handtuch mitbringen.

**Beginn: Mo., 19.02.18, 16:30-18:00 Uhr
9 Nachmittage (18 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 106,20 €
Belegung: 6-10**

Yoga für Körper, Geist und Seele

FA5286 Yoga für mehr Energie Marcus Glatt,

Lehrer für Kundalini Yoga, Yoga Coach
Der Nutzen von morgendlichem Yoga liegt in der Harmonisierung von Körper und Geist, Kräftigung und Aktivierung des gesamten Körpers und Stoffwechsels. Gleichzeitig erlangt man dadurch eine Verbesserung von Ausdauer, Kraft und Durchhaltevermögen, Förderung der Beweglichkeit in allen Gelenken, Stärkung des Selbstbewusstseins und Erhöhung der Lebenskraft und vor allem der eigenen Energie.

Der Unterricht beinhaltet eine Yoga Übungsreihe aus dem Kundalini Yoga mit Tiefenentspannung und Meditation. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Bitte kommen Sie in leichter und bequemer Kleidung und bringen Sie etwas zu trinken mit. Für die Tiefenentspannung benötigen Sie eine Decke.

**Beginn: Fr., 23.02.18, 07:15-08:15 Uhr
10 Vormittage (13,33 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 78,70 €
Belegung: 6-16**

FA5287 VHS Mittagsyoga Business Yoga zur Rücken-Achtsamkeit Marcus Glatt,

Lehrer für Kundalini Yoga, Yoga Coach
In dieser aktiven Mittagspause arbeiten Sie mit Übungen aus Yoga und Rückenschule an der Verbesserung Ihrer physischen (Rücken) Kondition. Gleichzeitig tritt durch Entspannungsphasen, Achtsamkeitsübungen und Meditation eine deutliche Stressentlastung und Muskelentspannung ein. Es erwarten Sie Übungen für alle Bereiche des Rückens, Geführte Entspannungsphasen, Achtsamkeitsübungen und Meditationen zur mentalen und emotionalen Entlastung. Sie üben im Sitzen und im Stehen in Business Kleidung. Sie bringen nur ein Flasche Wasser zu trinken mit.

**Beginn: Mo., 05.03.18, 12:15-13:00 Uhr
7 Termine (7 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 41,30 €
Belegung: 6-16**



FA5288 Superbrain Yoga® Mehr Konzentrationsfähigkeit weniger Stress Angelika Buch, Heilpraktikerin

Superbrain Yoga® ist kein Yoga Kurs im herkömmlichen Sinne. Superbrain Yoga® beinhaltet nur eine kurze Übung, die regelmäßig ausgeführt, zu mehr Konzentrationsfähigkeit, innerer Ausgeglichenheit und höherer Leistungsbereitschaft führt. Dadurch verringert sich Ihr Stress. Nach wenigen Wochen kann oft schon eine Veränderung festgestellt werden. Vorausgesetzt, Sie führen diese Übung regelmäßig und richtig aus. Die richtige Technik und der Ablauf der Übung werden im Workshop vorgestellt und geübt. Des Weiteren lernen Sie, wie Sie Ihren Energielevel fühlen und mit einfachen Mitteln erhöhen können. Überall, in jeder Situation und zu jeder Zeit. Der Workshop ist für Erwachsene, Jugendliche und Kinder in Begleitung eines Erwachsenen geeignet.

**Beginn: Fr., 13.04.18, 18:00-20:00 Uhr
1 Abend (2,67 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 15,80 €
Belegung: 6-8**

FA5289 Superbrain Yoga® Mehr Konzentrationsfähigkeit weniger Stress Angelika Buch, Heilpraktikerin

Inhalte siehe FA5288.
Der Workshop ist für Erwachsene, Jugendliche und Kinder in Begleitung eines Erwachsenen geeignet.

**Beginn: Fr., 15.06.18, 18:00-20:00 Uhr
1 Abend (2,67 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)
Kosten: 15,80 €
Belegung: 6-8**

Yoga für Frauen

FA5291 Luna Yoga Margarete Bröcker, Luna Yoga-Lehrerin, Dipl. Sozialarbeiterin

Luna Yoga vereint Körper- und Atemübungen sowie Tanzelemente und Tiefenentspannung. Die Übungen werden unter Beachtung des eigenen Atems und des persönlichen Könnens gestaltet.

Luna Yoga – ein Yoga-Weg, der hinführt zum eigenen Körper mit all seinen Möglichkeiten, zum eigenen Atem mit all seinen Räumen im Körper. Mit Lust und allen Sinnen, Luna Yoga Positionen erkunden, in den Körper hineinspüren und tief entspannen, ganz in der Einheit von Körper, Geist und Seele.

Angesprochen sind Frauen jeden Alters, mit oder ohne Vorerfahrungen. Eine eigene Matte, leichte Decke, bei Bedarf warme Socken mitbringen.

Vor dem Kurs wenig und nur Leichtes essen.

**Beginn: Mo., 19.02.18, 09:30-11:00 Uhr
16 Termine (32 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 188,80 €
Belegung: 6-12**

FA5292 Luna Yoga

Margarete Bröcker, Luna Yoga-Lehrerin,
Dipl. Sozialarbeiterin
Inhalte siehe FA5291.
Angesprochen sind Frauen jeden Alters, mit oder ohne Vorkenntnisse. Eine eigene Matte, leichte Decke, bei Bedarf warme Socken mitbringen.

Vor dem Kurs wenig und nur Leichtes essen.
**Beginn: Di., 20.02.18, 20:00-21:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)
Kosten: 177,00 €
Belegung: 6-12**

FA5293 Luna Yoga

Margarete Bröcker, Luna Yoga-Lehrerin,
Dipl. Sozialarbeiterin
Inhalte siehe FA5291.
Eine eigene Matte, leichte Decke, bei Bedarf warme Socken mitbringen.

Vor dem Kurs wenig und nur Leichtes Essen.
**Beginn: Di., 20.02.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)
Kosten: 177,00 €
Belegung: 6-12**

Bewegung

Pilates

Bringen Sie zu den Pilateskursen auf jeden Fall ein großes Handtuch mit und nach Rücksprache mit der Kursleiterin eventuell noch Zusätzliche, Danke.

FA5300 Faszien und Pilates

Cornelia Fink, Pilatetrainerin
Faszien Training spielt eine große Rolle für Wohlbefinden, Beweglichkeit, Leistungsfähigkeit und Gesundheit. Abgerundet wird die Stunde mit einem sanften Pilates Ganzkörpertraining.

Bitte bringen Sie Bodenmatten und große Handtücher mit.
**Beginn: Do., 22.02.18, 17:30-18:30 Uhr
15 Abende (20 UE)
Ort: Grundschule Schnetzenhausen
Kosten: 64,00 €
Belegung: 8-12**

FA5301 Pilates

Cornelia Fink, Pilatetrainerin
Sie wollen in Ruhe, ohne „Hektik“ Ihre Muskeln rund um die Wirbelsäule (vor allem Bauch, Beine und Po) kräftigen und Ihre Körperwahrnehmung schulen? Dann ist Pilates richtig für Sie. Bei Pilates werden die Übungen mit Konzentration und bewusster Atmung durchgeführt. Sie werden sehen, Sie fühlen sich nicht nur am Körper, sondern auch an Geist gefordert.
Bitte bringen Sie Bodenmatten und große Handtücher mit.

**Beginn: Do., 22.02.18, 18:30-19:30 Uhr
15 Abende (20 UE)
Ort: Grundschule Schnetzenhausen
Kosten: 64,00 €
Belegung: 8-12**

FA5304 Pilates

Stefanie Martin, Physiotherapeutin,
Pilatetrainerin
Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Atemtechnik aus dem Ganzkörper-Training nach Joseph Pilates lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, der Kraft, Dehn-, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit, zur Stärkung der Körpermitte („Kraftzylinder“) und des Rückens kennen. Sie erlernen gelenk- und rückerchonende Körperhaltungen und üben rückengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohl tut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den Alltag erweitert.

Bitte bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder Socken mit Noppen, warme Socken, Decke oder Gymnastikmatte, Handtuch und flaches Kissen mitbringen.

**Beginn: Mo., 19.02.18, 08:15-09:15 Uhr
10 Vormittage (13,33 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 52,00 €
Belegung: 8-10**

FA5306 Pilates

Ekaterina Finke,
Dipl. Sport- und Fitnessbetriebswirtin
Inhalte siehe FA5304.
Bitte bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder Socken mit Noppen, warme Socken, Decke oder Gymnastikmatte, Handtuch und flaches Kissen mitbringen.

**Beginn: Di., 20.02.18, 19:45-20:45 Uhr
15 Abende (20 UE)
Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)
Kosten: 78,00 €
Belegung: 8-12**

Zumba

FA5311 Zumba Kids 7–11 Jahre

Mariluci Neri David Pühr,
Zumba Fitness Trainerin, Sportlehrerin
Dein Kind liebt Musik und fängt schon bei den ersten Takten an sich zu bewegen? Dann ist Zumba Kids Junior® genau das Richtige. In den von Fitness First speziell für Kinder zwischen drei und sieben Jahren entwickelten Tanzkursen lernen die Kids erste einfache Tanzschritte und entdecken den Spaß an der Bewegung zu kinderfreundlicher Musik. Hier können sie einfach sie selbst sein, andere Kinder kennenlernen, mit ihnen spielen und sich zu altersgemäßer Musik bewegen. Geben Sie bei der Anmeldung das Alter der Kinder an. Am 5. und am 10. Kurstag, nach Rücksprache mit den Eltern, zeigen die Kinder, was sie gelernt haben.

Bitte mitbringen:
Bequeme Kleidung, Kleidung zum Wechseln, Getränke und Handtuch.

**Beginn: Mo., 19.02.18, 16:30-17:15 Uhr
10 Nachmittage (10 UE)
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)
Kosten: 32,00 €
ermäßigter Kinder-/Schülerpreis
Belegung: 8-12**

FA5315 Zumba Party

Tanja Anger, Aerobic Trainerin mit
B-Lizenz, Aqua-Trainerin, Zumba-Trainerin,
STB- GroupFitness Trainer
Ob du ein begeisterter Zumba-Fan bist oder es an diesem Tag zum ersten Mal ausprobieren möchtest, verpass dieses tolle Event nicht und lass dich von lateinamerikanischer Musik mitreißen!

An diesem Vormittag macht Zumba Fitness Instructor Tanja Anger mit euch drei Zumba Masterclasses:
09:30–10:30 Uhr 1. Zumba Stunde
10:45–11:45 Uhr 2. Zumba Stunde
12:00–13:00 Uhr 3. Zumba Stunde
Drei Stunden geballter Zumba Party Spaß, das darfst du dir nicht entgehen lassen! Ein Sekt-Empfang und kleine gesunde Snacks runden das ganze Event ab. Zögere nicht, sei dabei! Ich freu mich auf dich! Bitte ausreichend zu Trinken mitbringen.

**Beginn: Sa., 17.03.18, 09:30-13:00 Uhr
1 Termin (4,67 UE), Wochenendseminar
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 35,00 €
Belegung: 10-30**

FA5316

Zumba Party

Tanja Anger, Aerobic Trainerin mit
B-Lizenz, Aqua-Trainerin, Zumba-Trainerin,
STB- GroupFitness Trainer

Inhalte siehe FA5315.

09:30–10:30 Uhr 1. Zumba Stunde
10:45–11:45 Uhr 2. Zumba Stunde
12:00–13:00 Uhr 3. Zumba Stunde
Drei Stunden geballter Zumba Party Spaß,
das darfst du dir nicht entgehen lassen!

Ein Sekt-Empfang und kleine gesunde
Snacks runden das ganze Event ab. Zögere
nicht, sei dabei! Ich freu mich auf dich!
Bitte ausreichend zu Trinken mitbringen.

Beginn: Sa., 09.06.18, 09:30-13:00 Uhr

1 Termin (4,67 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 35,00 €

Belegung: 10-30

Fitness und Kondition

FA5317

Tabata-Training

Ekaterina Finke,
Dipl. Sport- und Fitnessbetriebswirtin

Beim Tabata-Training reichen 4 Minuten Work-
out, um Ihre Ausdauer und Fitness maximal
zu fordern. Wir verraten, warum das hochin-
tensive Intervalltraining Sie fitter und schnel-
ler macht als jedes andere.

Trainingsprogramm. Tabata ist eine Form des
hochintensiven Intervalltrainings (HIIT), bei
der sich kurze Phasen der extremen körperli-
chen Ausdauer-Belastung mit noch kürzeren
Erholungs-Phasen abwechseln. Es verbrennt
Fett, geht schnell und ist sehr effektiv. Die
kurzen intensiven Einheiten trainieren Ihr ge-
samtes Herz-Kreislauf-System. Sie verbessern
Ihre aerobe und anaerobe Leistungsfähigkeit.
Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.

Beginn: Do., 22.02.18, 19:45-20:45 Uhr

15 Abende (20 UE)

Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)

Kosten: 78,00 €

Belegung: 8-15

FA5320

deepWORK (TM)

Claudia Tagmann

Beim neuen Powerworkout wechseln an-
strengende Ausdauersequenzen mit koordi-
nativen funktionalen Kraftübungen und ent-
spannenden Atemübungen ab. deepWORK®
ist athletisch, herausfordernd, einzigartig,
simpel und doch ganz anders als alle gängi-
gen Trainingsmethoden – ein Workout aus

fünf Elementen und voller Energie! Dabei
unterliegt deepWORK® dem Gesetz von Yin
und Yang und vereint die geistigen und kör-
perlichen Gegensätze eines funktionellen
Trainings. deepWORK® ist auch für Einstei-
ger/innen geeignet, denn jeder trainiert in
seinem eigenen Rhythmus und bestimmt
sein Tempo selbst. Trainiert wird barfuß –
das stabilisiert die Fußgelenke und erdet.
Bitte eine Matte, Handtuch und Trinkflasche
mitbringen.

Beginn: Do., 22.02.18, 20:05-21:00 Uhr

15 Abende (18,33 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 71,50 €

Belegung: 10-18

FA5320A

deepWORK (TM)

Neele Onnen, Sportlehrerin

Inhalte siehe FA5320. Die Kurse Complete
Body Workout und Deepwork bei unserer
Fachfrau Neele Onnen können für einen in-
tensiven Trainingsstart ins Wochenende
hinter einander gebucht werden.

Bitte eine Matte, Handtuch und Trinkflasche
mitbringen.

Beginn: Fr., 23.02.18, 18:00-19:00 Uhr

12 Abende (16 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 62,40 €

Belegung: 10-18

FA5321

bodyART

Melanie Yenidogan

Suchen Sie auch nach einer Möglichkeit der
Entspannung, in der Sie Ihren Stress abbauen
lernen, in dem Sie in Ruhe zu sich selbst fin-
den und Körper, Geist und Seele in Einklang
bringen?

bodyART ist ein therapeutisches Group Fit-
ness Training, bei dem Sie präventiv Ihren
Bewegungsapparat kräftigen und stabilisie-
ren. Sie erlernen eine Atmungstechnik zur
mentalentalen Entspannung und erhöhten Sauer-
stoffversorgung. Jede Übung wird langsam
durchgeführt. bodyART wirkt sich positiv auf
Ihr Haltungsbild aus, erhöht Ihre Balance
und Ihr Gleichgewicht und ist für alle Ziel-
gruppen offen.

Beginn: Do., 22.02.18, 19:05-20:00 Uhr

11 Abende (13,44 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 52,40 €

Belegung: 6-19

FA5328

**Faszientraining mit Massagerollen
Dynamisches Faszienyoga
Yin-Yoga**

Sigrid Danckert, DTB-Aqua-Train., staatl.
gepr. B-Lizenz Aerobic-Train., Yogalehrerin,
Faszien- und XCO-Mastertrain.

Dieser Kurs zeigt Ihnen wie Sie mit wohltu-
ender Anstrengung topfit, beweglich und
schmerzfrei werden.

Sie erwartet ein abwechslungsreiches Pro-
gramm aus Ausdauer-elementen, die federnd,
schwungvoll und mit kleinen Sprüngen rich-
tig Spaß machen. Dies ist kombiniert mit
Dehnübungen aus dem Yoga und Rollmas-
sagen zur Entspannung der Muskeln und
Faszien.

Beginn: Do., 22.02.18, 18:30-19:30 Uhr

15 Abende (20 UE)

Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)

Kosten: 78,00 €

Belegung: 8-8

FA5329

XCO Walking

Sigrid Danckert, DTB-Aqua-Train., staatl.
gepr. B-Lizenz Aerobic-Train., Yogalehrerin,
Faszien- und XCO-Mastertrain.

Diese gesunde und individuell dosierbare
Art des Gehens erzeugt durch das Hin- und
Her bewegen von mit Granulat gefüllten
Aluminiumröhren einen reaktiven Effekt auf
die Muskeln und tieferliegende Regionen
sowie Bänder, Gelenke und Bindegewebe.
Diese Art zu gehen strafft, formt und hält fit.
Jeder hat es selber in der Hand, wie viel In-
tensität möglich ist und bekommt präzise
und einfache Anleitungen dafür. Es macht
Freude und das Ergebnis ist schnell sichtbar.
Einfach schön!

XCO Walking ist für jedes Alter und Fitness-
level.

Beginn: Mi., 21.02.18, 17:00-17:45 Uhr

15 Nachmittage (15 UE)

Ort: VHS-Eingangsbereich

Kosten: 48,00 €

Belegung: 10-12

FA5331

Complete Body Workout

Neele Onnen, Sportlehrerin

Das herausfordernde Ganzkörpertraining
kombiniert Übungen aus den Bereichen Kraft,
Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit
und bringt dich so richtig ins Schwitzen. Es
definiert die Muskeln und kräftigt den gesam-
ten Körper. Für einen starken und gesunden
Bewegungsapparat. Bitte Sportkleidung,
Handtuch und etwas zu Trinken mitbringen.

Beginn: Mo., 19.02.18, 20:15-21:15 Uhr

15 Abende (20 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 78,00 €

Belegung: 10-20

FA5331A

Complete Body Workout

Neele Onnen, Sportlehrerin

Inhalte siehe FA5331. Die Kurse Complete
Body Workout und Deepwork bei unserer
Fachfrau Neele Onnen können für einen in-
tensiven Trainingsstart ins Wochenende
hinter einander gebucht werden.

Bitte Sportkleidung, Handtuch und etwas
zu Trinken mitbringen.

Beginn: Fr., 23.02.18, 17:00-18:00 Uhr

12 Abende (16 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 62,40 €

Belegung: 10-20

FA5332

**Step Aerobic
Fitness Mix**

Susanne Rall, DTB-Fitness und
Rückentrainerin, Trainer B (Haltung und
Bewegung) + C (Fitness/Aerobic)

Dieser Kurs ist ein dynamisches Fitnessstrai-
ning zu aktueller Musik. Sie erlernen drei
einfache Choreografie-Blöcke mit dem Step
und steigern damit Ihre Ausdauer und Koor-
dination. Mit Spaß lassen Sie Ihre Kalorien
dahinschmelzen und enden mit einem ful-
minanten Finale!
Weiter geht es mit TABATA Einheiten (= 4 Mi-
nuten hochintensives Muskelaufbautraining)
und gesundheitsorientierten Kräftigungs-
übungen mit Kleingeräten zur Körperformung.
Am Ende folgt eine kurze Dehn- und Entspan-
nungseinheit. Bitte Handtuch und Getränk
mitbringen. Aerobic-Kenntnisse sind von
Vorteil.

Beginn: Di., 20.02.18, 20:00-21:30 Uhr

10 Abende (20 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 78,00 €

Belegung: 10-17

FA5333

**Step Aerobic Einsteiger
Ein dynamisches Fitnessstraining
zu fetziger Musik.**

Susanne Rall, DTB-Fitness und
Rückentrainerin, Trainer B (Haltung und
Bewegung) + C (Fitness/Aerobic)

Mit dem Step-Brett verbessern Sie ihre Aus-
dauer und Koordination und bringen die
Kalorien zum Schmelzen.
Leicht zu erlernende Schrittfolgen und Cho-
reografien erhöhen dabei den Spaßfaktor. Es
werden zwei Blöcke erarbeitet. Anschließend
folgen gesundheitsorientierte Kräftigungs-
übungen mit Kleingeräten zur Körperformung.
Bitte Handtuch und Getränk mitbringen.
Aerobic Kenntnisse sind von Vorteil.

Beginn: Di., 20.02.18, 19:00-19:55 Uhr

10 Abende (12,22 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 47,70 €

Belegung: 10-15



FA5334

**Thairobic
Anfänger und Fortgeschrittene**

Christine Duelli

„Bist Du fit oder willst Du es werden?“

Dann bist Du bei uns richtig: wir kombinieren
Aerobic mit Elementen aus dem Kampfsport
zu fetziger Musik.“
Das Training ist für Männer und Frauen ge-
eignet. Bringen Sie für effektivere Trainings-
erfolge bitte zwei je 1 kg Hanteln und ein
Gymnastikband mit, sowie eine Handtuch zur
Auflage und eine Bodenmatte.

Beginn: Mo., 19.02.18, 19:00-20:15 Uhr

15 Abende (25 UE)

Ort: Tannenhag-Schule, Turnhalle

Kosten: 80,00 €

Belegung: 10-16

FA5335

**FIT UND BEWEGLICH
ein Körpertraining mit
Schwerpunkt Rücken**

Eva Vuksan, Trainer C-Ausbildung

Nach einem leichten Aufwärmen, trainieren
Sie mit verschiedenen Gymnastikgeräten
Ihren Körper und Ihre Rumpfmuskulatur.
Dadurch verbessern Sie Ihre Kraft und Bewe-
glichkeit. Entspannungs- und Stretching-Übun-
gen runden die Stunde ab.
Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen
Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.

Beginn: Di., 20.02.18, 17:00-17:55 Uhr

15 Nachmittage (18,33 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 71,50 €

Belegung: 10-20

FA5337

Hula Hoop Fitness

Sophia Frey

Hula Hoop macht jede Menge Spaß und ist
zudem ein effektives Fitnessprogramm. Mit
speziellen Reifen für Erwachsene (100 cm
Durchmesser) lassen wir die Hüften, zum
Rhythmus von Musik, kreisen. Dabei machen
wir verschiedenste Fitnessübungen mit dem
Hula Hoop, wie das Schwingen überm Kopf,
um die Arme und um die Hüfte. Dazu kom-
men Tricks, die dann zu einer kleinen Choreo-
graphie zusammengesetzt werden können.
Im Vordergrund steht der Spaß an der Be-
wegung mit dem Reifen und nebenbei wird
nicht nur die Ausdauer und Koordination
trainiert, sondern auch Rücken, Bauch, Beine
und Po.

Beginn: Mo., 19.02.18, 19:45-20:45 Uhr

10 Abende (13,33 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 52,00 €

Belegung: 6-12

Ausgleichsgymnastik für Reifere

FA5339

**Ausgleichsgymnastik
mit Spaß fit und gesund bleiben
für Ältere**

Renate Mayer-Kiessel, Übungsleiterin STB;
Rückenschullehrerin

Liegt Ihnen am Herzen, dass Ihr Rücken be-
lastbar bleibt? Wollen Sie Gymnastik machen
und alles tun, was gut tut? Dann sind Sie in
diesem Kurs richtig.

Bitte Theraband und Bodenmatte mitbringen.

Beginn: Do., 22.02.18, 17:45-18:45 Uhr

15 Abende (20 UE)

Ort: Dietrich-Bonhoeffer-Haus

Kosten: 64,00 €

Belegung: 10-12



FA5340
Ausgleichsgymnastik mit Spaß fit und gesund bleiben
 Renate Mayer-Kiemel, Übungsleiterin STB; Rückenschullehrerin
 Inhalte siehe Kurs FA5339.
 Bitte Theraband und Bodenmatte mitbringen.
Beginn: Do., 22.02.18, 19:00-20:00 Uhr
15 Abende (20 UE)
Ort: Dietrich-Bonhoeffer-Haus
Kosten: 64,00 €
Belegung: 10-12

FA5342
Gesund und fit durch Gymnastik
 Hannelore Gottuk, Übungsleiterin STB
 Suchen Sie Gymnastik zur Kräftigung der Wirbelsäule sowie zur Lockerung und Ausgleich? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.
Beginn: Mi., 21.02.18, 16:50-17:45 Uhr
15 Nachmittage (18,33 UE)
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 71,50 €
Belegung: 8-20

FA5343
Gesund und fit durch Gymnastik
 Hannelore Gottuk, Übungsleiterin STB
 Inhalte siehe FA5342.
 Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.
Beginn: Mi., 21.02.18, 17:55-18:50 Uhr
15 Abende (18,33 UE)
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 71,50 €
Belegung: 8-20

FA5344
Gesund und fit durch Gymnastik
 Hannelore Gottuk, Übungsleiterin STB
 Inhalte siehe FA5342.
 Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.
Beginn: Mi., 21.02.18, 19:00-19:55 Uhr
15 Abende (18,33 UE)
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 71,50 €
Belegung: 10-20

Rückhalt

FA5345
Rückhalt
 Christine Ederer, Sportlehrerin (Gym.), Nordic Walking Ausbildung, Rückenschullehrerin (KddR), Kursleiterin Qi Walking
 Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Stärkung des Rückens, zur Verbesserung der Beweglichkeit und Kraft, der Dehn-, Koordinations-, Lockerungs- und Entspannungsfähigkeit kennen. Sie erlernen gelenk- und rückerhaltende Körperhaltungen und üben rückengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf. Dadurch wird Ausgleich für Bewegungsmangel und einseitige Belastung des (Berufs-)Alltags geschaffen. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl.

Dazu gibt es praxisnahe Informationen und Tipps, wie der (Arbeits-)Alltag rückengerechter gestaltet werden kann und Übungen, die in kurzen Pausen, z. B. am Arbeitsplatz eingesetzt werden können. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohl tut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den Alltag erweitert.
 Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.

Beginn: Mi., 21.02.18, 20:00-21:30 Uhr
12 Abende (24 UE)
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 93,60 €
Belegung: 8-15

FA5347
Rückhalt
Ganzheitliche Rückenschule
 Vera Miller-Zang, Sportlehrerin M. A., Rückenschullehrerin KddR und Forum Gesunder Rücken – besser leben e. V.
 Inhalte siehe FA5345.
 Bitte kleines Kissen und feste Turnschuhe mitbringen.
Beginn: Di., 20.02.18, 11:00-12:00 Uhr
12 Vormittage (16 UE)
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 62,40 €
Belegung: 8-15

FA5353
Rückhalt
Ganzheitliche Rückenschule
 Daniela Ernst, Physiotherapeutin
 Inhalte siehe FA5345.
 Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit. Dieser Kurs ist für Senioren geeignet.
Beginn: Mo., 19.02.18, 10:20-11:05 Uhr
12 Vormittage (12 UE)
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 46,80 €
Belegung: 10-15

FA5354
Rückhalt
Ganzheitliche Rückenschule
 Daniela Ernst, Physiotherapeutin
 Inhalte siehe FA5345.
 Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit. Dieser Kurs ist für Senioren geeignet.
Beginn: Mo., 19.02.18, 11:05-11:50 Uhr
12 Vormittage (12 UE)
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 46,80 €
Belegung: 10-15

FA5355
Rückhalt
Ganzheitliche Rückenschule
 Vera Miller-Zang, Sportlehrerin M. A., Rückenschullehrerin KddR und Forum Gesunder Rücken – besser leben e. V.
 Inhalte siehe FA5345.
 Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten und zwei weitere Handtücher mit.
Beginn: Di., 27.03.18, 08:00-09:00 Uhr
10 Vormittage (13,33 UE)
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 52,00 €
Belegung: 10-15

Rückenfit

FA5358
Rückenfit
 Claudia Kallfass, Diplom-Sportwissenschaftlerin, Sporttherapeutin
 Mit wohltuenden und kräftigenden Bewegungsübungen, vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Stärkung des Rückens, zur Verbesserung der Beweglichkeit und Kraft, der Dehn-, Koordinations-, Lockerungs- und Entspannungsfähigkeit kennen. Sie erlernen gelenk- und rückerhaltende Körperhaltungen und üben rückengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf. Dadurch wird Ausgleich für Bewegungsmangel und einseitige Belastung des (Berufs-)Alltags geschaffen. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl. Dazu gibt es praxisnahe Informationen und Tipps, wie der (Arbeits-)Alltag rückengerechter gestaltet werden kann und Übungen, die in kurzen Pausen, z. B. am Arbeitsplatz, eingesetzt werden können. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohl tut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den Alltag erweitert. Bringen Sie bitte große Handtücher mit.
Beginn: Fr., 23.02.18, 09:30-10:30 Uhr
15 Vormittage (20 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 78,10 €
Belegung: 10-15

FA5359
Rückenfit
 Ellen Pottschien
 Suchen Sie Gymnastik zur Kräftigung Ihrer Wirbelsäule und Ihres gesamten Körpers? In diesem Kurs finden Sie genau die Übungen dafür. Der Kurs beinhaltet Übungen zur Kräftigung und Mobilisation der Rücken- und Rumpfmuskulatur. Zielsetzung ist es, Haltungsschwächen vorzubeugen und zu korrigieren. Verspannungen werden gelöst, um eine Verbesserung der Körperwahrnehmung und der Beweglichkeit zu erreichen. Sie trainieren mit flotter Musik und Sie haben Spaß. Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.
Beginn: Mi., 21.02.18, 08:30-09:30 Uhr
15 Vormittage (20 UE)
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 78,00 €
Belegung: 8-16

Herz aktiv – Ganzkörpertraining für Herz und Kreislauf

FA5363
Herz aktiv – Ganzkörpertraining für Herz und Kreislauf
 Dorothea Siegle, Sportlehrerin M. A., Rückenschullehrerin KddR
 Mit kurzen Ausdauertrainingsphasen zur Kräftigung von Herz und Kreislauf lernen Sie Ihre eigenen Leistungsgrenzen kennen und können sie erweitern. Ergänzend zum Ausdauerprogramm erleben Sie wohltuende und herausfordernde Bewegungen mit verschiedenen Kleingeräten. Mit vielfältiger Körperwahrnehmung und Entspannung, Dehnungsübungen, der zur Verkürzung neigenden Muskulatur und Lockerung verspannter Muskulatur lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung Ihrer Fitness, Beweglichkeit und Entspannungsfähigkeit kennen. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohl tut, Ihre Gesundheit stärkt und Ihre Ressourcen für den (Berufs-/Familien)Alltag erweitert.
 Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.
Beginn: Do., 12.04.18, 17:00-18:00 Uhr
10 Nachmittage (13,33 UE)
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)
Kosten: 52,00 €
Belegung: 10-15

Beckenbodentraining
FA5376
Beckenbodengymnastik für Frauen
 Christina Helmer, Physiotherapeutin
 Haben Sie mehrere Kinder und nie eine Rückbildungs-Gymnastik gemacht? Müssen Sie, wenn die Blase voll ist, ganz schnell zur Toilette? Gehen Sie nur noch ungern aus dem Haus, weil Sie Angst haben, nicht mehr rechtzeitig zu einer Toilette zu kommen? Wenn bei Ihnen eine oder mehrere dieser Fragen zutreffen, dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie!
 Wir trainieren gezielt Ihre Beckenbodenmuskulatur, damit sich diese Beschwerden nach und nach verbessern. Der Kurs wird von einer Krankengymnastin geleitet.
 Bitte bringen Sie große Handtücher und bequeme Kleidung mit.
Beginn: Mi., 21.02.18, 17:30-18:30 Uhr
10 Abende (13,33 UE)
Ort: Tannenhag-Schule, Turnhalle
Kosten: 42,70 €
Belegung: 12-14

FA5378
Der Beckenboden ein starkes Stück Frau
 Claudia Kallfass, Diplom-Sportwissenschaftlerin, Sporttherapeutin
 Dieser Kurs richtet sich altersunabhängig an alle Frauen. Auch wenn noch keine Beschwerden aufgetreten sind, sollte im Sinne der Vorbeugung der Beckenboden wahrgenommen und trainiert werden. Sie kräftigen Bauch, Po und Beine und trainieren dabei gezielt ihre Beckenbodenmuskulatur.
 Zum Abschluss einer Trainingsstunde entspannen wir uns mit wechselnden Entspannungstechniken. Dafür bitte einen dicken Pullover mitbringen. Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.
Beginn: Fr., 23.02.18, 10:30-11:30 Uhr
15 Vormittage (20 UE)
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)
Kosten: 78,10 €
Belegung: 10-15



Sturzprophylaxe

FA5379 Sturzprophylaxe

Claudia Kallfass, Diplom-Sportwissenschaftlerin, Sporttherapeutin

Etwas wackelig auf den Beinen? Stolpern Sie häufig? Fühlen Sie sich unsicher auf unebenem Gelände? Oder sind Sie auch bereits gestürzt? Dann sind Sie hier genau richtig. Dieser Kurs richtet an alle, die langfristig Stürze vermeiden wollen. Mit gezielten Übungen im Stehen und Gehen (keine Bodenübungen) verbessern wir das Gleichgewicht und kräftigen die Beinmuskulatur. Zusätzlich erhalten Sie viele interessante Informationen über Sturzgründe und -risiken. Zum Abschluss einer Trainingsstunde entspannen wir uns mit wechselnden Entspannungstechniken. Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen ein großes Handtuch, bei Bedarf ein kleines Kissen mit.

Beginn: Fr., 23.02.18, 08:30-09:30 Uhr

15 Vormittage (20 UE)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 78,10 €

Belegung: 10-15

Wirbelsäulengymnastik

FA5380 Wirbelsäulengymnastik am Vormittag

Daniela Zapkau-Arnold

Moderne Wirbelsäulengymnastik abwechslungsreich gestaltet mit Elementen aus Yoga, Faszien- und Herz-Kreislauftraining. Den Abschluss der Stunde bildet immer eine Entspannungseinheit. Die Übungen sind ideal, um die Muskulatur zu kräftigen, die Beweglichkeit zu verbessern, das Herz-Kreislaufsystem anzukurbeln und Körper und Geist zu entspannen. Bitte bringen Sie die Matten mit.

Beginn: Do., 22.02.18, 10:35-11:35 Uhr

13 Vormittage (17,33 UE)

Ort: Allmand-Carré, Allmandstraße 18,

88045 Friedrichshafen, EG

Kosten: 55,50 €

Belegung: 8-11

FA5384A Wirbelsäulengymnastik für Damen und Herren am Vormittag

Vera Miller-Zang, Sportlehrerin M. A., Rückenschullehrerin KddR und Forum Gesunder Rücken – besser leben e. V.

Inhalte siehe FA5381

Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.

Beginn: Fr., 27.04.18, 08:30-09:30 Uhr

10 Vormittage (13,33 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 52,00 €

Belegung: 10-15

FA5385A

Wirbelsäulengymnastik für Damen und Herren am Vormittag

Vera Miller-Zang, Sportlehrerin M. A., Rückenschullehrerin KddR und Forum Gesunder Rücken – besser leben e. V.

Sie wollen etwas für Ihr Wohlbefinden tun? Die Kursstunde bietet Ihnen rundum einen Ausgleich zu Ihrem Alltag. Kräftigen, Dehnen, Entspannen und Energie tanken können Sie hier in Sachen Gesundheit und Rücken. Durch kleine Verhaltensänderungen im Alltag lernen Sie den Rücken zu entlasten. Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.

Beginn: Fr., 27.04.18, 09:30-10:30 Uhr

10 Vormittage (13,33 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 52,00 €

Belegung: 8-15

FA5386

Wirbelsäulengymnastik

Daniela Zapkau-Arnold

Wirbelsäulengymnastik abwechslungsreich gestaltet mit Elementen aus Yoga, Pilates Faszien- und Herz-Kreislauftraining. Den Abschluss der Stunde bildet immer eine Entspannungseinheit. Die Übungen sind ideal, um die Muskulatur zu kräftigen, die Beweglichkeit zu verbessern, das Herz Kreislauftraining anzukurbeln und Körper und Geist zu entspannen. Bringen sie bitte Matten mit.

Beginn: Do., 22.02.18, 09:30-10:30 Uhr

13 Vormittage (17,33 UE)

Ort: Allmand-Carré, Allmandstraße 18,

88045 Friedrichshafen, EG

Kosten: 55,50 €

Belegung: 8-11



Nordic Walking

FA5401 Nordic Walking Refresher mit Qigong 1

Christine Ederer, Sportlehrerin (Gym.), Nordic Walking Ausbildung, Rückenschulleiterin (KddR), Kursleiterin Qi Walking

Sie haben schon einmal einen Nordic Walking Kurs gemacht oder laufen schon einige Zeit? Möchten Sie Ihre Technik auffrischen? Dann ist dieser Kurs das Richtige für Sie. Als Auflockerung während und nach dem Walken werden neben Dehnungsübungen auch Elemente aus dem Qi Gong eingebaut.

Durch diese Kombination soll der Kurs neben dem Herz-Kreislauf-Training auch zur aktiven Entspannung dienen.

Bei Fragen können Sie sich gerne an Frau Ederer persönlich wenden T: (07542) 9408573. Beim ersten Mal ist der Treffpunkt Parkplatz, CAP-Rotach Campingplatz. An den weiteren Terminen lernen Sie verschiedene Nordic-Walking-Strecken kennen.

Beginn: Di., 13.03.18, 17:30-19:30 Uhr

5 Abende (13,33 UE)

Ort: Parkplatz, CAP-Rotach Campingplatz

Kosten: 42,70 €

Belegung: 8-16

FA5402 Nordic Walking Refresher mit Qigong 2

Christine Ederer, Sportlehrerin (Gym.), Nordic Walking Ausbildung, Rückenschulleiterin (KddR), Kursleiterin Qi Walking

Inhalte siehe FA5401

Bei Fragen können Sie sich gerne an Frau Ederer persönlich wenden T: (07542) 9408573. Beim ersten Mal ist der Treffpunkt Parkplatz, CAP-Rotach Campingplatz. An den weiteren Terminen lernen Sie verschiedene Nordic-Walking-Strecken kennen.

Beginn: Di., 12.06.18, 18:30-20:30 Uhr

5 Abende (13,33 UE)

Ort: Parkplatz, CAP-Rotach Campingplatz

Kosten: 42,70 €

Belegung: 8-16

FA5403

Gesundheitswochenende im Schwarzwald mit Nordic Walking, Aquagymnastik und mehr

Christine Ederer, Sportlehrerin (Gym.), Nordic Walking Ausbildung, Rückenschulleiterin (KddR), Kursleiterin Qi Walking

Wollen Sie in schöner Umgebung sich zwei Tage Ihrer Gesundheit widmen und gleichzeitig etwas verwöhnen lassen? Dann haben wir genau das Richtige für Sie!

Sie wohnen in einem schönen, familiär geführten Hotel in Schönwald im Schwarzwald und werden kulinarisch verwöhnt. Die Umgebung ist optimal für ausgedehnte und abwechslungsreiche Nordic-Walking Touren. Dieses Wochenende wendet sich an Personen, die Nordic-Walking kennenlernen, oder ihre Kenntnisse auffrischen und ihre Technik überprüfen und optimieren lassen wollen.

Nordic-Walking ist ein Ganzkörpertraining mit speziellen Stöcken, bei diesem werden 90 % Ihrer Muskulatur trainiert. Gleichzeitig ist es ein sehr schonendes Herz-Kreislauftraining. Die Kursleiterin, Frau Ederer, informiert Sie ausführlich über Material, Technik, Training, und gibt Gesundheits- und Ernährungstipps. Die Praxiseinheiten werden mit Gymnastik-, Dehnungs-, Entspannungsübungen und Spaß abgerundet. Neugierig geworden?

Leistungen:

- 2 Übernachtungen mit Vollpension im Doppelzimmer (Einzelzimmer auch möglich, gegen einen Aufpreis von 10 €) im ****Hotel Dorer mit familiärer Atmosphäre (www.hotel-dorer.de)
- Einführung und Verbesserung der Nordic-Walking Technik
- Nordic-Walking auf ausgezeichneten Nordic-Walking Strecken
- Rahmenprogramm mit Gymnastik, Stretching, Aquagym., Qigong und Entspannung
- Leihweise Nordic-Walking Stöcke
- Hinweise zur gesunden sportgerechten Ernährung
- Massagen können im Hotel dazu gebucht werden (Kosten excl.)
- Relaxen im neuen Wellnessbereich des Hotels

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre Körpergröße an, damit bei Bedarf die Stöcke bereitgestellt werden können. Die Hotelzimmer können frühestens ab 15:00 Uhr bezogen werden. Anmeldeschluss: bis 10. April 2018. Es gelten die Geschäftsbedingungen der vhs & Heilbäder 2015.

Beginn: Fr., 04.05.18 ab 15:00 Uhr Checkin,

So., 06.05.18 um 15:00 Uhr Ende

3 Termine (1 UE), Wochenendseminar

Ort: Schönwald im Schwarzwald

Kosten: 249,00 €, im Doppelzimmer

Belegung: 6-12



Aqua Fitness

FA5430

Aqua Fit Die aktive Mittagspause zum Auf tanken und Abschalten

Sigrid Danckert, DTB-Aqua-Train., staatl. gepr. B-Lizenz Aerobic-Train., Yogalehrerin, Faszien- und XCO-Mastertrain.

Suchen Sie Spaß in der Gruppe? Wollen Sie die Mittagspause nutzen, um mit sich selbst ins Lot zu kommen und suchen Sie Aquajogging mit Kräftigung- und Entspannungselementen? In diesem Kurs finden Sie bewegendes Spaß im Wasser. Sie halten sich fit und gesund. Sie trainieren Herz, Kreislauf und Muskulatur.

Aquagürtel als Auftriebshilfe und andere Hilfsmittel stehen zur Verfügung.

Bitte Badebekleidung und Handtuch mitbringen. Nur für Personen geeignet, die schwimmen können.

Beginn: Do., 22.02.18, 11:45-12:30 Uhr

15 Termine (15 UE)

Ort: Hotel City-Krone, Schanzstr. 7

Kosten: 111,00 €,

inkl. Eintritt Schwimmbad 52,50 €

Belegung: 6-10

FA5431

Give me a break Die aktive Mittagspause zum Auf tanken und Abschalten Aquajogging

Sigrid Danckert, DTB-Aqua-Train., staatl. gepr. B-Lizenz Aerobic-Train., Yogalehrerin, Faszien- und XCO-Mastertrain.

Inhalte siehe Kurs FA5430.

Bitte Badebekleidung und Handtuch mitbringen. Nur für Personen geeignet, die schwimmen können.

Beginn: Do., 22.02.18, 12:30-13:15 Uhr

15 Termine (15 UE)

Ort: Hotel City-Krone, Schanzstr. 7

Kosten: 111,00 €, i

nkl. Eintritt Schwimmbad 52,50 €

Belegung: 8-10

FA5434

Aquafit für den Rücken und zum Kalorienverbrennen

Sigrid Danckert, DTB-Aqua-Train., staatl. gepr. B-Lizenz Aerobic-Train., Yogalehrerin, Faszien- und XCO-Mastertrain.

In diesem Kurs finden Sie gelenkschonendes, straffendes Aquajogging im Tiefwasser. Sie trainieren in Intervallen mit Krafftelementen, unter Einsatz von Trainingsgeräten, wahlweise auch mit Bodenkontakt im Flachwasser. Das Ganze ist abwechslungsreich kombiniert und mit Spaß in der Gruppe.

Trotz unmerklicher Anstrengung gehen Sie frisch und entspannt in die zweite Hälfte des Tages. Das Grandeur Heilwasser im Hotelbad und die schöne Atmosphäre dort laden zusätzlich dazu ein.

Bitte Badebekleidung und Handtuch mitbringen. Nur für Personen geeignet, die schwimmen können.

Beginn: Mi., 11.04.18, 11:45-12:30 Uhr

10 Termine (10 UE)

Ort: Hotel City-Krone, Schanzstr. 7

Kosten: 74,00 €,

inkl. Eintritt Schwimmbad 35,00 €

Belegung: 6-10

FA5457

Aquajogging

Aquatrainer Hallenbad

Inhalte siehe FA5455.

Bitte melden Sie sich am Eingang. Nur für Personen geeignet, die schwimmen können.

Beginn: Do., 08.03.18, 18:00-18:45 Uhr

6 Abende (6 UE)

Ort: Hallenbad Friedrichshafen, Ehlerstr. 10

Kosten: 23,40 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad

Belegung: 10-11

Fit und Gesund im Hallenbad

FA5458

Wassergymnastik

Aquatainer Hallenbad
Dies ist ein Ganzkörpertraining im Wasser. Mit und ohne Geräte werden Arme, Beine, Gesäß und Rumpf trainiert. Dadurch wird die Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer gesteigert und die Entspannung gefördert. Gleichzeitig schonen Sie Ihre Gelenke und Sehnen. Sie suchen genau das? Dann melden Sie sich an.
Bitte melden Sie sich am Eingang. Nur für Personen geeignet, die schwimmen können.
Beginn: Do., 01.03.18, 09:30-10:00 Uhr
8 Vormittage (5,33 UE)
Ort: Hallenbad Friedrichshafen, Eherstr. 10
Kosten: Eintritt frei
Belegung: 10-30

FA5459

Wassergymnastik

Aquatainer Hallenbad
Inhalte siehe FA5458
Bitte melden Sie sich am Eingang. Nur für Personen geeignet, die schwimmen können.
Beginn: So., 11.02.18, 10:00-10:30 Uhr
8 Vormittage (5,33 UE)
Ort: Hallenbad Friedrichshafen, Eherstr. 10
Kosten: Eintritt frei
Belegung: 10-30

FA5472

**AquaRider
Radfahren im Wasser
Effektives Training für alle**

Aquatainer Hallenbad
Inhalte siehe FA5471
Bitte melden Sie sich am Eingang. Nur für Personen geeignet, die schwimmen können. Bitte geschlossene Badeschuhe mitbringen. Im Bad können für 17,90 € passende Schuhe gekauft werden. Außerdem ist es sinnvoll, eine Radlerhose und ein T-Shirt anzuziehen.
Beginn: Mi., 28.02.18, 19:45-20:30 Uhr
6 Abende (6 UE)
Ort: Hallenbad Friedrichshafen, Eherstr. 10
Kosten: 72,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 22,80 €
Belegung: 5-10



Wassergewöhnung für Babys und Kleinkinder

In den folgenden Kursen wird auf Grund der großen Nachfrage Ihr Kursplatz für andere Interessenten freigegeben, wenn Sie am ersten Termin nicht erscheinen und sich nicht entschuldigen.

FA5490

Wassergewöhnung für Babys 12–24 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert
Mit viel Spaß, Musik und Kinderliedern, aber auch etwas Mut, gewöhnen Sie Ihre Kleinkinder ans Wasser. Die Wassertiefe beträgt 90 cm. Bitte ziehen Sie ihrem Kind eine Badehose an.
In diesem Kurs wird aufgrund der großen Nachfrage Ihr Kursplatz für andere Interessenten freigegeben, wenn Sie am ersten Termin nicht erscheinen und sich nicht entschuldigen.

Beginn: Di., 17.04.18, 16:15-17:00 Uhr
10 Nachmittage (10 UE)
Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €
Belegung: 9-12

FA5491

Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert
Inhalte siehe Kurs FA5490. Bitte ziehen Sie ihrem Kind eine Badehose an.
In diesem Kurs wird aufgrund der großen Nachfrage Ihr Kursplatz für andere Interessenten freigegeben, wenn Sie am ersten Termin nicht erscheinen und sich nicht entschuldigen.

Beginn: Do., 19.04.18, 16:15-17:00 Uhr
10 Nachmittage (10 UE)
Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €
Belegung: 10-12

FA5492

Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert
Inhalte siehe Kurs FA5490. Bitte ziehen Sie ihrem Kind eine Badehose an.
In diesem Kurs wird aufgrund der großen Nachfrage Ihr Kursplatz für andere Interessenten freigegeben, wenn Sie am ersten Termin nicht erscheinen und sich nicht entschuldigen.

Beginn: Do., 19.04.18, 17:00-17:45 Uhr
10 Nachmittage (10 UE)
Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €
Belegung: 10-12

FA5493

Wassergewöhnung für Kinder 2–3 Jahre mit einer Begleitperson

Peggy Beisert
Mit viel Spaß, Musik und Kinderliedern, aber auch etwas Mut, gewöhnen Sie Ihre Kleinkinder ans Wasser. Die Wassertiefe beträgt 90cm. Bitte ziehen Sie ihrem Kind eine Badehose an.
In diesem Kurs wird aufgrund der großen Nachfrage Ihr Kursplatz für andere Interessenten freigegeben, wenn Sie am ersten Termin nicht erscheinen und sich nicht entschuldigen.

Beginn: Di., 17.04.18, 17:00-17:45 Uhr
10 Nachmittage (10 UE)
Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €
Belegung: 8-12

FA5494

Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert
Inhalte siehe FA5490. Bitte ziehen Sie ihrem Kind eine Badehose an.
In diesem Kurs wird aufgrund der großen Nachfrage Ihr Kursplatz für andere Interessenten freigegeben, wenn Sie am ersten Termin nicht erscheinen und sich nicht entschuldigen.

Beginn: Mo., 16.04.18, 14:15-15:00 Uhr
10 Nachmittage (10 UE)
Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €
Belegung: 9-12

FA5495

Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert
Inhalte siehe FA5493. Bitte ziehen Sie ihrem Kind eine Badehose an.
In diesem Kurs wird aufgrund der großen Nachfrage Ihr Kursplatz für andere Interessenten freigegeben, wenn Sie am ersten Termin nicht erscheinen und sich nicht entschuldigen.

Beginn: Mo., 16.04.18, 15:00-15:45 Uhr
10 Nachmittage (10 UE)
Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €
Belegung: 8-12

Für spezielle Interessen

Die junge vhs

Starke Mütter – Starke Töchter
28.04.18 / 10:00–13:00 Uhr > FA1251

Halbe Hemden – ganze Kerle, Jungs 9–10 Jahre
03.03.18 / 10:00–15:00 Uhr > FA1255

Babysitter
16.03.18 / ab 16:00 Uhr > FA1256

Französisch für Kinder, 7–12 Jahre
20.02.18 / 14:00–15:30 Uhr > FA2310

Mathe-Paukkurse für Realschüler (10. Kl)
ab 19.02.18 > FA3501 ff.

Vorbereitungskurs auf das Mathe-Abitur 2017
ab 12.02.18 / 08:30–12:30 Uhr > FA3503 ff.

Ferien-Paukkurs Englisch Mittlere Reife
26.03.18 / 09:00–12:15 Uhr > FA3505

Präsentieren mit PowerPoint für die GFS
17.02.18 / 09:00–16:00 Uhr > FA3725M

vhs-Näh-Club für Jugendliche (ab 10 Jahre)
02.03.18 / 16:30–19:00 Uhr > FA4281

Nähworkshop ab 10 Jahre
ab 14.02.18 / 10:00–14:00 Uhr > FA4282, ff.

Ferien-Zeichenkurs, 8–16 Jahre
ab 24.05.18 / 10:00–15:00 Uhr > FA4284 ff.

Familien-Spiel
05.05.18 / 10:00–16:30 Uhr > FA4712

Ballett, ab 4 Jahre
20.02.18 > FA4780 ff.

vhs-Kinderkochclub ab 9 Jahre
03.03.18 / 10:00–13:00 Uhr > FA4865

Osterbäckerei, 8–12 Jahre
27.03.18 / 10:00–13:00 Uhr > FA4866

Kochkurs in den Faschingsferien, 8–12 Jahre
14.02.18 / 10:00–13:00 Uhr > FA4867

Rhönradturnen für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

23.02.18 / 14:30–16:00 Uhr > FA5130

Zumba Kids 7–11Jahre
19.02.18 / 16:30–17:15 Uhr > FA5311

Frauen vhs

Fit für den Büroalltag
12.04.18 / 08:00–11:45 Uhr > FA3701M

„Selbst gemacht – Geld gespart“: Reparaturen im Haushalt
27.04.18 / 15:00–21:30 Uhr > FA4256

60 – na und? Jetzt geht es erst richtig los!
11.05.18 / 13:30–17:15 Uhr > FA4701

Vorher – nachher, ein neuer Typ: Schminkkurs
11.05.18 / 17:45–21:30 Uhr > FA4702

Hochsteckfrisuren zum Ausgehen
12.06.18 / 13:30–17:15 Uhr > FA4703

Orientalischer Tanz
19.02.18 > FA4741 ff.

Wein-Basics
09.03.18 / 18:00–21:15 Uhr > FA4801

Yoga für Fortgeschrittene
ab 21.02.18 / 10:30–12:00 Uhr > FA5250 ff.

Luna Yoga
ab 19.02.18 > FA5291 ff.

Rückhalt
20.02.18 / 11:00–12:00 Uhr > FA5347

Der Beckenboden – ein starkes Stück Frau
23.02.18 / 10:30–11:30 Uhr > FA5378

Senioren vhs

Neue Wohnformen – neue Lust am Gemeinsinn
17.04.18 / 20:00-21:30 Uhr > FA1108

Englisch
ab 19.02.18 > FA2241, FA2243, FA2249, FA2250, FA2260

Computer-Einführungskurse und Auffrischungskurse
ab 20.02.18 > FA3703M ff.

Windows 10 Einführungskurs „60plus“
11.04.18 / 16:00–18:15 Uhr > FA3708M

Praxistraining für Windows 10 „60plus“
30.04.18 / 16:00–18:15 Uhr > FA3709

Buchen, Einkaufen und Bezahlen im Internet
16.04.18 / 18:30–21:30 Uhr > FA3735M

Kaufen und verkaufen bei eBay
14.03.18 / 18:30–21:30 Uhr > FA3736M

WhatsApp, Twitterer & Co – leicht verständlich
20.04.18 / 14:00–17:45 Uhr > FA3738M

DSL, WLAN, FRITZ!Box und Co.
17.04.18 / 16:30–18:45 Uhr > FA3745M

Erstellen eines Fotobuchs mit dem Layout-Programm CEWE
15.03.18 / 18:30–20:45 Uhr > FA3746M

T'ai Chi Ch'uan
ab 22.02.18 > FA5227 ff.

Ausgleichsgymnastik
ab 22.02.18 > FA5339 ff.

Gesundheitsgymnastik
20.02.18 / 18:00–19:00 Uhr > FA5341

Rückhalt
ab 19.02.18 > FA5348, FA5351, FA5353, FA5354

Rücken-Fit
21.02.18 / 08:30–09:30 Uhr > FA5359

Herz aktiv – Ganzkörpertraining für Herz und Kreislauf
11.04.18 / 11:00–11:55 Uhr > FA5362

Schichtarbeitende

English in the Afternoon
19.02.18 / 15:30–18:30 Uhr > FA2245

Ferien vhs

Nähworkshop, ab 10 Jahre
14.02.18 / 10:00–14:00 Uhr > FA4282

Kochkurs für Kinder, 8–12 Jahre
14.02.18 / 10:00–13:00 Uhr > FA4867

Paukkurs Englisch Mittlere Reife
26.03.18 / 09:00–12:15 Uhr > FA3505

Osterbäckerei für Kinder, 8–12 Jahre
27.03.18 / 10:00–13:00 Uhr > FA4866

Nähworkshop, ab 10 Jahre
04.04.18 / 10:00–14:00 Uhr > FA4283

Zeichenkurs für junge Menschen, 8–16 Jahre
24.05.18 / 10:00–15:00 Uhr > FA4284

Zeichenkurs für junge Menschen, 8–16 Jahre
28.05.18 / 10:00–15:00 Uhr > FA4285

Sprachjogging Englisch auf A1/A2-Niveau
02.07.18 / 17:45–19:15 Uhr > FA2209

Sprachliche Fitness erhalten – Sprachjogging auf A1/A2-Niveau, Kleingruppenkurs
10.07.18 / 18:30–20:00 Uhr > FA2408

La dolce vita – Italienisch intensiv B1
16.07.18 / 09:00–12:15 Uhr > FA2445

Sommerferien vhs

Sprachjogging Deutsch, A1
03.07.18 / 18:15-19:45 Uhr > [FA2127](#)

Sprachjogging Deutsch, A2
03.07.18 / 18:15-19:45 Uhr > [FA2138](#)

Sommerkurs Bildhauerei
30.07.18 / 08:30–13:00 Uhr > [FA4253](#)

La douce France – Französisch intensiv B1
30.07.18 / 09:00–12:15 Uhr > [FA2343](#)

Yoga für alle Interessierten
30.07.18 / 14:30–16:00 Uhr > [FA5254](#)

Yoga für alle Interessierten
02.08.18 / 10:00–11:30 Uhr > [FA5255](#)

A Summer Trip! Englisch intensiv B1
06.08.18 / 09:00–12:15 Uhr > [FA2253](#)

**vhs im Wasserturm:
Korbflechten mit Weiden**
18.08.18 / 10:00–19:00 Uhr > [FA4255](#)

vhs unterwegs

**Kräuter am Wegesrand –
Gesundes für die Frühjahrsküche**
Gerlinde Heumesser
13.04.18 / 16:30–18:00 Uhr > [FA4864](#)

**Hohenems:
Jüdisches Museum und Jüdisches Viertel**
Niko Nimmerrichter
27.04.18 / 13:15–19:30 Uhr > [FA1103](#)

Fondation Beyeler – BACON und GIACOMETTI
Christoph Maria Frisch
16.05.18 / 08:55–18:45 Uhr > [FA4100](#)

**Landschaftsgeologische Exkursion
mit Einführung**
Dr. Oskar Keller
03.07.18 / 19:00–20:30 Uhr > [FA1403](#)

Vortragsreihen

**Die Architektur der 2. Hälfte des
20. Jahrhunderts: Die 1990er Jahre**
Klaus Wendler
07.03.; 11.04., 18.04., 25.04.18 /
18:30–20:00 Uhr > [FA4103](#)

**Heilige Berge und ihre Mythologie
in der Kunst II und III**
Klaus Wendler
04.07., 11.07.18 / 18:30–20:00 Uhr
> [FA4105](#)

Vorträge

Maria Theresia zum 300. Geburtstag
Klaus Wendler
21.02.18 / 18:30–20:00 Uhr > [FA4101](#)

**Rechtspopulismus als Gefahr für die Demo-
kratie? – 30 Jahre Schweizer Erfahrung**
Florian Schmid
27.02.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FA1106](#)

**Auf zur Kur! III –
Europas Weltbäder im 19./20. Jh.**
Klaus Wendler
28.02.18 / 18:30–20:00 Uhr > [FA4102](#)

**Jüdisches Leben in der Bodenseeregion –
ein Gesprächsabend**
Dr. Hanno Loewy
06.03.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FA1102](#)

**Asteroiden, Kometen und Meteorite –
Einschläge auf der Erde**
Dr. Wolfgang Hartmann
13.03.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FA1401](#)

**Russland, Iran und Türkei –
Allianz der Geächteten?**
Matthias Hofmann
20.03.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FA1104](#)

**Neue Wohnformen –
neue Lust am Gemeinsinn?**
Dr. Eva Wonneberger
17.04.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FA1108](#)

**Das künstliche Kniegelenk –
Möglichkeiten der modernen Endoprothetik**
Prof. Dr. Eugen Winter
24.04.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FA5100](#)

vhs-FN tanzt
Hanna Schlau
13.05.18 / 11:30–16:45 Uhr > [FA4795](#)

**Vom Markt zum Einkaufszentrum –
Eine Kulturgeschichte des Handels I**
Klaus Wendler
06.06.18 / 18:30–20:00 Uhr > [FA4104](#)

Der Tanz in Kultur und Kunst VII
Klaus Wendler
18.07.18 / 18:30–20:00 Uhr > [FA4106](#)

Ausstellung mit Öl- und Aquarellgemälden aus vhs-Kursen

23.02.–27.04.18 > [FA4200](#)
In dieser Ausstellung zeigt die Teilnehmer
der Öl- und Aquarellkurse von Ulla Attenber-
ger ihre Werke aus den letzten Semestern.
Gezeigt werden Landschaften, Portraits und
Abstraktes.
Vernissage: Fr., 23.02.18 um 19:00 Uhr

**Die Ausstellung ist zugänglich während
des Semesters jeweils Mo.–Fr. von 8:00 bis
20:00 Uhr, Sa. 8:00 bis 13:00 Uhr und in
den Ferien während der Öffnungszeiten
des Servicebüros.**

Einbürgerungstest

Die Anmeldung zum Test können Sie nur
persönlich im Servicebüro der vhs ausfüllen.
Dabei müssen Sie einen Zahlungsnachweis
über die Kostenpauschale von 25 € (bar ein-
zahlen bei der Stadtkasse oder überweisen
auf das Konto der Stadtkasse) vorlegen oder
der vhs Friedrichshafen eine Abbuchungser-
mächtigung erteilen. Als Vorbereitung kann
einer der Orientierungskurse belegt werden.
Zur Anmeldung bitte Pass mitbringen.

Mi., 11.04.2018, 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: **07.03.18, 12:00 Uhr**

Mi., 25.07.2018, 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: **20.06.2018, 12:00 Uhr**

Weiterbildungseinrichtungen in Stadt und Region

Bernd-Blindow-Schulen Friedrichshafen
07541/50 120, [www.blindow.de](#)

**Bildungsakademie Friedrichshafen
der Handwerkskammer Ulm**
07541/3758-0, [www.hk-ulm.de](#)

Elektronikschule Tettngang (EST)
07542/9372-0, [www.elektronikschule.de](#)

**Industrie- und Handelskammer (IHK)
Bodensee-Oberschwaben**
0751/409-0, [www.weingarten.ihk.de](#)

Kreishandwerkerschaft Bodenseekreis
07541/38792-0, [www.khs-fn.de](#)

Volkshochschule (VHS) Bodenseekreis
07541/204-5246, [www.vhs-bodenseekreis.de](#)

vhs Landkreis Konstanz e.V.
[www.vhs-landkreis-konstanz.de](#)

VHS Lindau
08382/277480, [www.vhs-lindau.de](#)

ANMELDUNG		Städt. Volkshochschule, Charlottenstraße 12/2, 88045 Friedrichshafen, Fax (07541) 203 3435, Internet: www.vhs-fn.de Gläubiger-Identifikationsnummer: DE51ZZZ00000111765	
Adresse		Kursnummer	Titel
Name und Vorname des Teilnehmers			
Straße/Haus-Nr.			
PLZ Wohnort		<input type="checkbox"/> weiblich <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> Newsletter	Geburtsdatum
Tel.Nr. privat	Tel.Nr. geschäftlich	E-mail	
Bankverbindung			
Name der Bank / Sparkasse			
IBAN		BIC (8 od. 11 Stellen)	
D E (falls abweichend vom Teilnehmer) Name, Vorname des Kontoinhabers, Unterschrift			
Ich erhalte keine Anmeldebestätigung. Nur bei Änderungen/Absagen werde ich benachrichtigt. Abbuchung erst nach Kursbeginn. Mit den Geschäftsbedingungen und der Abbuchung bin ich einverstanden. Die Mandatsreferenznummer steht auf meinem Kontoauszug.		Datum	Unterschrift

ANMELDUNG		Städt. Volkshochschule, Charlottenstraße 12/2, 88045 Friedrichshafen, Fax (07541) 203 3435, Internet: www.vhs-fn.de Gläubiger-Identifikationsnummer: DE51ZZZ00000111765	
Adresse		Kursnummer	Titel
Name und Vorname des Teilnehmers			
Straße/Haus-Nr.			
PLZ Wohnort		<input type="checkbox"/> weiblich <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> Newsletter	Geburtsdatum
Tel.Nr. privat	Tel.Nr. geschäftlich	E-mail	
Bankverbindung			
Name der Bank / Sparkasse			
IBAN		BIC (8 od. 11 Stellen)	
D E (falls abweichend vom Teilnehmer) Name, Vorname des Kontoinhabers, Unterschrift			
Ich erhalte keine Anmeldebestätigung. Nur bei Änderungen/Absagen werde ich benachrichtigt. Abbuchung erst nach Kursbeginn. Mit den Geschäftsbedingungen und der Abbuchung bin ich einverstanden. Die Mandatsreferenznummer steht auf meinem Kontoauszug.		Datum	Unterschrift

ANMELDUNG		Städt. Volkshochschule, Charlottenstraße 12/2, 88045 Friedrichshafen, Fax (07541) 203 3435, Internet: www.vhs-fn.de Gläubiger-Identifikationsnummer: DE51ZZZ00000111765	
Adresse		Kursnummer	Titel
Name und Vorname des Teilnehmers			
Straße/Haus-Nr.			
PLZ Wohnort		<input type="checkbox"/> weiblich <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> Newsletter	Geburtsdatum
Tel.Nr. privat	Tel.Nr. geschäftlich	E-mail	
Bankverbindung			
Name der Bank / Sparkasse			
IBAN		BIC (8 od. 11 Stellen)	
D E (falls abweichend vom Teilnehmer) Name, Vorname des Kontoinhabers, Unterschrift			
Ich erhalte keine Anmeldebestätigung. Nur bei Änderungen/Absagen werde ich benachrichtigt. Abbuchung erst nach Kursbeginn. Mit den Geschäftsbedingungen und der Abbuchung bin ich einverstanden. Die Mandatsreferenznummer steht auf meinem Kontoauszug.		Datum	Unterschrift

Anmeldungen werden nicht bestätigt. Die vhs informiert bei Änderungen, Überbelegung oder Absage der Kurse, und zwar per SMS oder E-Mail oder Telefon oder Brief.

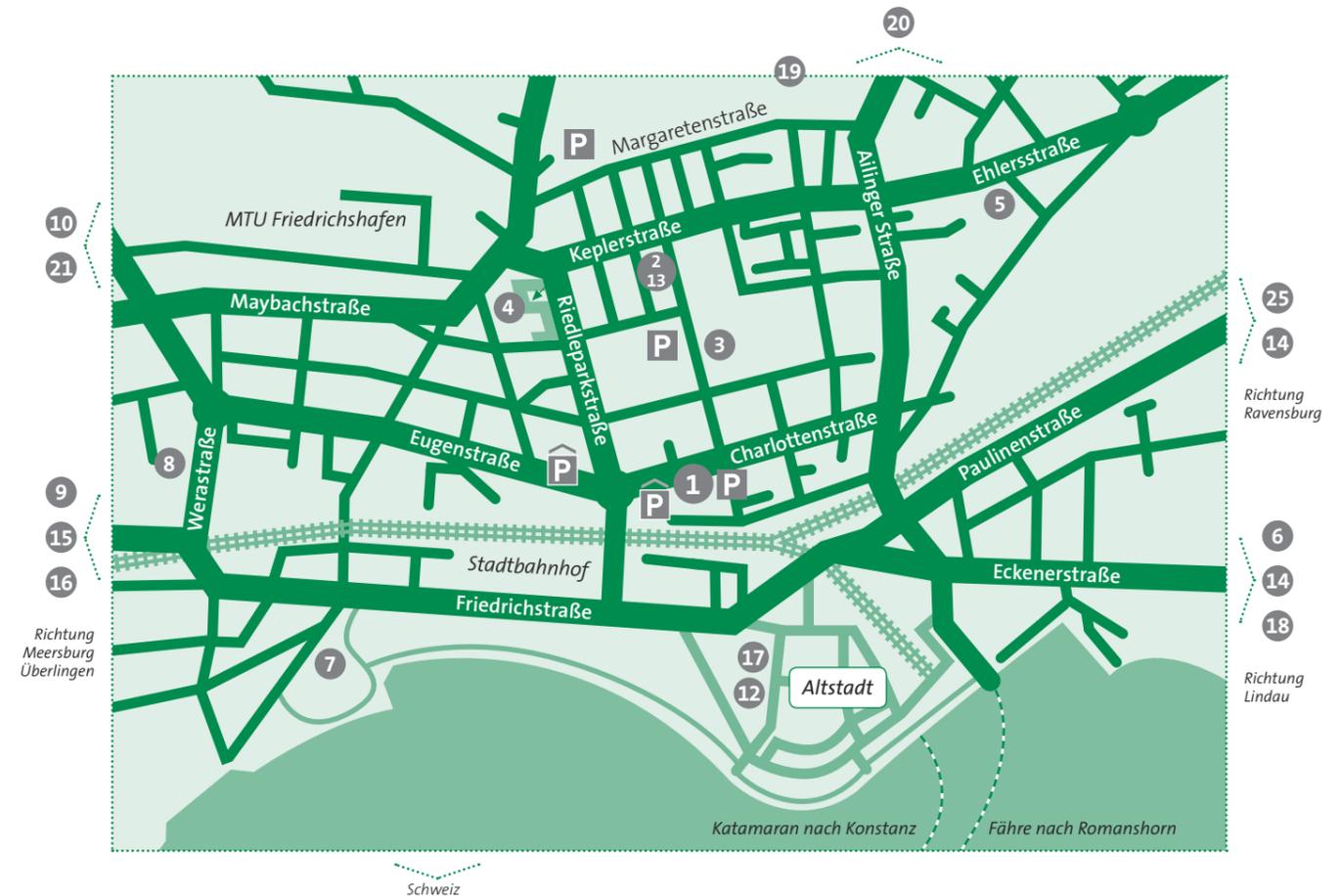
Hinweis für Selbstzahler: Bitte bezahlen Sie das Entgelt nach Kursbeginn und vermerken Sie auf dem Überweisungsformular die Kursnummer und den Namen des Teilnehmers.

Abmeldung ohne Stornokosten: Bei Wochenendseminaren und Seminaren bis zu 3 Terminen Dauer muss der Rücktritt schriftlich spätestens 7 Tage vor Beginn der Veranstaltung erfolgen. Bei allen anderen Kursen ist eine Abmeldung schriftlich an das Servicebüro der vhs bis vor Kursbeginn möglich. Bei Widerruf Ihrerseits bitte Vordruck auf www.vhs-fn.de benutzen.

An die
Volkshochschule Friedrichshafen
Charlottenstr. 12/2
88045 Friedrichshafen

Veranstaltungsorte der vhs Friedrichshafen

Lagepläne: www.vhs-fn.de



Anmeldungen werden nicht bestätigt. Die vhs informiert bei Änderungen, Überbelegung oder Absage der Kurse, und zwar per SMS oder E-Mail oder Telefon oder Brief.

Hinweis für Selbstzahler: Bitte bezahlen Sie das Entgelt nach Kursbeginn und vermerken Sie auf dem Überweisungsformular die Kursnummer und den Namen des Teilnehmers.

Abmeldung ohne Stornokosten: Bei Wochenendseminaren und Seminaren bis zu 3 Terminen Dauer muss der Rücktritt schriftlich spätestens 7 Tage vor Beginn der Veranstaltung erfolgen. Bei allen anderen Kursen ist eine Abmeldung schriftlich an das Servicebüro der vhs bis vor Kursbeginn möglich. Bei Widerruf Ihrerseits bitte Vordruck auf www.vhs-fn.de benutzen.

An die
Volkshochschule Friedrichshafen
Charlottenstr. 12/2
88045 Friedrichshafen

- | | |
|---|---|
| <p>Neu</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Volkshochschule (vhs)
Charlottenstr. 12/2 2. vhs FN K55
Katharinenstr. 55 3. Graf-Zeppelin-Gymnasium (GZG)
Katharinenstr. 20 4. Karl-Maybach-Gymnasium (KMG)
Maybach-Platz 2 5. Hallenbad
Ehlersstr. 10 6. Dietrich-Bonhoeffer-Haus
Stauffenbergstraße 8 7. Graf-Zeppelin-Haus (GZH)
Olgastr. 20 8. Merianschule
Merianstr. 1–2 9. Zeppelin – Haus am Bodensee
Ziegelstr. 5, Fischbach 10. Grundschule Schnetzenhausen
Manzeller Str. 23 12. Stadtkasse
Schanzstr. 5, Öffnungszeiten:
Mo: 8–12 Uhr / 14–16 Uhr,
Di, Mi, Fr: 8–12 Uhr,
Do: 8–12 Uhr / 14–18 Uhr | <ol style="list-style-type: none"> 13. Stadtarchiv
Katharinenstraße 55 14. Kreismedienzentrum
Steinbeißstr. 22–26 15. Tannenhagschule
Zeppelinstraße 255/1, Fischbach 16. Hotel Traube am See
Meersburger Str. 11 17. Hotel City Krone
Schanzstr. 7 18. Camping CAP-Rotach
Lindauer Straße 2 19. Wasserturm Riedlewald
Zeisigweg 1 21. Bodensee-Schule St. Martin
Zeisigweg 1 25. Zentrum Schmerzmedizin
Bodensee
Gutastr. 5 |
|---|---|
- P** gebührenpflichtige Parkmöglichkeiten

Neuer Veranstaltungsort

**vhs FN K55
Max-Grünbeck-Haus,
Katharinenstr. 55**



> Lageplan Nr. 2
Neuer Veranstaltungsort der
vhs Friedrichshafen im Max-Grünbeck-
Haus, Katharinenstr. 55, bei Stadtarchiv
und Bodenseebibliothek.

Anmeldungen werden nicht bestätigt. Die vhs informiert bei Änderungen, Überbelegung oder Absage der Kurse, und zwar per SMS oder E-Mail oder Telefon oder Brief.

Hinweis für Selbstzahler: Bitte bezahlen Sie das Entgelt nach Kursbeginn und vermerken Sie auf dem Überweisungsformular die Kursnummer und den Namen des Teilnehmers.

Abmeldung ohne Stornokosten: Bei Wochenendseminaren und Seminaren bis zu 3 Terminen Dauer muss der Rücktritt schriftlich spätestens 7 Tage vor Beginn der Veranstaltung erfolgen. Bei allen anderen Kursen ist eine Abmeldung schriftlich an das Servicebüro der vhs bis vor Kursbeginn möglich. Bei Widerruf Ihrerseits bitte Vordruck auf www.vhs-fn.de benutzen.

An die
Volkshochschule Friedrichshafen
Charlottenstr. 12/2
88045 Friedrichshafen

Die Volkshochschule ist eine Bildungseinrichtung, die allen offensteht.

Anmeldung/Einschreibung

Der Vertrag kommt mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung und der Annahme durch die Volkshochschule zustande. Mit der Anmeldung werden die allgemeinen Geschäftsbedingungen Vertragsbestandteil. Die Anmeldung erfolgt durch Abgabe des Anmeldevordrucks persönlich, per Post oder durch Dritte oder durch Onlineanmeldung über www.vhs-fn.de oder Anmeldung mittels E-Mail. Die Datenübertragung erfolgt bei der Onlineanmeldung verschlüsselt und abhörsicher mit dem HTTPS-Protokoll. Die Anmeldungen werden in zeitlicher Reihenfolge angenommen. Eine Benachrichtigung durch die vhs erfolgt nur bei Änderungen oder Überbelegungen oder Absage der Kurse. Diese Informationen kann die vhs per SMS oder E-Mail oder Telefon oder Brief mitteilen. Telefonische Anmeldungen können bei Stammbesuchern, die Einzugsermächtigungen erteilt haben, entgegengenommen werden. Auch telefonische Anmeldungen werden nicht bestätigt.

Bezahlung

Der vereinbarte Preis wird mit dem Beginn der Veranstaltung zur Zahlung fällig. Diese kann durch Abbuchung, Überweisung oder Barzahlung bei der Stadtkasse, Schanzstr. 5 erfolgen. Es werden keine Rechnungen erstellt. Bei SEPA-Lastschrift wird die Kursgebühr frühestens 14 Tage nach Kursbeginn abgebucht. Ihre Mandatsreferenznummer und die Gläubiger-ID der Stadt Friedrichshafen steht auf Ihrem Kontoauszug.

Ermäßigungen

Schüler, Studenten, Wehr- und Ersatzdienstleistende, Schwerbeschädigte, Rentner, Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger erhalten nach Vorlage eines Nachweises eine Ermäßigung um 15 %. Der Ermäßigungsanspruch muss bei der Anmeldung geltend gemacht werden. Bei Schüler- und Kinderkursen ist die Ermäßigung bereits mit dem Entgelt verrechnet. Materialkosten sind von der Ermäßigung ausgeschlossen.

Rücktritt von Veranstaltungen durch die Volkshochschule

Die vhs kann wegen mangelnder Beteiligung, Ausfall eines Dozenten oder ähnlich schwerwiegenden Gründen vom Vertrag zurücktreten. In diesem Fall werden geleistete Zahlungen erstattet. Weitergehende Ansprüche gegen die Volkshochschule sind ausgeschlossen.

Rücktritt von Veranstaltungen durch Teilnehmer

Rücktritt von Veranstaltungen durch Teilnehmer
Der Rücktritt muss spätestens vor dem zweiten Kurs-termin, bei Wochenend- und Kurzseminaren (bis zu 3 Terminen Dauer) spätestens sieben Werktage vor der Veranstaltung schriftlich gegenüber der vhs erfolgen soweit sich aus dem Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften nichts anderes ergibt. Eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 5,00 € wird einbehalten. Abmeldungen vor Kursbeginn bzw. vor Beginn der Sieben-Tage-Frist bei Kurz- und Wochenendseminaren sind kostenfrei. Abmeldungen bei Kursleitern sind nicht verbindlich; Wegbleiben vom Kurs stellt keinen Rücktritt dar. Späterer Rücktritt ist nur bei ärztlichem Attest gegen Zahlung des anteiligen Kurspreises und der Bearbeitungsgebühr möglich, ansonsten ist der gesamte Kurspreis fällig. Bei Kochkursen und in Kursen, bei denen Material vorbestellt/gekauft werden muss, sind die Kosten für Lebensmittel bzw. Material auch bei Nichtteilnahme zu bezahlen!

Mindestteilnehmerzahl

Die jeweilige Mindestteilnehmerzahl ist der Kursbeschreibung zu entnehmen. Bei Kursen mit weniger Anmeldungen, die auf Wunsch der Teilnehmer durchgeführt werden, wird ein Preisaufschlag erhoben.

Prüfungen, Bescheinigungen

Der Vertrag beinhaltet keinen Anspruch auf Zulassung und Ableistung einer Prüfung. Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch gegen Gebühr ausgestellt, wenn mindestens 80-% der Kursstunden besucht wurden.

Beachtung der Hausordnung

Mit Vertragsabschluss verpflichtet sich der Teilnehmer, die Hausordnung der jeweiligen Lehrstätte zu beachten. Dies gilt besonders für das Rauchverbot in den Unterrichtsräumen und das Verlassen der Räume bis spätestens 21.45 Uhr.

Haftung

Die Haftung der Volkshochschule für Schäden jeglicher Art, gleich aus welchem Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf die Fälle beschränkt, in denen der Volkshochschule Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last fällt.

Leistungsumfang, Schriftform

Der Umfang der Leistungen der Volkshochschule ergibt sich aus der Kursbeschreibung. Mündliche Nebenabsprachen sind nicht betroffen. Der Kursleiter/Kursleiterin ist zur Änderung der Vertragsbedingungen und zur Abgabe von Zusagen nicht berechtigt. Änderungen jedweder Art bedürfen der Schriftform. Für Studienreisen und mehrtägige Exkursionen gelten besondere Vereinbarungen.

Widerrufsbelehrung

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie die vhs Friedrichshafen, (Charlottenstr. 12/2, 88045 Friedrichshafen, T: 07541/203 3434, Fax: 203 3435, info@vhs-fn.de) mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür den Widerrufsvordruck auf unserer Website (www.vhs-fn.de) oder eine andere eindeutige Erklärung verwenden. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Vertrauen.
Erfolgreich.
Vernetzen.

Ihr Ansprechpartner in
allen Wirtschaftsfragen.
Wir.

Vertrauen erfolgreich vernetzen. Geht das überhaupt? Wir machen seit Jahren nichts anderes. Mit großem Erfolg. So fördern wir die Wirtschaft, stärken den Bodenseekreis und bringen Menschen gemeinsam weiter. Seien es Unternehmer, Existenzgründer, Fachkräfte, Gewerbetreibende oder SchülerInnen und Studierende. Manche nennen das Beratung. Für uns ist es eine Dienstleistung im Interesse des Standorts. Profitieren Sie davon. Nutzen Sie unser Netzwerk:

Erfahren Sie alles über den Standort. Nutzen Sie unseren Informationsservice: www.wf-bodenseekreis.de

Entdecken Sie gute Gründe für Ihr Unternehmen. Wählen Sie passende Gewerbegrundstücke und -immobilien aus: www.immoportal-bodensee.net

Finden Sie den Job, den Sie suchen. Gehen Sie auf unser Karriereportal: www.karriere-im-sueden.de

Wagen Sie einen Blick über den Tellerrand. Schauen Sie, was die Region um den See zu bieten hat: www.vierlaenderregion-bodensee.info

Greifen Sie nach den Sternen. Informieren Sie sich über das Netzwerk für Luft- und Raumfahrt: www.bodensee-aira.de

Mehr-
leistungen

Für eine gesunde Lebensweise

Die BKK ZF & Partner bietet ihren Versicherten eine Vielzahl attraktiver Mehrleistungen. Profitieren auch Sie von unseren Kostenübernahmen und Tarifen

- **Gesundheitskurse/-reisen**
Kostenübernahme für zwei qualifizierte Gesundheitskurse in Wohnortnähe oder eine Gesundheitsreise

100% Kosten-
übernahme – bis zu
160 € jährlich

- **Schutzimpfungen**
Kostenübernahme für empfohlene Impfungen – für zu Hause und für den Urlaub

100% Kosten-
übernahme

- **Zusatzversicherungen**
günstige Tarife zur individuellen Absicherung Ihrer Gesundheit

günstige
Tarife



Jetzt Mitglied werden und MEHRleistungen sichern!

Weitere Informationen erhalten Sie bei der

BKK ZF & Partner
Charlottenstr. 2 (bis März 2018)
Otto-Lilienthal-Straße 10 (ab April 2018)
Friedrichshafen



BKK ZF & Partner

Partner für Ihre Gesundheit

Telefon: 07541 3908-0
friedrichshafen@bkk-zf-partner.de

