



Wissen & Orientierung

Sprachschule

Weiterbildung Beruf

Kultur & Gestalten

Gesundheitszentrum



# Informationen

## Ansprechpartner im Servicebüro

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

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

**Marixa Jehle**  
T: 203 3401 / jehle@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

**Ariane Siepelt**  
T: 203 3400 / siepelt@vhs-fn.de

## vhs-Leitung

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

## Fachbereichsleitung

### Gesellschaft, Politik, Persönlichkeit und Beruf, Weiseminare

Fachbereichsleitung  
**Niko Nimmerrichter**  
T: 203 3434 / nimmerrichter@vhs-fn.de

### vhs-Sprachschule (Deutsch), Naturkunde

Fachbereichsleitung und Einstufungsberatung  
**Ulrike Schäfer**  
T: 203 3407 / schaefer@vhs-fn.de

### vhs-Sprachschule (Fremdsprachen)

Fachbereichsleitung und Einstufungsberatung  
**Rosa Faneli / Taisa Maurer**  
T: 203 3411 / maurer@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



Stand Mai 2018

## 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

## Wintersemester 2018/2019

**Mo., 17.09.18 bis Fr., 25.01.19**

## Ferien und unterrichtsfreie Tage

**Tag der dt. Einheit:** Mi., 03.10.18  
**Herbstferien:** Sa., 27.10.18 – So., 04.11.18  
**Weihnachtsferien:** Fr., 21.12.18 – So., 06.01.19

## 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. 109

## 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, pixabay, Christoph Frisch, Carola Uhl, Thomas Hoppe, Archiv der Luftschiffbau Zeppelin GmbH Friedrichshafen, Eagle Pictures

**Satz & Gestaltung**  
L. Sauter Design & Piktogram.eu

**Druck**  
Druckhaus Müller, Langenargen



# Vorwort



## Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger, liebe Besucher der Städtischen vhs Friedrichshafen,

mancher von Ihnen schätzt die vhs Friedrichshafen als vielseitige Freizeiteinrichtung. Das ist gut und richtig, aber die vhs kann und bietet mehr, ihr Bildungsauftrag ist wesentlich umfassender. Daher lädt das neue vhs-Programm auch zur Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen und politischen Fragen ein. Schon mit einem Blick auf die Europa-Wahlen 2019 gibt es den abwechslungsreich gestalteten Abend „Lust auf Europa – Fakten, Sorgen, Chancen“, an dem auch zwei Mitglieder des Europäischen Parlamentes vertreten sind. Immer häufiger ist zu hören, dass Fakten gern durch „gefühlte Wahrheiten“ ersetzt werden und als populistische Parolen analog und digital verbreitet werden. Als Antwort auf diesen Trend bietet die vhs Seminare an zum Umgang mit Stammtischparolen einerseits und zur Auseinandersetzung mit Verschwörungstheorien andererseits. Wie wichtig diese Angebote sind, wird auch beim Vortrag über gegenwärtiges jüdisches Gemeindeleben in Württemberg deutlich werden.

Der Auftrag der vhs beinhaltet aber auch Berufliche Weiterbildung. Vielfältige IT-Kurse erlauben es „am Ball zu bleiben“ bei einer sich immer schneller drehenden digitalen Welt.

Bei den kaufmännischen Bildungsangeboten treten die großen Lehrgänge hervor, mit denen man die IHK-Abschlüsse „Bilanzbuchhalter“ und „Wirtschaftsfachwirt“ erwerben kann; es versteht sich von selbst, dass mit diesen Angeboten Männer und Frauen angesprochen sind, ebenso wie beim „Rechtsfachwirt“, der von der Rechtsanwaltskammer verliehen wird.

Nach all diesen fordernden Themen darf auch Ausgleich gefragt sein: Für Genießer bieten sich da Ausflüge in die internationale oder auch in die heimische Küche an. Spanische Tapas, Indisch-vegetarisch, Brot oder „Schwein und Lamm von vorn bis hinten“ können auf dem Speiseplan landen – und das bei Wunsch mit der passenden Weinbegleitung.

Zu kreativem Tun lockt auch das Gebiet „Kultur und Gestalten“: Goldschmieden, Bildhauerei, Acrylmalerei hat mit einem „bissle Basteln“ nichts zu tun, sondern verlangt die Bereitschaft, sich auf Neues einzulassen. Der große Schwerpunkt in diesem Semester ist die Fotografie mit über 20 verschiedenen Kurs- und Vortragsangeboten.

Freizeitstress soll aber durch die Weiterbildung nicht gerade entstehen – im Gegenteil: Alternativ zu

kreativem Tun und beruflicher Qualifizierung bieten sich Entspannungskurse an, die je nach Vorliebe eine der Yoga-Varianten oder auch Meditation zum Inhalt haben. Ausgleich für den Rücken oder gezielt für den ganzen Körper ist ebenfalls möglich – und das häufig mit erheblichem Zuschuss durch die Krankenkassen.

Dass die vhs FN eine der großen Sprachschulen in der Region ist, dürfte bekannt sein. Weniger bekannt ist vielleicht die Vielschichtigkeit des Angebotes. Neben dem klassischen Englisch-Kurs gibt es beispielsweise Kompaktkurse, Konversation am Vormittag oder Vorbereitungen auf die renommierte Cambridge-Prüfung. Außer den „großen“ Fremdsprachen könnte man auch Portugiesisch, Ungarisch oder Japanisch lernen.

Gern 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 bedeutenden Förderung durch die Zeppelin-Stiftung lässt auch das neue Programm wenige Wünsche offen.

Ihr

**Andreas Brand**  
Oberbürgermeister

## Wissen und Orientierung 3

<b>Gesellschaft</b>	3	<b>Persönlichkeit + Beruf</b>	9	<b>Angebote für Kinder und Jugendliche</b>	13
<b>vhs-Ratgeber</b>	6	<b>Grenzen erweitern</b>	10	<b>Länder- und Heimatkunde</b>	13
<b>Pädagogik</b>	8	<b>Angebote für Frauen</b>	12		
<b>Wildnispädagogik</b>	8	<b>Philosophie</b>	13		

## Sprachenschule 14

<b>Die Sprachenschule stellt sich vor</b>	14	<b>Vorbereitung Cambridge-Prüfungen</b>	25	<b>Russisch</b>	33
<b>Online-Einstufungstests</b>	15	<b>Englisch für den Beruf und Schule</b>	26	<b>Spanisch</b>	34
<b>Deutsch als Fremdsprache</b>	15	<b>Französisch</b>	27	<b>Anderer Fremdsprachen</b>	36
<b>Englisch</b>	21	<b>Italienisch</b>	30		

## Weiterbildung Beruf 38

<b>Firmenseminare</b>	38	<b>Informations-/Kommunikationstechnik</b>	49	<b>WEB 02 &amp; Soziale Netzwerke</b>	59
<b>Lehrgänge</b>	38	<b>ECDL / Wiedereinstieg in den Beruf</b>	50	<b>Webseitenerstellung</b>	60
<b>Kaufmännische Grundlagen</b>	41	<b>PC-Einsteiger</b>	51	<b>Heimnetzwerke</b>	61
<b>Xpert Business Onlinekurse</b>	42	<b>Einführungskurse 60plus</b>	51	<b>Digitale Fotografie / Bildbearbeitung</b>	61
<b>Geschäftskorrespondenz</b>	45	<b>Betriebssysteme</b>	52	<b>Video</b>	62
<b>Förderung und Beratung</b>	45	<b>Datensicherung</b>	54	<b>Tablets &amp; Smartphones</b>	62
<b>Englisch für den Beruf</b>	46	<b>Microsoft-Office 2016</b>	54	<b>Tastaturschreiben</b>	63
<b>Paukkurse Mathematik, Englisch</b>	47	<b>Internet</b>	57		

## Kultur und Gestalten 64

<b>Kunstgeschichte</b>	64	<b>Fotografie, vhs-Forum Fotografie</b>	72	<b>Weinseminare</b>	83
<b>Künstlerisches Gestalten</b>	66	<b>Musik / Stimmenschulung</b>	77	<b>Kochen</b>	83
<b>Zeichnen und Malen</b>	66	<b>Literatur / Schreibwerkstatt</b>	78	<b>vhs-Gourmet – die Premiumreihe</b>	83
<b>Aquarell / Öl / Acryl / Pastell</b>	66	<b>Beauty und Outfit</b>	79	<b>Internationale Spezialitäten</b>	84
<b>Intuitives Malen</b>	69	<b>vhs Tanztreff</b>	79	<b>Vegane Küche</b>	87
<b>Schmuckherstellung</b>	69	<b>Ballett</b>	80	<b>Basiswissen Kochen / Backen / Ernährung</b>	87
<b>Bildhauerei / Handwerkliches Gestalten</b>	69				
<b>Nähen</b>	71				

## Gesundheitszentrum 89

<b>Gesundheit aktuell</b>	89	<b>Bewegung</b>	96	<b>Nordic Walking</b>	101
<b>Aikido</b>	90	<b>Pilates</b>	96	<b>Aqua-Fitness</b>	101
<b>Entspannung</b>	90	<b>Fitness- und Kondition</b>	96	<b>Wassergewöhnung Babys/Kleinkinder</b>	102
<b>Meditation</b>	92	<b>Ausgleichsgymnastik / Rückhalt</b>	98		
<b>T'ai Chi Ch'uan</b>	93	<b>Rückenfit / Beckenboden</b>	99		
<b>Yoga</b>	93	<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	100		

## Allgemein 104

<b>Veranstaltungsorte</b>	104	<b>Schichtarbeitende</b>	107	<b>Einbürgerungstest</b>	108
<b>Anmeldung</b>	105	<b>Ferien vhs</b>	107	<b>Weiterbildungseinrichtungen</b>	108
<b>Für spezielle Interessen</b>	107	<b>Sommer vhs</b>	108	<b>Allgemeine Geschäftsbedingungen</b>	109
<b>Die junge vhs</b>	107	<b>vhs unterwegs</b>	108	<b>Widerrufsbelehrung</b>	109
<b>Frauen vhs</b>	107	<b>Vorträge</b>	108	<b>Datenschutzklärung</b>	110
<b>Senioren vhs</b>	107	<b>Ausstellungen</b>	108		

## Gesellschaft

**FB1101**  
**Streifzüge durch die neuere deutsche Geschichte kompakt: Nachkriegszeit von 1945 – 1972. Die Bundesrepublik Deutschland, die Region, die Stadt Friedrichshafen**  
 Dr. Hartmut Semmler

Wie für ganz Deutschland, brachte die Kapitulation vom Mai 1945 einen massiven Einschnitt für die Region Oberschwaben und die Stadt Friedrichshafen mit sich. Als vormaliges Rüstungszentrum zeitweise von der Degradierung zum „Fischerdorf“ bedroht, gelang es den Verantwortlichen der Betriebe und der Kommune, auch mit Hilfe der französischen Besatzungsmacht die Wiederansiedlung von Industrie am Ort zu ermöglichen. Es folgte eine bemerkenswerte Wiederaufbauleistung, die den Grundstein für eine nachhaltige Aufwärtsentwicklung der Stadt Friedrichshafen legte. Äußeres Zeichen der Anerkennung war die Erhebung zur Kreisstadt in den frühen 1970er Jahren.

Anschauliches Quellenmaterial von der Bundes- bis zur lokalen Ebene lässt die Epoche lebendig werden.

**Beginn: Fr., 16.11.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**1 Abend (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 18,40 €**  
**Belegung: 8-15**

**FB1102**  
**Ein Brückenkopf im Fokus – kriegerische Auseinandersetzungen rund um die Reichsstadt Buchhorn**  
 Dr. Hartmut Semmler

Vom Ende des 13. Jahrhunderts bis um 1800 war die kleine Reichsstadt Buchhorn immer wieder mit kriegerischen Auseinandersetzungen konfrontiert. Wegen seiner geostrategischen Bedeutung einerseits und seiner geringen Wehrhaftigkeit andererseits war der Ort bevorzugtes Ziel von Überfällen in der Region. Im Dreißigjährigen Krieg wurde es zur Zeit der schwedischen Besetzung 1634 sogar kurzzeitig in „Gustavsborg“ umbenannt; gegen Ende dieses Krieges lebten gerade noch rund 50 Einwohner hier. Umgekehrt hat sich Buchhorn zur Zeit der Bodenseestädtebünde im 14. und 15. Jahrhundert durchaus am Kriegsgeschehen rund um den Bodensee aktiv beteiligt.

Führung im historischen Kostüm durch die Kernstadt von Friedrichshafen mit Gang zum Schloss, auf einer historischen Schalmei ertönt

typische Musik der Renaissance. Anschließend Einkehr im Spitalkeller (auf eigene Kosten). Schriftliche Anmeldung bis zum 15.10.2018 erforderlich.

**Beginn: Sa., 20.10.18, 14:30-17:00 Uhr**  
**1 Termin (3,33 UE)**  
**Ort: Treffpunkt: Spitalkeller bei der Stadtmauer**  
**Kosten: 12,00 €**  
**Belegung: 10-20**

**FB1103**  
**Prinz Max von Baden, Friedrich Ebert und das Ende des Ersten Weltkriegs in Deutschland**  
 Dr. Michael Braun

„Herr Ebert, ich lege Ihnen das Deutsche Reich ans Herz.“ Dies sollen die Worte Max von Badens gewesen sein, nachdem er am 9. November 1918 das Amt des Reichskanzlers an Friedrich Ebert übertragen hatte.

Als Antwort Friedrich Eberts ist der Satz „Ich habe zwei Söhne für dieses Reich verloren“ überliefert. Beide waren sich bisher nur wenige Male begegnet. Erst als die deutsche Kriegsniederlage nicht mehr zu verheimlichen war, eröffnete sich ein Weg für das unkonventionelle Krisenmanagement Max von Badens und Friedrich Eberts. Statt Dank für ihren Einsatz in unruhiger Zeit erlebten sie heftige Anfeindungen – über ihren frühen Tod hinaus.

Das nimmt der Vortrag mit mehr als 50 Bildmotiven, die sich bei allen Unterschieden dieser Biographien teilweise stark ähneln, in den Blick: Da haben bei einer Art „Familienidyll“ die beiden Prinzen-Kinder ein Fahrrad – die Ebert-Kinder einen Reifen; beides wirkt einigermaßen bürgerlich. Auch Maria-Luise von Hannover-Cumberland und Louise Ebert, die Ehefrauen der beiden, sind in Bild und Text präsent. So ist der Vortrag mehr als eine Erinnerung an die eingangs erwähnte schicksalhafte Begegnung vor fast 100 Jahren.

**Beginn: Di., 25.09.18, 20:00-21:30 Uhr**  
**1 Abend (2 UE), Vortrag**  
**(ohne Voranmeldung, Abendkasse)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 6,00 €**

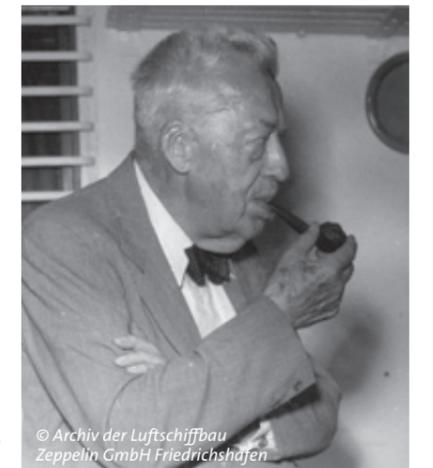
**FB1104**  
**Hochgeehrt. Dem Journalisten und Luftschiffpionier Hugo Eckener zum 150. Geburtstag**  
 Barbara Waibel M. A.

Er war Volkswirt, Philosoph, Journalist, PR-Mann, Luftschiffkapitän, Manager, Zeitungsgründer und eine der bekanntesten Persönlichkeiten seiner Zeit. Am 10. August 2018 wäre Hugo Eckener 150 Jahre alt geworden.

Er zählt zu den Personen, die die Geschichte Friedrichshafens maßgeblich geprägt haben. Barbara Waibel, Leiterin des Archivs der Luftschiffbau Zeppelin GmbH Friedrichshafen, zeichnet in ihrem Vortrag die wichtigsten Stationen im bewegten Leben des streitbaren Verfechters der Zeppelin-Luftschiffe nach.

Er zählt zu den Personen, die die Geschichte Friedrichshafens maßgeblich geprägt haben. Barbara Waibel, Leiterin des Archivs der Luftschiffbau Zeppelin GmbH Friedrichshafen, zeichnet in ihrem Vortrag die wichtigsten Stationen im bewegten Leben des streitbaren Verfechters der Zeppelin-Luftschiffe nach.

**Beginn: Di., 09.10.18, 20:00-21:30 Uhr**  
**1 Abend (2 UE), Vortrag**  
**(ohne Voranmeldung, Abendkasse)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**



© Archiv der Luftschiffbau Zeppelin GmbH Friedrichshafen

**FB1104A**  
**Fahradexkursion: Auf den Spuren Hugo Eckeners**  
 Jürgen Oellers M. A., Stadtarchivar

Im August vor 150 Jahren wurde der Luftschiffpionier Hugo Eckener geboren. Bekannt wurde Eckener vor allem durch zahlreiche Fahrten mit den Zeppelin-Luftschiffen, u. a. mit der Atlantiküberquerung 1924 mit LZ 126. Unter anderem hatte er den ersten regelmäßigen Luftschiffverkehr nach Amerika eingerichtet. In Friedrichshafen gibt es zahlreiche „Anhaltspunkte“ für das Wirken Eckeners, welche Person und Werk Hugo Eckeners während der Radexkursion erfahrbar machen sollen.

Die Exkursion findet bei jedem Wetter statt (Regen- bzw. Sonnenschutz nicht vergessen) und erfolgt auf eigenes Risiko. Treffpunkt ist beim Stadtarchiv vor dem Max-Grünbeck-Haus, Katharinenstr. 55. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, schriftliche Anmeldung bei der vhs FN ist bis zum 30.07.2018 erforderlich.

Leitung: Jürgen Oellers, Carmen Diemel  
**Beginn: Sa., 04.08.18, 14:00-17:00 Uhr**  
**1 Termin (4 UE)**  
**Ort: Stadtarchiv, Katharinenstraße 55**  
**Kosten: 8,80 €**  
**Belegung: 6-15**



## Stadtarchiv Friedrichshafen

Katharinenstraße 55  
88045 Friedrichshafen  
Telefon: 07541 / 209 - 150  
Fax: 07541 / 203 - 88842  
E-mail: [stadtarchiv@friedrichshafen.de](mailto:stadtarchiv@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](http://www.stadtarchiv-fn.de)

### FB1112 Die Bodenseebibliothek präsentiert: Der Bodensee – vom Institut für Seenforschung Langenargen unter die Lupe genommen

**Dr. Sabine Lautenschläger**  
Fesselnde Einblicke in die Geschichte des drittgrößten Sees Mitteleuropas und dessen vielfältige Nutzung gewährt Dr. Sabine Lautenschläger.  
Im Auftrag des ISF (Institut für Seenforschung Langenargen) berichtet sie Wissenswertes über die Entstehung und die aktuelle Situation des Bodensees. Sie beleuchtet die jahreszeitlichen Zyklen des Sees und berichtet über Forschungsprojekte zur Klimaveränderung, Vermessung des Seegrundes und die Einwanderung von fremden Tieren. Bei einer anschließenden Diskussion sind alle eingeladen, ihre Fragen zu stellen.  
Die Bodenseebibliothek präsentiert zugleich eine Auswahl historischer Literatur zur Limnologie des Bodensees.  
Anmeldung erwünscht bei der Bodenseebibliothek: T: 07541/209-153 oder [bodenseebibliothek@friedrichshafen.de](mailto:bodenseebibliothek@friedrichshafen.de), Eintritt frei.  
**Beginn: Mo., 21.01.19, 19:00-20:30 Uhr  
1 Abend (2 UE)**  
**Ort: Bodenseebibliothek,  
Katharinenstr. 55, 1. OG  
Belegung: 3-40**

### FB1110 Biografie-Gespräche – Verständnis für den Menschen gegenüber

**Axel Schmidt-Gödelitz**  
Biografie-Gespräche sind eine Methode, um Menschen unterschiedlicher Herkunft einander näher zu bringen.  
So wurden von unserem Referenten, Axel Schmidt-Gödelitz, 1994 Biografierunden zwischen Ost- und Westdeutschen initiiert, um authentisches Wissen über das Leben der Anderen, tief verwurzelte Vorurteile abzubauen und damit bereits im Kleinen, Verbesserungen der Beziehungen – auch auf gesellschaftlicher Ebene zu erreichen.  
In Zeiten von „Fake-News“, Halbwahrheiten und pauschalen Parolen kann der Gewinn aus solchen persönlichen Begegnungen nicht hoch genug eingeschätzt werden. Schmidt-Gödelitz wird in seinem Vortrag von seinen vielfältigen Erfahrungen berichten, die er mit den Biografiegesprächen – auch im interkulturellen Dialog – gemacht hat. Dabei werden auch Funktionsweise und Rahmenbedingungen dieser Methode deutlich. Ziel des Vortrags ist es auch evt. Impulse für entsprechende Runden bei uns in Stadt und Region zu geben.

**Beginn: Di., 06.11.18, 20:00-21:30 Uhr  
1 Abend (2 UE), Vortrag  
(ohne Voranmeldung, Abendkasse)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 6,00 €, Ehrenamtsbonus auf  
Antrag möglich**

### FB1111 Das Selbstbestimmungsrecht der Völker versus die globalisierte Welt

**Matthias Hofmann M.A., Historiker,  
Orientalist und Medienwissenschaftler**  
Bei der Frage, ob Palästinenser und Kurden einen eignen Staat bekommen sollen, tendieren viele Europäer dazu, ihnen diese Souveränität zu gönnen. Ganz anders jedoch sieht es bei der Frage aus, ob auch Katalonen und Basken eine Souveränität erhalten sollen. Hier verweigern viele Europäer ihre Zustimmung. Hierbei wird dann oftmals das Argument der Unvereinbarkeit dieser Souveränitätsbestrebungen mit der Idee der EU angeführt.  
Die allgemeinen Entwicklungstendenzen der Welt gehen eher zu globalen Wirtschaftszusammenschlüssen und dabei sind zu viele (neue) Kleinststaaten eher hinderlich wie förderlich. Gibt es neben den rein wirtschaftlichen Interessen auch noch andere stichhaltige Argumente, die für eine Globalisierung sprechen, oder wird die weiter um sich greifende Globalisierung in der Masse Verlierer produzieren?

**Beginn: Di., 15.01.19, 20:00-21:30 Uhr  
1 Abend (2 UE), Vortrag  
(ohne Voranmeldung, Abendkasse)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 6,00 €**

### Den Ehrenamtsbonus können Sie für folgende Kurse erhalten:

- Stammtischparolen gekonnt kontern  
12.10.18 / 18:00-21:00 Uhr > FB1107
  - Verschörungstheorien  
13.10.18 / 10:00-15:00 Uhr > FB1108
  - Biografie-Gespräche – Verständnis für den Menschen gegenüber  
06.11.18 / 20:00-21:30 Uhr > FB1110
  - Englisch für die Grundbildung  
17.09.18 / 20:00-21:30 Uhr > FB2201
  - Arabisch Grundstufe 1 – Kleingruppe  
18.09.18 / 18:00-19:30 Uhr > FB2701
  - Computer-Einführungskurs „60plus“  
21.09.18 / 09:30-11:45 Uhr > FB3706M
  - Computer-Auffrischkurs „60plus“  
10.01.19 / 09:30-11:45 Uhr > FB3707M
  - Richtige und effektive Datensicherung  
10.01.19 / 18:30-21:30 Uhr > FB3715M
  - Word 2016 Grundlagen  
06.11.18 / 18:00-21:30 Uhr > FB3716M
  - Excel 2016 Grundlagen  
09.10.18 / 18:00-21:30 Uhr > FB3719M
  - PowerPoint 2016 Grundlagen  
08.10.18 / 18:30-21:30 Uhr > FB3723M
  - Nextcloud – die sichere Cloud Alternative  
08.11.18 / 18:30-20:45 Uhr > FB3731M
  - Digitale Bildbearbeitung mit GIMP – Grundkurs  
21.01.19 / 18:30-21:30 Uhr > FB3748M
- Info zum Ehrenamtsbonus siehe FB3183**

### FB1109 2025 Leben und Arbeiten – heute schon gestalten! Wandel durch die digitale Revolution

**Silke Weigang M.A., Trainerin und Coach**  
Wie werden wir 2025 leben und arbeiten? Welche Herausforderungen, mögliche Schwierigkeiten und Chancen, bringt die dritte industrielle Revolution für unser Alltags-Leben? Gemeint sind hier weniger die rein technischen Veränderungen, als vielmehr die Auswirkungen für unser zwischenmenschliches Leben und Arbeiten. Wir lassen uns von Zukunftsszenarien inspirieren und stellen diesen unsere ganz persönliche Vision gegenüber! Wie kann ich mich schon heute gestaltend auf den Wandel einstellen?

- Inhalte:**
- Lebenslange Work-Life-Challenge
  - Vollbeschäftigung, Arbeitslosigkeit oder Jobnomaden?
  - Nie mehr Stau!
  - Roboter als Chefs?
  - Gut leben statt viel haben:  
Die Sehnsucht nach Sinn, die Lust am Gestalten, Investition in Gesundheit
  - Prognosen von Zukunftsforschern wie Prof. Dr. Horst Opaschowski, Sven Gábor Jánszky, Lothar Abicht
  - Meine persönliche Agenda für 2025
- Schriftliche Anmeldung bis spätestens 9.11.18  
**Beginn: Fr., 23.11.18, 18:00-21:00 Uhr  
1 Abend (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 12,80 €**  
**Belegung: 8-12**

Atmosphäre gedeihen so genannte „Verschwörungstheorien“, alternative Erzählungen zu offiziellen Darstellungen von Sachverhalten und Geschehnissen, besonders gut. An sich ein altbekanntes und historisch vielfach bezeugtes Phänomen, hat die Digitalisierung der Verbreitung und Rezeption von Verschwörungstheorien auf beispiellose Weise Vorschub geleistet.

Das Seminar konzentriert sich auf drei Dimensionen von Verschwörungstheorien: 1) ihre Psychodynamik, 2) ihre kulturelle Funktion sowie 3) ihre argumentativen Strategien. Im Zentrum steht dabei das Anliegen, so zentrale Begriffe wie „Fakt“, „Tatsache“, „Sachverhalt“, „Konstruktion“, „Inszenierung“ und „Wahrheit“ gemeinsam zu reflektieren und zu prüfen, um die Möglichkeiten des Vertrauens in Information, aber genauso die Notwendigkeiten des Misstrauens in Information auszuloten.

**Beginn: Sa., 13.10.18, 10:00-15:00 Uhr  
1 Termin (6 UE)**  
**Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 14,70 €, Ehrenamtsbonus auf  
Antrag möglich**  
**Belegung: 8-15**

### Silke Weigang

*Die Politikwissenschaftlerin mit psychologischen Zusatzausbildungen konzipierte und begleitete für die Vereinten Nationen internationale Projekte in Afrika, Südamerika, Asien. Sie arbeitete früh als wissenschaftliche Mitarbeiterin bei Bundestagsabgeordneten. In Ihren Seminaren agiert sie humorvoll und positiv herausfordernd und geht auf die Anregungen der Teilnehmenden ein.*



*„An der Zusammenarbeit mit den Teilnehmer/-innen bei der vhs reizen mich die ganz praktischen Fragen ihres Alltags vor Ort und ihre Vielfalt.“ Dabei legt Silke Weigang besonderen Wert auf die persönliche Interaktion und dass jede/r aus dem Kurs Handwerkszeug für die Praxis mitnehmen kann. Mit ihrer Firma, créono international leadership, begleitet sie Unternehmer, Manager, Politiker sowie Einzelpersonen als Coach, Trainerin und Moderatorin, insbesondere zu den Themen: internationale Führung und Projektmanagement, interkulturelle Kommunikation und Veränderung. Silke Weigang verfügt über Projekterfahrung in zahlreichen Ländern und arbeitet in vier Sprachen, ist Speaker und Mitglied bei der German-speakers.org und Trainers-Excellence.de. Von ihrem reichen Erfahrungsschatz können die Teilnehmenden der Kurse über „Stammtischparolen gekonnt kontern“ bzw. „Leben und arbeiten 2025“ profitieren. Mitmachen lohnt sich, ist zudem unterhaltsam und bringt viele Anregungen für den Alltag!*

integriert wird, soll dieser Vortrag u. a. ver- deutlichen. Da sind beispielsweise die verschiedenen Feiertage, Riten und Traditionen, über die Außenstehende häufig nur wenig wissen. Themen werden auch die aktuelle Entwicklung der jüdischen Gemeinschaft im „Ländle“ sein sowie die erschreckenden antisemitischen Vorkommnisse der vergan- genen Wochen und Monate.

**Beginn: Di., 23.10.18, 20:00-21:30 Uhr  
1 Abend (2 UE), Vortrag  
(ohne Voranmeldung, Abendkasse)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**

### FB1107 Stammtischparolen gekonnt kontern

**Silke Weigang M.A., Trainerin und Coach**  
„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 28.09.18 wird erbeten.

**Beginn: Fr., 12.10.18, 18:00-21:00 Uhr  
1 Abend (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 12,80 €, Ehrenamtsbonus auf  
Antrag möglich**  
**Belegung: 8-12**

### FB1108 Verschwörungstheorien – oder was kann ich denn noch glauben?

**Fabian Erhardt M.A.**  
Nicht ohne Grund wird die Gegenwart als „postfaktisches Zeitalter“ bezeichnet: Im Umgang mit Information herrschen immense Unsicherheiten. Die Unterschiede zwischen Tatsachen und ihrer Konstruktion, zwischen Ereignissen und ihrer Inszenierung, verschimmen zunehmend: Welche Quellen sind sicher? Wer arbeitet wahrheitsorientiert, wer ideologisch? Welche Interessen stecken hinter welcher Perspektive? In einer solchen kulturellen

### FB1105 Lust auf Europa? Fakten, Sorgen, Chancen

**Maria Heubuch, MdE  
Norbert Lins, MdE  
Ernst Burgbacher, Staatssekretär a. D.**  
Die Absicht ist klar: Wissen über Europa und die EU-Stimmung für Europa. An diesem Abend soll authentisch und kurzweilig über diesen Staatenbund gesprochen werden, der uns zumindest in Mitteleuropa seit mehr als 70 Jahren Frieden und Wohlstand gebracht hat.

Im Mittelpunkt dieser Veranstaltung steht ein Gespräch mit den beiden Abgeordneten des Europaparlamentes Maria Heubuch und Norbert Lins. Moderiert wird das Gespräch von Erstem Bürgermeister Simon Blümcke (Ravensburg), Vorsitzender der Europa-Union Baden-Württemberg, Kreisverband Bodenseekreis e. V. Berichtet wird hier vom parlamentarischen Alltag, von den Begegnungen mit Abgeordneten anderer Länder, von dem Gefühl, Europäer zu sein. Als Auftakt erläutert Ernst Burgbacher, Parlamentarischer Staatssekretär a. D. im BMWi seine These: „Europa ist unsere Zukunft – wir haben keine andere“.

Schließlich kommen junge Menschen auf dem Podium zu Wort: Schülerinnen und Schüler des Karl-Maybach-Gymnasiums Friedrichshafen bereiten einen Beitrag vor, der ihre Sicht von Europa farbreich illustriert. Für „Zwischentöne“ sorgt Florian Loebermann mit seinem Saxophon.  
Abschließend steht das Gespräch im Foyer im Vordergrund – begleitet von einem Gläschen Wein und kleinen Köstlichkeiten europäischer Provenienz (im Teilnehmerentgelt enthalten).  
Schriftliche Anmeldung (auch online) bitte bis spätestens 19.11.18.

**Beginn: Fr., 23.11.18, 18:30-21:30 Uhr  
1 Abend (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 9,60 €**  
**Belegung: 20-80**

### FB1106 Jüdisches Gemeindeleben in Württemberg

**Prof. Barbara Traub M.A.**  
Um eine Vorstellung des Alltagslebens deut- scher Bürger jüdischen Glaubens vermitteln zu können, haben wir die Vorstandssprecherin der Israelitischen Religionsgemeinschaft Württembergs (IRGW), Professor Barbara Traub zu einem Vortrag eingeladen.  
Die IRGW ist Körperschaft des Öffentlichen Rechts und ihre Wurzeln als Heimat für die jüdischen Menschen reichen zurück bis ins frühe 19. Jahrhundert.  
Wie der jüdische Glaube – zwischen ortho- dox und liberal – gelebt und in den Alltag

## 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
- Vereinschriften, Karten, Bildbände

### Recherche:

Regionalkatalog Konstanz  
http://swb.bs-zbw.de/DB=2.203/  
und

Online-Katalog Medienhaus am See  
http://medienkatalog.friedrichshafen.de

## vhs-Ratgeber

### FB1114 Trennung und Scheidung – rechtliche und finanzielle Aspekte

Peter Slieper, Rechtsanwalt, Notar a. D.,  
Fachanwalt für Familienrecht,  
Fachanwalt für Erbrecht

Die Trennung vom Partner und eine sich eventuell daran anschließende Scheidung bedeuten einen massiven Eingriff in das Leben eines jeden Einzelnen. Deshalb sollte jeder darüber nachdenken, sich entweder vor Eheschließung oder aber spätestens, wenn sich eine Trennung ankündigt, sich über die rechtlichen und finanziellen Aspekte, die mit einer Trennung und Scheidung einhergehen, zu informieren. Hier gilt es Streit zu vermeiden und nach Möglichkeit einvernehmliche Regelungen anzustreben im Interesse der gesamten Familie, d. h. also insbesondere auch der gemeinsamen Kinder.

Behandelt werden an dem Informationsabend u. a. vorzubeugende Maßnahmen, nämlich Abschluss eines Ehevertrages bei Heirat oder aber Abschluss einer Ehescheidungsfolgenvereinbarung im Zusammenhang mit Trennung und Scheidung einschließlich der Erbfolgevereinbarung durch Testament oder Erbvertrag. Des Weiteren verschafft der Informationsabend einen Überblick über das Unterhaltsrecht und die Problematik der Vermögensauseinandersetzung bezüglich sämtlicher Bereiche, u. a. was mit dem Immobilienvermögen geschieht bzw. auch mit den während der Ehe angeschafften sonstigen Vermögenswerten inklusive Hausrat.

Einer der Themenschwerpunkte ist auch das Sorgerecht und das Umgangsrecht für die gemeinsamen Kinder. Die Veranstaltung kann selbstverständlich nicht eine juristische Einzelberatung ersetzen, sondern soll vielmehr zunächst einen Überblick über sämtliche gängigen Probleme geben, einschließlich deren Lösungen.

**Beginn: Do., 11.10.18, 18:30-21:30 Uhr**

**1 Abend (4 UE)**

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

**Kosten: 14,00 €**

**Belegung: 8-12**



### FB1115 Junge Frauen und die finanzielle Zukunft – wichtige Überlegungen zur Versorgung im Alter

Manuel Schmutz  
Noch immer wechseln die Lebensphasen von Frauen eher häufig: Ansprechender Berufstätigkeit folgen oft Babypause, Erziehungsjahre und evt. Teilzeitarbeit, Minijob oder Erwerbslosigkeit. Während Männer meist kontinuierlich ihre Altersvorsorge aufbauen können, besteht die Gefahr, dass Frauen zu wenig für die Einkommenssicherung im Alter tun (können). Aktuelle Studien zeigen, dass Frauen häufig mit bösen Überraschungen konfrontiert werden. Damit „frau“ sich rechtzeitig orientieren kann, bietet dieser Abend die Möglichkeit sich über Rentenansprüche und Altersvorsorge, Auswirkungen von Babypause, Teilzeitarbeit und Minijobs, Rentenansprüche bei Scheidung, Witwenrenten kompetent informieren zu lassen. Angesprochen werden auch sonstige Möglichkeiten privater Vorsorge. In Kooperation mit der Deutschen Rentenversicherung, Regionalzentrum Ravensburg.

**Beginn: Mi., 24.10.18, 18:00-20:15 Uhr**

**1 Abend (3 UE)**

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

**Kosten: 7,50 €**

**Belegung: 6-15**

### FB1116 \$\$\$ Surfen, bloggen, shoppen – und juristisch auf der sicheren Seite sein\$\$\$

Stefan Schwytz,  
Rechtsanwalt und Weinblogger  
Bisher ging alles gut? Sicherheit, Urheberrecht und Datenschutz sind nicht nur beim Webshoppen und Online-Banking ein Thema. WLAN, Smartphone-Apps – Fallstricke lauern überall, die einem gefährlich werden; Abmahnungen und Schadensersatzforderungen etwa können auch private Homepages betreffen.

Welche Fehler kann man selbst vermeiden, wie verhält man sich rechtssicher, wenn es um Fotos, Bilder und Filme auf der eigenen Homepage geht? Was ist mit dem Urheberrecht und gewerblichem Rechtsschutz, mit Persönlichkeitsrechten im Internet? Kaufen und Verkaufen – was muss ich beachten, wenn ich auf eBay & Amazon-Marktplätzen handle? Wann brauche ich AGB, ein Impressum, eine Datenschutzerklärung? Ziel des Kurses ist es einerseits, ein grundsätzliches Problembewusstsein für die Risiken der Online-Welt zu schaffen und darüber hinaus konkrete Tipps zum rechtssicheren aktiven Umgang mit Daten, Bildern, Texten und Videos im Web zu geben.

**Beginn: Do., 08.11.18, 18:00-21:00 Uhr**

**1 Abend (4 UE)**

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

**Kosten: 32,00 €**

**Belegung: 8-15**

### FB1117 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 Winterschuhen und -Stiefeln
- Allerlei fachliche Tipps und Tricks rund ums Pflegen

Bitte bringen Sie ein pflegebedürftiges Schuhpaar mit.

**Beginn: Fr., 12.10.18, 18:00-21:00 Uhr**

**1 Termin (4 UE), Wochenendseminar**

**Ort: vhs FN, Werkraum (EG)**

**Kosten: 26,20 €**

**incl. Materialkosten für Pflegemittel**

**Belegung: 7-10**



## 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 Herbst-/Wintersemester 18/19 steht unter dem Thema Krieg und Frieden rund um den Bodensee

vhs Friedrichshafen  
**Ein Brückenkopf im Fokus –  
kriegerische  
Auseinandersetzungen rund um  
die Reichsstadt Buchhorn**

Dr. Hartmut Semmler  
Vom Ende des 13. Jahrhunderts bis um 1800 war die kleine Reichsstadt Buchhorn immer wieder mit kriegerischen Auseinandersetzungen konfrontiert. Wegen seiner geostrategischen Bedeutung einerseits und seiner geringen Wehrhaftigkeit andererseits war der Ort bevorzugtes Ziel von Überfällen in der Region. Im Dreißigjährigen Krieg wurde es zur Zeit der schwedischen Besetzung 1634 sogar kurzzeitig in „Gustavsburg“ umbenannt; gegen Ende dieses Krieges lebten gerade noch

rund 50 Einwohner hier. Umgekehrt hat sich Buchhorn zur Zeit der Bodenseestädtebünde im 14. und 15. Jahrhundert durchaus am Kriegsgeschehen rund um den Bodensee aktiv beteiligt.

Führung im historischen Kostüm durch die Kernstadt von Friedrichshafen mit Gang zum Schloss, auf einer historischen Schalmei ertönt typische Musik der Renaissance. Anschließend Einkehr im Spitalkeller (auf eigene Kosten).

**Termin: 20.10.18, 14:30-17:00 Uhr**

**Treffpunkt: Spitalkeller bei der Stadtmauer**

**Kosten: 12,00 €**

**Kursnummer: FB1102**

Erwachsenenbildung  
Stein Egerta, Schaan  
**100 Jahre Ende des 1. Weltkrieges:  
Fakten und literarische Erinnerungen**  
Christian Marti

**Termin: Mi., 19.09.18, 18:00-19:30 Uhr**

**Ort: Seminarzentrum Stein Egerta, Schaan**

**Kosten: 15,00 CHF**

**Kursnummer: 227-H18**

**Anmeldung: Erwachsenenbildung**

**Stein Egerta Anstalt, In der Steinegerta 26,**

**9494 Schaan,**

**T: +423 232 48 22, info@steinegerta.li**

VHS Wangen  
**Der Schwedenweg**

**Termin: 28.09.18, 09:00-17:00 Uhr**

**Treffpunkt:**

**vor der Kirche in Lochau/Österreich**

**Kosten: 5,00 €**

**zuzügl. Bergfahrt Pfänderbahn: 7,00 €**

**Anmeldung: VHS Wangen 07522/74-242,**

**vhs@wangen.de bis 21.09.18**

**Wichtig zu wissen: Gehzeit ca. 4,5 Stunden,**

**Mittagspause oben am Pfänder.**

VHS Weingarten  
**Krieg und Frieden in Weingarten –  
Stadtrundgang durch die  
Weingartener Geschichte**  
Dieter Widmann

**Termin: Mi., 03.10.18, 14:30-16:30 Uhr**

**Ort: VHS, Gebäude Touristinfo,**

**Münsterplatz 1, 88250 Weingarten**

**Kosten: 6,00 €**

**Kursnummer: N1092-011**

**Anmeldung: VHS Weingarten,**

**Heinrich-Schatz-Str. 16, 88250 Weingarten**

**T: 0751/5603530; www.vhs-weingarten.de**

VHS Bodenseekreis  
**„Als Europa in Flammen stand“ –  
der dreißigjährige Krieg**  
Jörg Seyfried, evangelischer Pfarrer

**Termin: 11.10.18, 19:00-20:30 Uhr**

**Ort: Augustinum Meersburg, Kurallee 18 ,**

**88709 Meersburg**

**Kosten: 6,00 €**

**Kursnummer: UA10101VME**

**Anmeldung: VHS Bodenseekreis**

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

Wir sind im Verbund  
ONLEIHE  
BODENSEE  
OBERSCHWABEN

## VHS Bregenz Entdecken – Staunen – Verstehen: Festungsmuseum Haldsberg

Termin: Sa., 13.10.18, 14:00-16:00 Uhr  
Treffpunkt: Festungseingang,  
Obere Haldsbergstrasse 5,  
9430 St. Margrethen, Schweiz  
Parkmöglichkeit: Gasthaus Schäfli,  
Hauptstrasse 201, 9430 St. Margrethen –  
von dort ca. 10-15 Min. Gehweg zur Festung  
Kosten: 20,00 €  
Kursnummer: 18W10401  
Anmeldung: T: +43 5574/525240,  
direktion@vhs-bregenz.at

## vhs Lindau Frieden, Freistaat, Revolution

Karl Schweizer, Lokalhistoriker  
Termin: 13.10.18, 14:30-16:00 Uhr  
Ort: Altes Rathaus, Großer Saal,  
Bismarckplatz 4, 88131 Lindau  
Eintritt: 7,00 €, ermäßigt: 5,00 €  
Kursnummer: E001  
Anmeldung: vhs@lindau.de,  
T: 0049 8382/27748-0,  
Fax 08382/27748-29, www.vhs-lindau.de,  
vhs Lindau, Uferweg 7, 88131 Lindau (B)

### Kritik und Anregungen

Mich interessieren Kurse  
zu folgenden Themen:

Meine Kritik, meine Anregungen:

Name, Tel., E-Mail (nur wenn Sie informiert  
werden möchten):

## vhs Leutkirch e.V. Die Geschichte der Muna Urala

Matthias Hufschmid, Heimatpfleger  
Termin: 21.10.18, 15:00 Uhr  
Ort: Museum im Bock, Am Gänsbühl 9,  
88299 Leutkirch  
Kosten: 4,00 €  
Kursnummer: 182-10117  
Anmeldung: vhs Leutkirch e.V.,  
T: 07561/87188, vhs@leutkirch.de

## Volkshochschule Kempten Kempten und seine Nachbarn zwischen Feindschaft, Koexistenz und Kooperation

Dr. phil. Franz-Rasso Böck,  
Leiter des Stadtarchivs Kempten  
Termin: 07.11.18, 19:00 Uhr  
Ort: Volkshochschule Kempten,  
Bodmanstr. 2, 87435 Kempten, Raum 003  
Kosten: 10,00 €  
Kursnummer: Y4080P  
Anmeldung und Information:  
vhs Kempten, Bodmanstr. 2, 87435 Kempten,  
T: 0831/7049650, info@vhs-kempten.de,  
www.vhs-kempten.de

## Vhs Ravensburg „Fragt uns – denn wir sind die Letzten“

Zum Gedenken an die  
Progromnacht in Oberschwaben  
am 9. November 1938  
Termin: 09.11.18, 18:15, 19:45 Uhr  
Ort: Matthäus-Gemeindsaal, Ravensburg  
Kosten: Keine  
Anmeldung: info@vhs-rv.de

## Volkshochschule Steckborn November 1918: Der Landesgeneralstreik und der Bodenseeraum

Andreas Thüerer, Historiker, Kreuzlingen  
Termin: 29.11.18, 19:30 Uhr  
Ort: Hubschulhaus, Frauenfelderstrasse 8,  
CH 8266 Steckborn  
Kosten: 5,00 CHF  
Anmeldung: Nicht erforderlich  
Information: Volkshochschule Steckborn,  
vhs.steckborn@gmail.com

## Volkshochschule Steckborn Hilfe – Die Franzosen kommen!

Dominik Gügel M. A.,  
Direktor Napoleonmuseum Arenenberg  
Termin: 06.12.18, 19:30 Uhr  
Ort: Hubschulhaus, Frauenfelderstrasse 8,  
CH 8266 Steckborn  
Kosten: 5,00 CHF  
Anmeldung: Nicht erforderlich  
Information: Volkshochschule Steckborn,  
vhs.steckborn@gmail.com

## Volkshochschule Kreuzlingen Europa nach dem Ersten Weltkrieg: Die Friedensordnung von 1919 – Vorgeschichte und Ziele – Reaktionen und Folgen

Dr. Michael Braun,  
Stiftung Reichspräsident-Friedrich-Ebert  
Gedenkstätte, Heidelberg  
Termin: 20.03.19, 19:30 Uhr  
Ort: Torggel Rosenegg, Bärenstrasse 6,  
8280 Kreuzlingen  
Kosten: 6,00 CHF  
Anmeldung: Nicht erforderlich

### Kontaktaten Mobilnummer

#### Schon gewusst?

Die vhs FN und die Kursleitenden möchten  
Sie bei Kursänderung oder -absagen recht-  
zeitig informieren können. Das geschieht am  
besten per SMS, E-Mail oder Mobiltelefon.  
Daher bitten wir bei der Anmeldung um  
diese Kontaktaten.

### Pädagogik

#### Wildnispädagogik

## FB1200 Ausbildung Natur- und Wildnispädagogik

CORVUS Natur- und Wildnisschule  
Die Ausbildung richtet sich an alle, die ihren  
pädagogischen Horizont erweitern möchten  
und sich für wildnispädagogische Arbeit in-  
teressieren. In sechs Wochenendblöcken er-  
lernen 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. Weitere Infos er-  
halten Sie bei der vhs-FN oder bei der Natur-  
und Wildnisschule CORVUS  
(www.corvus-bodensee.de).

Beginn: Termine der Ausbildung 2018/2019:  
25. – 28.10.2018 (Einführung und Grundlagen)  
29.11. – 02.12.2018 (Bäume)  
24. – 27.01.2019 (Säugetiere)  
14. – 17.03.2019 (Netze)  
23. – 26.05.2019 (Pflanzen)  
04. – 07.07.2019 (Vögel und Abschluss)  
6 Blöcke (240 UE)  
Ort: Ferienheim Höchsten neu, Rubacker 6,  
88693 Deggenhausertal  
Kosten: 2380,00 €  
Belegung: 15-20



**ULI SCHUH**<sup>®</sup>  
Büro- und Kommunikationszentrum

Kreuzäcker 4  
88214 Ravensburg-Mariatal  
☎ 0751 / 7 69 13-0  
✉ info@uli-schuh.de

www.uli-schuh.de

### Persönlichkeit + Beruf

## FB1203 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 Ge-  
spräch 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 Be-  
dürfnisse klar zu erkennen und verständlich  
zu formulieren. Auf Grundlage der Gewalt-  
freien Kommunikation nach M. Rosenberg.  
Beginn: Sa., 12.01.19, 09:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)  
Kosten: 65,60 €  
Belegung: 8-12

## FB1204 Fehler erlaubt – Umgang mit dem Inneren Kritiker

Edith Albertz, Kommunikationstrainerin  
und Mediatorin  
Fehler sind Teil des Lebens. Trotzdem sind wir  
oft unser heftigster Kritiker, wenn uns ein  
Fehler unterläuft. Oft hindert uns die Angst  
vor Fehlern daran, aktiv zu werden und unser  
Potential zu nutzen. Sie wollen sich befreien  
von Schuldgefühlen oder Selbstvorwürfen?  
Und trotz Unsicherheit neue Schritte wagen?  
In diesem Workshop setzen Sie sich achtsam  
mit Ihrem Inneren Kritiker auseinander. Sie  
lernen eine neue Sicht auf Fehler kennen und  
entdecken den „guten Grund“, der hinter je-  
dem Handeln steckt. So entsteht mehr Klar-  
heit und Verständnis und Sie lernen Ihre „Feh-  
ler“ wert zu schätzen. Und dadurch optimal  
zu nutzen als das, was sie sind: echte Chancen  
zur Weiterentwicklung und zum Lernen.  
Bitte Schreibzeug mitbringen.

Beginn: Sa., 20.10.18, 09:00-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)  
Kosten: 65,60 €  
Belegung: 8-12

## FB1205 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  
„überbringen“?  
• Wie steigere ich meine Überzeugungskraft?  
• Übungen zu Körpersprache und Aussprache  
• Aufbau von Kurzreden und Übung von  
Diskussionssituationen  
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Fort-  
schritte werden mit Video-Aufzeichnungen  
festgehalten.

Beginn: Mo., 24.09.18, 19:00-21:15 Uhr  
5 Abende (15 UE)  
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)  
Kosten: 112,50 €  
Belegung: 8-12



### Bildung verschenken

Verschenken Sie Kurse aus dem Angebot der  
vhs Friedrichshafen. Geschenkgutscheine  
erhalten Sie im Servicebüro.

## FB1206 Erfolgreich kommunizieren – mit Ihrer Stimme begeistern! Ein Atem-, Stimm- und Kommunikationstraining

Elisabeth-Maria Wachutka,  
Opernsängerin  
• möchten Sie ihren ureigenen Atem  
(wieder-)entdecken?  
• möchten Sie mit geschulter Atmung ein  
stabileres Körperempfinden erlangen und  
ihre Selbstsicherheit erhöhen?  
• möchten Sie einfach den richtigen Ton für  
eine überzeugende Kommunikation finden?  
• möchten Sie lernen, bei Vorträgen sich  
und ihre Botschaft überzeugend zu präsenti-  
tieren?  
• möchten Sie zu ihrem eigenen Charisma/  
eigener Authentizität finden?  
• möchten Sie durch ihren eigenen Atem  
jederzeit Ruhe und Gelassenheit herbeifüh-  
ren können und ihre eigenen Ressourcen  
(wieder-) entdecken?

Dann besuchen Sie dieses Atem-, Stimm-  
und Kommunikationstraining. Dieses Ange-  
bot richtet sich an alle, die lernen möchten,  
aus einer inneren Balance heraus mit ihrer  
Stimme zu überzeugen.  
Die Dozentin Elisabeth-Maria Wachutka ist  
ausgebildete Opern- und Konzertsängerin  
und zertifizierte Atemtherapeutin.  
Mehr Informationen im Internet unter  
www.atem-bodensee-oberschwaben.de.  
Bitte mitbringen: Schreibzeug, rutschfeste  
Socken, selbstgewähltes Gedicht oder  
Textpassage

Beginn: Fr., 11.01.19, 16:00-21:15 Uhr  
Sa., 12.01.19, 09:30-17:30 Uhr  
2 Termine (16 UE), Wochenendseminar  
Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)  
Kosten: 108,80 €  
Belegung: 5-10

**Bildung verschenken**

Verschenken Sie Kurse aus dem Angebot der vhs Friedrichshafen. Geschenkgutscheine erhalten Sie im Servicebüro.

**FB1207  
Erfolgreich bewerben –  
Bewerbungstraining für Profis mit  
„dem“ Profi**

**Patrizia Kaiser, MBA, Personalmanagerin**  
Dieses Training mit einer sehr praxiserfahrenen HR-Managerin (Personalmanagerin) soll Sie in die Lage versetzen, Ihren Bewerbungen maximale Erfolgchancen einzuräumen. Dazu werden zunächst die Anforderungen an die Bewerbungsunterlagen (Aufbau, Inhalte, Form) erläutert und unterschiedliche Vorgehensweisen auch an Beispielen illustriert; unterschieden wird z. B. nach Initiativbewerbungen und Bewerbungen auf konkrete Stellen bei spezifischen Arbeitgebern. Zur Vorbereitung auf die Bewerbungsgespräche dienen u. a. folgende Fragen:

- Welche Fragen werden oft gestellt und was steckt dahinter?
- Wie überzeuge ich mit meinen Antworten?
- Wie kann ich mit geeigneter Körpersprache meinen Auftritt positiv verstärken?
- Wie bleibe ich positiv in Erinnerung?

Schließlich wird thematisiert, wie man nach dem Gespräch professionell Kontakt hält. Ergänzt wird durch Überlegungen zur Suche nach Stellen des sogenannten „verdeckten Stellenmarktes“, also solchen Stellen, die gar nicht ausgeschrieben sind. Als HR-Managerin und Rekruterin mit Erfahrungen aus dem In- und Ausland wird die Referentin das Seminar mit Übungen und praktischen Tipps aus dem „Nähkästchen“ bereichern.

**Beginn: Sa., 29.09.18, 09:30-16:00 Uhr  
1 Termin (8 UE)**

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

**Kosten: 129,60 €**

**Belegung: 8-12**


**Grenzen erweitern  
Erfahrungen sammeln**
**FB1210  
Konflikte in Familie  
und Partnerschaft**

**Holger Grossmann, Trainer, Coach**  
Streit kann jede Beziehung stark belasten. Kracht es richtig, dann sind die Fronten oft verhärtet und eine Versöhnung rückt in weite Ferne. Konflikte, die nicht oder unzureichend bearbeitet werden, können das Zusammenleben in der Familie, der Partnerschaft oder mit den Kindern nachhaltig beeinträchtigen. Umso wichtiger ist es, das Konfliktgeschehen und die eigene Rolle in dem Konflikt zu begreifen.

In dem Seminar erfahren Sie wie Konflikte entstehen, welche Dynamik sie entwickeln können und welche Rolle der Einzelne in dem Streit spielt. Weiterhin erarbeiten wir Lösungen, wie auch nach einem heftigen Streit eine Versöhnung in der Familie, der Ehe und Partnerschaft klappen kann.

**Inhalte:**

- Wie entstehen Konflikte
- Psychische Mechanismen im Streit
- Die neun Stufen der Konflikteskalation
- So „gewinne“ ich jeden Streit
- Konfliktbearbeitung
- Was provoziert mich?
- Meine Positionen im Konflikt erkennen
- Konfliktgespräche führen
- Männer und Frauen im Konflikt
- Kommunikation im Konflikt
- Zehn Schritte auf dem Weg zur Versöhnung

**Beginn: Sa., 17.11.18, 09:00-16:15 Uhr  
1 Termin (8 UE)**

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

**Kosten: 65,60 €**

**Belegung: 8-12**

**FB1225  
Was Menschen wirklich stark macht**

**Hilde D. Schiffer, Personal & Business Coach**  
„Du bist Dein eigener Herr und Meister. Deine Zukunft hängt von Dir selbst ab.“ Buddha. Zu diesem Erfolgsmodell gehören folgende Faktoren: Körperliches fit sein, Veränderungen ermöglichen, Achtsamkeit lernen und die Kunst des Loslassens.

Der Vortrag beleuchtet jedes oben genannte Thema durch Informationen und Übungen.

**Beginn: Fr., 19.10.18, 19:30-21:00 Uhr**

**1 Abend (2 UE)**

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

**Kosten: 8,40 €**

**Belegung: 10-20**

**FB1226  
Würdigen statt werten  
sich selbst und andere  
wertschätzend führen**

**Hilde D. Schiffer,  
Personal & Business Coach**

Als Führungskraft sitzen Sie häufig zwischen den Stühlen. Wertschätzend führen erfordert eine Vielzahl von Kompetenzen. Dieser Workshop ermöglicht, das eigene Führungsverhalten im Hinblick auf sich selbst und andere besser zu erkennen. Wir zeigen Methoden auf, um mit inneren und äußeren Konflikten souverän umgehen zu können.

Dabei werden wir uns mit folgenden Fragen beschäftigen: Was bewirkt Wertschätzung? Mit welchen Empfindungen, Gefühlen oder Gedanken ist dies verbunden? In welchen Situationen fällt es eher leicht, Wertschätzung zu geben? In welchen Augenblicken neigen wir eher zu abwertenden Gedanken oder Äußerungen? Wen oder was können Sie gut wertschätzen? Selbstmanagement.

**Beginn: Sa., 20.10.18, 10:00-16:00 Uhr  
1 Termin (6,67 UE)**

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

**Kosten: 48,00 €**

**Belegung: 10-20**

**FB1227  
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 Hypnoterapeutin mit den Techniken der Hypnose in eigener Praxis in Bregenz/Österreich. Die Teilnehmer lernen im Seminar, wie man selbst in Trance gehen kann und mit welchen Suggestionen und inneren Bildern eigene Veränderungswünsche unterstützt werden können, indem 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., 13.10.18, 09:00-18:00 Uhr  
1 Termin (11,33 UE), Wochenendseminar**

**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**

**Kosten: 100,80 €**

**Belegung: 8-11**



Wenn du die richtige Förderung erhältst.

Im Rahmen unseres sozialen Engagements ermöglichen wir Bildungsangebote für alle Teile der Bevölkerung. Wir fördern gemeinnützige Vorhaben im Bildungsbereich und unterstützen die Wissenschaft in der Region. Denn Wissen ist der wichtigste Schlüssel zur gesellschaftlichen Teilhabe – und Fortschritt die Basis für eine erfolgreiche Region.

Wenn's um Geld geht

 **Sparkasse  
Bodensee**

## Frauenwirtschaftstage

Die folgenden Veranstaltungen sind Kooperationsveranstaltungen mit der Frauenbeauftragten des Bodenseekreises Frau Wäscher-Göggerle.

FB1230

### Auftaktveranstaltung zu den Frauenwirtschaftstagen 2018 Digitalisierung, Fluch oder Segen? Zahlen sind der Schlüssel zu Veränderung

Dagmar Schwarz, Sportwissenschaftlerin, Germanistin und Didaktikerin

Das Thema der Digitalisierung ist seit Jahren in unseren Leben präsent. Unsere Leben sind längst digitaler geworden und diese Entwicklung nimmt täglich zu. Was bedeutet das für den Menschen? Was ist schon längst passiert und was haben wir gar nicht gemerkt? Wie können wir uns vorbereiten? Aus verschiedenen Blickwinkeln werden die Veränderungen, die die Digitalisierung mit sich bringt, unter die Lupe genommen. Faszinierende Möglichkeiten tun sich auf. Der Vortrag legt eine Reihe von Aspekten dar, die Sie zukünftige Entscheidungen für Ihr digitales Leben leichter, bewusster und fundamentierter fällen lässt.

Dagmar Schwarz ist seit 34 Jahren als Trainerin, Rednerin, Dozentin, Geschäftsführerin und Edutainerin in vielen Wirtschaftsbereichen tätig. Ihre Vorträge zeichnen sich nicht nur durch Fachwissen aus, sondern auch durch Verständlichkeit. Eine weitere Besonderheit ist außerdem der Unterhaltungsfaktor, der bei der gebürtigen Rheinländerin selten zu kurz kommt. Ein Vortrag von Dagmar Schwarz ist schnell beschrieben: kurzweilig, unterhaltsam und lehrreich. Gerade durch die leicht verständliche Wissensvermittlung bleibt den Zuhörenden einiges im Kopf hängen. Als Expertin für funktionale (Dokumentations-) Sprache weiß sie, Sprache hat Wirkung! Sprache steckt überall: im Alltag, in technischer Dokumentation, in Formularen, in Emails, in Märchen, in jedem Satz, den wir sagen, schreiben oder lesen. In Ihren Seminaren lernen die Teilnehmer das Instrument, welches sie überall benutzen und brauchen, die SPRACHE, professionell so einzusetzen, dass die gewünschte Wirkung erzielt wird. Sprache beherrschen ist viel mehr als rhetorisch gut sein.

**Beginn: Mi., 17.10.18, 17:30-19:30 Uhr**

**1 Abend (1,33 UE)**

**Ort: Kiesel, Medienhaus am See**

**Kosten: Eintritt frei**

FB1231

### Frauenwirtschaftstage 2018 Karriere 2030 gestalten: Chancen für Frauen in der digitalen Arbeitswelt

Petra-Alexandra Buhl, Supervisorin, Organisationsentwicklerin, Facilitator  
Industrie 4.0, Wirtschaft 4.0, Berufsbildung 4.0 – schwirrt Ihnen schon der Kopf? Keine Sorge. Sie befinden sich damit in bester Gesellschaft, denn der digitale Wandel, verändert Arbeits- und Hilfsmittel, erfordert neue Fähigkeiten und Fertigkeiten, braucht vernetzte Prozessabläufe, sorgt für eine Zunahme an Wissen, braucht neue Vermittlungswege, verändert Arbeitswelt und Erwerbsbiografien, fordert neue Kompetenzen und mehr berufliche Handlungsfähigkeit.

Manchmal scheint der rasante technologische Fortschritt geradezu überwältigend. Doch gerade jetzt sind die Frauen gefragt: Sie müssen ihre Karrierechancen kennen, um mit der Digitalisierung Schritt zu halten. In diesem Workshop geht es darum, wie die Digitalisierung Berufsbiografien verändert und wie Sie Ihre eigene Karriere gestalten können. Und es geht um Sie: Wie müssen Sie sich strategisch aufstellen, um von der Technik und dem Wandel nicht abgehängt zu werden? Wie können Sie die Digitalisierung für sich nutzen, um Familie und Beruf gut unter einen Hut bringen?

Inhalte sind Selbstführung, Rollenprofil für die persönliche Entwicklung, Kompetenzprofil und Laufbahnplanung für Studentinnen oder Wiedereinstieg nach Familienphase. Der Anmeldeschluss für alle Veranstaltungen ist der 06.10.18. Kinderbetreuung auf Anfrage.

**Beginn: Fr., 19.10.18, 09:00-16:30 Uhr**

**1 Termin (8,67 UE), Wochenendseminar**

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

**Kosten: 80,00 €**

**Belegung: 5-10**

FB1232

### Frauenwirtschaftstage 2018 Killerphrasen kontern: Auf persönliche Angriffe schlagfertig reagieren

Petra-Alexandra Buhl, Supervisorin, Organisationsentwicklerin, Facilitator  
Der Ton wird spürbar rauer. Nicht nur im Berufsleben erleben wir häufig, dass Antworten pauschal, abwertend, Sinn frei und häufig sogar inhaltslos sind. Viele Menschen beharren stur auf ihrer Meinung oder Autorität, sie schieben Bedenken oder Besserwisser Sprüche vor sich her und versuchen, andere mit Machtspielen und Status mundtot zu machen. Persönliche Angriffe, „Spielchen“ und Beleidigungen müssen Sie nicht einfach hinnehmen und sich im Stillen ärgern. Hier erfahren Sie, wie Sie auf die gängigsten Killerphrasen klug, charmant und schlagfertig reagieren können.

Inhalte des Workshop u. a. Zweck von Killerphrasen durchschauen und Strategien enttarnen, Konterbedarf erkennen, sechs Typen von Killerphrasen, fünf Möglichkeiten zu „kontern von nett bis fies“ je nach Situation und Gegenüber ... Sie erhalten umfangreiche Übungsmöglichkeiten und ein Skript mit fast 200 guten Antworten für (fast) alle Lebenslagen.

Der Anmeldeschluss für alle Veranstaltungen ist der 06.10.18. Kinderbetreuung auf Anfrage.

**Beginn: Sa., 20.10.18, 09:00-16:30 Uhr**

**1 Termin (8,67 UE), Wochenendseminar**

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

**Kosten: 80,00 €**

**Belegung: 5-10**

FB1233

### Frauenwirtschaftstage 2018 Die Zauberformel für (finanzielle) Freiheit heißt: Ein wenig Beschäftigung mit Zahlen und betriebswirtschaftlichen Sachverhalten

Heike Czalaun, Diplom-Ökonomin und Autorin

Und das gilt in der Berufswelt ebenso wie im Privatbereich. In beiden Bereichen ist es an der Tagesordnung, dass die Frauen die Zahlen managen. Egal ob Finanzplan im Unternehmen, Schnittstelle zum Steuerberater, vorbereitenden Buha, Businessplan für Selbständige, Existenzgründer oder das eigene Haushaltsbudget. In 80% der Fälle, privat wie betrieblich, sitzen Frauen an den Schnittstellen der Zahlen. Damit haben sie eine wichtige Schlüsselposition inne, wissen dies jedoch oft nicht oder nutzen das Wissen darum nicht aus.

Finanzielle Verantwortung ist eine innere Einstellung. Der richtige Umgang mit Geld ist Bestandteil unseres Lebens. Selbst wenn wir eine Vereinbarung mit jemandem getroffen haben, der uns finanziell versorgt, müssen wir die Zusammenhänge von Einnahmen und Ausgaben in unserem Leben begreifen. Wer Forderungen stellen will, muss auch wissen wie das Geld verdient wird. Unsere Selbstachtung steigt mit unserer finanziellen Eigenverantwortung.

In diesem Workshop führt Frau Czalaun mit Freude an die Basis heran, gibt eine Anleitung und erklärt die betriebswirtschaftlichen Mechanismen, um genau hinzusehen und mit coolness, Klarheit und Leichtigkeit Veränderungen herbeizuführen. Egal ob Unternehmerin, Angestellte, Frau die sich selbstständig machen will, mitarbeitende Ehefrau oder Hausfrau: Wir müssen alte Denkmuster durchbrechen, Selbst-Vorsorge treffen.

In unserer heutigen Zeit ist es ein „Must have, lifestyle, image“, dass frau sich damit auskennt!

**Beginn: Sa., 20.10.18, 09:00-16:30 Uhr**

**1 Termin (8,67 UE), Wochenendseminar**

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

**Kosten: 80,00 €**

**Belegung: 5-10**

## Angebote für Frauen

FB1235

### Strahlend Aussehen Schön sein und sich schön fühlen

Iris Brändle, Gesundheits- und Mentalcoach

Oft sieht man Bilder von früher und denkt, wenn ich so aussehen würde wäre ich zufrieden. Die Wahrheit ist, dass man auch damals nicht wirklich mit dem Aussehen einverstanden war. Damit uns das nicht mehr passiert, sehen wir uns die Hintergründe an, um uns jetzt gleich oder bald schöner zu fühlen. Mit kinesologischen Tests und Bewusstseinsübungen erreichen wir, dass wir mehr zu uns selbst JA sagen. Mit diesem JA können sich unter Umständen Tore öffnen, wie zum Beispiel die passenden Kleider zu finden, die Pfunde purzeln zu lassen, die passenden Freunde anzuziehen und oder oder die Wirkung auf das andere Geschlecht zu erhöhen. Durch die Selbstannahme ergibt sich vieles nahezu automatisch. Bitte Getränk und etwas zum Schreiben mitbringen.

**Beginn: Do., 27.09.18, 19:00-21:30 Uhr**

**1 Abend (2,67 UE)**

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

**Kosten: 14,70 €**

**Belegung: 8-12**

## Philosophie

FB1240

### 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.

**Beginn: Fr., 12.10.18, 18:30-21:30 Uhr**

**1 Abend (4 UE)**

**Ort: Schulmuseum, Friedrichstraße 14,**

**88045 Friedrichshafen**

**Kosten: 12,80 €**

**Belegung: 8-16**

FB1241

### Club der Denker – Philosophische Texte verständlich gemacht

Dr. Hartmut Semmler, Dr. Friederike Lutz  
Inhalte siehe Kurs FB1240.

**Beginn: Fr., 11.01.19, 18:30-21:30 Uhr**

**1 Abend (4 UE)**

**Ort: Schulmuseum, Friedrichstraße 14,**

**88045 Friedrichshafen**

**Kosten: 12,80 €**

**Belegung: 8-16**

## Angebote für Kinder und Jugendliche

FB1250

### Mit Rhythmik erziehen mit Musik und Bewegung fördern für Mädchen und Jungen 3–7 Jahre

Birgitta Eisele, Erzieherin  
Rhythmik ermöglicht eine ganzheitliche Erziehung Ihres Kindes in körperlicher, geistiger und seelischer Hinsicht. Ihr Kind lernt sich durch soziale Übungen mitzuteilen, in Kontakt mit anderen Kindern zu kommen und seinen Gefühlen Ausdruck zu geben. Durch Fantasie fördernde Übungen und unter dem Einsatz verschiedener Rhythmusinstrumente wie Klanghölzer, Rasseln, Trommeln, und Materialien wie Chiffontücher, Bänder, Luftballons, lernen die Kinder sich kreativ und rhythmisch zu bewegen und damit zu gestalten. Körperbewusstsein und Selbstvertrauen werden gefördert. Im Spiel mit rhythmischen Instrumenten erleben sie Begriffe wie schnell und langsam, laut und leise, sowie hohe und tiefe Töne und den Rhythmus verschiedener Wörter und Namen. Das Reagieren auf verschiedene akustische und visuelle Signale fördert gezielt die Konzentration des Kindes, eine Fähigkeit, die besonders wichtig auch in Bezug auf die Schule ist.

Bei Fragen können Sie sich gerne an Frau Eisele persönlich wenden. T: 07546/494.

**Beginn: Do., 18.10.18, 14:45-15:30 Uhr**

**8 Nachmittage (8 UE)**

**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**

**Kosten: 40,00 €**

**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**

**Belegung: 6-8**

FB1256

### 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., 12.10.18, 16:00-19:00 Uhr**

**Sa., 13.10.18, 09:00-16:00 Uhr**

**2 Termine (12 UE), Wochenendseminar**

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

**Kosten: 38,50 €**

**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**

**Belegung: 10-14**

## Länder- und Heimatkunde

FB1401

### Meteoritenforscher als Detektive Dieter Heinlein

Nach welchen Kriterien kann man echte Meteorite von irdischen Gesteinen bzw. künstlichen Produkten unterscheiden? Welche Funde sind also „meteorites“ und welche „meteo-wrongs“? Welche Indizien müssen erfüllt sein, daß eine Senke in der Erde als echter Meteoritenkrater anerkannt wird? Lassen sich auch bei Jahrmillionen alten Einschlagstrukturen noch Beweise für den Impakt eines Himmelskörpers finden? Immer wieder bieten Betrüger anstelle von echten Meteoriten wertlose Steine (fakes) an oder versuchen Meteorite mit bewußt falschen, „wertsteigernden“ Angaben an die Forscher bzw. Käufer zu bringen. Mit welchen kriminalistischen und forensischen Methoden können solche Machenschaften aufgedeckt werden? Der Augsburger Physiker Dieter Heinlein berichtet in dem spannenden und unterhaltsamen Vortrag über seine teilweise detektivische Arbeit.

Dieter Heinlein ist Leiter des Feuerkugelnetzes des DLR (Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt, Institut für Planetenforschung). Er sammelt seit 40 Jahren Meteorite und ist auf diesem Gebiet auch als anerkannter Gutachter tätig.

**Beginn: Di., 20.11.18, 20:00-21:30 Uhr**

**1 Abend (2 UE), Vortrag**

**(ohne Voranmeldung, Abendkasse)**

**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**

**Kosten: 8,00 €**

## ... 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 und 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:

Hören	Sprechen	Lesen	Schreiben	International anerkannte Abschlussprüfungen:	Sprachverwendung
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"> <li>Goethe Institut: Kleines Deutsches Sprachdiplom (KDS)</li> <li>Universität Cambridge: Certificate of Proficiency</li> </ul>	<b>C2</b> 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"> <li>Goethe Institut: C1 – Prüfung</li> <li>Universität Cambridge: Certificate in Advanced English, BEC Higher</li> </ul>	<b>C1</b> 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"> <li>Goethe Institut: B2 – Prüfung</li> <li>Universität Cambridge: First Certificate, BEC Vantage</li> </ul>	<b>B2</b> 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"> <li>Telc Zertifikatsprüfungen in Deutsch als Fremdsprache, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Portugiesisch, Russisch</li> <li>Universität Cambridge: BEC Preliminary</li> </ul>	<b>B1</b> 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"> <li>Telc Start 2: Prüfungen in Deutsch als Fremdsprache, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Portugiesisch, Russisch</li> </ul>	<b>A2</b> 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"> <li>Telc Start 1: Prüfungen in Deutsch als Fremdsprache, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch</li> </ul>	<b>A1</b> elementar

## 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](http://www.die-vhs-app.de).

## FB2000

### 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](http://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.

Link zu den Einstufungstests:

<https://www.vhs-fn.de/pruefung/online-einstufungstest-fuer-sprachen/>

**Online! jederzeit bequem von zu Hause aus möglich.**

## Deutsch als Fremdsprache

## FB2100

### Welchen Deutschkurs soll ich besuchen?

Lana Barth, Silke Nagel, 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.

**1. Termin: Di., 11.09.18, 17:00-18:30 Uhr, Frau Barth und Frau Nagel**

**2. Termin: Fr., 14.09.18, 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**

## Niveau A1

## FB2101

### Integrationskurs am Vormittag (700 U'Std.)

#### Basiskurs in Vollzeit, Modul 1 – 7

Lana Barth, Bettina Gericke, Michael Sieg  
Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.

Schritte plus neu 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 (390 €/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 3 Blöcke à 100 Unterrichtsstunden.

**Modul 1** Mo., 17.09. bis Mo., 22.10.18

**Modul 2** Di., 23.10. bis Mo., 03.12.18

**Modul 3** Di., 04.12. bis Mo., 21.01.19

**Beginn: Mo., 17.09.18, 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**

**ostenfrei; für Selbstzahler 390,00 €**

**Belegung: 12-22**

## FB2102

### Integrationskurs am Abend (700 U'Std.)

#### Basiskurs in Teilzeit, Modul 1 – 2

Annette Steinlein, Tatiana Aselborn  
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 ohne Vorkenntnisse. Er ist offen sowohl für Teilnehmer mit Berechtigungsschein (195 €/100 UE oder kostenfrei) als auch für Selbstzahler (390 €/100 UE).

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

In diesem Semester hat der Kurs 2 Blöcke à 100 Unterrichtsstunden.

**Modul 1** Mo., 17.09. bis Mo., 19.11.18

**Modul 2** Di., 20.11. bis Di., 29.01.19

**Beginn: Mo., 17.09.18, 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 390,00 €**

**Belegung: 12-25**

## 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 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.





**FB2103**  
**Integrationskurs mit**  
**Alphabetisierung am Vormittag**  
**Basiskurs in Vollzeit, Modul 1–3**

Tatiana Aselborn,  
Isolde Kunzmann-Landolt,  
Carmen Wicker-Fuß  
Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.  
Schritte plus Alpha 1, Lektion 1  
Der Kurs wendet sich an Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. 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 3 Blöcke à 100 Unterrichtsstunden.  
**Modul 1** Mo., 17.09. bis Mo., 22.10.18  
**Modul 2** Di., 23.10. bis Mo., 03.12.18  
**Modul 3** Di., 04.12. bis Mo., 21.01.19

**Beginn: Mo., 17.09.18, 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 390,00 €**  
**Belegung: 12-25**

**FB2104**  
**Integrationskurs mit**  
**Alphabetisierung am Vormittag,**  
**(1000 U'Std.)**  
**Aufbaukurs in Vollzeit**  
**Modul 5–7**

Helene Isberner, Lana Barth,  
Dorota Walczynska-Vogel  
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. In diesem Semester hat der Kurs 3 Blöcke à 100 Unterrichtsstunden.

**Modul 5** Mo., 17.09. bis Mo., 22.10.18  
**Modul 6** Di., 23.10. bis Mo., 03.12.18  
**Modul 7** Di., 04.12. bis Mo., 21.01.19  
**Beginn: Mo., 17.09.18, 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 390,00 €**  
**Belegung: 12-16**

**FB2105**  
**Integrationskurs mit**  
**Alphabetisierung am Nachmittag**  
**(1000 U'Std.)**  
**Aufbaukurs in Vollzeit**  
**Modul 8–10**

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. Hier! A2/1

**Modul 8** Mo., 17.09. bis Mo., 22.10.18  
**Modul 9** Di., 23.10. bis Mo., 03.12.18  
**Modul 10** Di., 04.12. bis Mo., 21.01.19

**Beginn: Mo., 17.09.18, 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 390,00 €**  
**Belegung: 12-16**

**FB2106**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 1**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Katarzyna Romansky  
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., 17.09.18, 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**

*Vielen Dank für die herzliche Aufnahme im Integrationskurs der vhs. Obwohl ich nur einmal in der Woche im Kurs bin, fühle ich mich, als wäre ich jeden Tag dabei. Ich freue mich, dass ich die Teilnehmenden und die Dozenten in ihrer Lern- und Lehrtätigkeit unterstützen kann. Die Teilnehmenden haben das Angebot des Sozialarbeiters gut angenommen und kommen mit verschiedensten Fragen hilfesuchend zu mir.*

Dieter Vidoni,  
Soziale Begleitung  
von Integrations-  
kursen durch den  
Kooperationspart-  
ner BBQ Berufliche  
Bildung gGmbH



**FB2107**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 1**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Katarzyna Romansky  
Schritte plus neu 1, Lektion 3  
Für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mi., 14.11.18, 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**

**FB2108**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 1**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Ulrike Falke  
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., 17.09.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**14 Termine, montags und dienstags (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.34**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2109**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 1**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Ulrike Falke  
Schritte plus neu 1, Lektion 3  
Für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mi., 12.11.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**14 Termine, montags und dienstags (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.34**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2110**  
**Deutsch für Zwischeneinsteiger**  
**Grundstufe 1**  
**Intensiver Kleingruppenkurs**

Sabina Delic Mesic  
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: Di., 06.11.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**20 Abende, dienstags u. donnerstags (40 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.380**  
**Kosten: 144,00 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2111**  
**Deutsch für Zwischeneinsteiger**  
**Grundstufe 1**  
**Intensiver Kleingruppenkurs**

Katarzyna Romansky  
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., 05.11.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**20 Abende, montags und mittwochs (40 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.31**  
**Kosten: 144,00 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2112**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 2**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Anastasiya Sustina  
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., 17.09.18 18:00-19:30 Uhr**  
**14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.35**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2113**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 2**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Anastasiya Sustina  
Schritte plus neu 2, Lektion 8  
Für Anfänger mit Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 19.11.18 18:00-19:30 Uhr**  
**14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.35**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2114**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 2**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Anastasiya Sustina  
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., 17.09.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.32**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2115**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 2**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Anastasiya Sustina  
Schritte plus neu 2, Lektion 8  
Für Anfänger mit Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 19.11.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.32**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2116**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 3**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Angela Hirschel  
Schritte plus neu 2, Lektion 10  
Für Anfänger mit Vorkenntnissen, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**14 Termine, montags und dienstags (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. E Z2.43**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2117**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 3**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

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

**Beginn: Mo., 12.11.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**14 Termine, montags und dienstags (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. E Z2.43**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**Niveau A2**

**FB2130**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 4**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

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

**Beginn: Di., 18.09.18, 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**

**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



**FB2131**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 4**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Sabina Delic Mesic  
Schritte plus 3, Lektion 4  
Für fortgeschrittene Anfänger, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Di., 13.11.18, 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**

**FB2132**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 5**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

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

**Beginn: Mo., 17.09.18 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 Z1.36**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2133**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 5**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Tatjana Feyhl  
Schritte plus 4, Lektion 9  
Für fortgeschrittene Lerner, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 12.11.18 18:30-20:00 Uhr**  
**14 Termine, montags und donnerstags (28 UE)**  
**bitte beachten: am Donnerstag findet der Unterricht im Karl-Maybach-Gymnasium, Zi 01.360 statt**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.36**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2134**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 5**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Sabina Delic Mesic  
Schritte plus 4, Lektion 9  
Für fortgeschrittene Lerner, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 18:30-20:45 Uhr**  
**14 Termine, montags und mittwochs (42 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.33**  
**Kosten: 151,20 €**  
**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 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): 26.10.18  
Anmeldeschluss 17.09.18
- B2 Telc: 28.02.19  
Anmeldeschluss 05.12.18
- Einbürgerungstests:  
07.11.18 und 23.01.19

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

**FB2135**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 5**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Sabina Delic Mesic  
Schritte plus 4, Lektion 12  
Für fortgeschrittene Lerner, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 19.11.18, 18:30-20:45 Uhr**  
**14 Termine, montags und mittwochs (42 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.33**  
**Kosten: 151,20 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2136**  
**Integrationskurs mit**  
**Alphabetisierung am Nachmittag**  
**Wiederholung**  
**Modul 1–3**

Michael Sieg, Isolde Kunzmann-Landolt, Sabina Delic Mesic  
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, A2  
**Modul 1** Mo., 17.09. bis Mo., 22.10.18  
**Modul 2** Di., 23.10. bis Mo., 03.12.18  
**Modul 3** Di., 04.12. bis Mo., 21.01.19

**Beginn: Mo., 17.09.18, 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 390,00 €**  
**Belegung: 12-16**

**FB2137**  
**Integrationskurs (62) mit**  
**Alphabetisierung am Vormittag**  
**Wiederholung**  
**Modul 2–3**

Angela Hirschel, Michael Sieg, Anastasiya Sustina  
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, A2  
**Modul 2** Mo., 17.09. bis Mo., 22.10.18  
**Modul 3** Di., 23.10. bis Mo., 03.12.18

**Beginn: Mo., 17.09.18, 08:30-11:45 Uhr**  
**25 Vormittage (100 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)**  
**Kosten: 195,00 €, Teilnehmer mit Berechtigungsschein: 195,00 € oder kostenfrei; für Selbstzahler 390,00 €**  
**Belegung: 12-16**

**Niveau B1**  
**FB2140**  
**Integrationskurs am Vormittag**  
**(700 U'Std)**  
**Aufbaukurs in Vollzeit, Modul 5–6**

Helene Isberner, Lana Barth  
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.  
Schritte plus neu 4, Lektion 1  
**Modul 5** Mo., 17.09. bis Mo., 22.10.18  
**Modul 6** Di., 23.10. bis Mo., 03.12.18

**Beginn: Mo., 17.09.18, 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 390,00 €**  
**Belegung: 12-22**

**FB2140B**  
**Orientierungskurs am Vormittag**  
**mit Vorbereitung auf den**  
**Einbürgerungstest**

Helene Isberner, Lana Barth  
Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.  
Test „Leben in Deutschland“: 25.01.19  
Anmeldeschluss zum Test: 18.12.18  
Rechtsordnung, Kultur und Geschichte der Bundesrepublik.

**Beginn: Di., 04.12.18, 08:30-11:45 Uhr**  
**25 Vormittage (100 UE)**  
**Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)**  
**Belegung: 12-22**

**FB2141**  
**Integrationskurs am Abend**  
**Aufbaukurs in Teilzeit, Modul 5–6**

Antoaneta Smilevska, Martina Angele  
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.  
In diesem Semester hat der Kurs 2 Blöcke à 100 Unterrichtsstunden.  
Schritte plus, Lektion 1  
**Modul 5** Mo., 17.09. bis Mo., 19.11.18  
**Modul 6** Di., 20.11. bis Di., 29.01.19

**Beginn: Mo., 17.09.18, 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 390,00 €**  
**Belegung: 12-25**

**FB2142**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 6**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Traude Bartenbach  
Schritte plus 5, Lektion 1  
Für fortgeschrittene Lerner, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.33**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2143**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 6**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Traude Bartenbach  
Schritte plus 5, Lektion 3  
Für fortgeschrittene Lerner, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 19.11.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**14 Termine, montags und mittwochs (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.33**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2144**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 7**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

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

**Beginn: Di., 18.09.18, 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**

**FB2145**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 7**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

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

**Beginn: Di., 13.11.18, 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**



**FB2146**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 8**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**

Ulrike Falke  
Schritte plus 6, Lektion 12  
Für fortgeschrittene Lerner, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**14 Termine, montags und dienstags (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.34**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2147**  
**Deutsch als Fremdsprache**  
**Grundstufe 8**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**

Ulrike Falke  
Schritte plus 6, Lektion 13  
Für fortgeschrittene Lerner, die in einer kleinen Gruppe von 7–14 Personen intensiv lernen und rasche Fortschritte machen möchten.

**Beginn: Mo., 12.11.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**14 Termine, montags und dienstags (28 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.34**  
**Kosten: 100,80 €**  
**Belegung: 7-14**

**FB2148**  
**Deutschttest für Zuwanderer (DTZ)**  
**Prüfungstraining**

Michael Sieg  
Der Deutschttest 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, 26.10.18  
Mündlicher Teil: Entweder Freitag, 26.10.18 mittags oder in der KW 44  
Anmeldeschluss: Mittwoch, 19.09.18

**Beginn: Di., 18.09.18, 18:30-20:45 Uhr**  
**Di., 02.10.18, 18:30-20:45 Uhr**  
**Di., 16.10.18, 18:30-20:45 Uhr**  
**3 Abende (9 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.33**  
**Kosten: 42,90 €, inkl. Kopien**  
**Belegung: 8-16**

**FB2149**  
**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., 07.11.2018 16:00 Uhr  
Anmeldeschluss: Mi., 26.09.18, 12:00 Uhr  
Mi., 23.01.2019, 16:00 Uhr  
Anmeldeschluss: Mi., 12.12.18, 12:00 Uhr

**Kosten: 25,00 €**

**Niveau B1+**

**FB2156**  
**Deutsch Mittelstufe 1**  
**Abendkurs**

Lana Barth  
Mittelpunkt neu B1+, Lektion 5  
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., 17.09.18, 18:15-20:30 Uhr**  
**15 Abende (45 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)**  
**Kosten: 144,00 €**  
**Belegung: 9-16**

Englisch

FB2200
Online-Einstufungstest Englisch
An der vhs Friedrichshafen wird ein kostenloser Online-Einstufungstest für die Sprache Englisch angeboten.

Niveau A1

FB2201
Englisch für die Grundbildung
Dorothee Turner
Easy English A 1.2, Unit 6
Sie wollten immer eine Fremdsprache erlernen, aber Sie haben sich bisher noch nicht getraut?

FB2202
Englisch Grundstufe 1
Christina Schepkowski
Next Starter, aktualisierte Ausgabe, Unit 1
Englisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrwerk Sprachen

Schon gewusst?
Die in den Kursen angegebenen Lehrwerke können nicht im Kurs erworben werden, sondern werden von den Teilnehmenden im Buchhandel besorgt.

Cordula Hofstätter

Schon als Schülerin befasste sich Cordula Hofstätter gern mit Sprachen und Literatur. Den Bereich „Deutsch als Fremdsprache“ lernte sie während ihres Lehramtsstudiums kennen und wählte ihn als einen ihrer Schwerpunkte.



Niveau C2

FB2196
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.

FB2197
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.

Beginn: Mo., 17.09.18, 18:00-19:30 Uhr
15 Abende (30 UE)
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)
Kosten: 126,00 €
Belegung: 9-16

Niveau C1

FB2180
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).

FB2181
Wiederholung und Festigung der Grammatik auf C1/C2-Niveau
Intensivkurs am Vormittag, Teil 2
Cordula Hofstätter
Übungsgrammatik für die Oberstufe / Hueber Verlag
Beginn: Di, 06.11.18, 08:30-11:00 Uhr
12 Vormittage, dienstags und donnerstags (36 UE)

FB2182
Wiederholung und Festigung der Grammatik auf C1/C2-Niveau
Intensivkurs am Vormittag, Teil 3
Cordula Hofstätter
Übungsgrammatik für die Oberstufe / Hueber Verlag
Beginn: Di, 08.01.19, 08:30-11:00 Uhr
6 Vormittage, dienstags und donnerstags (18 UE)

FB2183
Deutsch Mittelstufe 3
Abendkurs
Bettina Gericke
Mittelpunkt C1, Lektion 6
Beginn: Di., 18.09.18, 18:30-20:15 Uhr
15 Abende (35 UE)

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.

FB2166
Deutsch Mittelstufe 2
Vormittagskurs 2mal/Woche Teil 2
Sabine Maidhof
Lehrbuch wird am ersten Termin bekannt gegeben. Für Teilnehmende, die einen ausländischen Pflege- und Gesundheitsberuf haben und sich im Anerkennungsverfahren befinden, ist eine kostenlose Teilnahme möglich.

FB2167
Deutsch Mittelstufe 2
Vormittagskurs 2mal/Woche Teil 3
Traude Bartenbach
Lehrbuch wird am ersten Termin bekannt gegeben. Für Teilnehmende, die einen ausländischen Pflege- und Gesundheitsberuf haben und sich im Anerkennungsverfahren befinden, ist eine kostenlose Teilnahme möglich.

Niveau B2

FB2160
Berufsbezogenes Deutsch B2 (DeuföV)
Vormittagskurs, 5mal/Woche, Modul 1-4
Bettina Gericke, Genka Dimitrova, Yankova-Brust, Yogalehrerin (BYV), Entspannungspädagogin und Energietrainerin
Keine Onlineanmeldung! Anmeldung und Beratung nur persönlich im Servicebüro der vhs Friedrichshafen möglich.

FB2161
Deutsch Mittelstufe 2
Abendkurs
Bettina Pönsich
Lehrwerk wird am ersten Kursabend bekannt gegeben. Für Zuwanderer, die einen ausländischen Pflege- und Gesundheitsberuf haben und sich im Anerkennungsverfahren befinden, ist eine kostenlose Teilnahme möglich.

FB2162
Deutsch für den Beruf B1+/B2
Annette Steinlein
Im Beruf neu (Hueber-Verlag), Lektion 1
Der Kurs wendet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen in Deutsch auf der Niveaustufe B1+/B2, die ihre Sprachkenntnisse berufsorientiert ausbauen möchten.

FB2163
Deutsch im Unternehmen
Annette Steinlein
Deutsch im Unternehmen, Lektion 1
Der Kurs befasst sich auf Grundlage des Lehrwerks „Deutsch im Unternehmen“ mit Inhalten aus dem Wirtschaftsleben.

FB2164
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.

FB2203  
**Englisch Grundstufe 2**  
 Tsvetomira Ivanova  
 Next Starter, aktualisierte Ausgabe,  
 ab Lektion 6  
 Englisch für Anfänger mit leichten Vorkennt-  
 nissen.  
**Beginn: Do., 20.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.350**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2204  
**Englisch Grundstufe 3**  
 Christina Schepkowski  
 Next A1, Unit 1  
**Beginn: Mi., 19.09.18, 18:15-19:45 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 01.360**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2205  
**Englisch Grundstufe 4**  
 Sylvia Reck  
 Next A1, Unit 5  
**Beginn: Mo., 17.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**  
**Kosten: 96,00 €**  
**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 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): 26.10.18  
Anmeldeschluss 17.09.18
- B2 Telc: 28.02.19  
Anmeldeschluss 05.12.18
- Einbürgerungstests:  
07.11.18 und 23.01.19

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

FB2206  
**Englisch Grundstufe 4**  
 Andrea Veit  
 Next A1, Unit 5  
**Beginn: Di., 18.09.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 01.360**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2207  
**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., 18.09.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.350**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

### Niveau A2

FB2220  
**Englisch Grundstufe 7**  
 Tsvetomira Ivanova  
 Next A2/1, Unit 5  
**Beginn: Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2221  
**Englisch Wiederanfänger 2**  
 Marcel Wengle  
 Next A2/1, Unit 7  
 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., 18.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.360**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2222  
**Englisch Grundstufe 9**  
 Dorothee Turner  
 Next A2/2, Unit 8  
**Beginn: Do., 20.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 04.380**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2223  
**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., 19.09.18, 10:30-12:00 Uhr**  
**12 Vormittage (24 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**  
**Kosten: 90,80 €, inkl. Kopien, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 7-12**

### Niveau B1

FB2240  
**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., 18.09.18, 20:00-21:30 Uhr**  
**12 Abende (24 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.31**  
**Kosten: 88,80 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 7-12**

### 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.

FB2241  
**Englisch für Senioren Mittelstufe 2**  
 Cornelia Ellem  
 Next B1/1, Unit 4  
 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., 21.09.18, 10:00-11:30 Uhr**  
**15 Vormittage (30 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2242  
**English Refresher Course 4**  
 Dorothee Turner  
 Next B1/1, Unit 9  
 Teilnehmer sollten Vorkenntnisse von ca. 6–7 Jahren Englischunterricht mitbringen.  
**Beginn: Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.35**  
**Kosten: 96,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 9-16**

FB2243  
**Englisch für Senioren Konversationskurs**  
 Sylvia Reck  
 Headway B1/1 und andere Texte für eine einfache Konversation  
 Sie sind 65plus und haben jetzt Zeit und Lust, Ihre Englischkenntnisse aufzufrischen bzw. zu vertiefen? Und das in einer Gruppe reizender Seniorinnen und Senioren? Und dazu noch lernerfreundlich am vorgerückten Nachmittag? Dann kommen Sie zu uns! Herzlich willkommen!

**Beginn: Mo., 17.09.18, 16:15-17:45 Uhr**  
**15 Nachmittage (30 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2244  
**Willkommen to KEY!**  
 Wilma Menzies Sommer  
 Key B1/1, Unit 11  
**Beginn: Mi., 19.09.18, 18:15-19:45 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2245  
**English in the Afternoon**  
 Kim Beck  
 Next B1/2, Unit 2  
 We use Next B1/2 as a basis but also have lively conversations based on the topics in the book. 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., 17.09.18, 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**

FB2246  
**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., 18.09.18, 08:30-10:00 Uhr**  
**15 Vormittage (30 UE)**  
**Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2247  
**Cambridge Business English Certificate BEC Preliminary B1 Prüfungsvorbereitung, Teil 1**  
 Gayle Hanslik

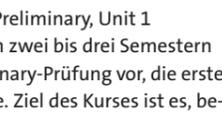
Success with BEC-Preliminary, Unit 1  
 Der Kurs bereitet in zwei bis drei Semestern auf die BEC Preliminary-Prüfung vor, die erste Stufe der BEC-Suite. Ziel des Kurses ist es, berufliche Tätigkeiten, Arbeitsabläufe, Unternehmen, Produkte und Dienstleistungen auf einfachem Niveau beschreiben zu können. 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 FB2272  
 Prüfungstermine und Anmeldeschluss siehe [www.cambridgeenglish-bw.de](http://www.cambridgeenglish-bw.de)

**Beginn: Di., 18.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**12 Abende (24 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)**  
**Kosten: 245,00 €, inkl. Kopien, (inkl. Teilnahmebescheinigung), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 3-6**

### Niveau B2

FB2260  
**Englisch Mittelstufe 6 Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 1**  
 Gabriele Glockner  
 KEY B2/1, Unit 3  
 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., 18.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**6mal dienstags, 2mal samstags (20 UE), Samstagstermine: 29.09. und 13.10., 09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 3**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)**  
**Kosten: 100,00 €**  
**Belegung: 6-9**



FB2261  
**Englisch Mittelstufe 6**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 2**  
 Gabriele Glocker  
 KEY B2/1, Unit 4

**Beginn:** Di., 06.11.18, 18:30-20:00 Uhr  
 7mal dienstags, 2mal samstags (22 UE),  
 Samstagstermine: 17.11. und 18.12.,  
 09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 3  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)  
**Kosten:** 110,00 €  
**Belegung:** 6-9



FB2262  
**Englisch Mittelstufe 6**  
**Intensiver Kleingruppenkurs, Teil 3**  
 Gabriele Glocker  
 KEY B2/1, Unit 5

**Beginn:** Di., 08.01.19, 18:30-20:00 Uhr  
 3mal dienstags, 1mal samstags (10 UE),  
 Samstagstermin: 19.01., 09:00-12:00 Uhr,  
 VHS, Seminarraum 3  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)  
**Kosten:** 50,00 €  
**Belegung:** 6-9



FB2266  
**Englisch für Senioren**  
 Tsvetomira Ivanova  
 Key B2/1, Unit 5 und Texte aus Spotlight  
 Eine Fremdsprache in der Gruppe lernen ist  
 interessant und macht Spaß. Es hilft auf Rei-  
 sen 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  
 zu, denen die Teilnehmer ähnliche Lern-  
 voraussetzungen mitbringen und in denen  
 das Lerntempo allen gerecht werden kann.

**Beginn:** Mi., 19.09.18, 10:00-11:30 Uhr  
 15 Vormittage (30 UE)  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)  
**Kosten:** 98,00 €, inkl. Kopien  
**Belegung:** 9-16

FB2268  
**Englisch 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 some-  
 times let you down? Then this is the course  
 for you!  
 Using articles from Spotlight, newspapers  
 and other sources, we have lively conversa-  
 tions in everyday English, on topics of inter-  
 est to everyone.

**Beginn:** Mo., 17.09.18, 10:00-11:30 Uhr  
 15 Vormittage (30 UE)  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)  
**Kosten:** 96,00 €  
**Belegung:** 9-16

FB2267  
**Englisch Conversation**  
 Tsvetomira Ivanova  
 For learners wishing to practise and improve  
 their spoken English. Discussions are in a re-  
 laxed atmosphere on a variety of subjects  
 based mostly on newspaper articles and of-  
 fer plenty of opportunity to talk. The course  
 also aims to extend vocabulary and revise  
 grammar.

**Beginn:** Mi., 19.09.18, 20:00-21:30 Uhr  
 15 Abende (30 UE)  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)  
**Kosten:** 98,00 €, inkl. Kopien  
**Belegung:** 9-16

FB2269  
**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., 20.09.18, 10:15-11:45 Uhr  
 11 Vormittage (22 UE)  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)  
**Kosten:** 72,20 €, inkl. Kopien  
**Belegung:** 9-16

FB2263  
**Englisch für Senioren Mittelstufe 10**  
 Dagmar Baus  
 In Conversation I, Topic 10  
 sowie Wiederholung grammatikalischer  
 Themen nach Wunsch.

**Beginn:** Di., 18.09.18, 10:10-11:40 Uhr  
 15 Vormittage (30 UE)  
**Ort:** vhs FN, Kreativstudio (1. OG)  
**Kosten:** 83,20 €  
**Belegung:** 9-16

FB2264  
**Englisch für Senioren Welcome to Easy Conversation**  
 Dagmar Baus  
 In Conversation I, Topic 11  
 Practise and improve your English while  
 talking about various topics of every day life  
 based on „In conversation I“.

**Beginn:** Do., 20.09.18, 10:10-11:40 Uhr  
 15 Vormittage (30 UE)  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)  
**Kosten:** 96,00 €  
**Belegung:** 9-16

FB2265  
**Early Morning – Easy Conversation**  
 Anne Kuypers  
 In Conversation II, Topic 17

**Beginn:** Do., 20.09.18, 08:30-10:00 Uhr  
 11 Termine (22 UE)  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)  
**Kosten:** 70,40 €  
**Belegung:** 9-16

FB2270  
**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., 18.09.18, 10:00-11:30 Uhr  
 15 Vormittage (30 UE)  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)  
**Kosten:** 96,00 €  
**Belegung:** 9-16

FB2271  
**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., 17.09.18, 09:30-11:00 Uhr  
 15 Vormittage (30 UE)  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)  
**Kosten:** 96,00 €  
**Belegung:** 9-16

### Cambridge-Prüfungen

FB2272  
**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 Einstufungs-  
 beratung 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.  
 Wir bieten außerdem ein kostenloser Online-  
 Einstufungstest für die Cambridge Prüfungen  
 (BEC). Gehen Sie auf die Internetseite  
 www.vhs-fn.de. Unter dem Menü „Prüfungen“  
 finden Sie den Link zum Online-Einstufungs-  
 test für Business English.  
 Der Einstufungstest wird vom „Cambridge  
 English Language Assessment“ kostenlos an-  
 geboten. 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: 07541/2033434.**

FB2247  
**Cambridge Business English Certificate BEC – Preliminary B1 Prüfungsvorbereitung, Teil 1**  
 Gayle Hanslik

Success with BEC-Preliminary, Unit 1  
 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, be-  
 rufliche Tätigkeiten, Arbeitsabläufe, Unter-  
 nehmen, Produkte und Dienstleistungen auf  
 einfachem Niveau beschreiben zu können.  
 Die Teilnehmenden lernen, sich in Situationen  
 mit ausländischen Geschäftspartnern aus-  
 zudrücken, sei es am Telefon oder im persön-  
 lichen Gespräch. Auch die schriftliche Kom-  
 munikation (E-Mails und einfache Geschäfts-  
 briefe) wird abgedeckt.  
 Das Prüfungsniveau ist vergleichbar mit dem  
 Niveau der Mittleren Reife. Teilnehmer sollten  
 Vorkenntnisse von ca. 5–6 Jahren Schuleng-  
 lisch mitbringen. Die Teilnahme am Kurs ver-  
 pflichtet nicht zur Prüfungsanmeldung.  
 Weitere Informationen siehe FB2272  
 Prüfungstermine und Anmeldeschluss siehe  
 www.cambridgeenglish-bw.de

**Beginn:** Di., 18.09.18, 18:00-19:30 Uhr  
 12 Abende (24 UE)  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)  
**Kosten:** 245,00 €, inkl. Kopien,  
 (inkl. Teilnahmebescheinigung),  
 Zuschuss von 30% bzw. 50% durch  
 Fachkursförderung möglich  
**Belegung:** 3-6



FB2273  
**Cambridge Business English Certificate BEC – Vantage B2 Prüfungsvorbereitung, Teil 1**  
 Nadine Küber

Success with BEC-Vantage, Unit 1  
 This course prepares participants for the BEC  
 Vantage Certificate in two or three semes-  
 ters. Dealing with job-oriented texts and situ-  
 ations, 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. Partici-  
 pants 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 FB2272  
 Prüfungstermine und Anmeldeschluss siehe  
 www.cambridgeenglish-bw.de

**Beginn:** Do., 20.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
 12 Abende (24 UE)  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 1 (1. OG)  
**Kosten:** 243,00 €, (inkl. Teilnahme-  
 bescheinigung), Zuschuss von 30% bzw. 50%  
 durch Fachkursförderung möglich  
**Belegung:** 3-6



**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](http://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.

**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.

**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.

**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 Vantage**  
 liegt in etwa auf Abiturniveau bzw. B2-Niveau auf der Skala des Europäischen Referenzrahmens.

**BEC Preliminary**  
 liegt ungefähr auf dem Niveau der Mittleren Reife. Auf der Skala des Europäischen Referenzrahmens hat die Prüfung B1-Niveau.

## Niveau C1

### FB2280 Cambridge Business English Certificate BEC Higher C1 Prüfungsvorbereitung, Teil 1

Marcel Wengle

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 practise 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 FB2272. Participants are required to have upper-intermediate language skills, or the equivalent Abitur level ability.

Prüfungstermine und Anmeldeschluss siehe [www.cambridgeesol-bw.de](http://www.cambridgeesol-bw.de)

**Beginn:** Di., 18.09.18, 20:00-21:30 Uhr  
**12 Abende (24 UE)**

**Ort:** Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.360  
**Kosten:** 243,00 €, (inkl. Teilnahmebescheinigung), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich  
**Belegung:** 3-6

### FB2281 English Conversation and More

Andrea Veit

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 with typical English everyday situations and idioms.

**Beginn:** Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
**15 Abende (30 UE)**

**Ort:** Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.36  
**Kosten:** 96,00 €  
**Belegung:** 9-16

### Kontaktdaten Mobilnummer

#### Schon gewusst?

Die vhs FN und die Kursleitenden möchten Sie bei Kursänderung oder -absagen rechtzeitig informieren können. Das geschieht am besten per SMS, E-Mail oder Mobiltelefon. Daher bitten wir bei der Anmeldung um diese Kontaktdaten.

## Englisch für spezielle Anwendungen

### Englisch für den Beruf

### FB3401 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 12.11.18

**Beginn:** Sa., 17.11.18, 09:00-12:15 Uhr  
**Sa., 24.11.18, 09:00-12:15 Uhr**

**2 Termine (8 UE)**

**Ort:** vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)  
**Kosten:** 50,80 €, inkl. Kopien, inkl. Teilnahmebescheinigung, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich  
**Belegung:** 6-10

### FB3402 Englisch für Beruf und Alltag A2 Kleingruppenkurs

Marlon Brown

Market Leader, Elementary, Unit 1

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 berufs-spezifisches 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., 18.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
**15 Abende (30 UE)**

**Ort:** Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.32  
**Kosten:** 112,00 €, inkl. Kopien, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich  
**Belegung:** 7-12

### FB3403 Englisch für Beruf und Alltag B1 Kleingruppenkurs

Dorothee Turner

Market Leader, Intermediate, Unit 11

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., 21.09.18, 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

### FB3404 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., 20.09.18, 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

### FB3508 Fit für die EUOKOM-Prüfung

Dagmar Baus

Endspurt EUOKOM – der Kurs bietet kurz vor Torschluss noch eine Übungsmöglichkeit für Kurzschriftschlossene. Eng an die Prüfung angelehnt, werden die kommunikativen Fertigkeiten wie Sprechen in Alltagssituationen und Präsentieren eines Themas sowie das Hörverstehen trainiert. Gezielte Übungen unterstützen Sicherheit und Selbstvertrauen in der Fremdsprache. Selbstverständlich haben die Teilnehmenden Gelegenheit, individuelle Fragen und Schwierigkeiten zu klären.

**Beginn:** Mi., 26.09.18, 15:30-17:00 Uhr  
**6 Termine (12 UE)**

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

**Kosten:** 48,00 €

**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**

**Belegung:** 8-12

### 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](http://www.die-vhs-app.de).

### FB3511 Vorbereitungskurs Englisch Mittlere Reife

Dagmar Baus

In diesem Kurs werden die geforderten schriftlichen Leistungsnachweise (WET) für die Mittlere Reife in Englisch intensiv eingeübt. Es besteht die Möglichkeit, grammatikalische Strukturen zu wiederholen und zu festigen und mehr Sicherheit und Selbstvertrauen in der Fremdsprache zu erlangen. Selbstverständlich haben die Teilnehmenden Gelegenheit, auch individuelle Fragen und Schwierigkeiten zu klären.

**Beginn:** Mi., 06.02.19, 15:30-17:00 Uhr  
**10 Termine (20 UE)**

**Ort:** vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)

**Kosten:** 76,00 €

**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**

**Belegung:** 8-16

### FB3512 Abi Training – Schriftliche Prüfung

Gabriele Glocker

The training course will support participants on their way to Abitur. Dealing with a variety of tasks related to essential reading and writing skills, the programme may be helpful to students on various levels from both types of high schools (Allgemeinbildendes/Berufliches Gymnasium).

The course includes a revision of major topics of British and American studies and of critical chapters of advanced grammar. Special emphasis will be put on composition writing, but other priorities can be set depending on the needs of the students.

Der Kurs richtet sich an angehende Abiturienten der allgemeinbildenden sowie der beruflichen Gymnasien: Wiederholt werden die wesentlichen Abitur-relevanten Themen der Landeskunde USA/GB sowie Problem Bereiche der Grammatik. Im Mittelpunkt stehen die verschiedenen Aufgaben Typen der schriftlichen Prüfung, vor allem das Composition Writing.

**Beginn:** Mi., 05.12.18, 17:00-18:30 Uhr  
**11 Termine (22 UE)**

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

**Kosten:** 80,00 €, inkl. Kopien

**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**

**Belegung:** 8-16

### FB3513 Abi Training – Kommunikationsprüfung

Gabriele Glocker

The training course will support participants on their way to Abitur so that they can confidently meet the requirements as set by this special type of oral exam. They will practise verbal and non-verbal means of communication, monologues as well as dialogues.

The wide range of topics revised includes a variety of aspects relevant to both types of Abitur (Allgemeinbildendes/Berufliches Gymnasium) and both parts of the exam, written as well as oral.

**Beginn:** Sa., 15.12.18, 09:00-12:00 Uhr

**Sa., 12.01.19, 09:00-12:00 Uhr**

**Sa., 26.01.19, 09:00-12:00 Uhr**

**Sa., 09.02.19, 09:00-12:00 Uhr**

**4 Vormittage (16 UE)**

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

**Kosten:** 59,00 €, inkl. Kopien

**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**

**Belegung:** 8-16

### Französisch

### FB2300 Online-Einstufungstest Französisch

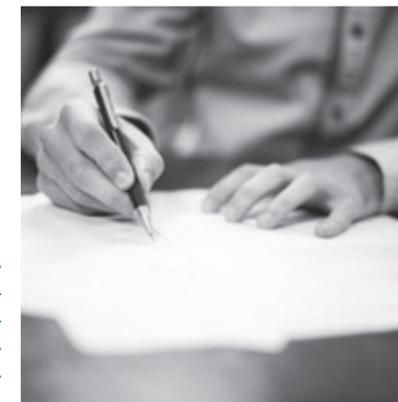
An der vhs Friedrichshafen wird ein kostenloser Online-Einstufungstest für die Sprache Französisch angeboten. Gehen Sie auf die Internetseite [www.vhs-fn.de](http://www.vhs-fn.de). Unter dem Menü 'Prüfungen' finden Sie den Link zum Online-Einstufungstest für Französisch.

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.

Link zu den Einstufungstests:

<https://www.vhs-fn.de/pruefung/online-einstufungstest-fuer-sprachen/>

**Onlinetest jederzeit bequem von zu Hause aus möglich.**



## Niveau A1

### FB2301 Französisch Grundstufe 1

Tsvetomira Ivanova

Perspectives Allezy ! A1, Unité 1

Französisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

**Beginn:** Di., 18.09.18, 19:30-21:00 Uhr

**15 Abende (30 UE)**

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

**Kosten:** 96,00 €

**Belegung:** 9-16

### FB2302 Französisch Grundstufe 2 vormittags

Nadège Jacoulot

Perspectives A1, Unité 4

„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! Sie sollten Vorkenntnisse von mindestens einem VHS-Kurs haben.

**Beginn:** Di., 18.09.18, 10:05-11:35 Uhr

**15 Vormittage (30 UE)**

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

**Kosten:** 98,00 €, inkl. Kopien

**Belegung:** 9-16

### FB2303 Französisch Grundstufe 3 vormittags

Nadège Jacoulot

Perspectives A1, Unité 6

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. ein bis zwei VHS-Kursen haben.

**Beginn:** Di., 18.09.18, 08:30-10:00 Uhr

**15 Vormittage (30 UE)**

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

**Kosten:** 98,00 €, inkl. Kopien

**Belegung:** 9-16

FB2304  
**Französisch Grundstufe 3**  
**Intensiver Kleingruppenkurs**  
**Teil 1**



Tsvetomira Ivanova  
Perspectives Allez-y ! A1, Unité 6  
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 mit leichten 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: Di., 18.09.18, 18:00-19:30 Uhr, GZG, Zimmer D 20.32**  
**6mal dienstags, 3mal samstags (24 UE), Samstagstermine: 22.09. + 06.10. vhs, Seminarraum 1 und 20.10. vhs, Seminarraum 6, 09:00-12:00 Uhr**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.32**  
**Kosten: 120,00 €**  
**Belegung: 6-9**

FB2305  
**Französisch Grundstufe 3**  
**Intensiver Kleingruppenkurs**  
**Teil 2**



Tsvetomira Ivanova  
Perspectives Allez-y ! A1, Unité 8  
**Beginn: Di., 06.11.18, 18:00-19:30 Uhr, GZG, Zimmer D 20.32**  
**7mal dienstags, 3mal samstags (26 UE), Samstagstermine: 10.11., 24.11. und 08.12., 09:00-12:00 Uhr, vhs, Seminarraum 1**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.32**  
**Kosten: 130,00 €**  
**Belegung: 6-9**

FB2306  
**Französisch Grundstufe 3**  
**Intensiver Kleingruppenkurs**  
**Teil 3**



Tsvetomira Ivanova  
Perspectives Allez-y ! A1, Unité 10  
**Beginn: Di., 08.01.19 18:00-19:30 Uhr, GZG, Zimmer D 20.32**  
**3mal dienstags, 1mal samstags (10 UE), Samstagstermin: 12.01., 09:00-12:00 Uhr, vhs, Seminarraum 1**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.32**  
**Kosten: 50,00 €**  
**Belegung: 6-9**

FB2307  
**Französisch Grundstufe 4**  
**Nadège Jacoulot**

Perspectives A1, Unité 11  
Wir haben angefangen, die französische Sprache zu lernen und finden Gefallen daran; 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 (passé composé, pronoms directs et indirects, ...). Humor, gute Laune, Entspannung, das ist unser französisches Rezept für den Montagabend!

**Beginn: Mo., 17.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 21.33**  
**Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien**  
**Belegung: 9-16**

FB2308  
**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., 18.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 21.33**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2309  
**Französisch für Kinder, 7–12 Jahre**  
**Tsvetomira Ivanova**

Les Loustics, Bd. 1, Unité 1  
Dieser Kurs bietet einen spielerischen und strukturierten Einstieg in die französische Sprache. Der Kurs eignet sich für Kinder von 7–12 Jahren. Mit unterschiedlichen Aktivitäten, Spielen sowie Liedern werden die Kinder in die Sprachmelodie des Französischen eingeführt.

**Beginn: Di., 18.09.18, 14:00-15:30 Uhr**  
**12 Nachmittage (24 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)**  
**Kosten: 91,20 €, ermäß. Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 6-9**

**Niveau A2**

FB2320  
**Français en morceaux**  
**Wiederholungskurs A2**  
**Nadège Jacoulot**

Sie haben bereits mehrere Semester an der VHS Französischkurse besucht oder haben ähnliche Vorkenntnisse; Oder Sie besuchen schon einen Kurs und möchten Ihr Wissen erweitern? Sie haben das Niveau A2 schon erreicht oder sind auf dem Weg dazu? Mit „Français en morceaux“ werden Sie in drei Sitzungen Ihren Wortschatz über ein bestimmtes Thema vertiefen und die Kommunikation und Verständnis anhand kleiner Videos und Aufnahmen aktivieren. Der Kurs findet auf Französisch statt. Wenn wir gerade von „morceau“ sprechen, fällt Ihnen bestimmt ein: Un „morceau de fromage“, ou peut-être „morceau de gâteau“ ou encore „morceau de boeuf“. Für dieses Semester lädt sie „Français en morceaux“ auf den Markt, in die Bäckerei, in die Metzgerei oder in den Milchladen ein. Wir werden die gebräuchlichen Redewendungen für den Einkauf wiederholen und ergänzen, und u. a. Teilungsartikel und Mengenangaben verfestigen. Alors, en route! Die Arbeitskopien werden von der Dozentin zur Verfügung gestellt. Anmeldeschluss ist 03.01.19

**Beginn: Di., 08.01.19, 18:00-19:30 Uhr**  
**3 Abende (6 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.33**  
**Kosten: 29,80 €, inkl. Kopien**  
**Belegung: 6-9**

FB2321  
**Französisch Wiederanfänger 2**  
**Valerie Helvy**

Perspectives Allez-y ! A2, Unité 4  
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., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**10 Abende (20 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 01.380**  
**Kosten: 64,00 €**  
**Belegung: 9-16**

**Lehrwerk Sprachen**

**Schon gewusst?**  
Die in den Kursen angegebenen Lehrwerke können nicht im Kurs erworben werden, sondern werden von den Teilnehmenden im Buchhandel besorgt.

FB2322  
**Französisch Grundstufe 8**  
**Viens apprendre le français avec nous!**  
**Nadège Jacoulot**

Perspectives A2, Unité 9  
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. So legen wir viel Wert auf die gesprochene Sprache. Wir befinden uns auf der Niveau-Stufe A2; Zeiten wie passé, composé, imparfait, conditionnel und subjonctif sollten Ihnen vertraut sein bzw. Sie sollten circa 5–6 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., 20.09.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.210**  
**Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien**  
**Belegung: 9-16**

FB2323  
**Französisch lernen mit Krimis A2**  
**Jouer au détective**  
**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., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**12 Abende (24 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 21.33**  
**Kosten: 91,20 €**  
**Belegung: 6-9**

FB2324  
**Tu parles français ? Mais oui !**  
**A2/B1**  
**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 comprendre et parler plus vite, et parallèlement améliorer la grammaire au niveau A2–B1 nous révisons ainsi 1 à 2 points de grammaire par semestre (imparfait-passé composé, pronoms, en et y, subjonctif, conditionnel, ...). 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., 20.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.210**  
**Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien**  
**Belegung: 9-12**

**Niveau B1**

FB2340  
**Vous et moi, nous parlons français !**  
**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 et révisons par semestre 1 à 2 points de grammaire (imparfait-passé composé, pronoms, en et y, subjonctif, conditionnel, ...). Notre but est de parler et comprendre le français sans souci de perfection.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 21.33**  
**Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien**  
**Belegung: 9-12**

**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 sowie den Online-Einstufungstests bietet die vhs tagsüber die Möglichkeit der Sprachberatung.  
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.



FB2341  
**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., 02.10.18, 08:30-10:00 Uhr**  
**12 Vormittage (24 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)**  
**Kosten: 76,80 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2342  
**Cours de conversation**

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

**Beginn: Di., 18.09.18, 08:30-10:00 Uhr**  
**15 Vormittage (30 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**  
**Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien**  
**Belegung: 9-16**

**Niveau B2**

FB2360  
**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., 18.09.18, 10:00-11:30 Uhr**  
**15 Vormittage (30 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**  
**Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien**  
**Belegung: 9-16**

FB2361  
**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., 19.09.18, 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**

FB2400  
**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](http://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.  
Link zu den Einstufungstests:  
<https://www.vhs-fn.de/pruefung/online-einstufungstest-fuer-sprachen/>

**Onlinetest jederzeit bequem von zu Hause aus möglich.**



FB2401  
**Italienischer Abend – L'Italia e l'italiano nel nuovo portale „Canzone Italiana“**

Simonetta Puleio,  
Italienischer Kulturverein e. V.  
„Canzone Italiana“ è una piattaforma per l'ascolto online dell'instimabile patrimonio sonoro di oltre un secolo di canzone italiana, dal 1900 al 2000. Nasce con l'obiettivo di diffondere questa importante parte della cultura italiana a un target multigenerazionale. È la testimonianza più completa del patrimonio musicale italiano: una vera e propria enciclopedia sonora, un preziosissimo elemento del Made in Italy. Durante la serata verrà presentato questo ricchissimo portale sulla base di esempi di famose canzoni italiane. „Canzone Italiana“ ist eine Plattform, die den unschätzbaren musikalischen Reichtum aus mehr als einem Jahrhundert des italienischen Liedguts zu Gehör bringt. Sie ist mit dem Ziel entstanden, diesen wichtigen Teil der italienischen Kultur in allen Generationen bekannt zu machen. Es handelt sich um die umfassendste Sammlung des italienischen Musikguts: Sie ist zugleich eine Klangzyklopädie und ein wichtiges Element des Made in Italy. Während des Abends werden Beispiele bekannter italienischer Lieder aus diesem reichhaltigen Portal präsentiert. Der Vortrag findet in italienischer Sprache mit Beispielen von Liedern aus der Homepage statt. Im Anschluss an den Vortrag erwartet Sie ein italienisches Buffet mit regionaltypischen Spezialitäten, das der Italienische Kulturverein für Sie vorbereitet hat. Für Wein und

Gesang ist gesorgt. Um das Buffet besser kalkulieren zu können, wird um schriftliche Anmeldung bei der vhs bis Sonntag, 21.10.18 gebeten. Bitte beachten Sie unsere Anmelde-modalitäten (siehe Geschäftsbedingungen der vhs) bezüglich Bezahlung durch Abbuchung oder Überweisung und schriftlicher Anmeldung. Diese kann entweder per Abgabe des ausgefüllten Anmeldevordrucks oder Onlineanmeldung bzw. mittels E-Mail erfolgen. Keine Abendkasse!

Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Italienischen Kulturverein Friedrichshafen und dem Italienischen Kulturinstitut Stuttgart anlässlich der Woche der italienischen Sprache in der Welt statt.

**Beginn: Fr., 26.10.18, 19:00-22:00 Uhr**  
**1 Termin (8 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**  
**Kosten: 14,00 €**  
**Belegung: 10-80**

**Niveau A1**

FB2402  
**Italienisch Grundstufe 1**

Daniela Gennari-Maier  
Nuovo Espresso, Bd. 1, Unità 1  
Italienisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

**Beginn: Do., 20.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 00.380**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2403  
**Italienisch Grundstufe 2**

Sara Catauro  
Nuovo Espresso, Bd. 1, Unità 3  
**Beginn: Di., 18.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.350**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2404  
**Italienisch Grundstufe 3**

Dr. Albina Casoni  
Nuovo Espresso, Bd. 1, Unità 8  
**Beginn: Di., 18.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 22.31**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2405  
**Italienisch Grundstufe 3**

Sara Catauro  
Nuovo Espresso, Bd. 1, Unità 8  
**Beginn: Do., 20.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 01.380**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2406  
**Italienisch Grundstufe 4**

Sabine Schultz  
Nuovo Espresso, Bd. 1, Unità 9  
**Beginn: Di., 18.09.18, 18:50-20:20 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 20.35**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2407  
**Italiano in pillole**  
**Wiederholungskurs A1**

Sara Catauro  
Sie haben bereits 3–4 Semester an der VHS Italienischkurse 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: Parla come mangi! Come si ordina da mangiare e da bere in Italia.  
Anmeldeschluss ist 12.11.18

**Beginn: Fr., 16.11.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**3 Abende (6 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 4 (1. OG)**  
**Kosten: 29,80 €, inkl. Kopien**  
**Belegung: 6-9**

FB2408  
**Italienisch für den Urlaub**

Concetta Torino  
Lehrbuch: Viva le vacanze! (Hueber Verlag)  
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. 1–2 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., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.360**  
**Kosten: 98,00 €, inkl. Kopien**  
**Belegung: 9-16**

**Bildung verschenken**

Verschenken Sie Kurse aus dem Angebot der vhs Friedrichshafen. Geschenkgutscheine erhalten Sie im Servicebüro.

FB2409  
**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., 20.09.18, 12:00-13:00 Uhr**  
**10 Nachmittage (13,33 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)**  
**Kosten: 64,00 €**  
**Belegung: 6-9**

FB2410  
**Italienisch in den Fastnachtsferien**  
**Intensive Kleingruppe**

Stefania Volta  
Nuovo Espresso, Bd. 1, Unità 1  
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. Leichte Vorkenntnisse werden vorausgesetzt.  
Sie möchten noch mehr lernen?  
Im Anschluss können Sie in einen unserer regulären Italienisch-Kurse einsteigen.  
Anmeldeschluss ist den 25.02.19

**Beginn: Mo., 04.03.19, 09:00-12:15 Uhr**  
**5 Vormittage (20 UE), Ferienkurs**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**  
**Kosten: 97,00 €, inkl. Kopien**  
**Belegung: 6-9**

**Niveau A2**

FB2420  
**Italienisch Grundstufe 5**  
**vormittags**

Dr. Albina Casoni  
Nuovo Espresso Bd.2, Unità 2  
**Beginn: Do., 20.09.18, 08:30-10:00 Uhr**  
**15 Vormittage (30 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2421  
**Italienisch Grundstufe 6**

Jeannine Barth  
Nuovo Espresso Bd.2, Unità 3  
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., 10.10.18, 18:15-19:45 Uhr**  
**10 Abende (20 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)**  
**Kosten: 64,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2422  
**Italienisch Grundstufe 6**

Dr. Albina Casoni  
Nuovo Espresso Bd.2, Unità 4  
**Beginn: Di., 18.09.18, 20:00-21:30 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 22.31**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2423  
**Italienisch Grundstufe 7**

Daniela Gennari-Maier  
Ripetizione della grammatica e semplice conversazione basata sulla lettura del testo „A voi la parola“.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 22.35**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2424  
**Italienisch Grundstufe 8**

Sara Catauro  
Intermezzo A1, Unità 5  
Der Kurs ist für Wiedereinsteiger A2 geeignet. Die grammatikalischen Schwerpunkte werden wiederholt und vertieft.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Termine (30 UE)**  
**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 22.36**  
**Kosten: 96,00 €**  
**Belegung: 9-16**

FB2425  
**Caffè Italia – Info**

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“ (Friedrichstr. 53) in Friedrichshafen. Insgesamt sind vier Termine vorhergesehen. An jedem Termin wird ein anderes Thema behandelt:

1. Lo sport (16.10.2018)
2. Made in Italy (13.11.2018)
3. Festività italiane (11.12.2018)
4. La Casa dei sogni (15.01.2019)

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 einem Stück Kuchen). Bitte beachten Sie für jeden Termin den Anmeldeschluss.

Qui si parla italiano mangiando e bevendo!  
**Beginn: Mi., 01.08.18,**  
**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](http://www.gessler1862.de)

#### FB2426 Caffè Italia – Lo sport

Daniela Gennari-Maier  
„Mens sana in corpore sano“, dicevano i saggi Romani! Parleremo dei diversi tipi di sport e della loro importanza nella nostra vita.  
Anmeldeschluss ist 11.10.18

**Beginn:** Di., 16.10.18, 09:00-10:30 Uhr  
**1 Termin (2 UE)**  
**Ort:** Gessler 1862, Friedrichstraße 53, 88045 Friedrichshafen  
**Kosten:** 16,50 €  
**Belegung:** 6-9

#### FB2427 Caffè Italia – Made in Italy

Daniela Gennari-Maier  
Tradizione, creatività e qualità: i punti di forza che rendono famoso il „Made in Italy“ nel mondo.  
Anmeldeschluss ist 08.11.18

**Beginn:** Di., 13.11.18, 09:00-10:30 Uhr  
**1 Termin (2 UE)**  
**Ort:** Gessler 1862, Friedrichstraße 53, 88045 Friedrichshafen  
**Kosten:** 16,50 €  
**Belegung:** 6-9

#### FB2428 Caffè Italia – Festività italiane

Daniela Gennari-Maier  
Origini e tradizioni delle più popolari festività italiane.  
Anmeldeschluss ist 06.12.18

**Beginn:** Di., 11.12.18, 09:00-10:30 Uhr  
**1 Termin (2 UE)**  
**Ort:** Gessler 1862, Friedrichstraße 53, 88045 Friedrichshafen  
**Kosten:** 16,50 €  
**Belegung:** 6-9

#### FB2429 Caffè Italia – La casa dei sogni

Daniela Gennari-Maier  
Città o campagna? Mare o montagna? Scambio di opinioni e preferenze personali sul tema „casa“, il posto che più ci rappresenta.  
Anmeldeschluss ist 10.01.19

**Beginn:** Di., 15.01.19, 09:00-10:30 Uhr  
**1 Termin (2 UE)**  
**Ort:** Gessler 1862, Friedrichstraße 53, 88045 Friedrichshafen  
**Kosten:** 16,50 €  
**Belegung:** 6-9

#### Niveau B1

#### FB2440 Italienisch Mittelstufe 1

Irene Mommertz  
Nuovo Espresso Bd. 3, Unità 2  
**Beginn:** Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort:** Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.36  
**Kosten:** 96,00 €  
**Belegung:** 9-16

#### FB2441 Italienisch Mittelstufe 4

Sara Catauro  
Allegro B1, Unità 8  
Der Kurs wiederholt und vertieft die wichtigsten grammatikalischen Strukturen und den Wortschatz von B1-Niveau mit dem Lehrwerk Allegro Band 3.  
**Beginn:** Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
**15 Termine (30 UE)**  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)  
**Kosten:** 98,00 €, inkl. Kopien  
**Belegung:** 9-16

#### FB2442 Conversazione, grammatica e antipasti

Peter Wurst  
Keine Lektionsarbeit mehr! Unsere bunte 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., 18.09.18, 17:45-19:15 Uhr  
**10 Abende (20 UE)**  
**Ort:** Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.31  
**Kosten:** 64,00 €  
**Belegung:** 9-16

#### FB2443 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., 19.09.18, 20:00-21:30 Uhr  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort:** Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 00.380  
**Kosten:** 96,00 €  
**Belegung:** 9-16

#### FB2444 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., 19.09.18, 08:30-10:00 Uhr  
**15 Vormittage (30 UE)**  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)  
**Kosten:** 96,00 €  
**Belegung:** 9-16

#### Niveau B2

#### FB2460 Ripetizione della grammatica e conversazione

Daniela Gennari-Maier  
Nel corso ripeteremo ed approfondiremo la grammatica trattata finora. Avremo, inoltre, la possibilità di conversare traendo spunto dalla lettura del testo „Arte e cucina“.

**Beginn:** Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort:** Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 00.380  
**Kosten:** 96,00 €  
**Belegung:** 9-16

#### FB2461 Parliamo italiano!

Jeannine Barth  
Universitalia 2.0, Bd.2, Unità 5  
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., 02.10.18, 18:15-19:45 Uhr  
**12 Abende (24 UE)**  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)  
**Kosten:** 76,80 €  
**Belegung:** 9-16

#### FB2462 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., 17.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
**10 Abende (20 UE)**  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)  
**Kosten:** 66,00 €, inkl. Kopien  
**Belegung:** 6-10

#### Russisch

#### Niveau A1

#### FB2501 Russisch Grundstufe 1 Kleingruppe

Tatjana Feyhl  
Jasno! Bd.1, Lektion 1  
**Beginn:** Di., 18.09.18, 19:30-21:00 Uhr  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort:** Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.35  
**Kosten:** 144,00 €  
**Belegung:** 5-8

#### FB2502 Russisch Grundstufe 3 Kleingruppe

Lana Barth  
Jasno! Bd. 1, Lektion 4  
**Beginn:** Mi., 19.09.18, 18:00-19:30 Uhr  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort:** Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.350  
**Kosten:** 144,00 €  
**Belegung:** 5-8

#### FB2503 Russisch Grundstufe 5 Kleingruppe

Tatjana Feyhl  
Jasno! Bd. 1, Lektion 7  
**Beginn:** Di., 18.09.18, 18:00-19:30 Uhr  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort:** Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.35  
**Kosten:** 144,00 €  
**Belegung:** 5-8

#### FB2504 Russisch Grundstufe 7 Kleingruppe

Tatjana Feyhl  
Jasno! Bd. 1, Lektion 10  
**Beginn:** Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort:** Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.35  
**Kosten:** 144,00 €  
**Belegung:** 5-8

#### FB2505 Russisch Lektüre, Konversation, Grammatik Kleingruppe

Lana Barth  
Poehali! – Los geht's!, Bd. 1, Lektion 8  
**Beginn:** Do., 20.09.18, 18:00-19:30 Uhr  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort:** Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.360  
**Kosten:** 144,00 €  
**Belegung:** 5-8

#### Niveau B1

#### FB2506 Russisch Lektüre, Konversation, Grammatik Kleingruppe

Lana Barth  
Wmeste 2, Lektion 4  
**Beginn:** Di., 18.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort:** Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 01.380  
**Kosten:** 144,00 €  
**Belegung:** 5-8

#### Kritik und Anregungen

Mich interessieren Kurse zu folgenden Themen:

Meine Kritik, meine Anregungen:

Name, Tel., E-Mail (nur wenn Sie informiert werden möchten):



## Spanisch

FB2600

### 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](http://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.

Link zu den Einstufungstests:

<https://www.vhs-fn.de/pruefung/online-einstufungstest-fuer-sprachen/>

**Onlinetest jederzeit bequem von zu Hause aus möglich.**

## Niveau A1

FB2601

### Spanisch Grundstufe 1

Urquia Martinez de Alker

Perspectivas ¡Ya! A1, Unidad 1

Spanisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

**Beginn: Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
15 Abende (30 UE)**

**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.210**

**Kosten: 96,00 €**

**Belegung: 9-16**

FB2602

### Spanisch Grundstufe 2

Vera Miller-Zang

Perspectivas ¡Ya! A1, Unidad 6

**Beginn: Mo., 17.09.18, 18:30-20:00 Uhr**

**15 Abende (30 UE)**

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

**Kosten: 96,00 €**

**Belegung: 9-16**

FB2603

### Spanisch Grundstufe 2

Ana Rutloff de Pedro

Perspectivas ¡Ya! A1, Unidad 6

**Beginn: Mi., 19.09.18, 20:00-21:30 Uhr  
15 Abende (30 UE)**

**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.360**

**Kosten: 96,00 €**

**Belegung: 9-16**

FB2604

### Spanisch Grundstufe 4

Elsa Cortijo de Waibel

Perspectivas A1, Unidad 13

**Beginn: Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
12 Abende (24 UE)**

**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.31**

**Kosten: 76,80 €**

**Belegung: 9-16**

FB2605

### 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 notwendigsten 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: Mi., 19.09.18, 19:30-21:00 Uhr  
15 Abende (30 UE)**

**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.350**

**Kosten: 96,00 €**

**Belegung: 9-16**

FB2606

### Spanisch in den Fastnachtferien Intensive Kleingruppe

Yulbrai Coromoto Froilan-Müller

Perspectivas ¡Ya! A1, Unidad 1

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. Leichte Vorkenntnisse werden vorausgesetzt.

Sie möchten noch mehr lernen?

Im Anschluss können Sie in einen unserer regulären Spanisch-Kurse einsteigen.

Anmeldeschluss ist 25.02.19

**Beginn: Mo., 04.03.19, 09:00-12:15 Uhr  
5 Vormittage (20 UE), Ferienkurs**

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

**Kosten: 97,00 €, inkl. Kopien**

**Belegung: 6-9**

## Niveau A2

FB2620

### Spanisch Grundstufe 5

Elsa Cortijo de Waibel

Perspectivas ¡Ya! A2, Unidad 1

**Beginn: Di., 18.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
12 Abende (24 UE)**

**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.31**

**Kosten: 76,80 €**

**Belegung: 9-16**

FB2621

### Spanisch Grundstufe 5 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 1

Marixa Jehle

Perspectivas A2, Unidad 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 mittwochs 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: Mi., 19.09.18, 18:00-19:30 Uhr  
5mal mittwochs, 3mal samstags (22 UE),  
Samstagstermine: 22.09., 06.10. und 20.10.,  
09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 2**

**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.350**

**Kosten: 110,00 €**

**Belegung: 6-9**

FB2622

### Spanisch Grundstufe 5 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 2

Marixa Jehle

Perspectivas A2, Unidad 3

**Beginn: Mi., 07.11.18, 18:00-19:30 Uhr  
6mal mittwochs, 3mal samstags (24 UE),  
Samstagstermine: 10.11., 24.11. und 08.12.,**

**09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 4**

**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.350**

**Kosten: 120,00 €**

**Belegung: 6-9**

FB2623

### Spanisch Grundstufe 5 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 3

Marixa Jehle

Perspectivas A2, Unidad 6

**Beginn: Mi., 09.01.19, 18:00-19:30 Uhr  
6mal mittwochs, 1mal samstags (10 UE),  
Samstagstermin: 19.01., 09:00-12:00 Uhr,  
VHS, Seminarraum 4**

**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.350**

**Kosten: 40,00 €**

**Belegung: 6-9**

FB2624

### Spanisch Grundstufe 6

Ana Rutloff de Pedro

Perspectivas ¡Ya! A2, Unidad 2

**Beginn: Mo., 17.09.18, 19:30-21:00 Uhr  
15 Abende (30 UE)**

**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.36**

**Kosten: 96,00 €**

**Belegung: 9-16**

FB2625

### Los tiempos del pasado: Curso rapido de español Kleingruppenkurs

Micaela Apfelbacher

Perfecto – Imperfecto – Indefinido? Abgeschlossene oder nicht abgeschlossene Handlungen? Welche Zeitangabe muss ich verwenden? Diese und weitere Fragen, die so häufig im Unterricht auftauchen und sich als schwieriges Kapitel erweisen, werden in diesem Kurs zusammenfassend behandelt. Aktiv und gemeinsam basierend auf Texten und audiovisuellen Materialien werden die Teilnehmenden diese wichtigen Kernpunkt der spanischen Sprache erkunden und üben. Mehr Sicherheit gewinnen, die Anwendung der passenden Struktur automatisieren, den Redefluss verbessern, wenn über Vergangenheit gesprochen wird, sind Ziele dieses Kurses.

**Beginn: Mi., 10.10.18, 18:30-20:00 Uhr  
8 Termine (16 UE)**

**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.31**

**Kosten: 79,30 €, inkl. Kopien**

**Belegung: 6-9**

FB2626

### 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., 18.09.18, 18:30-20:00 Uhr**

**15 Abende (30 UE)**

**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 00.380**

**Kosten: 96,00 €**

**Belegung: 9-16**

## Niveau B1

FB2640

### Spanisch Mittelstufe 1

Ana Rutloff de Pedro

Perspectivas B1, Unidad 1

**Beginn: Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr**

**15 Abende (30 UE)**

**Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.360**

**Kosten: 96,00 €**

**Belegung: 9-16**

FB2641

### Spanisch Mittelstufe 2 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 1

Vera Miller-Zang

Perspectivas ¡Ya! 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., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr**

**5mal mittwochs, 3mal samstags (22 UE),  
Samstagstermine: 22.09., 06.10. und 20.10.,**

**09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 5**

**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.32**

**Kosten: 110,00 €**

**Belegung: 6-9**

FB2642

### Spanisch Mittelstufe 2 Intensiver Kleingruppenkurs Teil 2

Vera Miller-Zang

Perspectivas ¡Ya! B1, Unidad 6

**Beginn: Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr**

**6mal mittwochs, 3mal samstags (24 UE),  
Samstagstermine: 10.11., 24.11. und 08.12.,**

**09:00-12:00 Uhr, VHS, Seminarraum 8**

**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.32**

**Kosten: 120,00 €**

**Belegung: 6-9**

## 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 sowie den Online-Einstufungstests bietet die vhs tagsüber die Möglichkeit der Sprachberatung.

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.

FB2643  
**Spanisch Mittelstufe 2  
Intensiver Kleingruppenkurs  
Teil 3**

Vera Miller-Zang  
Perspectivas ¡Ya! B1, Unidad 8

**Beginn: Mi., 09.01.19, 18:30-20:00 Uhr**  
3mal mittwochs, 1mal samstags (10 UE),  
Samstagstermin: 19.01., 09:00-12:00 Uhr,  
VHS, Seminarraum 5  
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.32  
Kosten: 50,00 €  
Belegung: 6-9

FB2644  
**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., 19.09.18, 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

FB2645  
**Spanisch einfache Konversation**

Ana Ruttloff de Pedro  
Lektüre einfacher Kurzgeschichten und Konversation, Wiederholung und Vertiefung der Grammatik nach Bedarf.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 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**

FB2680  
**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., 17.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
15 Abende (30 UE)  
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.31  
Kosten: 96,00 €  
Belegung: 9-16

**Anderere Fremdsprachen**

FB2701  
**Arabisch Grundstufe 1  
Kleingruppe**

Mayas Hussein  
Salam! neu A1-A2, Lektion 1  
Arabisch ist eine der ältesten Sprachen der Welt, entdecken Sie ihre Magie. Arabisch lesen, sprechen, schreiben und verstehen ermöglicht 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. Die Dozentin ist Muttersprachlerin. Die im Kurs gewählte Sprache ist modernes Hocharabisch und dadurch in allen arabischen Ländern hilfreich.

**Beginn: Di., 18.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
15 Abende (30 UE)  
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.36  
Kosten: 145,00 €, inkl. Kopien,  
Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich  
Belegung: 5-8

FB2702  
**Arabisch Grundstufe 3  
Kleingruppe**

Karam Sharbat  
Salam! neu A1-A2, Lektion 5  
Arabisch ist eine der ältesten Sprachen der Welt, entdecken Sie ihre Magie. Arabisch lesen, sprechen, schreiben und verstehen ermöglicht 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., 10.10.18, 20:00-21:30 Uhr**  
13 Abende (26 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)  
Kosten: 124,80 €  
Belegung: 5-12

FB2703  
**Arabisch Grundstufe 4  
Kleingruppe**

Karam Sharbat  
Salam! neu A1-A2, Lektion 7  
**Beginn: Di., 02.10.18, 20:00-21:30 Uhr**  
14 Abende (28 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)  
Kosten: 134,40 €  
Belegung: 5-12

Den Ehrenamtsbonus können Sie für folgende Kurse erhalten:

- Stammtischparolen gekonnt kontern 12.10.18 / 18:00-21:00 Uhr > FB1107
  - Verschwörungstheorien 13.10.18 / 10:00-15:00 Uhr > FB1108
  - Biografie-Gespräche – Verständnis für den Menschen gegenüber 06.11.18 / 20:00-21:30 Uhr > FB1110
  - Englisch für die Grundbildung 17.09.18 / 20:00-21:30 Uhr > FB2201
  - Arabisch Grundstufe 1 – Kleingruppe 18.09.18 / 18:00-19:30 Uhr > FB2701
  - Computer-Einführungskurs „60plus“ 21.09.18 / 09:30-11:45 Uhr > FB3706M
  - Computer-Auffrischkurs „60plus“ 10.01.19 / 09:30-11:45 Uhr > FB3707M
  - Richtige und effektive Datensicherung 10.01.19 / 18:30-21:30 Uhr > FB3715M
  - Word 2016 Grundlagen 06.11.18 / 18:00-21:30 Uhr > FB3716M
  - Excel 2016 Grundlagen 09.10.18 / 18:00-21:30 Uhr > FB3719M
  - PowerPoint 2016 Grundlagen 08.10.18 / 18:30-21:30 Uhr > FB3723M
  - Nextcloud – die sichere Cloud Alternative 08.11.18 / 18:30-20:45 Uhr > FB3731M
  - Digitale Bildbearbeitung mit GIMP – Grundkurs 21.01.19 / 18:30-21:30 Uhr > FB3748M
- Info zum Ehrenamtsbonus siehe Kurs FB3183

FB2704  
**Arabisch Grundstufe 5  
Kleingruppe**

Karam Sharbat  
Salam! neu A1-A2, Lektion 9  
**Beginn: Fr., 05.10.18, 16:00-17:30 Uhr**  
14 Abende (28 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 3 (1. OG)  
Kosten: 134,40 €  
Belegung: 5-12

FB2705  
**Chinesisch Grundstufe 1  
Kleingruppe**

Hua Gong-Müller  
Unvergessliches Chinesisch, Lektion 1, Buch A  
**Beginn: Fr., 21.09.18, 17:00-18:30 Uhr**  
9 Abende (18 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)  
Kosten: 86,40 €  
Belegung: 5-8

FB2706  
**Chinesisch Grundstufe 3  
Kleingruppe**

Hua Gong-Müller  
Unvergessliches Chinesisch, Lektion 6, Buch B  
**Beginn: Fr., 21.09.18, 20:00-21:30 Uhr**  
15 Abende (30 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)  
Kosten: 144,00 €  
Belegung: 5-8

FB2707  
**Chinesisch Grundstufe 5  
Kleingruppe**

Hua Gong-Müller  
Unvergessliches Chinesisch, Lektion 11, Buch B  
**Beginn: Fr., 28.09.18, 17:00-18:30 Uhr**  
6 Abende (12 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)  
Kosten: 57,60 €  
Belegung: 5-8

FB2708  
**Chinesisch Grundstufe 9  
Kleingruppe**

Hua Gong-Müller  
Unvergessliches Chinesisch, Lektion 6, Buch D  
**Beginn: Fr., 21.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
13 Abende (26 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)  
Kosten: 124,80 €  
Belegung: 5-8

FB2709  
**Türkisch Grundstufe 1  
Kleingruppe**

Emel Coban  
Kolay gelsin, Lektion 1  
**Beginn: Di., 18.09.18, 19:00-20:30 Uhr**  
15 Abende (30 UE)  
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.32  
Kosten: 144,00 €  
Belegung: 5-8

FB2710  
**Türkisch Grundstufe 3  
Kleingruppe**

Sibel Kazankaya  
Kolay gelsin, Lektion 6  
**Beginn: Do., 20.09.18, 19:00-20:30 Uhr**  
15 Abende (30 UE)  
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.390  
Kosten: 144,00 €  
Belegung: 5-8

FB2711  
**Türkisch Grundstufe 6  
Kleingruppe**

Sibel Kazankaya  
Kolay gelsin, Lektion 13  
**Beginn: Mi., 19.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
15 Abende (30 UE)  
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.380  
Kosten: 144,00 €  
Belegung: 5-8

**Lehrwerk Sprachen**

**Schon gewusst?**

Die in den Kursen angegebenen Lehrwerke können **nicht** im Kurs erworben werden, sondern werden von den Teilnehmenden im Buchhandel besorgt.

FB2712  
**Türkisch Grundstufe 6  
Kleingruppe**

Emel Coban  
Kolay gelsin, Lektion 13  
**Beginn: Mo., 17.09.18, 19:00-20:30 Uhr**  
15 Abende (30 UE)  
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z1.31  
Kosten: 144,00 €  
Belegung: 5-8

FB2713  
**Portugiesisch Grundstufe 1  
Kleingruppe**

Waltraud Wetzel-Kelm  
Oi, Brasil! aktuell, Unidade 1  
**Beginn: Do., 20.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
15 Abende (30 UE)  
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 03.380  
Kosten: 144,00 €  
Belegung: 5-8

FB2714  
**Neugriechisch Grundstufe 1  
Kleingruppe**

Maria Schley  
Pame! A1, Lektion 1  
**Beginn: Mi., 10.10.18, 18:00-19:30 Uhr**  
12 Abende (24 UE)  
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z2.32  
Kosten: 115,20 €  
Belegung: 5-8

FB2715  
**Neu: Japanisch Grundstufe 1  
Kleingruppe**

Kasumi Fujiwara  
Marugoto, Starter A1 Katsudoo  
ISBN: 978-3-87548-707-7  
Neben der Einführung in die Silbenschriften Hiragana und Katakana werden auch erste Schritte in den kommunikativen Fähigkeiten „Sprechen“ und „Hören“ behandelt. Lassen Sie sich von der faszinierenden Kultur Japans inspirieren, denn im Unterricht werden auch Themen wie z. B. die japanische Tee-Zeremonie, die japanischen Traditionen allgemein und der Kommunikationsstil behandelt. Dieser Kurs setzt keinerlei Kenntnisse voraus und bietet einen ersten Einstieg in die Sprache.  
**Beginn: Di., 18.09.18, 19:30-21:00 Uhr**  
15 Termine (30 UE)  
Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D Z0.33  
Kosten: 149,00 €, inkl. Kopien  
Belegung: 5-8



FB2716  
**Neu: Ungarisch Grundstufe 1  
Kleingruppe**

Marta Strohmaier  
Szóbeszéd, Ungarisch für Anfänger A1, Lektion 1  
Dieser Kurs bietet Einblicke in die ungarische Kultur und Mentalität. Von Anfang an wird dieser Kurs interkulturelle Kompetenz sowie Landeskunde vermitteln. Die Kommunikation wird dabei in den Mittelpunkt gestellt. Somit können Sie Begrüßungsformeln, Zahlen, höfliche und private Anrede, Fragen nach dem Weg, Bestellen im Restaurant, Wünsche äußern sowie das Zurechtfinden in Alltagssituationen lernen.

**Beginn: Mi., 19.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
15 Abende (30 UE)  
Ort: Karl-Maybach-Gymnasium, Zi. 02.380  
Kosten: 144,00 €  
Belegung: 5-8

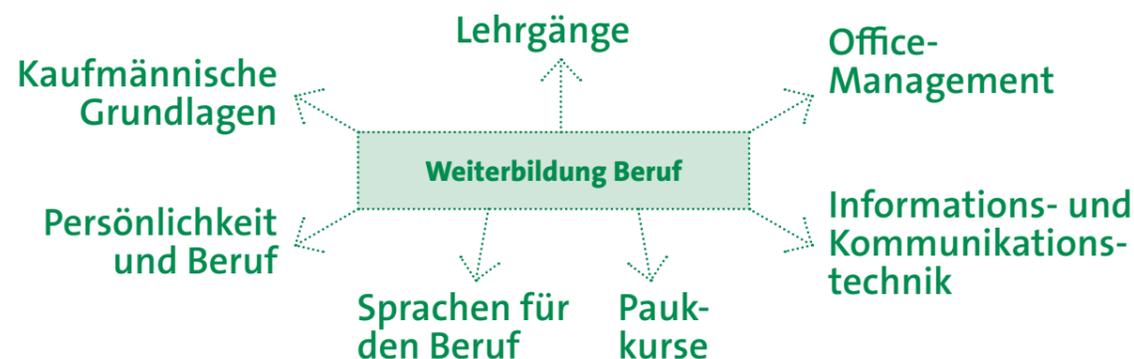
**Marta Strohmaier**

*Gebürtig bin ich aus Rumänien. Ich hatte das Glück, zweisprachig aufzuwachsen, denn meine Muttersprache ist Ungarisch. Mit 18 Jahren wanderte ich nach Deutschland aus, hatte aber nur geringe Deutschkenntnisse. Schnell habe ich die Sprache erlernt und dabei bemerkt, dass ich Sprachen liebe.*

*Es macht mir Spaß, mit Menschen zu arbeiten und die Faszination der Sprachen weiter zu geben. Ich freue mich darauf, mit Ihnen zusammen diesen Weg zu gehen.*



# Weiterbildung Beruf



## Firmenseminare

FB3100

### 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 Schulungs-Konzept ein und beraten Sie bei der optimalen Zusammenstellung der Schulungs-Gruppen.

- 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)!

#### Termine nach Vereinbarung

## Lehrgänge

FB3101

### Geprüfte Rechtsfachwirtin

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

Bei der Rechtsfachwirtin handelt es sich um eine 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.

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 Fr., 21.09.2018, freitags 15:30-20:00 Uhr, samstags 08:30-13:00 Uhr, 86 Termine (516 UE)**

**Ort: vhs FN, E-Learning Studio (2. OG) Kosten: 2400,00 € (Anmeldegebühr 300 € + 12 Raten à 175 €) Belegung: 10-15**

FB3102

### 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 Fr., 12.01.19, freitags 15:30-20:00 Uhr, samstags 08:30-13:00 Uhr, 134 Termine (804 UE)**

**Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG) Kosten: 3500,00 € (Anmeldegebühr 260 € + 18 Raten à 180 €, exklusive Lehrmaterial) Fördermöglichkeit: Aufstiegs-BaföG, Zuschussmöglichkeit ca. 30 % Belegung: 12-18**



FB3103

### Infoveranstaltung Geprüfter Bilanzbuchhalter (IHK) Geprüfte Bilanzbuchhalterin (IHK)

Klaus Hamann, Dipl.-Betriebswirt (FH)  
Ausführliche Informationen und eine Informationsbroschüre erhalten Sie bei der vhs FN.

**Beginn: Fr., 23.11.18, 17:00-18:30 Uhr 1 Termin (2 UE)**

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

**Belegung: 12-18**

FB3104

### 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 „Geprüfte/r Wirtschaftsfachwirt/in (IHK)“ baut auf den praktischen Berufserfahrungen auf und versetzt die Absolventen in die Lage, Leitungs- und Führungsaufgaben in allen kaufmännischen Bereichen zu übernehmen.

#### Unterrichtsfächer:

- Lern- und Arbeitstechniken
- Teil I: Wirtschaftsbezogene Qualifikationen:**
  - Volks- und Betriebswirtschaft
  - Rechnungswesen
  - Recht und Steuern
  - Unternehmensführung

**Teil II: Handlungsspezifische Qualifikationen:**

- Betriebliches Management
- Investition, Finanzierung, betriebliches Rechnungswesen und Controlling

- Logistik
- Marketing und Vertrieb
- Führung und Zusammenarbeit

Mit dem erfolgreichen Abschluss des Fachstudiengangs erlangen die Absolvent/innen die anerkannte Zusatzqualifikation „Geprüfte/r Wirtschaftsfachwirt/in (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 Fr., 08.03.19, freitags 15:30-20:00 Uhr, samstags 08:30-13:00 Uhr, 122 Termine (732 UE)**

**Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG) Kosten: 3050,00 € (Anmeldegebühr 170 € + 18 Raten à 160,00 €, exklusive Lehrmaterial) Fördermöglichkeit: Aufstiegs-BaföG, Zuschussmöglichkeit ca. 30 % Belegung: 12-18**

## Kontaktdaten Mobilnummer

### Schon gewusst?

Die vhs FN und die Kursleitenden möchten Sie bei Kursänderung oder -absagen rechtzeitig informieren können. Das geschieht am besten per SMS, E-Mail oder Mobiltelefon. Daher bitten wir bei der Anmeldung um diese Kontaktdaten.

FB3105  
**Infoveranstaltung Geprüfter  
Wirtschaftsfachwirt (IHK)  
Geprüfte Wirtschaftsfachwirtin  
(IHK)**

Otto Karl Rempfer, Dipl.-Volkswirt  
Ausführliche Informationen und eine Informationsbroschüre erhalten Sie außerdem bei der vhs FN.

**Beginn: Fr., 18.01.19, 15:30-17:00 Uhr  
1 Termin (2 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)  
Belegung: 12-18**

FB3106  
**Perspektive  
Wiedereinstieg  
– Qualifizierung  
für die moderne Bürowelt (Teil 1)  
(inkl. ECDL Base)**

Bernhard Rosa, Werner Schmidberger,  
Gunna Schiprowski, Trainerin und Coach  
Sie planen den Wiedereinstieg in die moderne Bürowelt? Sie wollen Ihren Mann im Handwerks- oder Dienstleistungsbetrieb im Büro unterstützen? Sie möchten Ihre Effizienz im Büro verbessern? In diesem Kurs erhalten Sie das Handwerkszeug dazu. Mit diesem Lehrgang bereiten Sie sich gründlich und in kompakter Form (zweimal in der Woche) auf diese neuen Tätigkeiten vor. Der Kurs besteht aus zwei Teilen. Im ersten Teil vermitteln wir Ihnen ausführlich mit neuester Hard- und Software die aktuellen EDV-Grundkenntnisse, die Sie in der modernen Bürowelt benötigen. Sie können am Ende von jedem Modul die Prüfungen des ECDL Base ablegen und haben damit einen europäisch anerkannten Abschluss für Ihre Bewerbungen:

- Inhalte:**
- Von Anfang an – „Computer Grundlagen“ verständlich erklärt!
  - Im Internet unterwegs: „Online Grundlagen“
  - Textverarbeitung mit Word 2016
  - Professionelle Tabellenkalkulation mit Excel 2016

Im zweiten Teil machen wir Sie fit für den modernen Büroalltag. Sie beschäftigen sich intensiv mit folgenden Themen:

- Selbstmanagement und Orga-Tools für den Büroalltag
- Geschäftskorrespondenz
- Bewerbungsunterlagen
- Ordnung für Papier und Bytes
- Outlook (effektive Kommunikation, Zeit im Griff)

Für diesen Lehrgang sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

Gerne beraten wir Sie kostenlos persönlich (bitte Termin vereinbaren) oder telefonisch unter (07541) 203 3409 (Dieter Walter, Fachbereichsleiter).

**SYSTEMISCHE WEITERBILDUNGEN  
DGSF-anerkannt**



ptz cormann

**SYSTEMISCHE BERATUNG**

2 Jahre - ab Mai 2019 in Konstanz  
**Schnupperseminar, 15h**

**und Infoabend, 19h**

im Bodensee-Campus, am  
**11. Februar 2019**  
Bruder-Klaus-Str.8, 78467 Konstanz

**20% Jubiläumsbonus !!  
ab EUR 120,- monatl.**

ptz cormann

Uli-Wieland-Str. 10  
88142 Wasserburg/B.  
T: 08382-3917  
ptz@cormanninstitute.de  
www.ptz.cormanninstitute.de

**Teil 01 FB3106:**

ab 07.01.19, 20 Vormittage, montags und mittwochs von 08:00–11:45 Uhr (100 UE), EDV-Raum 2, max. 10 Teilnehmer  
Einzelpreis: 610,00 €

Bei diesem Seminar übernimmt die VHS die Prüfungskosten für die CertID und alle 4 ECDL Prüfungen (Wiederholungsgebühren sind nicht im Preis enthalten) im Gesamtwert von 158 €! Im Kurspreis sind 4 ausführliche Skripts, die auch als Nachschlagewerk geeignet sind, enthalten.

**Teil 02 FB3107:**

ab 18.03.19, 4 Vormittage, montags und mittwochs von 08:00–11:45 Uhr (20 UE), E-Learning-Studio, max. 10. Teilnehmer  
Einzelpreis: 117,50 €

Sie erhalten außerdem ein ausführliches Skript, zusätzliches Lernmaterial sowie ein detailliertes Zertifikat für Bewerbungen. Wenn Sie beide Module buchen, reduziert sich der Lehrgangspreis auf 670,00 €!

**Beginn: Mo., 08.01.18, 08.00-11.45 Uhr,  
montags und mittwochs  
24 Vormittage (120 UE)**

**Ort: vhs FN, EDV-Räume (2. OG)**

**Kosten: 670,00 €, inkl. Skripte, AZAV**

**Zulassung (Bildungsgutschein),**

**Zuschuss von 30% bzw. 50% durch**

**Fachkursförderung möglich**

**Belegung: 5-10**

FB3107  
**Perspektive  
Wiedereinstieg  
– Qualifizierung für  
die moderne Bürowelt (Teil 2)**

Gunna Schiprowski, Trainerin und Coach  
**Inhalte:**

- Selbstmanagement und Orga-Tools für den Büroalltag
- Geschäftskorrespondenz
- Bewerbungsunterlagen
- Ordnung für Papier und Bytes
- Outlook (effektive Kommunikation, Zeit im Griff)

**Beginn: Mo. + Mi., 18.03.19, 08:00-11:45 Uhr  
montags und mittwochs (20 UE)**

**Ort: vhs FN, E-Learning-Studio (2. OG)**

**Kosten: 117,50 €, inkl. Skript,**

**Zuschuss von 30% bzw. 50% durch**

**Fachkursförderung möglich**

**Belegung: 5-10**

FB3702  
**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-Komplettlehrgang 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., 20.09.18, 08:00-11:45 Uhr**

**7 Vormittage (35 UE)**

**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**

**Kosten: 207,50 €, inkl. Skript,**

**Zuschuss von 30% bzw. 50% durch**

**Fachkursförderung möglich**

**Belegung: 5-10**

FB3742M  
**Lehrgang Social  
Media Manager  
(Xpert Business)**

Elke Schellinger  
Die Bedeutung von Social Media Marketing ist in den letzten Jahren für Unternehmen aller Größen und Branchen stetig gewachsen und steigt noch immer mit hoher Geschwindigkeit. Auch wenn viele Unternehmen die Internet-Technologien bereits nutzen, sind sie häufig noch unsicher, welche Social Media-Aktivitäten sinnvoll für Sie sind. Social Media Manager sind hier gefragt. Es bieten sich exzellente Chancen für Mitarbeiter/innen, die im Bereich Social Media Marketing eine Qualifizierung nachweisen können. Der Lehrgang zum Social Media Manager bietet Ihnen eine Qualifizierung, mit der Sie über das notwendige Wissen verfügen, um Zusammenhänge des Web 2.0 zu verstehen. Sie können Social Media-Kanäle zielorientiert einsetzen.

Durch die Nutzung von Kanälen wie Facebook, Xing oder Twitter für Marketing, Vertrieb, Kundenservice und Personalbeschaffung entstehen neue Ansätze für Unternehmen, die Sie mit Hilfe von qualifizierten Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen effektiv und effizient umsetzen können.

Mit dem Wochenendlehrgang zum Social Media Manager eignen Sie sich die notwendigen Kenntnisse an, mit denen Sie Ihr jetziges oder zukünftiges Unternehmen online voranbringen können. Der Lehrgang findet an 6 Samstagen statt und endet mit einer freiwilligen Abschlussprüfung (15.12.18 um 10.30 Uhr) und entsprechendem Zertifikat. Sie können auf Wunsch auch ohne Abschlussprüfung teilnehmen.

Insbesondere Beschäftigte in kleinen und mittleren Unternehmen, die im Bereich Öffentlichkeitsarbeit/Marketing tätig sind oder sein wollen, aber auch Selbstständige und Existenzgründer/innen profitieren von diesem umfangreichen Lehrgang.

**Inhalte:**

- Überblick und Charakterisierung des Web 2.0
- Einführung in die Nutzung sozialer Medien wie Facebook, XING, Twitter, Google+ usw. aus Unternehmens- und Nutzersicht
- Unternehmensblog: Zweck, Aufbau, Lead-Generierung
- Social Media Strategie als Bestandteil der Unternehmensstrategie
- Monitoring, Analysen, Kennzahlen
- Hinweise zu Handlungs- und Rechtssicherheit (keine Rechtsberatung)
- Schnittstellen Social Media mit anderen Marketing-Instrumenten
- praktische Fallbeispiele
- Tipps aus der Praxis und Empfehlungen für Tools zur Organisation Ihrer täglichen Arbeit

**Beginn: Sa., 29.09.18, 09:30-16:30 Uhr**

**Sa., 06.10.18, 09:30-16:30 Uhr**

**Sa., 20.10.18, 09:30-16:30 Uhr**

**Sa., 10.11.18, 09:30-16:30 Uhr**

**Sa., 17.11.18, 09:30-16:30 Uhr**

**Sa., 24.11.18, 09:30-16:30 Uhr**

**Sa., 15.12.18, 10:30-12:00 Uhr**

**7 Termine (50 UE), Wochenendseminar**

**Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)**

**Kosten: 795,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50%**

**durch Fachkursförderung möglich**

**Belegung: 5-10**

**Kaufmännische Grundlagen**

FB3108  
**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 diese 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., 09.10.18, 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**

FB3109  
**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., 20.11.18, 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**

**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.



### FB3110 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 bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen.

(voraussichtlicher Termin: 09.02.19).

Anmeldeschluss zur Prüfung ist der 10.12.18. **Zugangsvoraussetzungen:** Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

**Beginn: Mo., 22.10.18, 18:30-21:30 Uhr  
13 Abende (52 UE)**

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

**Kosten: 269,60 €, inkl. Lehrbuch,**

**Zuschuss von 30% bzw. 50% durch**

**Fachkursförderung möglich**

**Belegung: 8-16**



### FB3111 Bilanzbuchhalter (IHK) Workshop

#### Hauptthema: Bilanzierung und Bewertung von Grundstücken und Gebäuden nach Handels- und Steuerrecht

Klaus Hamann, Dipl.-Betriebswirt (FH)

Der Bilanzbuchhalter ist ein hochqualifizierter und im Unternehmen anerkannter Mitarbeiter. Durch die vielschichtigen Aufgabenbereiche 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: Bilanzierung und Bewertung von Grundstücken und Gebäuden nach Handels- und Steuerrecht

#### Inhalte:

- Ermittlung der Anschaffungs- und Herstellungskosten von Grundstücken und Gebäuden
- Planmäßige (AfA) und außerplanmäßige Abschreibungen nach HGB und EStG
- Steuerliche Übertragung aufgedeckelter stiller Reserven gemäß § 6b EStG
- Erfassung von Abbruchkosten bei Gebäudeabriss (H 6.4 EStH)
- Behandlung von Immobilien-Leasingverträgen beim Leasingnehmer

**Beginn: Do., 22.11.18, 17:00-20:00 Uhr  
1 Termin (4 UE)**

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

**Kosten: 52,00 €**

**Belegung: 12-18**

#### Xpert Business Onlinekurse

### FB3112

#### Xpert Business Onlinekurse Infotermin

Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatsystem 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: 09.02.19).

Anmeldeschluss zur Prüfung ist der 10.12.18. Die Prüfungsgebühr wird separat berechnet.

**Beginn: Do., 25.10.18, 18:00-20:15 Uhr  
1 Termin (2 UE)**

**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**

**Belegung: 10-20**

### FB3113

#### 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 FB3112.

Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Do., 15.11.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Di., 20.11.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Do., 22.11.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Di., 27.11.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Do., 29.11.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Di., 04.12.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Do., 06.12.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Di., 11.12.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Do., 13.12.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Di., 18.12.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Do., 20.12.18, 18:30-20:30 Uhr**

**Di., 08.01.19, 18:30-20:30 Uhr**

**Do., 10.01.19, 18:30-20:30 Uhr**

**Di., 15.01.19, 18:30-20:30 Uhr**

**Do., 17.01.19, 18:30-20:30 Uhr**

**Di., 22.01.19, 18:30-20:30 Uhr**

**Do., 24.01.19, 18:30-20:30 Uhr**

**Di., 29.01.19, 18:30-20:30 Uhr**

**Do., 31.01.19, 18:30-20:30 Uhr**

**donnerstags und dienstags (53 UE)**

**Ort: home office**

**Kosten: 335,00 €**

**Belegung: 10-20**

#### Bildung verschenken

Verschenken Sie Kurse aus dem Angebot der vhs Friedrichshafen. Geschenkgutscheine erhalten Sie im Servicebüro.

### FB3114

#### 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 FB3112.

Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**

**Einzeltermine siehe FB3113**

**donnerstags und dienstags (53 UE)**

**Ort: home office**

**Kosten: 335,00 €**

**Belegung: 10-20**

### FB3115

#### 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 FA3112.

Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**

**Einzeltermine siehe FB3113**

**donnerstags und dienstags (53 UE)**

**Ort: home office**

**Kosten: 335,00 €**

**Belegung: 10-20**

### FB3116

#### 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 FB3112.

Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**

**Einzeltermine siehe FB3113**

**donnerstags und dienstags (53 UE)**

**Ort: home office**

**Kosten: 335,00 €**

**Belegung: 10-20**

### FB3117

#### 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 FB3112.

Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**

**Einzeltermine siehe FB3113**

**donnerstags und dienstags (53 UE)**

**Ort: home office**

**Kosten: 335,00 €**

**Belegung: 10-20**

#### Kritik und Anregungen

Mich interessieren Kurse zu folgenden Themen:

Meine Kritik, meine Anregungen:

Name, Tel., E-Mail (nur wenn Sie informiert werden möchten):

### FB3118

#### 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 FB3112.

Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**

**Einzeltermine siehe FB3113**

**donnerstags und dienstags (53 UE)**

**Ort: home office**

**Kosten: 335,00 €**

**Belegung: 10-20**

### FB3119 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 FB3112.  
Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**  
**Einzeltermine siehe FB3113**  
**donnerstags und dienstags (53 UE)**  
**Ort: home office**  
**Kosten: 335,00 €**  
**Belegung: 10-20**

### FB3120 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 FB3112.  
Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**  
**Einzeltermine siehe FB3113**  
**donnerstags und dienstags (29 UE)**  
**Ort: home office**  
**Kosten: 265,00 €**  
**Belegung: 10-20**

### FB3121 Betriebliche Steuerpraxis mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigsten 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 FB3112.  
Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**  
**Einzeltermine siehe FB3113**  
**donnerstags und dienstags (53 UE)**  
**Ort: home office**  
**Kosten: 335,00 €**  
**Belegung: 10-20**

### FB3122 Lohn und Gehalt (1) mit Xpert Business-Zertifikat Onlinekurs

Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln.

Die Teilnehmer können am Ende des Kurses an der bundeseinheitlichen Zertifikatsprüfung Xpert Business teilnehmen.  
Weitere Infos dazu siehe FB3112.  
Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**  
**Einzeltermine siehe FB3113**  
**donnerstags und dienstags (53 UE)**  
**Ort: home office**  
**Kosten: 335,00 €**  
**Belegung: 10-20**

### FB3123 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 FB3112.  
Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**  
**Einzeltermine siehe FB3113**  
**donnerstags und dienstags (53 UE)**  
**Ort: home office**  
**Kosten: 335,00 €**  
**Belegung: 10-20**

### FB3124 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 FB3112.

**Zugangsvoraussetzungen:** Kenntnisse, wie im Kurs „Lohn und Gehalt 1 und 2“ vermittelt.  
Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**  
**Einzeltermine siehe FB3113**  
**donnerstags und dienstags (53 UE)**  
**Ort: home office**  
**Kosten: 335,00 €**  
**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

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.

### FB3125 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 FB3112.

Ein Infotermin findet am 25.10.18 um 18:00 Uhr im EDV-Raum 2 statt.

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:30 Uhr,**  
**Einzeltermine siehe FB3113**  
**donnerstags und dienstags (53 UE)**  
**Ort: home office**  
**Kosten: 335,00 €**  
**Belegung: 10-20**



– **Individuell und unabhängig:**

Das Angebot an (Weiter-)Bildungsmöglichkeiten ist sehr groß und unüberschaubar.

- 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](http://www.lnwbb.de)

### Geschäftskorrespondenz

### FB3126 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: Do., 17.01.19, 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**



### Förderung und Beratung

### FB3180 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](http://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**

### FB3181 Weiterbildungsberatung in der vhs Friedrichshafen 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,  
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**

**FB3182**  
**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. Dies gilt für von der Förderstelle anerkannte Fachkurse. Je nach Alter ist ein Zuschussatz von 30% bzw. 50% möglich. Für Teilnehmende ohne Berufsabschluss liegt dieser in Höhe von 70%. Sie erhalten diesen Zuschuss, 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, T: (07541) 203 3408, reitz@vhs-fn.de

**FB3183**  
**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, inkl. eines Formulars für die Teilnahmebestätigung.
4. Sie melden sich zum Kurs an und lassen sich zum Ende des Kurses die Teilnahmebestätigung von der vhs unterschreiben.
5. Teilnahmebestätigung mit Ihrer Bankverbindung einreichen bei der Servicestelle Bürgerschaftliches Engagement
6. Erhalt des Bonus in € von der 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.

**Den Ehrenamtsbonus können Sie für folgende Kurse erhalten:**

- Stammtischparolen gekonnt kontern 12.10.18 / 18:00-21:00 Uhr > FB1107
  - Verschwörungstheorien 13.10.18 / 10:00-15:00 Uhr > FB1108
  - Biografie-Gespräche – Verständnis für den Menschen gegenüber 06.11.18 / 20:00-21:30 Uhr > FB1110
  - Englisch für die Grundbildung 17.09.18 / 20:00-21:30 Uhr > FB2201
  - Arabisch Grundstufe 1 – Kleingruppe 18.09.18 / 18:00-19:30 Uhr > FB2701
  - Computer-Einführungskurs „60plus“ 21.09.18 / 09:30-11:45 Uhr > FB3706M
  - Computer-Auffrischkurs „60plus“ 10.01.19 / 09:30-11:45 Uhr > FB3707M
  - Richtige und effektive Datensicherung 10.01.19 / 18:30-21:30 Uhr > FB3715M
  - Word 2016 Grundlagen 06.11.18 / 18:00-21:30 Uhr > FB3716M
  - Excel 2016 Grundlagen 09.10.18 / 18:00-21:30 Uhr > FB3719M
  - PowerPoint 2016 Grundlagen 08.10.18 / 18:30-21:30 Uhr > FB3723M
  - Nextcloud – die sichere Cloud Alternative 08.11.18 / 18:30-20:45 Uhr > FB3731M
  - Digitale Bildbearbeitung mit GIMP – Grundkurs 21.01.19 / 18:30-21:30 Uhr > FB3748M
- Info zum Ehrenamtsbonus siehe Kurs FB3183**

**FB3184**  
**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.

**Bildungszeitangebote sind:**

- Erfolgreicher kommunizieren – mit Ihrer Stimme begeistern! > FB1206
- Karriere 2030 gestalten: Chancen für Frauen in der digitalen Arbeitswelt > FB1231
- Killerphrasen kontern: Auf persönliche Angriffe schlagfertig reagieren > FB1232
- Die Zauberformel für (finanzielle) Freiheit heißt: Ein wenig Beschäftigung mit Zahlen und betriebswirtschaftlichen Sachverhalten > FB1233

**Englisch**  
**für spezielle Anwendungen**

**Englisch für den Beruf**

**FB3401**  
**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 12.11.18

**Beginn: Sa., 17.11.18, 09:00-12:15 Uhr**  
**Sa., 24.11.18, 09:00-12:15 Uhr**  
**2 Termine (8 UE)**

**Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)**  
**Kosten: 50,80 €, inkl. Kopien,**  
**inkl. Teilnahmebescheinigung,**  
**Zuschuss von 30% bzw. 50% durch**  
**Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 6-10**

**FB3402**  
**Englisch für Beruf**  
**und Alltag A2**  
**Kleingruppenkurs**

**Marlon Brown**  
 Market Leader, Elementary, Unit 1  
 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., 18.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**

**Ort: Graf-Zeppelin-Gymnasium, Zi. D 22.32**  
**Kosten: 112,00 €, inkl. Kopien,**  
**Zuschuss von 30% bzw. 50% durch**  
**Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 7-12**

**FB3403**  
**Englisch für Beruf**  
**und Alltag B1**  
**Kleingruppenkurs**

**Dorothee Turner**  
 Market Leader, Intermediate, Unit 11  
 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., 21.09.18, 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**

**FB3404**  
**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., 20.09.18, 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**

**FB3501**  
**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., 15.10.18, 16:30-18:00 Uhr**  
**6 Nachmittage (12 UE)**  
**Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)**  
**Kosten: 84,00 €**  
**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 4-6**

**FB3502**  
**Mathe-Paukkurs**  
**für Realschüler 10. Klasse**

**Uschi Gärtner**  
 Inhalte siehe FB3501

**Beginn: Mo., 03.12.18, 16:30-18:00 Uhr**  
**6 Nachmittage (12 UE)**

**Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)**  
**Kosten: 84,00 €**  
**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 4-6**

**Mathematik Abitursprüfung**

In wenigen Monaten 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.

**FB3503**  
**Mathe Auffrischkurs**  
**in den Herbstferien**  
**für Schüler der Klasse 12 des**  
**allgemein bildenden Gymnasiums**  
**Monika Löhle**

Die Kursleiterin ist Gymnasiallehrerin für Mathematik. Ziel des Kurses soll das Aufarbeiten und Üben von Abitur-Stoff (mit Abi Aufgaben) sein.

**Inhalte:**

- Analysis: Differenzialrechnung: – Ableitungen – Extremwerte – Wendepunkte – Funktionsklassen
- Analysis: Integralrechnung: – Stammfunktionen – Flächenberechnung – Rotationskörper
- Analytische Geometrie: Geraden – Ebenen – Lagebeziehungen – Lineare Gleichungssysteme

**Mitzubringen:**

Schreibzeug, Merkhilfe und WTR

**Beginn: Mo., 29.10.18, 08:30-12:30 Uhr**  
**Di., 30.10.18, 08:30-12:30 Uhr**

**Mi., 31.10.18, 08:30-12:30 Uhr**  
**Fr., 02.11.18, 08:30-12:30 Uhr**

**4 Termine (20 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)**  
**Kosten: 70,00 €**  
**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 8-12**



**Wir eröffnen Perspektiven.**

**Beste Qualifizierung mit der bbw-Gruppe**

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

**BLENDED LEARNING - Friedrichshafen und Überlingen**

**Förderung über Bildungsgutschein oder Bildungsprämie**

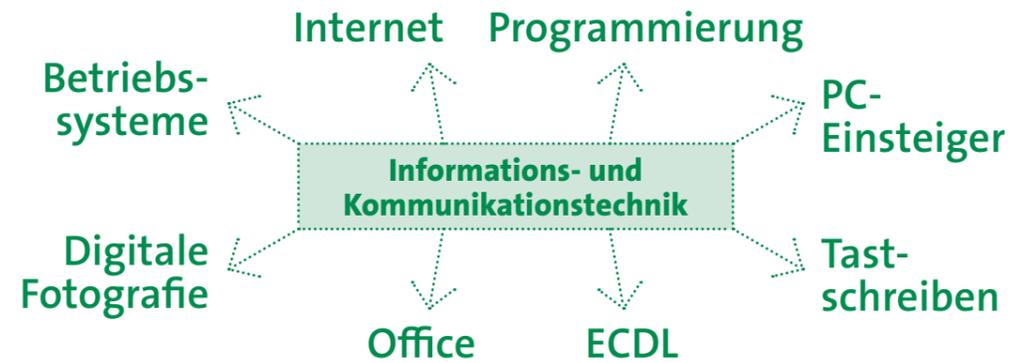
Vernetzung über Internet in Verbindung mit klassischen Lernmethoden/-medien. Persönlich zugeschnittene Lernarrangements in verschiedenen Fachbereichen (MS Office, Lexware, SAP, Teilqualifizierungen Metall/Lager, Personalwesen, Buchhaltung u.v.m.)

Persönliche Beratung  
 bfz gGmbH  
 Herr H.P. Gillé  
 Tel. 07541-5019-0  
 E-Mail info-ubo@bfz.de



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

# Informations- und Kommunikationstechnik



## Berufliche und private Weiterbildung mit PC-, Smartphone- und Internetkursen

### 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 Anfahrtskosten 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!

### 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 Medienequipment 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.**



## FB3504 Mathe Auffrischkurs Analysis, Geometrie und Stochastik für Schüler der Klasse 12

**Dieter Müller**  
Speziell zur Vorbereitung auf die Abiturprüfung am 03. Mai 2019 ohne Grafiktaschenrechner werden für Aufgaben aus den Gebieten Analysis, Geometrie und Stochastik gezielt die Grundtechniken zu ihrer Lösung eingeübt. Im Mittelpunkt stehen die Beantwortung der Teilnehmerfragen. Die schriftliche Rechnung der neuen Musteraufgaben und der Umgang mit der Merkhilfe sowie dem wissenschaftlichen Taschenrechner. Der Stoff orientiert sich am Lehrplan des allgemeinbildenden Gymnasiums, Kursstufe.

**Beginn: Mi., 26.09.18, 20:00-21:30 Uhr**  
**11 Termine (22 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)**  
**Kosten: 77,00 €**  
**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 8-12**

## FB3505 Mathe Auffrischkurs Analysis, Geometrie und Stochastik für Schüler der Klasse 12

**Dieter Müller**  
Inhalte siehe FB3504  
**Beginn: Mi., 09.01.19, 20:00-21:30 Uhr**  
**12 Termine (24 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**  
**Kosten: 84,00 €, erm. Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 8-12**

## FB3506 Mathe Auffrischkurs für berufliche Gymnasien (AG, BTG, EG, SG, TG, WG) für Schüler der Klasse 13

**Dieter Müller**  
Speziell zur Vorbereitung auf die Abiturprüfung 2019 werden für Aufgaben aus den Gebieten Analysis, Stochastik und Lineare Algebra (Matrizen, Vektorgeometrie) gezielt die Grundfertigkeiten zu ihrer Lösung eingeübt. Aufgrund der neuen Prüfungsgestaltung stehen der Umgang mit der Merkhilfe, Aufgaben aus dem Unterricht und Musteraufgaben ohne/mit Hilfe des wissenschaftlichen Taschenrechners im Mittelpunkt. Der Kurs eignet sich nicht für Schüler des Allgemeinbildenden Gymnasiums.

**Beginn: Mi., 26.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**11 Termine (22 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)**  
**Kosten: 77,00 €, erm. Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 8-12**

## FB3507 Mathe Auffrischkurs für berufliche Gymnasien (AG, BTG, EG, SG, WG) für Schüler der Klasse 13

**Dieter Müller**  
Inhalte siehe FB3506  
**Beginn: Mi., 09.01.19, 18:30-20:00 Uhr**  
**9 Termine (18 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)**  
**Kosten: 63,00 €, erm. Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 8-12**



## Englisch

### FB3508 Fit für die EUROKOM-Prüfung

**Dagmar Baus**  
Endspurt EUROKOM – der Kurs bietet kurz vor Torschluss noch eine Übungsmöglichkeit für Kurzentschlossene. Eng an die Prüfung angelehnt, werden die kommunikativen Fertigkeiten wie Sprechen in Alltagssituationen und Präsentieren eines Themas sowie das Hörverstehen trainiert. Gezielte Übungen unterstützen Sicherheit und Selbstvertrauen in der Fremdsprache. Selbstverständlich haben die Teilnehmenden Gelegenheit, individuelle Fragen und Schwierigkeiten zu klären.

**Beginn: Mi., 26.09.18, 15:30-17:00 Uhr**  
**6 Termine (12 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**  
**Kosten: 48,00 €**  
**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 8-12**

### FB3511 Vorbereitungskurs Englisch Mittlere Reife

**Dagmar Baus**  
In diesem Kurs werden die geforderten schriftlichen Leistungsnachweise (WET) für die Mittlere Reife in Englisch intensiv eingeübt. Es besteht die Möglichkeit, grammatikalische Strukturen zu wiederholen und zu festigen und mehr Sicherheit und Selbstvertrauen in der Fremdsprache zu erlangen. Selbstverständlich haben die Teilnehmenden Gelegenheit, auch individuelle Fragen und Schwierigkeiten zu klären.

**Beginn: Mi., 06.02.19, 15:30-17:00 Uhr**  
**10 Termine (20 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)**  
**Kosten: 76,00 €**  
**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 8-16**

### FB3512 Abi Training – Schriftliche Prüfung

**Gabriele Glocker**  
The training course will support participants on their way to Abitur. Dealing with a variety of tasks related to essential reading and writing skills, the programme may be helpful to students on various levels from both types of high schools (Allgemeinbildendes/Berufliches Gymnasium).

The course includes a revision of major topics of British and American studies and of critical chapters of advanced grammar. Special emphasis will be put on composition writing, but other priorities can be set depending on the needs of the students.

Der Kurs richtet sich an angehende Abiturienten der allgemeinbildenden sowie der beruflichen Gymnasien: Wiederholt werden die wesentlichen Abitur-relevanten Themen der Landeskunde USA/GB sowie Problem Bereiche der Grammatik. Im Mittelpunkt stehen die verschiedenen Aufgaben Typen der schriftlichen Prüfung, vor allem das Composition Writing.

**Beginn: Mi., 05.12.18, 17:00-18:30 Uhr**  
**11 Termine (22 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)**  
**Kosten: 80,00 €, inkl. Kopien**  
**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 8-16**

### FB3513 Abi Training – Kommunikationsprüfung

**Gabriele Glocker**  
The training course will support participants on their way to Abitur so that they can confidently meet the requirements as set by this special type of oral exam. They will practise verbal and non-verbal means of communication, monologues as well as dialogues.

The wide range of topics revised includes a variety of aspects relevant to both types of Abitur (Allgemeinbildendes/Berufliches Gymnasium) and both parts of the exam, written as well as oral.

**Beginn: Sa., 15.12.18, 09:00-12:00 Uhr**  
**Sa., 12.01.19, 09:00-12:00 Uhr**  
**Sa., 26.01.19, 09:00-12:00 Uhr**  
**Sa., 09.02.19, 09:00-12:00 Uhr**  
**4 Vormittage (16 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)**  
**Kosten: 59,00 €, inkl. Kopien**  
**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 8-16**



## 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

### Püfungssystem

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:

- Für eine Prüfungsteilnahme ist eine schriftliche Anmeldung bis spätestens eine Woche vor dem Prüfungstermin erforderlich.
- 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

- CERT-ID (einmalig für alle Module): 58,00 Euro
- 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

### FB3701M Perspektive Wiedereinstieg – Qualifizierung für die moderne Bürowelt (inkl. ECDL Base)

**Bernhard Rosa, Werner Schmidberger**  
Sie planen den Wiedereinstieg in die moderne Bürowelt z. B. nach der Familienphase? Sie möchten Ihren Mann im Handwerks- oder Dienstleistungsbetrieb im EDV Bereich unterstützen?

Wir bereiten Sie in kompakter Form und preisgünstig auf diese neue Tätigkeit optimal vor. Sie erhalten vormittags 2x in der Woche (Mo. und Mi.) mit MS-Office die aktuellen Grundkenntnisse, die Sie in der modernen Bürowelt benötigen:

- Von Anfang an – „Computer Grundlagen“ verständlich erklärt!
- Im Internet unterwegs: „Online Grundlagen“
- Textverarbeitung mit Word 2016
- Professionelle Tabellenkalkulation mit Excel 2016

Sie können am Ende nach jedem Modul die Prüfungen des ECDL Base ablegen und haben damit einen weltweit anerkannten Abschluss für Ihre Bewerbungen.

Bei diesem Seminar übernimmt die VHS die Prüfungskosten für die Cert-ID und alle 4 ECDL Prüfungen (Wiederholungen sind nicht im Preis enthalten) im Gesamtwert von 158 €! Im Kurspreis sind 4 ausführliche Skripts, die als Nachschlagewerk geeignet sind, enthalten.  
**Zugangsvoraussetzungen:** geringe PC und Office Grundkenntnisse  
Dieser Kurs ist zertifiziert nach AZAV. Näheres zur Kostenübernahme bitte bei der VHS erfragen.

**Beginn: Mo., 08.01.18, 08.00-11.45 Uhr, montags und mittwochs**  
**20 Vormittage (100 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)**  
**Kosten: 610,00 €, inkl. Cert-ID, Skript und Prüfung, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 5-10**



### FB3702 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., 20.09.18, 08:00-11:45 Uhr**  
**7 Vormittage (35 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**  
**Kosten: 207,50 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 5-10**

## PC-Einsteiger

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 Perspektive Wiedereinstieg (siehe FB3701M und FB3702)!

### FB3703M EDV-Kombi-Grundkurs: Windows, Word und Internet

**Bernhard Rosa**  
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., 17.09.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**Mi., 19.09.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**Mo., 24.09.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**3 Abende (12 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**  
**Kosten: 91,50 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 5-10**

### FB3704 PC und Internet für Schüler ab Klasse 4 – in den Herbstferien

**Norbert Vonwald**  
Die Nutzung des Internets ist aus dem Leben unserer Kinder nicht mehr wegzudenken. Die Kinder sehen in erster Linie die Vorteile: Sie nutzen digitale Medien täglich, gehen ohne Vorbehalte damit um und sind fasziniert von den Möglichkeiten. Aber gerade deshalb müssen Kinder lernen, einzuschätzen, was sie beispielsweise im Internet tun oder besser nicht tun.

Dieser Kurs soll Kinder in die Lage versetzen, sicher und zielgerichtet mit dem Internet und verwandten digitalen Medien umzugehen. Jedes Kind erhält ein Arbeitheft für die aktive Mitarbeit und zum Nachschlagen.  
**Inhalte:**

- Das Internet, nicht nur für Profis  
– von Browsern und Suchmaschinen
- Surfen durch die Märchenwelt  
– lesen und Schreiben im Internet



- Wissen aus dem weiten Web  
– nachschlagen in Online-Lexika
- Römische Zahlen im Netz  
– Mathematik online
- Per Mausclick nach London  
– Fremde Wörter und Länder erkunden
- Lügengeschichten im Internet  
– Wahrheitsgehalt von Webseiten
- Wozu sind Lesezeichen da?  
Internetadressen speichern und ordnen
- Schlau durchs Web von A bis Z  
– Regeln, Links und Lexikon

Die Teilnehmer sollten keine oder nur geringe Internet-Vorkenntnisse mitbringen!  
**Beginn: Mo., 29.10.18, 14:00-16:15 Uhr**  
**Di., 30.10.18, 14:00-16:15 Uhr**  
**Mi., 31.10.18, 14:00-16:15 Uhr**  
**Fr., 02.11.18, 14:00-16:15 Uhr**  
**4 Nachmittage (12 UE), Ferienkurs**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)**  
**Kosten: 72,00 €**  
**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung: 5-10**

### FB3705M Computer-Einführungskurs Individuelles Seminar für Einzelpersonen 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 notwendigsten 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., 18.09.18, 09:15-10:45 Uhr**  
**3 Termine (6 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 192,00 €**  
**Belegung: 1-2**

## Einführungskurse 60plus

### FB3706M 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., 21.09.18, 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**

## 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:

FB3706M	Computer-Einführungskurs
FB3707M	Computer-Auffrischkurs
FB3708M und FB3709M	Computer-Einführungskurs für Einzelpersonen, Partner, Freunde.....
FB3710M	Windows 10-Einführungskurs
FB3713M	Daten und Bilder speichern – aber wie und wohin?
FB3732M	Ab in die Cloud, Datensicherung bei iCloud, Dropbox, Wuala & Co.
FB3735M	Buchen, Einkaufen und Bezahlen im Internet
FB3737M	Kaufen und Verkaufen bei eBay
FB3739M	WhatsApp, Twitter & Co. leicht verständlich
FB3746M	DSL, WLAN, FRITZ!Box und Co.
FB3747M	Erstellen eines Fotobuchs mit dem Layout-Programm CEWE
FB3748M	Digitale Bildbearbeitung mit GIMP-Grundkurs
FB3754M bis FB3758M	Tablets-PCs & Smartphones

## FB3707M Computer-Auffrischkurs „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., 10.01.19, 09:30-11:45 Uhr  
**5 Vormittage (15 UE)**

**Ort:** vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

**Kosten:** 111,00 €, ermäßigter Seniorenpreis, Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich  
**Belegung:** 6-8

FB3708M

## Computer-Einführungskurs „60plus“ Individuelles Seminar für Einzelpersonen (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 notwendigsten 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., 17.10.18, 09:15-11:10 Uhr  
**2 Vormittage (5 UE)**

**Ort:** vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

**Kosten:** 145,00 €, ermäßigter Seniorenpreis  
**Belegung:** 1-2

FB3709

## Computer-Einführungskurs „60plus“ Individuelles Seminar für Einzelpersonen (oder mit Partner/Freund)

Uschi Gärtner

Inhalte siehe FB3708M

**Bitte beachten:** Andere Termine sind nach Vereinbarung möglich!

**Beginn:** Do., 22.11.18, 09:15-11:00 Uhr  
**2 Vormittage (5 UE)**

**Ort:** vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)

**Kosten:** 145,00 €, ermäßigter Seniorenpreis  
**Belegung:** 1-2

## Betriebssysteme

### Windows

FB3710M

## 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., 10.10.18, 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

FB3711M

## 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 Mausclicks 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., 09.10.18, 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

FB3712M

## Faszination 3D-Druck Coole Objekte modellieren und selber drucken

Werner Sommer, Andreas Schlenker

Alles was Sie über 3D-Druck wissen sollten erfahren Sie in diesem Seminar. Sie lernen die verschiedenen Druck-Technologien kennen und können danach entscheiden, ob Sie diese effektiv für Ihre Arbeit oder Ihr Hobby einsetzen können. Sie erfahren alles über Software zur 3D-Modellierung, ob Freeware, Open-Source oder kommerzielle Programme. Auch über Internet-Plattformen zum Download von 3D-Modellen und über das 3D-Scannen gibt es wichtige Tipps und Infos. Sie werden auch selber mit einer bekannten CAD-Software Ihre ersten 3D-Modelle am Computer erstellen und diese auf dem 3D-Drucker in Kunststoff ausgeben. Die Software, die Sie zum Erstellen der 3D-Objekte verwenden, Autodesk Fusion 360, finden Sie im Internet kostenlos als Testversion zum Download und sie kann für Schüler, Studenten und Hobby-Anwender kostenlos freigeschaltet werden. Die erforderlichen Drucker sind heute erschwinglich und für viele Hobbys eine tolle Erweiterung der Möglichkeiten. Das Seminar wird von den Autoren des gleichnamigen Buches „Faszination 3D-Druck“ durchgeführt, erschienen im Verlag Markt+Technik.

### Inhalte:

- Wie funktioniert 3D-Druck und welche Technologien gibt es
- 3D-Drucker – Hersteller und Geräte
- Software zur 3D-Modellierung
- 3D-Modelle aus dem Internet
- Materialien zum Drucken
- Modelle mit Fusion 360 selber erstellen und Drucken
- 3D-Scannen
- 3D-Druck in der Praxis

### Zugangsvoraussetzungen:

Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Windows.

**Beginn:** Fr., 12.10.18, 18:30-21:30 Uhr  
**Sa., 13.10.18, 09:00-16:00 Uhr**

**2 Termine (12 UE), Wochenendseminar,**

**Anmeldeschluss: 05.10.2018**

**Ort:** vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)

**Kosten:** 120,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich

**Belegung:** 4-10

FB3713M

## Ordnung auf dem PC schaffen

## Daten und Bilder speichern – aber wie und wohin?

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., 10.10.18, 17:45-20:45 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

## Julian Raßmann

*Der heute selbstständige IT-Dienstleister war bereits während seiner Schulzeit und Ausbildung zum Informationselektroniker für Geräte und Systemtechnik von Themen wie Computer/Netzwerk/Datensicherheit fasziniert. Er experimentierte, testete und sammelte Ideen zu Themen wie Datenschutz und Datensicherheit. 2014 wagte er als 22-Jähriger den Schritt in die Selbstständigkeit, um diese Ideen umsetzen zu können.*

*An der vhs FN stellt er verschiedene datenschutzfreundliche Alternativen vor, die viele Vorteile bieten, aber nur den wenigsten Anwendern bekannt sind. Linux statt Windows, Nextcloud statt Dropbox oder Google Drive – wer sinnvolle und gute Alternativen zu den gängigen Programmen sucht, wird vom jungen und engagierten Dozenten Julian Raßmann bestens geschult.*



## Bildung verschenken

Verschenken Sie Kurse aus dem Angebot der vhs Friedrichshafen. Geschenkgutscheine erhalten Sie im Servicebüro.

### Linux

FB3714M

## 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 Software vorinstalliert, mit welcher sich alle alltäglichen Aufgaben (Internet, E-Mail, Office, Bildbearbeitung u. v. m.) 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. Sie haben die Möglichkeit, verschiedene Distributionen (z. B. Mint, Ubuntu und Debian) auszuprobieren. Dieser Kurs gibt einen ersten Einblick in die Welt von Linux und eignet sich für alle Neugierigen und Interessierten.

### 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?
- Ausprobieren verschiedener Distributionen
- Fazit

### Zugangsvoraussetzung:

Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs.

**Beginn:** Mo., 05.11.18, 18:30-21:30 Uhr

**Mi., 07.11.18, 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

## Datensicherung

### FB3715M Richtige und effektive Datensicherung für kleine und mittlere Unternehmen oder Privatpersonen



Andreas Huchler

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 fehleranfälligen 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., 10.01.19, 18:30-21:30 Uhr**  
**1 Abend (4 UE), Anmeldeschluss: 20.12.2018**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**  
**Kosten: 48,00 €, Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich**  
**Belegung: 5-10**

### 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](http://www.die-vhs-app.de).



## Microsoft-Office 2016

### FB3716M 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: Di., 06.11.18, 18:00-21:30 Uhr**  
**Do., 08.11.18, 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**

### FB3717M Word 2016 Aufbau I



Thomas Schwörer

#### Inhalte:

- Absatz- und Seitenformatierung
- Tabstops
- 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., 14.01.19, 18:00-21:30 Uhr**  
**Mi., 16.01.19, 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**

### FB3718 25 Word 2016 Profi Tipps



Norbert Vonwald

Vor 25 Jahren erschien die erste Version von Microsoft Office. Seitdem hat sich die Bürosoftware stark weiterentwickelt, viele Funktionen sind dazugekommen. Selbst viele Profis kennen nicht alle Tricks, die die Arbeit mit der Office-Software einfacher machen. Wir stellen Ihnen in diesem Workshop 25 Tipps für Word vor und wie Sie Ihren Office-Alltag effizienter gestalten können.

**Zugangsvoraussetzungen:** Fortgeschrittene Word Kenntnisse

**Beginn: Mo., 21.01.19, 18:30-21:30 Uhr**  
**1 Abend (4 UE)**

**Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)**  
**Kosten: 33,20 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 4-10**

### FB3719M 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
- Zelleninhalte markieren, kopieren, verschieben und löschen
- Daten sortieren
- Rechenoperationen & einfache Funktionen
- logische Verknüpfungen von Zelleninhalten und Tabellen
- Arbeitsblatt formatieren und ausdrucken

**Zugangsvoraussetzungen:** Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Windows.

**Beginn: Di., 09.10.18, 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**

### FB3720M 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: Di., 04.12.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**2 Abende (8 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**

### FB3721 25 Excel 2016 Profi Tipps



Norbert Vonwald

Mit Excel und einem guten Basiswissen kommen Sie früher oder später immer ans Ziel. Trotzdem sind einige „Bastellösungen“ kompliziert und langwierig. Wenn Sie die richtigen Abkürzungen kennen, lassen sich viele Aufgaben deutlich schneller und zuverlässiger lösen. Dieser Workshop macht Sie mit 25 Excel-Funktionen und Tipps vertraut, die nicht jeder kennt, die dafür aber umso nützlicher sind.

**Zugangsvoraussetzungen:** Fortgeschrittene Excel Kenntnisse

**Beginn: Mo., 03.12.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**1 Abend (4 UE)**

**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**  
**Kosten: 33,20 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung 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!

### FB3722M 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 Diagrammtypen (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: Mo., 11.02.19, 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**

### FB3723M 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., 08.10.18, 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, Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich**  
**Belegung: 4-10**

### Den Ehrenamtsbonus können Sie für folgende Kurse erhalten:

- Stammtischparolen gekonnt kontern  
12.10.18 / 18:00-21:30 Uhr > FB1107
- Verschwörungstheorien  
13.10.18 / 10:00-15:00 Uhr > FB1108
- Biografie-Gespräche – Verständnis für den Menschen gegenüber  
06.11.18 / 20:00-21:30 Uhr > FB1110
- Englisch für die Grundbildung  
17.09.18 / 20:00-21:30 Uhr > FB2201
- Arabisch Grundstufe 1 – Kleingruppe  
18.09.18 / 18:00-19:30 Uhr > FB2701
- Computer-Einführungskurs „60plus“  
21.09.18 / 09:30-11:45 Uhr > FB3706M
- Computer-Auffrischkurs „60plus“  
10.01.19 / 09:30-11:45 Uhr > FB3707M
- Richtige und effektive Datensicherung  
10.01.19 / 18:30-21:30 Uhr > FB3715M
- Word 2016 Grundlagen  
06.11.18 / 18:00-21:30 Uhr > FB3716M
- Excel 2016 Grundlagen  
09.10.18 / 18:00-21:30 Uhr > FB3719M
- PowerPoint 2016 Grundlagen  
08.10.18 / 18:30-21:30 Uhr > FB3723M
- Nextcloud – die sichere Cloud Alternative  
08.11.18 / 18:30-20:45 Uhr > FB3731M
- Digitale Bildbearbeitung mit GIMP – Grundkurs  
21.01.19 / 18:30-21:30 Uhr > FB3748M

**Info zum Ehrenamtsbonus siehe Kurs FB3183**

### FB3724M 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: Mo., 03.12.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**Mi., 05.12.18, 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**

FB3725M  
**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 und Schülerinnen 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., 20.10.18, 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**

FB3726  
**Prezi® – die Alternative zu PowerPoint, die mit ihrer unendlichen Leinwand punktet**  
**Workshop für Einsteiger**

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®

**Zugangsvoraussetzungen:**

Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Windows.

**Beginn: Sa., 17.11.18, 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**

**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.

FB3727M  
**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., 07.11.18, 18:30-21:30 Uhr**  
2 Abende (8 UE)  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**  
**Kosten: 79,90 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 4-10**

FB3728M  
**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 Personenangaben)
- 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, Regelasistenten)
- Datensicherheit

**Zugangsvoraussetzungen:** Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs, Outlook und Windows.

**Beginn: Mi., 09.01.19, 18:30-21:30 Uhr**  
2 Abende (8 UE)  
**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**



FB3729M  
**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., 06.10.18, 09:00-16:00 Uhr**  
1 Termin (8 UE), Wochenendseminar  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**  
**Kosten: 79,90 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 4-10**

FB3730M  
**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., 01.12.18, 09:00-16:00 Uhr**  
1 Termin (8 UE), Wochenendseminar  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**  
**Kosten: 80,00 €, (zuzügl. Skript 14 €, falls noch nicht vom Einführungskurs vorhanden), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 5-10**



**Internet**

FB3731M  
**Nextcloud – die sichere Cloud Alternative**

Julian Raßmann

Cloud-Speicher sind praktisch, denn sie bieten den großen Vorteil, von überall und jederzeit Zugriff auf die eigenen Daten zu haben: von zu Hause, aus dem Büro oder von unterwegs. Damit sind Dateien, Kalender und Kontakte stets verfügbar und auf allen Geräten synchron. Allerdings stellen sich dabei auch Sicherheitsfragen, denn viele Provider speichern die Daten auf Servern in den USA. Dort sind sie nicht durch die Datenschutzregeln der EU beziehungsweise Deutschlands abgesichert. Eine Lösung mit „Netcloud“ bei einem Cloud-Anbieter aus der Region kann dafür eine einfache, sichere und kostengünstige Alternative sein. Dieser Kurs führt Sie in das Thema „Cloud Computing“ ein und zeigt Ihnen, wie Sie privat und beruflich die „Cloud“ optimal und sehr preisgünstig nutzen können. Besonders interessant ist dieses Seminar für Handwerker, Dienstleistungsbetriebe und sonstige kleine oder mittlere Unternehmen aus der Region, da der Dozent und Cloud-Provider vor Ort tätig ist.

**Inhalte:**

- Was ist Cloud Computing?
- Vorteile, Risiken, Sicherheit
- Nextcloud – die sichere Alternative und deren Möglichkeiten
- Dateien, Kalender und Kontakte mit allen Geräten synchronisieren
- Inhalte bequem freigeben und mit anderen Personen teilen
- Audio- und Videotelefonate mit Nextcloud Talk
- Dateien verschlüsselt in der Cloud speichern

**Zugangsvoraussetzungen:** Grundkenntnisse in der Bedienung eines PCs und Internet.

**Beginn: Do., 08.11.18, 18:30-20:45 Uhr**  
2 Abende (6 UE)  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)**  
**Kosten: 49,80 €**  
**Ehrenamtsbonus auf Antrag möglich**  
**Belegung: 4-10**

FB3732M  
**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
- Ordnung 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., 09.11.18, 18:30-21:30 Uhr**  
1 Abend (4 UE)  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)**  
**Kosten: 33,20 €**  
**Belegung: 4-10**

FB3733M  
**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., 01.12.18, 09:00-12:00 Uhr**  
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)**  
**Kosten: 34,40 €**  
**Belegung: 4-10**

FB3734M  
**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., 10.11.18, 09:00-12:00 Uhr**  
**1 Termin (4 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**  
**Kosten: 47,90 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 4-10**

FB3735M  
**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 verschiedene 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., 22.10.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**1 Abend (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 33,20 €**  
**Belegung: 4-8**

FB3736M  
**Bitcoin – das neue Gold? Eine Einführung in Kryptowährungen wie Bitcoin und ihre Alternativen**  
 Nathanael Heft, Max Hillebrand, Thomas Motz

Kryptowährungen – also digitales Geld – spielen seit einigen Jahren eine immer größere Rolle und einige Visionäre sehen darin bereits die nächste Generation unserer heutigen Zahlungsmittel, welche unabhängig von politischen Interessen einzelner Staaten und Banken existieren. Für Andere bleiben Kryptowährungen weiterhin Spielgeld von Technik-Freaks oder Zahlungsmittel für verbotene Waren im Darknet. Wertzuwächse von mehreren hundert Prozent in wenigen Monaten haben Bitcoin und seine Alternativen auch einem breiteren Publikum bekannt gemacht. Aber was sind Bitcoins und welchen Wert hat dieses Zahlungsmittel?

**Inhalte:**

- Was sind eigentlich Bitcoins?
- Welche Technologien stecken hinter Kryptowährungen?
- Vor- und Nachteile von Kryptowährungen gegenüber etablierten Währungen
- Gefahren bei Kryptowährungen
- Kryptowährungen zur Spekulation und Geldanlage: Wie kann ich Bitcoin selbst nutzen?

Die Referenten sind ausgebildete Bankkaufleute, Jungunternehmer und begeisterte Bitcoin-Experten. Das Vortragsseminar wird neben einem ausführlichen Vortrag auch genügend Raum für Fragen und Diskussion lassen. Es werden keine Vorkenntnisse benötigt.

**Beginn: Do., 29.11.18, 18:30-20:15 Uhr**  
**1 Abend (2 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 16,60 €**  
**Belegung: 4-8**

FB3737M  
**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., 10.10.18, 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**  
**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:**

- FB3706M Computer-Einführungskurs
- FB3707M Computer-Auffrischkurs
- FB3708M und FB3709M Computer-Einführungskurs für Einzelpersonen, Partner, Freunde.....
- FB3710M Windows 10-Einführungskurs
- FB3713M Daten und Bilder speichern – aber wie und wohin?
- FB3732M Ab in die Cloud, Datensicherung bei iCloud, Dropbox, Wuala & Co.
- FB3735M Buchen, Einkaufen und Bezahlen im Internet
- FB3737M Kaufen und Verkaufen bei eBay
- FB3739M WhatsApp, Twitterer & Co. leicht verständlich
- FB3746M DSL, WLAN, FRITZ!Box und Co.
- FB3747M Erstellen eines Fotobuchs mit dem Layout-Programm CEWE
- FB3748M Digitale Bildbearbeitung mit GIMP-Grundkurs
- FB3754M bis FB3758M Tablets-PCs & Smartphones

**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!

FB3738M  
**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 Merkel 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 Sicherheitsmaßnahmen aufgelistet. Falls vorhanden, können Sie Smartphones und Tablets gerne mitbringen.

**Beginn: Di., 15.01.19, 18:30-21:30 Uhr**  
**1 Abend (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 27,60 €**  
**Belegung: 4-8**

**WEB 02 & Soziale Netzwerke**

FB3739M  
**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., 09.11.18, 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**

FB3740  
**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., 15.10.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**1 Abend (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 30,00 €**  
**Belegung: 4-8**



FB3741  
**Facebook Werbung effizient und kostengünstig für Ihre Kundengewinnung nutzen**  
 Elke Schellinger

Zahlreiche Unternehmen wollen auf Facebook als Kommunikationskanal nicht mehr verzichten. Andere dagegen sind inzwischen unsicher, ob ihnen Facebook den erhofften Erfolg bringen kann. Sie haben bisher viel Zeit investiert, erreichen aber nicht genügend potentielle Käufer. Aber woran liegt es, dass manche Unternehmen die Anzahl der Fans ihrer Seite permanent erhöhen? Dass sie mehr Nutzer erreichen und die Interaktion der Fans besser funktioniert? Und daraus dann neue Kunden entstehen. Der Einsatz von Facebook Ads ist für erfolgreiches Facebook Marketing zwingend erforderlich. Wer das zweifellos enorme Potential von Facebook ausschöpfen will, kommt an Facebook Ads nicht vorbei. Nirgendwo anders kann ein Unternehmen seine Zielgruppe so genau ansprechen: nach persönlichen Interessen, Alter, Geschlecht und anderen Kategorien. Auch kleinere Unternehmen mit geringem Budget können die vergleichsweise kostengünstigen Werbeanzeigen nutzen, um ihre zukünftigen Kunden zu erreichen. Was kann man also von Facebook Ads erwarten? Wie funktionieren diese? Worauf sollte man achten, um den maximalen Nutzen daraus zu ziehen? Diese und weitere Fragen werden in dem Seminar geklärt. Die Teilnehmer sind am Ende der Veranstaltung in der Lage, zielgerichtete Werbeanzeigen möglichst kosteneffizient zu erstellen.

**Inhalte:**

- Facebook Ads Struktur (Kampagnen, Werbeanzeigengruppen, Anzeigen)
- Unterschiedliche Arten der Werbeanzeigen
- Ziele setzen, Zielgruppen definieren
- Gestalten von Werbeanzeigen
- Möglichkeiten von „Custom Audience“ und „Lookalike Audience“
- A/B-Tests
- Analyse der Statistiken im Werbeanzeigenmanager
- Berichte erstellen
- Erstellen einer Werbekampagne
- Wie funktioniert der Power Editor?

**Beginn: Mi., 16.01.19, 09:00-16:00 Uhr**  
**1 Termin (8 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 70,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 5-8**

## FB3742M Lehrgang Social Media Manager (Xpert Business) Elke Schellinger

Die Bedeutung von Social Media Marketing ist in den letzten Jahren für Unternehmen aller Größen und Branchen stetig gewachsen und steigt noch immer mit hoher Geschwindigkeit. Auch wenn viele Unternehmen die Internet-Technologien bereits nutzen, sind sie häufig noch unsicher, welche Social Media-Aktivitäten sinnvoll für Sie sind. Social Media Manager sind hier gefragt. Es bieten sich exzellente Chancen für Mitarbeiter/innen, die im Bereich Social Media Marketing eine Qualifizierung nachweisen können.

Der Lehrgang zum Social Media Manager bietet Ihnen eine Qualifizierung, mit der Sie über das notwendige Wissen verfügen, um Zusammenhänge des Web 2.0 zu verstehen. Sie können Social Media-Kanäle zielorientiert einsetzen.

Durch die Nutzung von Kanälen wie Facebook, Xing oder Twitter für Marketing, Vertrieb, Kundenservice und Personalbeschaffung entstehen neue Ansätze für Unternehmen, die sie mit Hilfe von qualifizierten Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen effektiv und effizient umsetzen können.

Mit dem Wochenendlehrgang zum Social Media Manager eignen Sie sich die notwendigen Kenntnisse an, mit denen Sie Ihr jetziges oder zukünftiges Unternehmen online voranbringen können. Der Lehrgang findet an 6 Samstagen statt und endet mit einer freiwilligen Abschlussprüfung (15.12.18 um 10.30 Uhr) und entsprechendem Zertifikat. Sie können auf Wunsch auch ohne Abschlussprüfung teilnehmen.

Insbesondere Beschäftigte in kleinen und mittleren Unternehmen, die im Bereich Öffentlichkeitsarbeit/Marketing tätig sind oder sein wollen, aber auch Selbstständige und Existenzgründer/innen profitieren von diesem umfangreichen Lehrgang.

### Inhalte:

- Überblick und Charakterisierung des Web 2.0
- Einführung in die Nutzung sozialer Medien wie Facebook, XING, Twitter, Google+ usw. aus Unternehmens- und Nutzersicht
- Unternehmensblog: Zweck, Aufbau, Lead-Generierung
- Social Media Strategie als Bestandteil der Unternehmensstrategie
- Monitoring, Analysen, Kennzahlen
- Hinweise zu Handlungs- und Rechtssicherheit (keine Rechtsberatung)
- Schnittstellen Social Media mit anderen Marketing-Instrumenten
- praktische Fallbeispiele
- Tipps aus der Praxis und Empfehlungen für Tools zur Organisation Ihrer täglichen Arbeit



**Beginn: Sa., 29.09.18, 09:30-16:30 Uhr**  
**Sa., 06.10.18, 09:30-16:30 Uhr**  
**Sa., 20.10.18, 09:30-16:30 Uhr**  
**Sa., 10.11.18, 09:30-16:30 Uhr**  
**Sa., 17.11.18, 09:30-16:30 Uhr**  
**Sa., 24.11.18, 09:30-16:30 Uhr**  
**Sa., 15.12.18, 10:30-12:00 Uhr**  
**7 Termine (50 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 2 (2. OG)**  
**Kosten: 795,00 €, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 5-10**

## Webseitenerstellung & Programmierung

### FB3743M 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: Do., 11.10.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**3 Termine (12 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**  
**Kosten: 99,60 €, inkl. Skript, (Jeder Teilnehmer erhält ein Skript und eine Software-CD), Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**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](http://www.die-vhs-app.de).

### FB3744M Einführung in Java

**Daniel Hirscher**  
Ingenieur- oder Informatik-Studium ohne Java-Grundkenntnisse? Wollten Sie schon immer Computerprogramme mit einer modernen Programmiersprache zu erstellen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Java ist eine moderne Programmiersprache und die Grundlagen sind relativ einfach zu erlernen, ohne dabei auf Funktionalität und Leistungsfähigkeit verzichten zu müssen. Aus diesem Grund hat sich Java mittlerweile zu einer Standardprogrammiersprache entwickelt und verdrängt langsam die anderen etablierten Sprachen. Die Liste der programmierten Anwendungen umfasst Oberflächen, Webseiten und die Programmierung von Spielen und Smartphones. Die mit Java erstellten Programme sind auf jeder Plattform (Hardware, Betriebssystem) ausführbar. Es werden viele Java-Bibliotheken angeboten, mit dem Sie auch komplizierte Probleme schnell lösen können. Falls Sie in der nächsten Zeit ein Ingenieur- oder Informatik-Studium beginnen möchten, dann ist dieser Kurs genau richtig, da Java oftmals vorausgesetzt wird. Dieser Kurs ist dafür ausgelegt, Ihnen den Einstieg in Java so einfach wie möglich zu machen, ohne dabei auf Qualität und fundiertes Wissen zu verzichten. Es werden keine Programmierkenntnisse vorausgesetzt!

### Inhalte:

- Einführung in Java
- Ein Programm mit Java erstellen
- Grundlegende Sprachelemente
- Kontrollstrukturen
- Klassen, Attribute, Methoden
- Kapselung und Konstruktoren
- Packages
- Fehlerbehandlung
- viele praktische Beispiele

Die Kenntnisse werden durch praktische Übungen zu jedem Kapitel vertieft.

### Zugangsvoraussetzungen:

Sicherer Umgang mit PC

**Beginn: Sa., 22.09.18, 08:30-13:00 Uhr**  
**Sa., 29.09.18, 08:30-13:00 Uhr**  
**Sa., 06.10.18, 08:30-13:00 Uhr**  
**Sa., 13.10.18, 08:30-13:00 Uhr**  
**4 Termine (24 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 212,70 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 4-8**

## Heimnetzwerke

### FB3745 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., 17.11.18, 10:00-17:00 Uhr**  
**Sa., 24.11.18, 10:00-17:00 Uhr**  
**2 Termine (16 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 174,00 €, inkl. Skript, Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 4-8**

## 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!

### FB3746 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., 09.10.18, 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

### FB3747M 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., 22.11.18, 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**

## 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.

### FB3748M 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., 21.01.19, 18:30-21:30 Uhr**  
**Di., 22.01.19, 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**

## FB3749M 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., 09.11.18, 17:45-21:30 Uhr**  
**Sa., 10.11.18, 09:00-17:15 Uhr**  
**2 Termine (16 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 146,30 €, inkl. Skript,**  
**Zuschuss von 30% bzw. 50% durch**  
**Fachkursförderung möglich**  
**Belegung: 4-8**

### Fotografie

#### Schon gewusst?

Angebote zur Fotografie finden Sie im Kapitel „Kultur&Gestalten“, Digitale Bildbearbeitung im Kapitel „Weiterbildung und Beruf“.

## FB3750M 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 Belichtungskorrekturen, 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., 11.10.18, 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**

## FB3751M 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., 07.12.18, 17:45-21:30 Uhr**  
**Sa., 08.12.18, 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**

### Video

## FB3752M 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., 06.11.18, 17:15-21:00 Uhr**  
**Mi., 07.11.18, 17:15-21:00 Uhr**  
**Di., 13.11.18, 17:15-21:00 Uhr**  
**Mi., 14.11.18, 17:15-21:00 Uhr**  
**4 Abende (20 UE)**  
**Ort: Kreismedienzentrum Bodenseekreis,**  
**Steinbeisstr. 22-26, 88046 FN**  
**Kosten: 166,00 €**  
**Belegung: 4-8**

## FB3753 Movie Maker – einen eigenen Film schneiden

#### Norbert Vonwald

Mit dem Windows Movie Maker ist der Einstieg in die Welt der Videobearbeitung für jeden zu meistern. Das Aufpeppen der selbst gedrehten Videos mit Filmeffekten und Musik geschieht im Drag-and-Drop-Verfahren. Die Filme können vom Anwender in kleineren Schnipsel geschnitten und neu arrangiert werden. Die fertige Komposition kann direkt über das Web verbreitet werden.

Software kostenlos im Netz ladbar  
**Beginn: Sa., 08.12.18, 09:00-12:45 Uhr**  
**1 Termin (5 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**  
**Kosten: 41,50 €**  
**Belegung: 4-10**

### 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.

## FB3754M 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., 20.09.18, 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**

## FB3755M 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: Mo., 08.10.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**Do., 11.10.18, 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**

## FB3756M 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., 06.11.18, 18:30-20:45 Uhr**  
**Do., 08.11.18, 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**

## FB3757M Tablets & Smartphones – Grundlagen iPad & iPhone Individuelles Seminar für Einzelpersonen

#### Harald Belz

Apples iPads und iPhones erfreuen sich großer 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., 24.09.18, 14:30-16:45 Uhr**  
**1 Abend (3 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 95,00 €, inkl. Skript**  
**Belegung: 1-1**



## FB3758M Tablets & Smartphones Grundlagen iPad & iPhone Kleingruppe

#### Harald Belz

Inhalte siehe FB3757M

**Beginn: Di., 13.11.18, 18:30-20:45 Uhr**  
**Do., 15.11.18, 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**

### Tastschreiben

## FB3759M Computer-Tastschreiben am PC in 6 Stunden

#### Haitetann Günthör

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 Tastatenfeld 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: Mi., 07.11.18, 19:00-20:30 Uhr**  
**4 Abende (8 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)**  
**Kosten: 79,90 €, inkl. Skript**  
**Belegung: 4-8**

# Kultur und Gestalten

## Kunstgeschichte

### Vorträge

#### FB4101 Architektur um die Jahrtausendwende

Klaus Wendler

Bei der Betrachtung der Bauten kurz vor und nach dem Jahr 2000 fällt vor allem ihre ungeheure Vielseitigkeit auf. Nicht nur sind Wissenschaft und Technik mittlerweile so weit fortgeschritten, dass heute – etwa im Rahmen von Dekonstruktivismus und High-Tech – „so ziemlich alles möglich“ ist, es sind vor allem die internationalen Dimensionen, die die Architektur charakterisieren. Waren noch vor einem halben Jahrhundert die bedeutendsten Architekten Europäer, Nordamerikaner und Japaner, so kommen die großen Architekten heute aus allen wirtschaftlich bedeutenden Ländern der Welt und sind international tätig. Die Folge sind die vielfältigsten stilistischen Richtungen, die sich zudem häufig überschneiden und auch Elemente aus regionalen Bautraditionen aufnehmen. Letzteres kann als 'kritischer' Regionalismus auftreten, kann aber auch in eine neue historistische Richtung oder gar zu einem ausgesprochenen Historismus führen, der zuweilen in Kitsch ausarten kann. An drei Abenden sollen mehrere stilistische Entwicklungsströme vorgestellt werden.

**Beginn: Mittwoch, 10.10., 17.10.**

**und 24.10.18, jeweils 18:30 Uhr**

**3 Abende (2 UE), Vortrag**

**(ohne Voranmeldung, Abendkasse)**

**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**

**Kosten: 6,00 €, je Termin**

#### FB4102 Alexander d. Gr. und die Verwandlung des Orients

Klaus Wendler

333 v. Chr., d. h. vor 2350 Jahren, erfocht der junge Makedonen-König bei Issos seinen ersten Sieg über den achämenidischen Großkönig und eroberte anschließend das gesamte Perserreich und umfangreiche Gebiete darüber hinaus. Zwar war es ihm nicht vergönnt, sein Weltreich zu festigen: es zerfiel nach seinem frühen Tode, aber bis nach Zentralasien hinein entstanden Königreiche unter Dynastien, die aus seinen Militärs hervorgegangen waren, in denen sich Griechisches mit Fremden mischte, wodurch etwas Neuartiges,

der sog. 'Hellenismus' entstand. Griechische Architektur verband sich mit persischer und beeinflusste so die Gestaltung buddhistischer und zoroastrischer Bauten; der indische Raum brachte unter griechischem Einfluss erstmals eine Großplastik hervor, die auf Jahrhunderte ein ausgesprochen hellenistisches Gepräge behielt und z.T. bis in den chinesischen Raum ausstrahlte. Religionen breiteten sich aus und beeinflussten sich gegenseitig. Der Orient übernahm das Münzwesen; neue wirtschaftliche und diplomatische Beziehungen zogen Entdeckungsreisen nach sich und bereicherten das Wissen Europas. Das Leben Alexanders prägte zudem die Literatur in Ost und West bis tief ins Mittelalter hinein.

**Beginn: Mittwoch, 07.11. und 14.11.18,**

**jeweils 18:30 Uhr, 2 Abende (2 UE), Vortrag**

**(ohne Voranmeldung, Abendkasse)**

**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**

**Kosten: 6,00 €, je Termin**

#### FB4103 Die Kinder Maria Theresias

Klaus Wendler

Unter den 16 Kindern der großen Kaiserin, von denen 10 das Erwachsenenalter erreichten, haben mehrere eine markante Rolle gespielt und für mehrere Jahrzehnte die Geschichte des Hauses Österreich und Europas mitgestaltet. Zwei wurden nacheinander Kaiser des Heiligen Römischen Reiches, und beide, Joseph II. und Leopold II., waren bedeutende Vertreter der Aufklärung. Zwei Töchter wurden Königinnen: die eine, Maria Carolina, von Bourbon-Sizilien, wo sie eine kulturell herausragende Position einnahm, zeitweilig sogar erfolgreich die Regierung führte und später eine engagierte Kämpferin gegen Napoleon wurde; die andere, Maria Antonia, in Frankreich, wo sie durch ihr extravaganteres Verhalten „in die Schlagzeilen“ kam und auf dem Schafott endete. Andere Kinder beherrschten kleinere Staaten (Parma, Modena) oder schlugen die geistliche Laufbahn ein. Viele waren künstlerisch, musikalisch oder wissenschaftlich begabt oder betätigten sich als Mäzene. Und das Leben aller ist durch Kunstwerke führender Künstler reich dokumentiert.

**Beginn: Mi., 21.11.18, 18:30-20:00 Uhr**

**1 Abend (2 UE), Vortrag**

**(ohne Voranmeldung, Abendkasse)**

**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**

**Kosten: 6,00 €**

#### FB4104 Vom Markt zum Einkaufszentrum – Eine Kulturgeschichte des Handels II

Klaus Wendler

Seit dem Übergang des Menschen zur Sesshaftigkeit lässt sich organisierter Handel archäologisch nachweisen, und spätestens seit ca. 6000 Jahren bestimmen Märkte als Zentren des Handels, der Kommunikation und der Unterhaltung die Siedlungsstrukturen. Würden die Handelsgeschäfte zunächst unter freiem Himmel abgeschlossen, so entstanden in historischer Zeit, nachdem der internationale Handel sich etabliert hatte, zunehmend eingegrenzte Plätze (etwa die griechische Agora oder das römische Forum). Infolge einer ausgesprochenen Neigung der Römer zum Realismus und zu Darstellungen aus dem Alltag sind wir besonders gut unterrichtet über den Handel im Römischen Reich, dessen Hafenzentren, rings um das Mittelmeer gelegen, vielfach Endpunkte uralter Handelsstraßen waren. Eine stetig wachsende Bevölkerung musste mit Lebensmitteln versorgt werden, für ein bereits stark differenziertes Gewerbe mussten Rohstoffe importiert werden, und durch die Eroberungen lernte man bei zunehmendem Reichtum Luxusgüter der Nachbarn oder auch exotischer Völker kennen und schätzen.

**Beginn: Mi., 12.12.18, 18:30-20:00 Uhr**

**1 Abend (2 UE), Vortrag**

**(ohne Voranmeldung, Abendkasse)**

**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**

**Kosten: 6,00 €**



FB4105

#### Die Ming-Dynastie

Klaus Wendler

1368, also vor 650 Jahren, wurde, wie bereits mehrfach in der Geschichte Chinas, eine schwach und erfolglos gewordene Dynastie, die Yuan, die offensichtlich das „Mandat des Himmels“ verloren hatte, von einer Volksbewegung, diesmal von einem Banditenhauptling angeführt, gestürzt. Die neue Dynastie erhielt den Namen „die Prächtige“ (Ming) und entfaltete auch wirklich eine glanzvolle Herrschaft und Kultur. Die kaiserlichen Bauten in Beijing und die Große Mauer, jeweils in der heutigen Erscheinung, sind ihr Werk. Die Malerei – obwohl eher eine Weiterführung von Traditionen der Song- und Yuan-Zeit als eine Neuentwicklung – erlebte dennoch eine Blütezeit; in der Keramik war man dagegen innovativ und produzierte Porzelle in neuen Farbkombinationen, vor allem das berühmte Blau-Weiß, die überall in Asien und Europa höchst begehrt waren. Obwohl anfangs Entdeckungsreisen zur See durchgeführt und Kontakte mit anderen Nationen aufgenommen wurden, schloss sich das Land nach und nach ab und verfiel der Stagnation in Wissenschaft und Technik. Dies und eine verfehlte Finanz- und Militärpolitik brachten den Niedergang, der schließlich zu neuen Aufständen führte, wodurch sich 1644 die Mandschus zu den Herren Chinas machen konnten.

**Beginn: Mittwoch, 09.01. und 16.01.19,**

**jeweils 18:30 Uhr, 2 Abende (2 UE), Vortrag**

**(ohne Voranmeldung, Abendkasse)**

**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**

**Kosten: 6,00 €, je Termin**

FB4106

#### Heilige Berge und ihre Mythologie in der Kunst IV

Klaus Wendler

Überall auf der Welt gibt es Berge, die der einen oder anderen Religion heilig sind. Besonders zahlreich sind sie in Asien, vor allem dort, wo mehrere Religionen aufeinander treffen, etwa im Raum des Himalaya und in China, wo die mythologische Bedeutung einzelner Berge entweder von mehreren Religionen geteilt wird oder sich von Religion zu Religion unterscheidet. Berge können mythische Berge symbolisieren, sie können – etwa, weil sie sehr markant sind – um ihrer selbst willen heilig sein, sie können Sitz von überirdischen Wesen oder mit religiösen Ereignissen oder Offenbarungen verbunden sein. Während im indischen Raum die religiöse Bedeutung eines Berges sich künstlerisch in Einzelwerken äußert, sind die heiligen Berge Chinas geradezu von Tempeln übersät. – Japans heilige Berge, im Rahmen des Shintoismus verehrt, sind künstlerisch vor allem in der Malerei und der Gartenkunst präsent. – Die Völker Ozeaniens und Amerikas verehren ebenfalls zahlreiche Berge als heilig, doch ist

deren Mythologie mangels früher Schriftkultur primär nur in Legenden fassbar. Nur bei den Hochkulturen Mittel- und Südamerikas kann die Archäologie Hilfestellung leisten.

**Beginn: Mi., 23.01.19, 18:30-20:00 Uhr**

**1 Abend (2 UE),**

**Vortrag (ohne Voranmeldung, Abendkasse)**

**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**

**Kosten: 6,00 €**

### Seminare

FB4107

#### Das Vanitas-Motiv in Dichtung und Kunst III (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, mit prunkvollen Allegorien bestückten barocken Grabmäler Berninis oder Fischer 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., 04.10.18, 18:30-20:00 Uhr**

**3 Termine (6 UE)**

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

**Kosten: 26,40 €**

**Belegung: 8-20**

FB4108

#### Genealogische Streifzüge durch die deutsche und europäische Geschichte III (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 den Häusern Wettin und der Welfen und kleineren Häusern mit bedeutenden dynastischen Verbindungen (Baden, Württemberg, Hessen) befassen und dabei auch die weltpolitischen Konsequenzen, kulturellen Folgen und ausgewählte persönliche Schicksale berühren.

**Beginn: Do., 29.11.18, 18:30-20:00 Uhr**

**3 Termine (6 UE)**

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

**Kosten: 26,40 €**

**Belegung: 8-20**

FB4109

#### Räuber und Räuberinnen (Seminar)

Dr. Helga Müller-Schnepper,

Kunsthistorikerin

Es gab nicht nur den Schwarzen Vere in Biberach, sondern noch etliche andere und sie waren auch keine Helden, die den Reichen nahmen und den Armen gaben. Vielmehr behielten sie alles für sich und ihre Methoden waren brutal, wie wir beispielsweise vom Überfall in Tettngau wissen. Fast nicht bekannt sind dagegen die selbständigen Räuberinnen wie etwa die „Schwarze Lies“. Sie war eine fingerfertige und gerissene Taschendiebin mit einem Radius vom Bodensee bis zum Neckar.

**Beginn: Mi., 26.09.18, 19:00-20:30 Uhr**

**1 Termin (2 UE)**

**Ort: vhs FN, Seminarraum 4 (1. OG)**

**Kosten: 7,80 €**

**Belegung: 8-16**

FB4110

#### Hexen und Heilige (Seminar)

Dr. Helga Müller-Schnepper,

Kunsthistorikerin

Die Männer, wie Pirmin und Gallus gründeten die Klöster auf der Reichenau und in St. Gallen. Sie brachten nicht nur das Christentum, sondern beispielsweise auch den Weinbau an den Bodensee. Ihnen folgten mutige Männer wie Otmar und Gebhard. Sagenhaft mutig aber war die Nonne Wiborada, die als einzige nicht in die Wälder floh, als die Hunnen kamen. Der Hexenwahn tobte in unserer Gegend zwar auch, er wurde aber durch das vernünftige Stadtregerment in Ravensburg gemildert. Trotzdem gibt es schreckliche Geschichten zu erzählen.

**Beginn: Mi., 28.11.18, 19:00-20:30 Uhr**

**1 Termin (2 UE)**

**Ort: vhs FN, Seminarraum 4 (1. OG)**

**Kosten: 7,80 €**

**Belegung: 8-16**

## FB4200 Anders gesehen

Der Arbeitskreis Zeichnen und Malen zeigt seine Sichtweisen in Aquarell, Öl, Tempera, Tusche, Kreide und Stift.

**Ausstellung vom 20.09. bis 26.10.18.**  
im 1. und 2. OG der vhs-FN.

## Künstlerisches Gestalten

### Angebot für Jugendliche

## FB4201 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 Druckminibleistift 6B, Radiererstift perfection 7056), Radierer, Spitzer..., Farben und Malereibedarf nach gusto, gerne auch eigene Motive/Vorlagen

**Beginn: Mo., 29.10.18, 10:00-14:00 Uhr**

**Di., 30.10.18, 10:00-14:00 Uhr**

**2 Termine (9,33 UE), Ferienkurs**

**Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)**

**Kosten: 46,00 €, incl. Kosten für spezielle Materialien**

**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**

**Belegung: 6-8**



**1.000 m<sup>2</sup>  
Auswahl**

Farben, Rahmen, Homeartikel, Ledertaschen, Schmuckkoffer, Tischwäsche, Kissen, Dekobänder, Dekoartikel, Seiden- und Kunstblumen, Accessoires, Kerzen, verschiedene Stoffe, Servietten, Papier, Karten, u.v.m.

Schenken – kochen – genießen

**Grossmann**  
...einfach schöner leben!

Unterraderach  
88048 Friedrichshafen  
Telefon 0 75 41 / 60 36-0  
www.grossmann-fn.de

## Zeichnen und Malen

## FB4202 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 mitbringen:** Zeichenmaterialien und Zeichenblock mindestens A3 oder größer.

**Beginn: Mi., 26.09.18, 18:30-21:30 Uhr**

**8 Termine (32 UE)**

**Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)**

**Kosten: 155,20 €, zzgl. Modellkosten**

**Belegung: 7-10**

## FB4203 Einstieg ins Urban Sketching

Uwe Barkmann  
Unter Urban Sketching versteht man eine in den USA gegründete und mittlerweile weltweit bestehende Bewegung, die versucht in schnellen oder auch ausgefeilten Skizzen die Welt zu zeigen, wie sie ist. Hierzu trifft man sich in Gruppen, zeichnet stets vor Ort, hilft sich gegenseitig, benutzt verschiedene Materialien und teilt die Ergebnisse schließlich in Social Networks. Ob professioneller Künstler oder begeisterter Amateur, unabhängig vom Können sind alle willkommen. Im Vordergrund steht die Freude am gemeinsamen Zeichnen und am Austausch.

Am ersten Abend lassen wir uns von sehenswerten Beispielen inspirieren und lernen, welche grundlegenden zeichnerischen Mittel (z. B. perspektivischer Bildaufbau, Skizzen, Schraffuren) und Hilfen zum Erfassen einer Szene nötig sind. Erste Übungen machen Sie mit dem Skizzieren vertraut. Am Samstag probieren wir dann direkt vor Ort an einfachen Szenen das Urban Sketching aus. Der Kurs wendet sich an Anfänger. Benötigte Materialien (Zeichenheft und Bleistift) werden zur Verfügung gestellt. Vorhandenes Material (nach eigenen Vorlieben) kann gerne mitgebracht werden.

**Beginn: Fr., 28.09.18, 18:00-21:00 Uhr**

**Sa., 29.09.18, 10:00-15:00 Uhr**

**2 Termine (10 UE), Wochenendseminar**

**Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)**

**Kosten: 49,80 €, incl. Material**

**Belegung: 6-10**

## FB4204 Zeichnen – Mixed Media mit unterschiedlichen Zeichenutensilien auf vielfältigen Untergründen

Rose Dorn, Kunstmalerin,  
Diplom-Pädagogin  
Bleistifte, Farbstifte, Filzstifte, Kugelschreiber und Kreiden kommen zum Einsatz auf Papp, Packpapier, eingefärbten oder bedruckten Gründen. Wir arbeiten mit Weißhöhlungen, Teilkolorierungen, Frottage, Collageelementen und Schablonen.  
Lassen Sie sich von den vielseitigen Möglichkeiten zu außergewöhnlichen Zeichnungen inspirieren!

**Beginn: Di., 22.01.19, 09:15-16:00 Uhr**

**1 Termin (9 UE), Wochenendseminar**

**Ort: vhs FN, Werkraum (EG)**

**Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten**

**Belegung: 6-8**

## FB4205 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: Di., 18.09.18, 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

## FB4210 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, welche die farbliche Gestaltung erleichtert, 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., 01.10.18, 18:00-20:30 Uhr**

**7 Termine (23,33 UE)**

**Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)**

**Kosten: 74,70 €**

**Belegung: 6-8**



## FB4211 Aquarelle malen und zeichnen – Sequenz II

Ulla Attenberger, Studienrätin,  
Freie Kunstmalerin  
Siehe Kurs-Nr. FB4210  
Material bitte mitbringen, gerne auch eigene Motive, die Sie gestalten möchten.

**Beginn: Mo., 26.11.18, 18:00-20:30 Uhr**

**6 Termine (20 UE)**

**Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)**

**Kosten: 64,00 €**

**Belegung: 6-8**

## FB4212 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), Papiertaschentücher, Zeichensachen, Skizzenpapier. Nicht für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

**Beginn: Mi., 19.09.18, 09:00-11:15 Uhr**

**8 Vormittage (24 UE)**

**Ort: vhs FN, Werkraum (EG)**

**Kosten: 105,60 €**

**Belegung: 8-9**

## FB4213 Aquarellieren am Vormittag Fortgeschrittene

Rose Dorn, Kunstmalerin,  
Diplom-Pädagogin  
Siehe Kurs Nr. FB4212

**Beginn: Mi., 19.09.18, 11:15-13:30 Uhr**

**8 Vormittage (24 UE)**

**Ort: vhs FN, Werkraum (EG)**

**Kosten: 105,60 €**

**Belegung: 8-9**

## FB4214 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 Anfänger und alle, die ihre Kenntnisse in der Ölmalerei erweitern und vertiefen wollen.

Material bitte mitbringen, gerne auch eigene Malmotive.

**Beginn: Mi., 10.10.18, 09:45-12:30 Uhr**

**6 Termine (22 UE)**

**Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)**

**Kosten: 70,40 €**

**Belegung: 6-8**

## FB4215 Malen mit Ölfarben – Sequenz II

Ulla Attenberger, Studienrätin,  
Freie Kunstmalerin  
Siehe Kurs-Nr. FB4214  
Material bitte mitbringen, gerne auch eigene Malmotive.

**Beginn: Mi., 28.11.18, 09:45-12:30 Uhr**

**6 Termine (22 UE)**

**Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)**

**Kosten: 70,40 €**

**Belegung: 6-8**

## FB4216 Acrylmalerei – Mischtechniken auf Tyvek® Spinnvlies, dem Malgrund mit Faserstruktur

Rose Dorn, Kunstmalerin,  
Diplom-Pädagogin  
Tyvek Spinnvlies ist weiß, dünn wie Papier, aber reißfest. Es lässt sich kleben, auf Keilrahmen aufspannen, falten und rollen. Bei dünnem Farbauftrag entwickelt sich eine sehr schöne Faserstruktur, die durch verschiedene Techniken noch verstärkt werden kann; dicker Farbauftrag wirkt hingegen glatt und leuchtend. Auswaschtechniken, Drucktechniken und Mischtechniken mit Stiften, Tuschen, Collage-Elementen sind möglich. Durch seine Eigenschaften unterstützt es die abstrakte Bildgestaltung; der gegenständlichen Malerei verleiht es mehr Ausdruck. Es ist für großformatiges Arbeiten geeignet und preiswert. Tyvek® Spinnvlies kann mitgebracht oder im Kurs erworben werden.

**Beginn: Sa., 13.10.18, 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: Flache Palette (z. B. Plexiglasstück, stabile Folie) Wassergefäß, Lappen, Zeitungspapier; unempfindliche Kleidung ist ratsam.

## FB4217 Acrylmalerei opulent mit Gold und Silber (Art-Metall), Perlen, Schmucksteinen, Pailletten, Spiegelfolien ...

Rose Dorn, Kunstmalerin,  
Diplom-Pädagogin  
Mit diesen Zutaten lassen sich fantastische Flächen mit unterschiedlich ausgeprägten Glanz- und Glimmereffekten schaffen. Dabei können auch Stoffe, Papiere und Gipsbinden zum Einsatz kommen, ebenso Fundstücke wie Muscheln, Steine, getrocknete Pflanzenteile, die mit Metallfarben „veredelt“ werden. Die Gestaltung kann abstrakt oder gegenständlich erfolgen; für die jeweiligen Vorgehensweisen bekommen Sie geeignete Tipps. Bringen Sie Ihre „Schätze“ mit, eine Auswahl an Materialien gibt es aber auch im Kurs. Art-Metall, Gipsbinden und Spiegelfolien können gegen Umlage gestellt werden.

**Beginn: Sa., 17.11.18, 09:15-16:00 Uhr**

**1 Termin (9 UE), Wochenendseminar**

**Ort: vhs FN, Werkraum (EG)**

**Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten**

**Belegung: 6-8**

## FB4218 Acrylkurs – Bildkomposition

Rose Dorn, Kunstmalerin,  
Diplom-Pädagogin  
Wer Kompositionsregeln und -mittel kennt, erweitert seine künstlerischen Ausdruckskraft ganz erheblich. Durch ihre Anwendung lassen sich Ruhe und Harmonie, aber auch Dynamik, Bewegung und Dramatik erzeugen. Die entsprechenden Darstellungsarten werden im Kurs anhand von Kunstbeispielen und Vorführungen erklärt; außerdem werden Vorgehensweisen und Tricks gezeigt, die den Aufbau einer gelungenen Komposition erleichtern. Dann können Sie selbst Ihre Kompositionsideen verwirklichen.

**Beginn: Mo., 26.11.18, 09:15-16:00 Uhr**

**1 Termin (9 UE)**

**Ort: vhs FN, Werkraum (EG)**

**Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten**

**Belegung: 6-8**

FB4219

**Acrylmalerei –  
Trockenpinseltechnik**Rose Dorn, Kunstmalerin,  
Diplom-Pädagogin

Die Trockenpinseltechnik erschließt ein großes Spektrum an Gestaltungsmöglichkeiten für gegenständliche und abstrakte Bilder. So lassen sich zarte, atmosphärische Farbschleier, aber auch dicht granulierteflächen erzeugen. Schicht auf Schicht mit mehreren Farben eingesetzt, ergeben sich changierende Töne und diffuse Formen. Außerdem eignet sich die Technik auch zur Erzeugung vielfältiger, expressiver Oberflächenstrukturen. Die genannten Ausdrucksmöglichkeiten lassen sich durch Einsatz von Sand und Strukturpasten noch erweitern.

Wie das alles geht, erfahren Sie durch Erklärung und Vorführung; bei der Umsetzung in Ihr eigenes Werk bekommen Sie fachkundigen Rat.

**Beginn: Mi., 28.11.18, 09:15-16:00 Uhr****1 Termin (9 UE)****Ort: vhs FN, Werkraum (EG)****Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten****Belegung: 6-8**

FB4220

**Acrylmalerei – Buchstaben, Texte  
und Schriften als Bildelement**Rose Dorn, Kunstmalerin,  
Diplom-Pädagogin

Der Einsatz von Buchstaben, Texten und Schriften eignet sich sowohl für die abstrakte als auch für die gegenständliche Bildgestaltung. Schriften und Schrift Elemente ziehen unweigerlich die Aufmerksamkeit des Betrachters an. Sie eignen sich für besondere Effekte, aber auch als Hintergrund oder für die dekorative Randgestaltung. Sie können gegenständliche Formen annehmen und Abstraktes gliedern. Wörter, Gedichte und Sprüche können als zentrales Bildelement dienen und entsprechend illustriert werden. Für diese vielfältigen Möglichkeiten bekommen Sie Anregungen und Tipps, so dass Sie Ihre Ideen zum Thema verwirklichen können. Bitte bringen Sie entsprechende Schrift Elemente und Texte, eventuell auch vergrößert, mit; es gibt aber auch im Kurs eine Auswahl an passendem Material.

**Beginn: Mi., 09.01.19, 09:15-16:00 Uhr****1 Termin (9 UE)****Ort: vhs FN, Werkraum (EG)****Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten****Belegung: 6-8**

FB4221

**Acrylmalerei – Figuren malen  
nach Fotos und Gliederpuppe**Rose Dorn, Kunstmalerin,  
Diplom-Pädagogin

Mit der Gliederpuppe stellen wir die auf Fotos dargestellten Positionen nach. Der Vergleich zwischen Foto und dreidimensionaler Figur hilft uns, perspektivische Darstellungsprobleme zu erkennen und zu lösen, ist aber auch in Bezug auf Schattenbildung lehrreich, da die Lichtverhältnisse auf dem Foto sich sicher von denen im Raum unterscheiden werden. Ergänzend gibt es ein Proportionschema und Hinweise und Vorführungen zu Darstellungsarten von skizzenhaft bis realistisch. Dann können Sie die Figur Ihrer Wahl zum Leben erwecken.

**Beginn: Mi., 16.01.19, 09:15-16:00 Uhr****1 Termin (9 UE)****Ort: vhs FN, Werkraum (EG)****Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten****Belegung: 6-8**

FB4222

**Acryl – moderne Malerei,  
inspiriert von Gerhard Richter**Rose Dorn, Kunstmalerin,  
Diplom-Pädagogin

Mit Rakeln, Papp- und Holzstücken, Spachteln, Malmessern und Colourshapern werden expressive Farb- und Formenwelten geschaffen, indem mit unterschiedlichen Techniken und Werkzeugen Farben aufgetragen, überlagert, ineinandergeschoben und teilweise wieder abgetragen werden. Diese Techniken lernen Sie im Kurs kennen, außerdem wird, damit Ihr Werk gelingen kann, auch auf geeignete Farbkombinationen eingegangen. Großformatiges Papier und kleinere Spachteln können im Kurs erworben werden. Falls Sie auf größeren Keilrahmen oder Malpappen arbeiten wollen, diese bitte selbst mitbringen.

**Beginn: Sa., 19.01.19, 09:15-16:00 Uhr****1 Termin (9 UE), Wochenendseminar****Ort: vhs FN, Werkraum (EG)****Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten****Belegung: 6-8**

FB4223

**Acrylmalerei – außergewöhnliche  
Techniken und Tricks mit Spachtel-  
massen und Strukturpasten**Rose Dorn, Kunstmalerin,  
Diplom-Pädagogin

Fotos und Kunstdrucke werden mit Bims- und anderen Medien bearbeitet und so ergeben sich z. B. ganz außergewöhnliche Portraits. Fließende Farben in einer Strukturpastenkombination eignen sich für Abstraktes und Abstrahiertes, für Landschaften oder menschliche Figuren. Der Einsatz von Graphitpulver, Pigmenten, Flieskleber und anderen Materialien erschließt weitere überraschende Möglichkeiten.

Es kann auch mit Tuschen und Tinten gearbeitet werden, diese bitte mitbringen. Wenn Sie ein Portrait herstellen wollen, bitte entsprechend großes Foto mitbringen. Die Techniken sind für das Arbeiten auf Papier weniger geeignet. Malpappen oder Keilrahmen bitte mitbringen oder spätestens 14 Tage vor Kursbeginn vorbestellen.

**Beginn: Do., 24.01.19, 09:15-16:00 Uhr****1 Termin (9 UE)****Ort: vhs FN, Werkraum (EG)****Kosten: 63,90 €, zzgl. Materialkosten****Belegung: 6-8**

FB4224

**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 vereint 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](http://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., 19.10.18, 18:00-21:00 Uhr****Sa., 20.10.18, 10:00-17:00 Uhr****2 Termine (12 UE), Wochenendseminar****Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)****Kosten: 69,60 €****Belegung: 6-8****Intuitives Malen**

FB4225

**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 unbekanntere 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. Und nicht vergessen einen warmen Pullover, da es um diese Jahreszeit im Wasserturm schon kühl sein kann!

**Beginn: Sa., 29.09.18, 09:30-17:00 Uhr****So., 30.09.18, 09:30-13:00 Uhr****2 Termine (14 UE), Wochenendseminar****Ort: Wasserturm im Riedlewald****Kosten: 78,40 €, zzgl. Materialkosten****Belegung: 5-7**

FB4226

**Einführungsworkshop  
Bodypainting**

Gesine Marwedel

Der Kurs eignet sich für Anfänger mit oder ohne malerische Vorkenntnisse und ist eine Einführung in das Thema der Körpermalerei mit folgenden Inhalten: Farben, Material & Hygiene / Der Körper als Leinwand / Farbauftrag / Farbverläufe (Blending) / Kompositionen und Platzierungen von Bildern auf dem Körper. Am ersten Abend üben Sie dann an kleinen Flächen (Arm, Rücken) den Umgang mit der Farbe und Pinsel auf der Haut. Abschließend planen Sie dann Ihren eigenen Entwurf für

die Bemalung des Modells am Samstag (zwei Teilnehmer arbeiten an einem Modell).  
**Hinweis:** Das Bemalen am Samstag wird von den Teilnehmern des Fotokurses „Reportage eines Bodypaintings“ dokumentarisch begleitet. In einem abschließenden Shooting der Models werden die Ergebnisse festgehalten. Mit der Teilnahme am Kurs geben Sie Ihre Zustimmung, dass die während des Kurses entstehenden Fotos ggf. veröffentlicht werden. Infos zur Kursleiterin: [www.gesine-marwedel.de](http://www.gesine-marwedel.de)

**Bitte mitbringen:** Acryl- oder Aquarellpinsel, wer hat (rund, flach, verschiedene Größen, am besten Synthetik)

**Beginn: Fr., 12.10.18, 17:00-21:00 Uhr****Sa., 13.10.18, 09:30-16:30 Uhr****2 Termine (13 UE), Wochenendseminar****Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)****Kosten: 117,00 €, zzgl. 5,00 € Materialkosten****Belegung: 6-10****Schmuckherstellung**

FB4241

**Goldschmieden – Grundkurs**

Anja Burkhardt-Häusler

Wollten Sie schon immer ein handgearbeitetes Schmuckstück besitzen oder sich in die Geheimnisse des Goldschmiedens einweisen 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., 20.10.18, 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) + Material**  
**Belegung: 6-7**

FB4242

**Goldschmieden – Grundkurs**

Anja Burkhardt-Häusler

Siehe Kurs-Nr. FB4241

**Beginn: Sa., 12.01.19, 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****Handwerkliches Gestalten /  
Verschiedene Techniken**

FB4253

**Maskenbau-Workshop:  
Verwandlungstheater  
„Endlich mal der sein,  
der ich nie sein wollte.“**Walter Koch, Maskenkünstler,  
Schauspieler, Kabarettist

Der Bau einer Theaterstück-Maske ist ein spannendes Abenteuer! Schon bei der Entstehung wird jeder erleben, welche Unarten und Fähigkeiten die eigene Maske haben wird. Nebenbei überraschen die eigenen Finger mit welcher Leichtigkeit sie kreativ gestalten können. Die eigenen Augen können diesem Prozess nur staunend zuschauen ... Zum Bau einer persönlichen Theatermaske benutzen wir massiven Modellier-Ton und kaschieren das fertige Modell mit „Basler Maskenpapier“. Nachdem die „Larve“ getrocknet ist, entfernen wir den Ton, fügen das Tragegestell ein und kolorieren sie. Fertig.  
**Bitte mitbringen:** eine Arbeits-Schürze und ein älteres Handtuch.

**Beginn: Fr., 15.02.19, 18:00-21:00 Uhr****Sa., 16.02.19, 10:00-14:00 Uhr****Fr., 22.02.19, 18:00-21:00 Uhr****Sa., 23.02.19, 10:00-14:00 Uhr****4 Termine (18,67 UE), Wochenendseminar****Ort: vhs FN, Werkraum (EG)****Kosten: 143,80 €, zzgl. Materialkosten****(15,00 € für Ton und Kaschierpapier)****Belegung: 8-14**



**FB4261  
Der Filztag**  
Maria Hestermann

Für alle, die Lust haben auf Selbstgestaltetes, das unseren Alltag bunter und weicher macht. Beim Filzen können Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen und nach eigener Vorliebe und passend zum individuellen Arbeitstempo entweder Flies legen (z. B. Bilder, Blumen, Schmuck, Deko). Wenn Sie eher praktische Dinge gestalten möchten, können Sie aus Wollfließ und Kammzug aus edler Merinowolle z. B. eine kleine Handtasche oder einen Hut / eine Mütze herstellen oder aus Nunofilz (einer Kombination aus Wolle und Seide) Schals oder Anderes fertigen.  
**Bitte mitbringen:** 5 ältere Handtücher, Schere, Tasse, falls vorhanden Gummiautomatte und Wäschesprengher.

**Beginn:** Sa., 10.11.18, 10:00-17:00 Uhr  
**1 Termin (9 UE), Wochenendseminar**  
**Ort:** vhs FN, Werkraum (EG)  
**Kosten:** 39,60 €  
**Belegung:** 7-9

**FB4262  
Weben am Webrahmen**  
Für Anfänger ohne Vorkenntnisse  
Barbara Trommer

Das Weben zählt zu den zu den ältesten handwerklichen Techniken, mit deren Hilfe Stoffe und Teppiche hergestellt werden. Längst haben die industriellen Massenprodukte der Kunstweberei den Rang abgelassen. Vielleicht aber ist es gerade deshalb so reizvoll, eigene Webarbeiten herzustellen – mit von Ihnen gewählten Materialien und ganz nach Ihren individuellen Vorstellungen. An einem Tisch-Webrahmen lassen sich sehr viele schöne Gewebe ganz einfach herstellen. Wolle, Baumwolle, Seide und Stoffstreifen sind Materialien, aus denen zum Beispiel Schals, Tischläufer oder Wandbehänge entstehen können. In diesem Kurs lernen Sie

alle Arbeitsgänge von der Planung des Gewebes über das Einrichten des Webrahmens bis zu den Abschlussarbeiten kennen und weben nach eigenem Entwurf einen Schal. Webrahmen werden zur Verfügung gestellt!  
**Bitte mitbringen:** Schere, Maßband, Schreibzeug, sowie Garn nach eigenem Wunsch bis max. Nadelstärke 4 (z. B. Sockenwolle). Bei Fragen zum Garn nehmen Sie gerne direkt Kontakt mit der Kursleiterin auf per Telefon: 07543-547828 oder Email: btrommer@gmx.de

**Beginn:** Di., 09.10.18, 19:00-21:15 Uhr  
**6 Termine (18 UE)**  
**Ort:** vhs FN, Kreativstudio (1. OG)  
**Kosten:** 79,20 €, zzgl. Materialkosten (je nach Geschmack, Qualität und Verbrauch)  
**Belegung:** 6-8

**FB4263  
Handnähkurs modernes Mola „Quadrat im Quadrat“**  
Beate Mayer

Wir fertigen aus weißer, alter Bettwäsche in Handnähtechnik das „Quadrat im Quadrat“. Durch Falten zeichnen wir die Mitte an, dann wird eingeschnitten und wir nähen von Hand farbige Stoffreste ein. Aus den Blöcken kann ein großer Restequilt entstehen, ein Kissen, ein Mug Rug oder Gläseruntersetzer. Es sind keine besonderen Nähkenntnisse erforderlich, alles Notwendige wird im Kurs gelernt. Sie werden schnell feststellen: diese Technik kann süchtig machen!  
**Bitte mitbringen:** kleine Stick- oder Stoffschere, Stecknadeln, Nadeln, kleines Lineal, Bleistift usw. Wer braucht, Lesebrille nicht vergessen! Weitere Materialien werden von der Kursleiterin mitgebracht.

**Beginn:** Fr., 19.10.18, 15:00-17:15 Uhr  
**1 Termin (3 UE), Wochenendseminar**  
**Ort:** vhs FN, Kreativstudio (1. OG)  
**Kosten:** 16,50 €, zzgl. 5,00 € Materialkosten  
**Belegung:** 6-8

**FB4264  
Waldpilze aus Stoff in Handnähtechnik**

Beate Mayer  
In diesem Kurs können Sie – auch ohne Nähkenntnisse – wunderschöne Waldpilze mit einem Stiel aus Schwemmholz oder Stoff anfertigen. Die Kappe wird mit Pappe/Stoff und Vlies aufgebaut und nach Wunsch gestaltet. Die Kursleiterin zeigt Ihnen die dazu nötigen Kenntnisse – Sie benötigen lediglich etwas Geschick und Lust auf kreative Gestaltung. Benötigten Materialien werden von der Kursleiterin mitgebracht.

**Bitte mitbringen:** Nähutensilien, Stecknadeln und Nadeln, Schere, Bleistift ... Wer braucht, Lesebrille nicht vergessen!

**Beginn:** Fr., 26.10.18, 15:00-17:15 Uhr  
**1 Termin (3 UE), Wochenendseminar**  
**Ort:** vhs FN, Kreativstudio (1. OG)  
**Kosten:** 16,50 €, zzgl. 5,00 € Materialkosten  
**Belegung:** 6-8

**FB4265  
Frauenpower: Ab jetzt zeig ICH dir, wo der Hammer hängt!**

Lisa Vandea, Schreinerin  
Ziel des Seminars ist es, ab jetzt frei und unabhängig von männlichen „Beratern“ selbstständig mit den wichtigsten Maschinen fachgerecht umzugehen, und in Zukunft, mit einer „à la carte“ angepassten Werkzeugkiste sicher in den eigenen 4 Wänden arbeiten zu können. Mach den Werkzeugschein, wenn du wissen willst:

- wie unterscheiden sich verschiedene Bohrwerkzeuge (Akkubohrer, Bohr-/Schlagbohrmaschine, Bohrhammer ...), wann setze ich welche Maschine ein und wie erkenne ich den richtigen Bohrer?
  - wie benutze ich welches Handwerkzeug? (Zangen, Sägen, Schraubenschlüssel ...)
  - Nagel, Schraube, Dübel und Co – endlich Klarheit im Chaos der Befestigungstechnik!
- Nach dem theoretischen ersten Teil folgt ein ausführlicher Praxisteil, wo jede Teilnehmerin an unterschiedlichen Arbeitsplätzen verschiedene Werkzeuge ausprobieren kann. Alle Werkzeuge und Maschinen werden von der Dozentin gestellt, es sind keine Vorkenntnisse notwendig!

**Bitte mitbringen:** Arbeitskleidung, Handschuhe (evtl. Haargummi) und Schreibzeug mitbringen.

**Beginn:** Sa., 29.09.18, 10:00-17:00 Uhr  
**1 Termin (8 UE), Wochenendseminar**  
**Ort:** vhs FN, Werkraum (EG)  
**Kosten:** 84,00 €, zzgl. 15,00 € Materialgebühr  
**Belegung:** 8-12

**FB4266  
Kleiner Schreinerkurs für Frauen: zusammenklappbares Bett-Tischchen**

Lisa Vandea, Schreinerin  
Gemütlich im Bett frühstücken, am Laptop/ Tablet arbeiten oder bequem ein Buch lesen – all diese Wünsche erfüllt das selbstgebaute, zusammenklappbare Bett-Tischchen aus einheimischem Massivholz (Maße ca. 35 x 50 cm). Im Schreinerkurs werden alle benötigten Einzelteile mit der Sticksäge zugeschnitten, mit traditionellen Techniken verbunden, und mögliche Oberflächenbehandlungen besprochen. Am Ende des Kurses nimmt jeder Teilnehmer sein fertig montiertes Tischchen mit nach Hause. Es sind keine Vorkenntnisse nötig, Werkzeug und Maschinen werden gestellt.

**Beginn:** Fr., 28.09.18, 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



**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.

**FB4271  
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 anzutrauen? 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? Wie erreiche ich eine sichere Passform? 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., 26.09.18, 18:45-21:00 Uhr  
**5 Termine (15 UE)**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)  
**Kosten:** 87,00 €  
**Belegung:** 6-8

**FB4272  
Nähkurs basic – ein Kurs nur für Anfänger**

Silvia Schiliro  
Siehe Kurs-Nr. FB4271  
**Bitte mitbringen:** Stoffe, Schere, Nadeln, Nähgarn, Papier, Schnittmuster und, wenn vorhanden, eigene Nähmaschine!

**Beginn:** Mi., 14.11.18, 18:45-21:00 Uhr  
**5 Termine (15 UE)**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)  
**Kosten:** 87,00 €  
**Belegung:** 6-8

**Nähen**

**FB4273  
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., 24.09.18, 18:30-20:45 Uhr  
**5 Termine (15 UE)**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)  
**Kosten:** 87,00 €  
**Belegung:** 5-7

**FB4274  
Aufbaukurs Nähen**

Silvia Schiliro  
Siehe Kurs-Nr. FB4273  
**Bitte mitbringen:** Stoffe, Schere, Nadeln, Nähgarn, Papier, Schnittmuster und, wenn vorhanden, eigene Nähmaschine!

**Beginn:** Mo., 12.11.18, 18:30-20:45 Uhr  
**5 Termine (15 UE)**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)  
**Kosten:** 87,00 €  
**Belegung:** 5-7

**Nähkurse für Kinder und Jugendliche**

**FB4281  
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 ein 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., 05.10.18, 16:30-19:00 Uhr  
**Fr., 09.11.18, 16:30-19:00 Uhr**  
**Fr., 07.12.18, 16:30-19:00 Uhr**  
**Fr., 11.01.19, 16:30-19:00 Uhr**  
**4 Termine (13,33 UE)**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)  
**Kosten:** 61,00 €  
**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung:** 5-6

**FB4282  
Nähworkshop in den Osterferien, ab 10 Jahre**

Alia Kuvatova, Dipl. Modedesignerin  
Siehe Kurs-Nr. FB4281  
**Bitte mitbringen:** Siehe Kurs-Nr.FA4281  
**Beginn:** Mo., 29.10.18, 10:00-14:00 Uhr  
**Di., 30.10.18, 10:00-14:00 Uhr**  
**Mi., 31.10.18, 10:00-14:00 Uhr**  
**3 Termine (16 UE), Ferienkurs**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)  
**Kosten:** 73,10 €  
**ermäßigter Kinder-/Schülerpreis**  
**Belegung:** 5-6

## Fotografie

### vhs-Forum Fotografie

Das neue vhs-Forum Fotografie stellt ab Herbst 2018 ein deutlich erweitertes Programmangebot im Bereich Fotografie vor. Neben neuen Kursen und Workshops liefern Ausstellungsbesuche, Vorträge und die neue Reihe „Sprechen über Fotografie“ Hintergrundwissen zur Fotografie(geschichte) und laden ein zu Dialog und Austausch. Eine Fotogalerie im Erdgeschoss der vhs und auf unserer Internetseite wird das Geschehen im Fachbereich Fotografie immer wieder aktuell präsentieren. Lassen Sie sich inspirieren und seien Sie dabei!

#### FB4300 „Einblicke“ – Fotoausstellung

In dieser Ausstellung zeigen die Fotokursleiter der vhs-FN eine Auswahl ihrer Arbeiten. Zur Vernissage am Dienstag, 06.11. um 19:00 Uhr sind Sie herzlich eingeladen. Die Ausstellung ist zu sehen bis zum 14.12.18.

**Ausstellung: 06.11. bis 14.12.18,  
08:00-20:00 Uhr  
Ort: vhs FN, Erdgeschoss**

#### FB4301 vhs unterwegs: Führung und Workshop im Fotomuseum Winterthur

Christoph Maria Frisch

Das Fotomuseum feiert sein 25-jähriges Jubiläum. Aus diesem Anlass werden Lieblingswerke aus der Sammlung von 1993 bis 2018 präsentiert. Die Workshop-Teilnehmer erwartet eine spannende Führung durch die Geschichte und Schätze des Fotomuseums aus den letzten 25 Jahren, auf der die ganze Bandbreite von Fotografie zu sehen sein wird. Im praktischen Teil werden Sie selbst aktiv und versuchen sich mit Digitalkamera oder experimentellen Fototechniken im (Re-)Produzieren von Lieblingswerken und beschäftigen sich mit den Fragen des Ausstellens. **Dauer:** 2–2,5 Stunden.

Der Gesamtpreis beinhaltet die Fahrt mit Fähre/Zug ab Friedrichshafen Hafen, Eintritt, Führung und Workshop. Abfahrt voraussichtlich um 08:40 Uhr, Rückkehr um 19:20 Uhr. Die Teilnehmer erhalten rechtzeitig eine Info mit weiteren Details. Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss. Stornierungen sind nach diesem Termin nicht mehr möglich. Keine Ermäßigungen.

**Beginn: Sa., 17.11.18, 08:55-18:45 Uhr  
1 Termin (13,11 UE), Exkursion,  
Anmeldeschluss: 31.10.2018  
Ort: Winterthur, Fotomuseum  
Kosten: 99,00 €  
Belegung: 12-15**

#### FB4302 vhs-unterwegs: Fotoexkursion „Zum Sonnenaufgang ins Wurzacher Ried“

Thomas Hoppe

Raus aus den Federn! Früh aufstehen lohnt sich für diese Fotoexkursion, die alle Sinne anspricht. Erleben Sie, wie die Natur erwacht und halten Sie diese einmaligen Momente in spannenden und stimmungsvollen Bildern fest. Bei diesem mehrstündigen Spaziergang durchs Wurzacher Ried können Sie den großen Artenreichtum der Tier- und Pflanzenwelt und die vielfältige Landschaft erleben, die dieses Gebiet für die Natur- und Landschaftsfotografie besonders interessant machen. Während der Exkursion erhalten Sie Tipps und Tricks rund um die Fotografie und natürlich auch Informationen zur Natur und der einzigartigen mehr als 10.000 Jahre alten Landschaft.

Thomas Hoppe fotografiert seit inzwischen mehr als 35 Jahren leidenschaftlich Landschaften und Natur. Er hat in zahlreichen Seminaren und Exkursionen sein Wissen bezüglichameratechnik und Bildgestaltung weitergegeben. Als ausgebildeter Moorführer kennt er die besten Zeiten und Plätze, um faszinierende Aufnahmen vom Wurzacher Ried zu machen. Lassen Sie sich von seiner Begeisterung für diese einmalige Landschaft anstecken.

Immer noch keine Lust früh aufzustehen? Dann sehen sich unter <https://500px.com/hoppethomas/galleries/wurzacher-ried-early-morning-mood> ein paar Bilder an, die während der letzten Exkursionen entstanden sind.

Für diese Exkursion ist festes, nach Möglichkeit wasserdichtes Schuhwerk (Wanderstiefel, Bergstiefel) und der Witterung angepasste Kleidung (lange Hose) erforderlich. Die Exkursion führt teilweise über kleine verwachsene Pfade die Trittsicherheit erfordern. Anfahrt und Teilnahme auf eigenes Risiko!  
**Bitte mitbringen:** Kamera, Stativ  
**Beginn: Sa., 29.09.18, 06:30-11:00 Uhr  
1 Termin (6 UE), Wochenendseminar  
Ort: Parkplatz beim Oberschwäbischen Torfmuseum, Dr.-Harry-Wiegand-Straße 4, 88410 Bad Wurzach  
Kosten: 34,20 €  
Belegung: 6-12**



#### FB4310 Meister der Kamera – Ein Querschnitt durch die Geschichte der Fotografie am Bodensee im 20. Jahrhundert Dorothea Cremer-Schacht

Der Vortrag zeichnet die Geschichte der Fotografie am Bodensee im 20. Jahrhundert nach. Zahlreiche Bildbeispiele geben einen Einblick in die Vergangenheit und Gegenwart des Mediums und liefern einen Überblick über die historische und kunstgeschichtliche Entwicklung der drei Anrainerstaaten (Deutschland, Österreich, Schweiz). Dabei werden auch die gesellschaftlichen Veränderungen des ehemals rein ländlich geprägten Raumes sichtbar. Der Schwerpunkt der ausgewählten Bilder liegt auf der künstlerischen Fotografie, unter Berücksichtigung verschiedener Facetten der Alltags- und Gebrauchsfotografie. Die Auswahl orientiert sich aber auch an Gesichtspunkten wie: Welche Personen sind für die Fotografenszene der Region prägend? Welche der fotografischen Strömungen sind hier wichtig geworden? In welcher Beziehung steht die Fotografie zur Malerei? Gibt es wichtige und identitätsbildende Motive, spezifische Haltungen und, wenn ja, welche sind es? Bei alledem bildet die nationale und internationale Fotografiegeschichte den Rahmen, an dem die Bodenseefotografie zu messen ist.

**Beginn: Mi., 05.12.18, 19:00-20:30 Uhr  
1 Abend (2 UE),  
Vortrag (ohne Voranmeldung, Abendkasse)  
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)  
Kosten: 6,00 €**

#### FB4311 Sprechen über Fotografie: Prof. Simon Gallus

Aufgewachsen in einer Fotografenfamilie in Biberach an der Riß studierte Simon Gallus, nach seiner Ausbildung zum Fotografen, Kommunikationsdesign und Fotografie an der FH Dortmund. Mit seiner Agentur war und ist er als Designer unter anderem für Kunden wie das Mercedes-Benz Museum, Boehringer Ingelheim, Südpack und Adidas Outdoor tätig. Seit 2008 unterrichtet er an verschiedenen Hochschulen in den Bereichen Corporate Design, Interaktion, Neue Medien und Fotografie. An der HfK+G\* lehrt Simon Gallus seit 2016 im Bereich Kommunikationsdesign Konzept und Entwurf, Interaktion und ist künstlerischer Leiter des Institutes für digitale Kunst. Simon Gallus ist mehrfach mit nationalen und internationalen Designpreisen ausgezeichnet. An diesem Abend erwarten Sie spannende Einblicke in seine Arbeit und die Möglichkeit, mit ihm über das Thema Fotografie ins Gespräch zu kommen.

**Beginn: Mi., 24.10.18, 19:00-21:00 Uhr  
1 Abend (2,67 UE),  
Vortrag (ohne Voranmeldung, Abendkasse)  
Ort: Gessler 1862, Friedrichstraße 53,  
88045 Friedrichshafen  
Kosten: 6,00 €**

#### FB4312 Sprechen über Fotografie: Andreas Feininger

Ina Neddermeyer

Andreas Feininger (1906–1999) zählt zu den wichtigsten Fotografen des 20. Jahrhunderts. Nicht nur durch sein künstlerisches Oeuvre, sondern auch aufgrund seiner theoretischen Schriften, die sich zu Standardwerken entwickelten, wurde er sehr einflussreich. Das Zeppelin Museum hat 2011 einen großen Teil des Nachlasses von Feininger erworben. Es umfasst weit über 550 Fotografien, Originalausgaben des LIFE-Magazins, mehrere seiner Kameras, Kodak Super-XX Filme, Filmschachteln und Patronen, mit denen er damals arbeitete. Der Vortrag führt ein in das Werk von Feininger und gibt einen Überblick über sein Schaffen. Im Zentrum stehen neben den weltbekannten Stadtansichten von New York, auch seine experimentellen Studien sowie seine faszinierenden Makroaufnahmen von Naturphänomenen. Fast 20 Jahre arbeitete er für das legendäre LIFE-Magazin, für das zahlreiche ikonische Aufnahmen entstanden sind. Besonders interessierte sich Feininger für die technischen Aspekte der Fotografie: Seine Kameras, die mit Teleobjektiven und sehr langer Brennweite ausgestattet waren, konstruierte er zum Teil selbst.

**Beginn: Mi., 21.11.18, 19:00-21:00 Uhr  
1 Abend (2,67 UE),  
Vortrag (ohne Voranmeldung, Abendkasse)  
Ort: Gessler 1862, Friedrichstraße 53,  
88045 Friedrichshafen  
Kosten: 6,00 €**

#### FB4313 Sprechen über Fotografie: sind meine Fotos gut? – Bildbesprechung im Dialog

Dozententeam

Zeigen Sie uns Ihre Fotos? An diesem Abend besteht Gelegenheit, Ihre Fotos anderen Foto-begeisterten zu zeigen und sich über Motivwahl, Bildgestaltung und Bildwirkung auszutauschen. Tipps und Verbesserungsvorschläge erhalten Sie von den anwesenden vhs-Foto-dozenten.

**Bitte mitbringen:** ca. 5–8 Fotos, ausgedruckt oder auf USB-Stick.  
**Beginn: Mi., 23.01.19, 19:00-21:00 Uhr  
1 Abend (2,67 UE),  
Vortrag (ohne Voranmeldung, Abendkasse)  
Ort: Gessler 1862, Friedrichstraße 53,  
88045 Friedrichshafen  
Kosten: 6,00 €**

#### Fotografie

##### Schon gewusst?

Angebote zur Fotografie finden Sie im Kapitel „Kultur&Gestalten“, Digitale Bildbearbeitung im Kapitel „Weiterbildung und Beruf“.

#### FB4320 Foto-Walk mit Ralf: Raderach – Ruinen der V2-Versuchsanstalt

Ralf Schäfer, Redakteur

Wir werden zu den Ruinen des V2-Versuchsgeländes gehen und dort Bilder von den Überresten im Wald machen. Treffpunkt am Bolzplatz, dort sind Parkmöglichkeiten vorhanden.

**Bitte mitbringen:** Kamera

**Beginn: Sa., 15.09.18, 11:00-14:00 Uhr  
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar  
Ort: Bolzplatz Raderach, Torfstraße  
Kosten: 22,40 €  
Belegung: 6-8**

#### FB4321 Foto-Walk mit Christian: auf Foto-Exkursion mit dem Smartphone

Christian Steiauf,

Multimedia-Designer, Fotokünstler

Bei einer kreativen Foto-Exkursion am See entdecken wir neue Blickwinkel, lassen uns von umliegenden Aussichtspunkten, Gebäudefassaden und Hafeneindrücken inspirieren und besteigen den Moleturm für Panoramaaufnahmen oder abstrakte Bildkompositionen.

**Bitte mitbringen:**

Smartphone, evtl. Stativ, Linsenaufsätze  
**Beginn: Sa., 13.10.18, 10:00-13:00 Uhr  
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar  
Ort: Friedrichshafen, Hafenbahnhof, Gleis 1  
Kosten: 22,40 €  
Belegung: 6-8**

#### FB4322 Foto-Walk mit Axel: Herbststimmung im Pfrunger Ried

Axel Kottal

Das Naturschutzgebiet Pfrunger Ried und sein Umfeld sind gerade im Herbst ein wunderschönes „Foto-Land“. Nebel, verfärbende Laubbäume, alte Moorhütten und viele Seen bieten Motive in Hülle und Fülle. Landschaft, Stimmung und auch kleine Objekte bieten für alle Vorlieben etwas. Wir benötigen gutes Schuhwerk und Kleidung, die auch mal etwas schmutzig werden kann und auf jeden Fall ein Stativ. Wir treffen uns auf dem Parkplatz bei der Aussichtsplattform auf dem Höchsten.

**Bitte mitbringen:** Kamera, Stativ

**Beginn: Sa., 03.11.18, 07:00-10:00 Uhr  
1 Termin (4 UE), Wochenendseminar  
Ort: Aussichtspunkt Höchsten, Rubacker 14,  
88693 Deggenhausetal  
Kosten: 22,40 €  
Belegung: 6-8**

#### Bildung verschenken

Verschenken Sie Kurse aus dem Angebot der vhs Friedrichshafen. Geschenkgutscheine erhalten Sie im Servicebüro.

#### FB4331 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., 17.09.18, 20:00-21:30 Uhr  
4 Termine (8 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)  
Kosten: 46,80 € inkl. Skript  
Belegung: 8-12**

#### FB4332 Fotografieren für Fortgeschrittene

Axel Kottal

Dies ist einerseits der ideale Fortsetzungskurs zum Einsteigerkurs – er ist aber ebenfalls geeignet für Fotografen, die bereits eine gewisse Fotopraxis besitzen und denen die Grundbegriffe nicht mehr fremd sind. In diesem Kurs geht es mehr um die praktische Fotografie und weniger um die Theorie, die nur noch angesprochen wird, wenn es notwendig ist. Deshalb sind auch mehrere Außentermine vorgesehen, bei denen wir nach Themenvorgaben fotografieren. Die Bilderergebnisse werden dann beim nächsten Termin in der VHS vom Kursleiter beurteilt und besprochen. Bitte Terminangaben beachten!

**Beginn: 1., 3. und 5. Termin: 15.10., 22.10., 05.11.2018, jeweils Montag, 20:00-21:30 Uhr.  
Der 2. und 4. Termin ist ein Außentermin zum Fotografieren und findet an den Wochenenden dazwischen statt (Sa oder So).  
Genaue Terminfestlegung erfolgt im Kurs!  
5 Termine (10 UE)  
Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)  
Kosten: 56,00 €  
Belegung: 8-12**

## FB4333 Fotoworkshop Makrofotografie

Axel Kottal

Es gibt kaum jemanden, der sich der Faszination von Makrofotos entziehen kann: Kleinste Details werden zu imposanten Bildkompositionen, Blumen und Insekten zu formatfüllenden Sensationen. Allerdings erfordert die Makrofotografie auch einiges an Einsatz, in vielen Fällen geht ohne Stativ nicht viel, die Motive sind oft in Bodennähe und eine präzise Scharfeinstellung ist ebenfalls Grundvoraussetzung. Deshalb ist es sehr wichtig ein Stativ mitzubringen (sofern vorhanden) und alles an technischem Zubehör, welches Nahaufnahmen erlaubt. Mitzubringen sind z. B. Makroobjektiv, Vorsatzlinsen, Zwischenringe. Digitale Kompaktkameras erlauben in der Regel schon ohne Zubehör extreme Nahaufnahmen, deshalb benötigen diese außer einem Stativ kein zusätzliches Zubehör.

**Beginn: 1., 3. und 5. Termin: Montag 12.11., 19.11., 26.11.2018, jeweils 20:00-21:30 Uhr. Der 2. und 4. Termin ist ein Außentermin zum Fotografieren und findet an den Wochenenden dazwischen statt (Sa oder So). Genaue Terminfestlegung erfolgt im Kurs! 5 Termine (10 UE)**  
**Ort: vhs FN, EDV-Raum 3 (2. OG)**  
**Kosten: 56,00 €**  
**Belegung: 8-12**

## FB4334 Grundlagenkurs Fotopraxis – einfach besser Fotografieren!

Thomas Pfeleiderer,  
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., 10.11.18, 10:00-15:00 Uhr**  
**Sa., 17.11.18, 10:00-15:00 Uhr**  
**2 Termine (12 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)**  
**Kosten: 67,20 €**  
**Belegung: 6-8**

## Fotografie

### Schon gewusst?

Angebote zur Fotografie finden Sie im Kapitel „Kultur&Gestalten“, Digitale Bildbearbeitung im Kapitel „Weiterbildung und Beruf“.

## FB4335 Tatort offene Blende

Thomas Pfeleiderer,  
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., 20.09., 04.10., 29.11.18 (Einführung, Feedbackabend und Abschluss) jeweils donnerstags 19:00-20:30 Uhr, vhs-FN Kreativstudio.**

**Praxis- / Exkursionstage: Jeweils samstags (oder nach Absprache evtl. mal sonntags) von 10-16 on Location. Termine: Sa., 22.09., Sa., 06.10. und Sa., 24.11.18**  
**6 Termine (27 UE)**  
**Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)**  
**Kosten: 148,50 €**  
**Belegung: 6-8**

## FB4336 Reportage eines Bodypaintings

Thomas Pfeleiderer,  
Fotokünstler und Fototrainer

In diesem Kurs werden wir uns an das Thema Reportage wagen. Wir sind fotografische Beobachter eines künstlerischen Prozesses und live dabei, wie ein Bodypainting entsteht. Am Einführungsabend stellen wir uns vor allem die Frage, wie man an eine solche Aufgabe herangeht: man ist Beobachter, sollte nah ran an das Geschehen, aber auch nicht stören oder Einfluss nehmen. Die Bilderergebnisse sollten auch einem Betrachter, der nicht dabei war, das Ereignis bringen. Inwiefern kann ich bei Reportage Bildern gestalten? Was bedeutet denn eine Reportage? Was sind die Anforderungen, was die Schwierigkeiten dabei? So vorbereitet, werden wir am Samstag dann beim Bodypainting unsere Bilder machen und das vergängliche Kunstwerk fotografisch festhalten. Ein kurzes Shooting am Ende wird das Event abrunden. Bitte haben Sie Verständnis, dass es für den zeitlichen Ablauf am Samstag nur einen groben Rahmen gibt, da man im Voraus nicht genau einschätzen kann, wie lange ein Painting braucht.

**Wichtiger Hinweis:** Der Fotokurs findet nur dann statt, wenn auch der Bodypaintingkurs stattfindet, also genügend Teilnehmer hat.

**Fr., 12.10.18, 19:00-21:00 Uhr**  
**Sa., 13.10.18, 09:00-16:00 Uhr**  
**2 Termine (11 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**  
**Kosten: 61,60 €**  
**Belegung: 6-8**



## Thomas Pfeleiderer

Er fotografiert seit seiner Jugend und hat sich durch Teilnahmen an Wettbewerben mit dem ‚perfektem‘ Bild befasst, also ganz klassisch mit Bildaufbau, Komposition und Technik. Mit dem Aufkommen der digitalen Fotografie hat er angefangen, kreativer zu werden, Regeln aufzubrechen und einen eigenen Stil zu entwickeln. Plötzlich war die Wettbewerbsfotografie ein zu enger Bereich, die ‚Fotokunst‘ erlaubte so viel mehr. Nun stand auch das auf den ersten Blick unscheinbare ‚Galeriebild‘ im Fokus, dass man länger betrachtet und das vielleicht erst auf den zweiten Blick so viel mehr erzählen kann.

Geschichten, Konzepte, Inszenierungen – die Fotografie ist so vielfältig und genau dies möchte er in seinen Kursen weitergeben. Er fordert auf, neben dem Erlernen der Grundlagen und der Technik, auch den Blick in andere Bereiche zu wagen um dann dieses erweiterte Wissen in die eigenen Arbeitsweisen und fotografischen Motive zu übertragen. Er fordert die Teilnehmer auf, sich auf Neues einzulassen und neue Wege zu beschreiten.



## FB4337 Das Spiel mit Licht – Gestische Fotografie

Thomas Pfeleiderer,  
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 Motives 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 Herbst 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: 1. und 3. Termin: Do., 18.10. und 25.10.18, 19:00-21:30 Uhr in der vhs-FN, Kreativstudio.**  
**2. Termin: Sonntag, 21.10.18., 10:00-16:30 on Location nach Vereinbarung.**  
**3 Termine (14 UE)**  
**Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)**  
**Kosten: 78,40 €**  
**Belegung: 6-8**

## FB4338 Lightpainting

Thomas Pfeleiderer,  
Fotokünstler und Fototrainer

Oft sieht man in letzter Zeit faszinierende Fotos mit Lichtspuren und nicht immer ist einem sofort klar, wie das gemacht ist. Haben Sie Lust darauf, selber solche Bilder zu fotografieren? Dann machen Sie mit bei unserer Light-Painting-Aktion. Wir trotzen der möglichen Kälte im November und nutzen dafür die Möglichkeit, bereits am frühen Abend solche Lichtspielereien auszuprobieren.

Wer hat, darf gerne unterschiedliche Lichtquellen in allen Farben, Formen und Größen mitbringen. Unbedingt notwendig sind ein Stativ und eine Kamera mit manueller Einstellmöglichkeit von Zeit und Blende. Und natürlich der Witterung angepasste Kleidung – wir sind die meiste Zeit draußen!

**Beginn: Mi., 14.11.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**1 Termin (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 7 (1. OG)**  
**Kosten: 22,40 €**  
**Belegung: 6-8**

## FB4339 Die Kunst der Schwarz-Weiß-Fotografie

Thomas Pfeleiderer,  
Fotokünstler und Fototrainer

Mit Schwarz-Weiß-Fotografien verbinden wir heute vor allem nostalgische Erinnerungen – beispielweise die Portraits von frühen Filmstars, Architekturfotos oder archaische Landschaftsaufnahmen. Alles wurde in Schwarz-Weiß fotografiert, einfach, weil es noch keine Möglichkeit gab, die Welt in bunten Fotos abzubilden. Heute schätzen wir die besondere Ästhetik der SW-Fotografie, ja sie gilt sogar als besondere Kunst. Denn sie ist anspruchsvoll: Die Reduktion auf Schwarz, Weiß und Grau erfordert sehr genaues Hinsehen und sorgfältige Bildkomposition beim Fotografieren. Wichtig werden Kontraste, Linien, Formen. Das Spiel mit Licht und Schatten, Schärfe und Unschärfe.

Lassen Sie sich in diesem Kurs zeigen, mit welchen gestalterischen Mitteln Sie spannende Bildwirkungen erzielen und welche Möglichkeiten Sie in der Bildbearbeitung nutzen können.

**Beginn: 1. und 3. Termin: Do., 09.01. und 16.01.19, 19:00-21:30 Uhr in der vhs-FN, Kreativstudio.**  
**2. Termin: Samstag, 12.01.19., 10:00-16:30 on Location nach Vereinbarung.**  
**3 Termine (14 UE)**  
**Ort: vhs FN, Kreativstudio (1. OG)**  
**Kosten: 78,40 €**  
**Belegung: 6-8**

## FB4340 Der fotografische Blick – Grundkurs Sehen lernen

Christoph Maria Frisch

Wer beim Fotografieren mehr will als nur Erinnerungen und Ereignisse mittels Kamera festzuhalten, sollte sich mit Fragen der Bildgestaltung und der Komposition auseinandersetzen. Das bewusste Zusammenfügen, Anordnen oder Weglassen von Bildelementen entscheidet neben der technisch „korrekten“ Umsetzung wesentlich über die Wirkung und Aussage eines Fotos.

Dieser Kurs zeigt, welche Gestaltungsmittel bei einer Bildkomposition eingesetzt werden können und wie Sie Ihre Motive ansprechender und spannender in Szene setzen können. Nach einem Einführungsabend gehen wir am zweiten Termin auf Fotopirsch und probieren an verschiedenen Szenen aus, mit welchen Mitteln sich die Bildwirkung beeinflussen lässt. Einige Übungen zum bewussten Sehen sollen Sie zusätzlich anregen, einen fotografischen Blick zu entwickeln. Die Bilderergebnisse werden dann am Abschlussabend besprochen.

Zum zweiten Termin bitte Kamera mitbringen, wenn möglich mit Weitwinkel- und Teleobjektiv

**Beginn: Di., 16.10.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**Sa., 20.10.18, 10:00-13:00 Uhr**  
**Di., 23.10.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**3 Termine (8 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 1 (1. OG)**  
**Kosten: 44,80 €**  
**Belegung: 6-8**

## Kritik und Anregungen

Mich interessieren Kurse zu folgenden Themen:

---

---

---

---

Meine Kritik, meine Anregungen:

---

---

---

---

---

---

Name, Tel., E-Mail  
(nur wenn Sie informiert werden möchten):

---

---

---

---

FB4341  
**Fotografieren mit dem Smartphone – alles andere als gewöhnlich**  
**Kurs 1 – Starter**

Christian Steiauf,  
Multimedia-Designer, Fotokünstler

Es ist Computer, Kommunikationswerkzeug und natürlich Kamera: das Smartphone. Inzwischen machen zwar viele damit all ihre Bilder, nutzen aber nur einen Bruchteil der Möglichkeiten – und sind enttäuscht von dem nichtssagenden 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., 28.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
**Sa., 29.09.18, 10:00-15:15 Uhr**  
**2 Termine (8 UE), Wochenendseminar**  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)  
**Kosten:** 44,80 €  
**Belegung:** 7-10

FB4342  
**Fotografieren mit dem Smartphone – alles andere als gewöhnlich**  
**Kurs 2 – Aufbau**

Christian Steiauf,  
Multimedia-Designer, Fotokünstler

Dieser Workshop richtet sich an Teilnehmer, die ihr Smartphone bevorzugt auch als Kamera nutzen und denen die wichtigsten Regeln der Fotografie und die Möglichkeiten der Bildbearbeitung nicht unbekannt sind. Der Kurs bietet kreative Ideen für die besondere Motivwahl und vertieft die Möglichkeiten der Bearbeitung und Manipulation der Bilder. Bei einer kreativen Exkursion am See entdecken wir neue Blickwinkel und Sichtweisen rund um den Friedrichshafener Hafengebäude, der nicht umsonst Baudenkmal ist. Um die Aufnahmen mit dem Smartphone auch richtig in Szene zu setzen, stehen weiterführende Gestaltungsmöglichkeiten mit Schrift, Doppelbelichtungen, Collagen sowie Besprechung der Teilnehmerbilder auf dem Programm.

**Bitte mitbringen:** Smartphone, gute Laune und Lust aufs Bild

**Beginn:** Fr., 05.10.18, 18:30-20:00 Uhr  
**Sa., 06.10.18, 10:00-15:15 Uhr**  
**2 Termine (8 UE), Wochenendseminar**  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)  
**Kosten:** 44,80 €  
**Belegung:** 7-10

FB4343  
**Fragen nach den besseren Fotos**  
Ralf Schäfer, Redakteur

Immer wieder bieten sich Fotomotive, die wir aufnehmen und am Ende des Tages vor Bildern stehen, die keinen Charme haben. Was muss mit Fotos passieren, damit sie ein Hingucker werden, damit Betrachtern dieses Bild ins Auge fällt? Es gibt eine ganze Reihe von kleinen Hinweisen, die, wenn sie beachtet werden, bessere Bilder entstehen lassen. Auch nachdem ein Bild gemacht wurde, ist es noch zu verbessern. Bildverarbeitungen bieten viele Möglichkeiten.

Tipps und Antworten auf all die Fragen und für die Probleme, die beim Fotografieren auftreten, sollen in diesem Workshop behandelt werden. Der Kurs/Workshop richtet sich an ambitionierte Anfänger, aber auch an Hobbyfotografen, die einen neuen Blick auf die Motive bekommen möchten. Es geht dabei inhaltlich sowohl um Bildgestaltung, Technik wie auch kleine Hinweise und Tipps zu Bildbearbeitungsmöglichkeiten.

**Bitte mitbringen:** Kamera  
**Beginn:** Do., 08.11.18, 18:00-21:00 Uhr  
**Do., 15.11.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**2 Termine (8 UE), Wochenendseminar**  
**Ort:** vhs FN, Kreativstudio (1. OG)  
**Kosten:** 44,80 €  
**Belegung:** 6-8

FB4344  
**Portraitfotografie im Studio**  
Ralf Schäfer, Redakteur

In dem Workshop geht es um das Bild des Menschen. Was brauchen wir, um uns ein Bild zu machen, um Ausdrucksstärke, Charakter und Stimmung einzufangen? Es wird um grundlegende technische Aspekte ebenso gehen, wie um bildgestalterische Regeln und die Möglichkeiten, diese zu brechen. Dabei dreht es sich auch um die Nachbearbeitung mit Lightroom oder Camera Raw-Import-Software. Wir arbeiten im Studio mit professioneller Blitzanlage.

**Bitte mitbringen:** Kamera  
**Beginn:** Do., 10.01.19, 18:00-21:00 Uhr  
**Fr., 11.01.19, 18:00-21:00 Uhr**  
**2 Termine (8 UE), Wochenendseminar**  
**Ort:** vhs FN, Kreativstudio (1. OG)  
**Kosten:** 44,80 €  
**Belegung:** 6-8

FB4350  
**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 Wechselausstellung 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., 17.09.18, 19:30-21:30 Uhr  
**Mo., 01.10.18, 19:30-21:30 Uhr**  
**Mo., 15.10.18, 19:30-21:30 Uhr**  
**Mo., 12.11.18, 19:30-21:30 Uhr**  
**Mo., 26.11.18, 19:30-21:30 Uhr**  
**Mo., 10.12.18, 19:30-21:30 Uhr**  
**Mo., 07.01.19, 19:30-21:30 Uhr**  
**Mo., 21.01.19, 19:30-21:30 Uhr**  
**8 Abende (21,33 UE)**  
**Ort:** vhs FN, Seminarraum 1 (1.OG)  
**Kosten:** 25,60 €  
**Belegung:** 5-15

**Digitale Bildbearbeitung**

FB3749M  
**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., 09.11.18, 17:45-21:30 Uhr  
**Sa., 10.11.18, 09:00-17:15 Uhr**  
**2 Termine (16 UE), Wochenendseminar**  
**Ort:** vhs FN, EDV-Raum 1 (2. OG)  
**Kosten:** 146,30 €, inkl. Skript,  
**Zuschuss von 30% bzw. 50% durch Fachkursförderung möglich**  
**Belegung:** 4-8

FB3750M  
**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 Belichtungskorrekturen, 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., 11.10.18, 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

FB3751M  
**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., 07.12.18, 17:45-21:30 Uhr  
**Sa., 08.12.18, 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

**Musik, Stimm Schulung**

FB4501  
**Das musikalische Sofa – Vier interaktive Entdeckungsreisen in die Musikgeschichte**

Sigrid Haas, Stimmtherapeutin und Stimmtrainerin

Wenn Sie bisher mit klassischer Musik nicht viel anfangen konnten, dann sind Sie hier goldrichtig. Sie brauchen keinerlei Vorkenntnisse, um die musikalischen Entdeckungsreisen zu genießen. Aber auch wenn Sie sich in der Musikwelt bereits heimisch fühlen, werden Sie neue Inspirationen mit nach Hause nehmen.

Das musikalische Sofa lädt dazu ein, ausgewählte Meisterwerke der Musikgeschichte auf persönliche und unkomplizierte Weise kennenzulernen. Vier spannende musikalische Leckerbissen aus unterschiedlichen Epochen warten darauf, von Ihnen entdeckt zu werden. Mit Hörbeispielen, passenden Texten und interessanten Hintergrundinformationen geht es dabei weniger um pure Wissensvermittlung als darum, Ihnen einen tieferen Zugang zur Musik und ihrer Botschaft zu ermöglichen. Unsere Themen in diesem Semester:

- 1) Die Musik des Sonnenkönigs, Ludwig XIV: Glanz und Gloria am Hof von Versailles
- 2) „Hänsel und Gretel“ von Humperdinck: ein köstliches musikalisches Märchen mit Knusperereffekt
- 3) Der „Messias“ von Händel: wie und warum dieses Werk zum beliebtesten Oratorium aller Zeiten wurde
- 4) Die „Traviata“ von Verdi: im Herzen einer vergnügungssüchtigen Kurtisane erwacht eine wahre Liebe

**Beginn:** Mi., 10.10.18, 19:00-21:00 Uhr  
**Mi., 07.11.18, 19:00-21:00 Uhr**  
**Mi., 05.12.18, 19:00-21:00 Uhr**  
**Mi., 16.01.19, 19:00-21:00 Uhr**  
**4 Termine (10,67 UE)**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 11, (3.OG)  
**Kosten:** 45,40 €  
**Belegung:** 8-16



**Beginn:** Mi., 10.10.18, 19:00-21:00 Uhr  
**Mi., 07.11.18, 19:00-21:00 Uhr**  
**Mi., 05.12.18, 19:00-21:00 Uhr**  
**Mi., 16.01.19, 19:00-21:00 Uhr**  
**4 Termine (10,67 UE)**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 11, (3.OG)  
**Kosten:** 45,40 €  
**Belegung:** 8-16

FB4502  
**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 Klavierspiels 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., 18.09.18, 18:00-19:00 Uhr  
**10 Termine (13,33 UE)**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 11, (3.OG)  
**Kosten:** 124,10 €  
**Belegung:** 4-6

FB4503  
**Keyboard spielen am Vormittag**

Sylvia Beer, Musiklehrerin

Siehe Kurs-Nr. FB4502

**Beginn:** Do., 20.09.18, 10:30-11:30 Uhr  
**10 Vormittage (13,33 UE)**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 09, (3.OG)  
**Kosten:** 124,10 €  
**Belegung:** 4-6

FB4504  
**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., 17.09.18, 18:30-19:30 Uhr  
**12 Abende (16 UE)**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 11, (3.OG)  
**Kosten:** 108,80 €  
**Belegung:** 5-8

FB4505  
**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., 17.09.18, 19:30-20:30 Uhr  
**12 Abende (16 UE)**  
**Ort:** vhs FN K55, Seminarraum 11, (3.OG)  
**Kosten:** 108,80 €  
**Belegung:** 5-8



**FB4508  
Liedbegleitung (Songs) auf der  
Gitarre für Fortgeschrittene  
Grundlagenkurs 2**

Eric Knieriem, Dipl. Instrumentalpädagoge/  
Konzertgitarrist

Sie können die Grundakkorde und möchten Ihr Griff-Repertoire für neue und alte „TopHits“ weiter entwickeln? Wir beginnen mit komplexeren Akkorden und Barrégriffen, Anschlagstechniken, erweiterter Rhythmik, Melodiespiel und leichten Blues-Improvisationen. Beim Zusammenspiel in der Gruppe steht die Freude am Klang und am Instrument im Vordergrund. Die hier erlernte Spieltechnik dient als Grundlage für viele Stilrichtungen z. B. Lagerfeuer – „Kracher“. Das gemeinsame mehrstimmige Musizieren ist Bestandteil dieses Kurses.

**Bitte mitbringen:** Gitarre mit Nylonbesaitung. Das Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

**Beginn: Do., 20.09.18, 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**

**FB4601  
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!

**Terminhinweis:** kein Kurs am 11. Oktober!

**Beginn: Do., 20.09.18, 19:30-21:00 Uhr  
5 Termine (10 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)  
Kosten: 44,00 €  
Belegung: 6-10**

**FB4602  
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. Inspiriert 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.

**Terminhinweis:** kein Kurs am 11. Oktober!

**Bitte mitbringen:** Schreibblock und Stift.

**Beginn: Do., 08.11.18, 19:30-21:00 Uhr  
8 Termine (16 UE)  
Ort: vhs FN, Seminarraum 6 (1. OG)  
Kosten: 70,40 €  
Belegung: 6-10**

**FB4603  
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 auszugsweise ein Grimm-Märchen sprachlich-künstlerisch erarbeiten.

**Beginn: Fr., 09.11.18, 18:00-20:15 Uhr  
Sa., 10.11.18, 10:00-17:00 Uhr  
2 Termine (11 UE), Wochenendseminar  
Ort: vhs FN, Seminarraum 5 (1. OG)  
Kosten: 48,40 €  
Belegung: 7-10**

**Beauty und Outfit**

**FB4701  
Schluss mit Haarfärben! –  
So sehen Sie auch ohne Färben  
richtig gut aus!**

Ayhan Hardaldali,  
Maskenbildner / Hairstylist /  
Imageberater / Business Coach IHK  
Grau ist cool – und bedeutet überhaupt 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 graumeliertem Haar passen.

**Bitte mitbringen:** Fotoapparat und Schmuck.

**Beginn: Fr., 14.12.18, 13:30-17:15 Uhr  
1 Termin (5 UE), Wochenendseminar  
Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)  
Kosten: 79,90 €, incl. Materialkosten  
Belegung: 4-5**

**FB4702  
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. Sie bekommen viele Tipps und Tricks, wie Sie mehr aus Ihren langen Haaren machen können.

**Bitte mitbringen:** Klammern, Haarschmuck, Haargummi, Accessoires, Stielkamm, Bürste.

**Beginn: Fr., 14.12.18, 17:45-21:30 Uhr  
1 Termin (5 UE), Wochenendseminar  
Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)  
Kosten: 76,90 €, incl. Materialkosten  
Belegung: 4-5**

**FB4703  
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: Sa., 15.12.18, 10:00-13:45 Uhr  
1 Termin (5 UE), Wochenendseminar  
Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)  
Kosten: 79,90 €, incl. Materialkosten  
Belegung: 4-5**

**FB4704  
60 – na und?  
Machen Sie mehr aus Ihrem Typ**

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: Sa., 15.12.18, 14:30-18:15 Uhr  
1 Termin (5 UE), Wochenendseminar  
Ort: vhs FN, Seminarraum 8 (2. OG)  
Kosten: 79,90 €, incl. Materialkosten  
Belegung: 4-5**



**vhs Tanztreff**

**Folklore**

**FB4740  
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., 24.09.18, 20:00-21:30 Uhr  
8 Abende (16 UE)  
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)  
Kosten: 72,00 €  
Belegung: 8-16**

**FB4742  
Orientalischer Tanz Abendkurs  
Fortgeschrittene  
Anja Voß**

Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die bereits einen Anfängerkurs besucht haben.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 18:30-20:00 Uhr  
12 Abende (24 UE)  
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)  
Kosten: 118,00 €  
Belegung: 8-12**

**FB4743  
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., 17.09.18, 09:30-11:00 Uhr  
18 Vormittage (36 UE)  
Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)  
Kosten: 72,00 €  
Belegung: 8-16**

## Moderner Tanz

FB4750

### 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 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 unbedingt erforderlich und muss ebenfalls angemeldet werden. Er dient als Ergänzung zum Üben und findet an den Terminen dazwischen statt.

Beginn: Mo., 24.9.18, 14:30-16:00 Uhr  
7 Nachmittage (14 UE)

Beginn: Mo., 24.09.18, 14:30-16:00 Uhr  
7 Nachmittage (14 UE)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 63,00 €

Belegung: 8-16

FB4751

### Line Dance, die beliebte Art in der Gruppe zu tanzen

Silvia Filip

Als Ergänzung zum Line Dance Kurs FA4750. Dieser Kurs kann nur in Kombination mit FB4750 besucht werden.

Beginn: Mo., 08.10.18, 14:30-16:00 Uhr  
6 Nachmittage (12 UE)

Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)

Kosten: 24,00 €

Belegung: 8-16

FB4759

### 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., 09.11.18, 18:00-16:30 Uhr  
2 Termine (12 UE), Wochenendseminar

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 54,00 €

Belegung: 8-14

## Ballett

### Ballettschule

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.

### Ballettlehrerin Hanna Schlau:

ehem. Bühnentänzerin, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin, Tanzlehrerin A.ISTD und DTB, Mitglied im Bundesverband Schauspiel (Bühne-Film-Fernsehen-Sprache)

### 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 ist in jeder Gruppe Pflicht.
- Wenn Sie Ihr Kind zum Kurs anmelden, ist die entsprechende Bekleidung anzuschaffen, Kosten ca. 60–70 €. (Info siehe Kursbeschreibung sowie bei der Ballettlehrerin).
- Beim Ballettunterricht handelt es sich um Kurse, die aufeinander aufbauen. Es ist daher zu empfehlen, beide Semester zu belegen, um eine Stufe abzuschließen.
- Ein Einstieg in laufende Gruppen bzw. Probetraining ist nur nach Termin-Ab-sprache mit der Ballettlehrerin möglich.
- Bei regelmäßiger Teilnahme und Komplettierung einer Stufe (i. d. R. 2 Semester) kann auf Wunsch eine Teilnahmebestätigung ausgestellt werden

FB4770

### HSS ZU Ballett junges Erwachsenenalter ca. 16–25 Jahren

Felicitas Constance Amann

Der Ballettkurs für fortgeschrittene Tänzer (beherrschen der Grundpositionen und Grundelemente), erweitert das Bewegungsrepertoire und legt den Fokus verstärkt auf den tänzerischen Ausdruck. Neue Bewegungen und Raumausrichtungen sind Bestandteil dieses Kurses. Modern Dance wird auf dieser klassischen Grundlage ein zusätzlicher Bestandteil des Kurses sein, um neue Formen des Ausdrucks kennenzulernen.

Lehrmethode ist Vaganova Methode.

Gut sitzende Sportkleidung und Schläppchen sind erwünscht.

Dieses Kursangebot ist ein Kooperationsangebot mit dem Hochschulsport der Zepelin Universität. D.h. aus versicherungsrechtlichen Gründen müssen alle Tänzerinnen und Tänzer Mitglied des Hochschulsports werden. Die Gebühr hierzu beträgt 25 € und wurde bereits bei dem Teilnahmeentgelt verrechnet.

Beginn: Di., 11.09.18, 19:45-21:15 Uhr  
12 Abende (24 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 57,00 €

Belegung: 8-14

FB4771

### HSS ZU Ballett junges Erwachsenenalter ca. 16–25 Jahren

Felicitas Constance Amann

Dieser Ballettkurs schafft Grundlagen für ästhetische Bewegung im Rahmen des klassischen Balletts. Absolute Anfänger im jungen erwachsenen Alter (ca. 16–25 Jahre) lernen alle relevanten Grundpositionen und Grundelemente des klassischen Ballett in einem klassischen Stangentraining, einem Training auf der Mitte, sowie in kleinen Choreografien. Ein verbessertes Körpergefühl und Körperhaltung, sowie die Fähigkeit zum tänzerischen Ausdruck und Musikalität sind außerdem Ziel dieses Kurses.

Lehrmethode ist die Vaganova-Methode. Gut sitzende Sportkleidung, Socken oder ggf. Schläppchen sind erwünscht.

Dieses Kursangebot ist ein Kooperationsangebot mit dem Hochschulsport der Zepelin Universität. D.h. aus versicherungsrechtlichen Gründen müssen alle Tänzerinnen und Tänzer Mitglied des Hochschulsports werden. Die Gebühr hierzu beträgt 25 € und wurde bereits bei dem Teilnahmeentgelt verrechnet.

Beginn: Do., 13.09.18, 19:45-21:15 Uhr  
12 Abende (24 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 57,00 €

Belegung: 8-14



FB4780

### Ballett: Kinder-Vorstufe Feengruppe ab 4 Jahre

Anna-Maria Egger, Kursleiterin für Kinderballett, staatl. anerkannte Erzieherin (im Anerkennungsjahr)

Kinder werden 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.

Beginn: Mi., 19.09.18, 17:00-17:45 Uhr  
pro Semester (16 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 85,00 €

ermäßigter Kinder-/Schülerpreis

Belegung: 8-12

FB4781

### Ballett: Kinder-Grundstufe 1 Wölkchen-Gruppe ab 5 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, Selbstvertrauen und die Entwicklung der Grob- und Feinmotorik gefördert sowie Grundbewegungsarten und Benimmregeln entdeckt. Kleiderordnung! Bestellkarte erhältlich bei der Ballettlehrerin.

Beim ersten Termin bitte mitbringen: etwas zu trinken, Ballettkleidung falls vorhanden, ansonsten engere Sportkleidung, dicke Socken, Haare ordentlich zusammenmachen. Bitte beachten Sie den grünen Kasten.

Beginn: Di., 18.09.18, 15:00-16:00 Uhr  
pro Semester (22,67 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 100,00 €

ermäßigter Kinder-/Schülerpreis

Belegung: 8-15

FB4782

### Ballett: Kinder-Grundstufe 2 Lavendel-Gruppe ab 6 Jahre

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin, Tanzlehrerin (A.ISTD)

In diesem Kurs wird an der Stange und im Raum trainiert und Kind gerecht die Grundlagen des klassischen Tanzes intensiviert. Kleiderordnung! Bestellkarte erhältlich bei der Ballettlehrerin.

Beim ersten Termin bitte mitbringen: etwas zu trinken, eng anliegende und bequeme Kleidung, dicke Socken, Haare ordentlich zusammenmachen. Bitte beachten Sie den grünen Kasten.

Beginn: Do., 20.09.18, 15:00-15:45 Uhr  
pro Semester (17 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 85,00 €

ermäßigter Kinder-/Schülerpreis

Belegung: 8-12

FB4783

### Ballett: Kinder-Grundstufe 3 Beeren-Gruppe ab 7 Jahre

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin, Tanzlehrerin (A.ISTD)

In diesem Kurs wird an der Stange und im Raum trainiert und kindgerecht die Grundlagen des klassischen Tanzes intensiviert. Kleiderordnung! Bestellkarte erhältlich bei der Ballettlehrerin.

Beim ersten Termin bitte mitbringen: etwas zu trinken, Ballettkleidung falls vorhanden, ansonsten engere Sportkleidung, dicke Socken, Haare ordentlich zusammenmachen. Bitte beachten Sie den grünen Kasten.

Beginn: Di., 18.09.18, 16:00-17:00 Uhr  
pro Semester (22,67 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 100,00 €

ermäßigter Kinder-/Schülerpreis

Belegung: 8-15

FB4784

### Ballett: Kinder-Mittelstufe 2 Silber-Gruppe, ab 8 Jahre

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin, Tanzlehrerin (A.ISTD)

Es werden komplexe Bewegungsabläufe an der Stange und im Raum gemacht. Ebenso wird vermehrt an der Beweglichkeit gearbeitet um die steigenden technischen Anforderungen meistern zu können.

Kleiderordnung! Bestellkarte erhältlich bei der Ballettlehrerin.

Beim ersten Termin bitte mitbringen: etwas zu trinken, Ballettkleidung und Frisur. Bitte beachten Sie den grünen Kasten.

Beginn: Do., 20.09.18, 15:45-16:45 Uhr

pro Semester (1 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 110,00 €

Belegung: 8-15

FB4785

### Ballett: Kinder und Jugendliche Oberstufe 1 Saphir-Gruppe, ab 12 Jahre

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin, Tanzlehrerin (A.ISTD)

Für die Teilnahme an diesem Kurs sind gute Kenntnisse erforderlich. Es werden komplexe Bewegungsabläufe an der Stange und im Raum gemacht. Es wird erwartet, dass das Ballett-Vokabular beherrscht wird und anhand der Begrifflichkeiten Übungen ausgeführt werden können. Wir verbessern außerdem die Beweglichkeit, um auch schwierigere technische Anforderungen meistern zu können. Kleiderordnung! Bestellkarte erhältlich bei der Ballettlehrerin.

Bitte mitbringen: etwas zu trinken, Ballettkleidung und Frisur. Bitte beachten Sie den grünen Kasten.

Beginn: Do., 20.09.18, 16:45-17:45 Uhr  
pro Semester (1 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 110,00 €

Belegung: 8-15

FB4786

### Ballett: Erwachsene II Jugendliche und Erwachsene mit Grundkenntnissen

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin, Tanzlehrerin (A.ISTD)

Es werden komplexere Bewegungsabläufe an der Stange und im Raum gemacht. Ebenso wird vermehrt an Beweglichkeit und Kraft gearbeitet um die steigenden technischen Anforderungen meistern zu können.

Bitte mitbringen: etwas zu trinken, Ballettkleidung und Frisur. Bitte beachten Sie den grünen Kasten.

Beginn: Di., 18.09.18, 18:15-19:30 Uhr  
pro Semester (28,33 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 130,00 €

Belegung: 8-15

Vielen Dank für die wunderschöne Aufführung „Tanz in den Mai“ im Vortragsaal der vhs Friedrichshafen. Uns hat es sehr gut gefallen. Die Räumlichkeiten und das Ambiente drum herum fanden wir angenehm. Eine rundherum gelungene Aufführung zum Muttertag.  
Familie Filali

FB4787

### Ballett: Erwachsene I Anfänger oder Wiedereinsteiger mit wenig oder ohne Vorkenntnisse

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin, Tanzlehrerin (A.ISTD)

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 körperfreundlich und es wird individuell auf Teilnehmer ein. Es geht nicht darum, eine Ballerina zu werden, sondern sich fit zu halten, beweglich zu bleiben und vom Alltag abzuschalten. Ballett ist ein optimales Figur- und Trainingsprogramm. Es verbessert Haltung und Beweglichkeit und sorgt so für mehr Wohlbefinden.

Bitte mitbringen:

etwas zu trinken, Ballettkleidung und Frisur (wenn Sie noch keine Ausstattung haben, engere Sportkleidung, dicke Socken, Haare zusammen machen). Bitte beachten Sie den grünen Kasten.

Beginn: Di., 18.09.18, 17:15-18:15 Uhr  
pro Semester (22,67 UE)  
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)  
Kosten: 110,00 €  
Belegung: 8-15

FB4788

### Ballett: Erwachsene III Jugendliche und Erwachsene mit guten Vorkenntnissen

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin, Tanzlehrerin (A.ISTD)

Für die Teilnahme an diesem Kurs sind gute Kenntnisse erforderlich. Es werden komplexe Bewegungsabläufe an der Stange und im Raum gemacht. Es wird erwartet, dass das Ballett-Vokabular beherrscht wird und anhand der Begrifflichkeiten Übungen ausgeführt werden können. Ebenso wird vermehrt an Beweglichkeit und Kraft gearbeitet um die steigenden technischen Anforderungen meistern zu können.

Bitte mitbringen:

etwas zu trinken, Ballettkleidung und Frisur. Bitte beachten Sie den grünen Kasten.

Beginn: Do., 20.09.18, 18:15-19:30 Uhr  
pro Semester (1 UE)  
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)  
Kosten: 130,00 €  
Belegung: 8-15

FB4789

### Ballett: Spitzentanz Mindestalter: 12 Jahre, sowie eine Freigabe durch die Ballettlehrerin!

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin, Tanzlehrerin (A.ISTD)

Voraussetzungen für diesen Kurs: die passenden Spitzenschuhe. Wenn noch keine Spitzenschuhe vorhanden sind, müssen zuerst welche angeschafft werden (Kosten incl. Zubehör ca. 80 €). Spitzenschuhe müssen von einer Fachkraft an den Fuß angepasst werden! Info bei der Ballettlehrerin.

Bitte mitbringen:

etwas zu trinken, Ballettkleidung und Frisur, passende Spitzenschuhe wenn vorhanden. Bitte beachten Sie den grünen Kasten.

Beginn: Do., 20.09.18, 17:45-18:15 Uhr  
pro Semester (11,33 UE)  
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)  
Kosten: 82,00 €  
Belegung: 8-15

### Vorankündigung (FB4795) Ballettaufführung

#### „Tanz in den Mai-Classic Hits“ – Die Ballettklassen zeigen ihr Können

Am So., 19.05.19, 14:30–16:00 Uhr, haben die Ballettschülerinnen wieder die Möglichkeit, ihr Können vor großem Publikum vorzutragen. Näheres im Programmheft 2019.

### 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.

**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](http://tanzshop-bodyandstyle.de)

### NEU ab 2018

FB4799

### Kursleiter für Kinderballett im Freizeitsport

Hanna Schlau, ehem. Bühnentänzerin, Tanzlehrerin (A.ISTD)

Du unterrichtest bereits Ballett für Kinder oder möchtest es künftig unterrichten? Du hast jahrelang selbst getanzt und möchtest nun dein Wissen weitergeben? Du möchtest dein pädagogisches Fachwissen vertiefen? Du möchtest ein Zertifikat als Nachweis erhalten? Du bist mindestens 16 Jahre alt und hast gute Vorkenntnisse in klassischem Ballett? Dieser Workshop geht im Speziellen auf den Ballettunterricht im Freizeitsport ein und schließt mit dem Zertifikat „Kursleiter für Kinderballett im Freizeitsport“ ab. Somit hast du nachweislich die Kompetenz um in Tanzschulen, Vereinen oder Volkshochschulen professionell zu unterrichten.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, bequeme Kleidung, Verpflegung und folgende Bücher zum Seminar mitbringen:

- „Kinderballett“ ISBN 978-3-89487-715-6,
- „Grundlagen des klassischen Tanzes“ ISBN 3-89487-418-X,
- „Wörterbuch des Tanzes“ ISBN 978-3-15-018661-9.

Weitere Infos: [http://www.hannamariaschlau.com/\\_kursleiter\\_fur\\_kinderballett.html](http://www.hannamariaschlau.com/_kursleiter_fur_kinderballett.html)

Beginn: Mo., 29.10.18, 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

FB4801

### Basis-Weinseminar: Weinwissen von Anfang an

Niko Nimmerrichter, DipWSET, Weinakademiker

Sie trinken gern Wein und interessieren sich für Rebsorten, Herkunftsländer und Weinherstellung? Dann sind Sie in diesem Seminar genau richtig! Sie erfahren z. B. warum ein Riesling anders schmeckt als ein Chardonnay. Sie lernen, wie man richtig Wein probiert. Sie verkosten Weine aus aller Welt. Sie erhalten einen Überblick, wie Wein „gemacht“ wird. Sie erfahren, welcher Wein zu welchem Anlass passt. Sie lernen sinnvolles Zubehör kennen – und die Probenkosten sind bereits im Seminarpreis enthalten.

Beginn: Mi., 09.01.19, 18:30-21:30 Uhr  
3 Abende (12 UE)  
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)  
Kosten: 119,40 €  
Belegung: 8-12

FB4802

### Weinseminar: Baden – von Tauberfranken bis zum Bodensee

Marleen Sturm, Sommelière

Baden ist nicht nur das drittgrößte Anbaugelände, sondern ein besonders interessantes. Durch die Verteilung der Bereiche zwischen Main und Bodensee sorgen die unterschiedlichen klimatischen und geologischen Voraussetzungen für eine Vielfalt an Weinen und Stilen. Kräftige Burgundersorten von Löß und Vulkangestein des Kaiserstuhls, elegante Rieslinge aus der Ortenau, frische Müller-Thurgau von Tauber und Bodensee – nur einige Beispiele aus der badischen Weinwelt. Dazu kommen regionale Spezialitäten, wie Auxerrois oder Gutedel und internationale Rebsorten wie Chardonnay oder Cabernet Sauvignon.

Innovative Weinbaubetriebe haben längst dafür gesorgt, dass Baden auch über die Landesgrenzen hinweg als Heimat hochrangiger Weine wahrgenommen wird. Im Seminar erhalten Sie einen Eindruck von dieser Vielfalt, und Sie werden durch die praxiserfahrene Sommelière Grundlegendes zu den stilprägenden Eigenheiten der Anbaugelände erfahren. Die Probenkosten sind bereits im Seminarpreis enthalten.

Beginn: Di., 09.10.18, 18:30-21:30 Uhr  
2 Abende (8 UE)  
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)  
Kosten: 109,60 €  
Belegung: 8-12

FB4803

### „Kultweine“ aus dem Languedoc – spannende Appellationen im Süden Frankreichs

Stefan Schwytz, Rechtsanwalt und Weinblogger

Kultweine aus dem Languedoc – die gibt es wirklich inzwischen. Die Zeiten, in denen das Anbaugelände im Süden Frankreichs vor allem eine Quelle für Billigwein war, sind nahezu vergessen. In erster Linie ist es der Qualitätsinitiative privater Weingüter zu verdanken, dass heute eine Vielzahl von Spitzenweinen aus den Hügeln zwischen Mittelmeerküste und Cevennen kommt. Ab den 1980er Jahren wurde in Weinberge und Keller investiert – international anerkannte Rebsorten wurden vermehrt gepflanzt – und in dem ca. 220.000 ha großem Gebiet wurde nach dem besonderen Terroir gesucht. Um dieser Entwicklung Rechnung zu tragen, wurden nach und nach verschiedene Subregionen mit eigenen AOC bedacht, die heute Weinfreunde aufhorchen lassen: La Clape, Pic Saint-Loup, Terrasses du Larzac – um nur einige Namen zu nennen.

Stefan Schwytz wird an diesem Abend die Entwicklung seiner Lieblingsregion anhand flüssiger Beispiele und Hintergrunddetails verdeutlichen.

Die Probenkosten sind im Preis enthalten.

Beginn: Mi., 07.11.18, 18:30-21:30 Uhr  
1 Abend (4 UE)  
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)  
Kosten: 79,80 €  
Belegung: 8-12

FB4804

### Weinseminar: Spaniens autochtone Rebsorten

Beate Espinoza-Mayr, Weinfachfrau

Tempranillo und Garnacha sind wohl den meisten Freunden spanischen Weins geläufig. Dabei sind in Spanien rund 150 verschiedene Rebsorten für den Qualitätsweinbau zugelassen. Viele von diesen sind autochton, d.h., sie stammen aus dem Land selbst. Gerade durch die zergliederte Erscheinung der iberischen Halbinsel haben sich viele dieser autochtonen Rebsorten in den Regionen erhalten und bereichern heute als Solisten oder als Cuvéepartner die Weinvielfalt Spaniens. Die Referentin wird wie immer mit ihrer lebendigen Art einige dieser Rebsorten vorstellen und dabei ihre Herkunft und Charakteristik erläutern. Als Teilnehmerin und Teilnehmer erweitern Sie damit Ihre Erfahrung beim Verkosten und Entdecken all der faszinierenden Roten, Weißen und Rosé, die Spanien zu bieten hat. Die Probenkosten sind im Seminarpreis enthalten.

Beginn: Mi., 14.11.18, 18:30-21:30 Uhr  
1 Abend (4 UE)  
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)  
Kosten: 77,80 €  
Belegung: 8-12

FB4805

### Weinseminar Kalifornien – Spannendes aus dem „Golden State“

Signe Gau, WSET-Dipl., Weinakademikerin

Spätestens seit dem „Judgment of Paris“ von 1976 wird kalifornischer Wein Ernst genommen, auch wenn er seit dieser Zeit immer wieder stilistischen Änderungen unterworfen war. Die Sonne, der Pazifik mit seinen Nebelküsten und die Kompetenz der Weinmacher lassen faszinierende Weine entstehen. Die Rebsorten sind meist die gleichen wie in der alten Welt und doch sind die Weine irgendwie anders – und wollen entdeckt werden. Lassen Sie sich überraschen, welche Vielfalt Kalifornien zu bieten hat. Generelle Informationen über das spannende Weinanbaugelände werden natürlich auch nicht fehlen. Es werden weiße und rote Weine aus den verschiedenen AVAs (Anbaugelände) probiert. Die Probenkosten sind im Preis enthalten.

Beginn: Do., 25.10.18, 18:30-21:30 Uhr  
1 Abend (4 UE)  
Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)  
Kosten: 76,80 €  
Belegung: 8-12

### Kochen

### vhs-Gourmet – die Premiumreihe der vhs FN

FB4810

### Französische Küche

Jakob Rittmeyer, Privatkoch

Die Haute Cuisine ist wieder zu Gast im Kochstudio der vhs! Das Streben nach Hochgenuss in der Vereinigung raffinierter Rezepte, erlesener Zutaten und handwerklicher Perfektion ist untrennbar mit der französischen Küche verbunden. Lassen Sie sich dazu von einem jungen Koch verführen, dessen Philosophie es ist, Traditionen respektvoll zu erhalten, mit neuen Aspekten kreativ zu erfrischen und damit ganz tief in die Welt der Sinne einzutauchen. Jakob Rittmeyer lernte sein Handwerk im 5-Sterne-Gourmethotel Traube Tonbach in Baisersbrunn und verfeinert sein Wissen jeher an verschiedenen Orten auf der ganzen Welt als Privatkoch. Gewinnen Sie bei diesem Kurs praktische Einblicke in die Welt eines Profis und kochen Sie mit bei Ihrem Gourmet-Menü:

- Croustillant von Schalentieren und Zitrusfrüchten
- Gegrillte Wachtel, Zwetschgenschutney und Artischocken
- Geschmorte Kalbsbacke, Sellerie und Waldpilze
- Crème brûlée und Waldbeeren.

Beginn: Sa., 22.09.18, 10:00-18:00 Uhr  
1 Termin (10 UE), Wochenendseminar  
Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)  
Kosten: 108,00 €, zzgl. Wein- und Lebensmittelkosten  
Belegung: 8-12

## FB4811 Monte e mare – Kulinarisches von Land und See

**Artur Frick-Renz, Küchenchef**  
Artur Frick-Renz ist ein Küchenchef, wie er im Buche steht: Er liebt raffinierte bodenständige Küche und ungewöhnliche Geschmackserlebnisse. Mit großer Leidenschaft interpretiert er altklassische Rezepte neu und überrascht mit aufregenden Kreationen. Lassen Sie sich von seiner Begeisterung anstecken und kochen Sie mit ihm zusammen ein herbliches Gourmet-Menü. Leicht verständlich und sehr „küchenpraktisch“ zeigt er Ihnen die Zubereitung von niedertemperaturgegartem Rehrücken mit Rote-Beete-Salat, Bodenseefisch im Käsemantel auf Spitzkraut und einem leckeren Dessert mit Äpfeln.

**Beginn: Sa., 20.10.18, 09:30-15:30 Uhr**  
**1 Termin (8 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**  
**Kosten: 68,00 €**  
**zzgl. Wein- und Lebensmittelkosten**  
**Belegung: 8-12**

## FB4812 Pilzgerichte

**Kurt Schatz, Küchenmeister**  
Nie ist das Angebot an frischen und aromatischen Pilzen besser als im Herbst. Wir machen daraus Soßen zu Pasta oder Spätzle. Pilze passen hervorragend als Beilage zu einem schönen Stück Fleisch, schmecken aber auch alleine als herzhaftes Pilzragout – wo zu ein Tiroler Knödel hervorragend passt. Und auch ein feines Süppchen wird das Feinschmeckerherz höher schlagen lassen.

**Beginn: Mo., 01.10.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**1 Termin (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**  
**Kosten: 24,40 €**  
**zzgl. Wein- und Lebensmittelkosten**  
**Belegung: 8-12**

## FB4813 Wildgerichte

**Kurt Schatz, Küchenmeister**  
In diesem Kurs erleben Sie, wie ein ganzes Reh fachmännisch zerlegt wird. Wir bereiten anschließend nicht nur aus Rücken und Keule ein wahres Festessen, sondern verwenden auch alle anderen Abschnitte, die wir zu einer feinen Pastete und schmackhaften Wildbratwürstchen verarbeiten. Außerdem werden Sie auch Teile von Wildschwein, Hirsch und Hase kennen lernen.

**Beginn: Fr., 12.10.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**Sa., 13.10.18, 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**

## FB4814 Schwein und Lamm – von vorn bis hinten

**Kurt Schatz, Küchenmeister**  
„From nose to tail“ – also von der Schnauze bis zum Schwänzchen – ist derzeit sogar in der Sterneküche ein großer Trend. Die Spitzenköche haben wieder entdeckt, möglichst alle Teile eines Tiers zu verwenden. Denn darin stecken oft besondere geschmackliche Erlebnisse. Im Kurs verwenden wir von einem halben Schwein und einem Lamm alles, was gekocht, gebraten und anderweitig verwendet werden kann.

**Beginn: Fr., 23.11.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**Sa., 24.11.18, 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**

## FB4815 Fisch und Meeresfrüchte

**Kurt Schatz, Küchenmeister**  
Der Winter ist mit die beste Zeit für die Früchte aus See und Meer. Wir kochen aus sechs Meeresfischen eine originale Bouillabaise. Dazu gibt es verschiedene leckere Gerichte mit Muscheln, Austern und Garnelen.

**Beginn: Di., 22.01.19, 18:00-21:00 Uhr**  
**Mi., 23.01.19, 18:00-21:00 Uhr**  
**2 Termine (8 UE)**  
**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**  
**Kosten: 48,80 €**  
**zzgl. Wein- und Lebensmittelkosten**  
**Belegung: 8-12**

## Internationale Küche und Spezialitäten

## FB4820 Spanische Tapas II

**Montserrat Boada Zaragoza**  
Kleine kulinarische Köstlichkeiten – großer Genuss. Tapas sind sehr typisch für die spanische Esskultur. Diesmal werden wir uns mit verschiedenen Tapas aus Auberginen, Fleischklößchen, Garnelen, Muscheln, Käse-, Hühnchen-, Kabeljau- und Schinkenkroketten beschäftigen. Sie bekommen viele Anregungen, wie Sie mit klassischen und modernen Rezeptideen ohne großen Aufwand Ihre Freunde überraschen können auch gleich Ihrer Familie eine Freude machen. Die Rezepte erhalten Sie im Kurs.

Bitte beachten Sie den früheren Kursbeginn um 17:00 Uhr! Bitte eigene Getränke nach Wunsch mitbringen.  
**Beginn: Fr., 11.01.19, 17:00-21:00 Uhr**  
**1 Termin (5,33 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**  
**Kosten: 39,00 €, inkl. Skript, inklusive 10,00 € Lebensmittelkosten**  
**Belegung: 8-12**

## FB4821 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: Di., 13.11.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**1 Abend (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**  
**Kosten: 23,80 €, 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!

## FB4822 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., 27.09.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**4 Abende (16 UE)**  
**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**  
**Kosten: 84,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten**  
**Belegung: 8-12**

## FB4823 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 Miso-Suppe. 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., 10.10.18, 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**

## FB4825 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 Chicken, 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., 17.10.18, 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**

## FB4826 Pikante chinesischtaiwanische 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., 14.11.18, 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**

## FB4827 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., 07.11.18, 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**

## FB4828 Asiatische Küche mit Safran

**Xiaohong Li-Keppeler**  
Wir beginnen mit selbstgemachten Frühlingsrollen. 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 Nachspeise genießen.

**Beginn: Mi., 16.01.19, 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**

## FB4829 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, Restehälter, Getränk  
**Beginn: Mo., 15.10.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**1 Termin (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**  
**Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten**  
**Belegung: 8-12**

## FB4830 Orientalisch vegetarische Küche

**Betty Meersschat-Sarlette**  
In der orientalischen Küche haben vegetarische Gerichte eine sehr lange Tradition. Schon allein wegen der unendlich großen Vielfalt an Gewürzen lassen sich sehr schmackhafte Gerichte zaubern. Nehmen Sie neue Ideen in Ihre heimische Küche mit und überraschen Sie Ihre Familie und Ihre Freunde!  
Bitte mitbringen:

Schürze, Restehälter, Getränk  
**Beginn: Mo., 22.10.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**1 Termin (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**  
**Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten**  
**Belegung: 8-12**



## FB4831 Türkische Küche

Hatice Özkurt, Esra Cosgun

Die türkische Küche hat eine lange Geschichte und stellt eine Weiterentwicklung der ursprünglichen nomadischen Kochtradition der Turkvölker durch Vermischung mit der indischen, persischen, arabischen sowie den Kochtraditionen der Völker des Mittelmeerraums und des Kaukasus dar. An den beiden Kochabenden erwarten Sie Klassiker, die Sie vielleicht schon aus Ihrem letzten Türkeiurlaub kennen, wie z. B. Rote-Linsen-Suppe (Mercimek corbasi), gefüllte Teigtaschen (Börek, Pogca), gefüllte Aubergine (Karniyarik), gefüllte Weinblätter (Sarma), gefüllte Paprika (Dolma), Süßigkeiten (Tulumba) und andere leckeren Gerichte aus den unterschiedlichen Regionen der Türkei. Ein Kurs in Kooperation mit dem Bildungshafen e. V.

**Beginn: Do., 29.11.18, 18:00-21:00 Uhr**

**Do., 13.12.18, 18:00-21:00 Uhr**

**2 Termine (8 UE)**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 42,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten**

**Belegung: 8-12**

## FB4832 Spanische Küche

Emilio Sifre Botet

Der spanische Verein „Punto de encuentro“ möchte Sie einladen zu einem Abend, an dem Sie traditionelle spanische Ess-Kultur kennen lernen. Alle Gerichte werden nach traditionellen Rezepten zubereitet. Es sind nicht nur die Zutaten sondern auch die Besonderheit der Zubereitung, die das den authentischen Geschmack und das unverwechselbare Aroma der Gerichte ausmachen. An diesem Abend werden wir ein Drei-Gänge-Menü mit mehreren kleinen Vorspeisen, einem Hauptgericht und einem Dessert zubereiten und gemeinsam genießen.

**Beginn: Do., 24.01.19, 18:00-21:00 Uhr**

**1 Termin (4 UE)**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten**

**Belegung: 8-12**



## FB4833 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!

**Hinweis:** Stornierung nur bis 10 Tage vor Kurs möglich, da die Lebensmittel vorbestellt werden müssen.

**Bitte mitbringen:**

Schürze und Vorrats- bzw. Transportbehälter

**Beginn: Sa., 08.12.18, 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**

## FB4834 Thai-Küche vegan/vegetarisch

Bernhard Rosa

Sie möchten auf tierische Produkte verzichten, aber nicht auf die leckeren thailändischen Gerichte? In diesem Kochkurs erfahren Sie welche schmackhaften alternativen Würzmethoden es zu Fischsauce, Scrimppaste und Co. gibt. Wir werden selber Tofu produzieren, frischer Tofu schmeckt besonders gut und man hat die Gewissheit dass man Tofu aus guten Sojabohnen hat. Dieser Tofu bildet die Grundlage zur Zubereitung verschiedener vegan/vegetarischer Gerichte mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad.

**Hinweis:** Stornierung nur bis 10 Tage vor Kurs möglich, da die Lebensmittel vorbestellt werden müssen.

**Bitte mitbringen:**

Schürze und Behälter für übrige Speisen

**Beginn: Sa., 29.09.18, 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**

### 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!

## FB4835 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.

**Hinweis:** Stornierung nur bis 10 Tage vor Kurs möglich, da die Lebensmittel vorbestellt werden müssen.

**Bitte mitbringen:** Schürze und Behälter für den Transport der restlichen Speisen.

**Beginn: Sa., 19.01.19, 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**

## FB4836 Indische Küche

Swaroopaa 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 kleine Kinder oder ältere Menschen wichtig ist. In diesem Kurs lernen Sie viele traditionelle Rezepte aus der indischen Alltagsküche kennen, z. B. mit Linsen, Spinat, Reis und Garnelen. Die Zubereitung ist meist gar nicht aufwändig, schmecken werden Ihnen die Gerichte dafür umso mehr.

**Beginn: Fr., 18.01.19, 18:00-21:00 Uhr**

**1 Abend (4 UE)**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 23,80 €, zzgl. Lebensmittelkosten**

**Belegung: 8-12**

## FB4838 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 Grundsätze 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 Kräutersuppen 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: Di., 16.10.18, 18:00-21:00 Uhr**

**2 Termine (8 UE)**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 42,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten**

**Belegung: 8-12**

## FB4839 Falafel

Fatma Walther-Abdeldaiem

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“, das zur Falafel gereicht wird. Als Nachtisch backen wir ein originales Baklawah mit Nussfüllung.

Bitte bringen Sie eine Schürze und ein paar Vorratsbehälter mit.

**Beginn: Fr., 09.11.18, 18:00-21:00 Uhr**

**1 Termin (4 UE)**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 33,00 €,**

**incl. 12,00 € Lebensmittelkosten**

**Belegung: 8-12**



## Vegane Küche

### FB4840 Vegane Küche im Herbst

Genka Dimitrova Yankova-Brust, Yoga-lehrerin (BYV), Entspannungspädagogin und Energietrainerin

Veganes Kochen liegt voll im Trend, Tendenz – steigend. Für immer mehr Menschen wird die vegane Küche zu einer neuen Inspiration. An diesem Abend genießen wir die Großzügigkeit der Natur im Herbst und kochen gemeinsam einfache, schmackhafte, gesunde und harmonische vegane Speisen. Die Kursinhalte sorgen nicht nur für Gaumenfreude. Sie bekommen auch Kenntnisse wie eine vollwertige, vegane Ernährung aufgebaut sein sollte und erhalten praktische Tipps für den Alltag wie Rezepte und Einkaufstipps, so dass Sie sicher auch Ihre Familie und Freunde für die vegane Küche begeistern können. Denn die Art und Weise der Ernährung hängt direkt mit unserem körperlichen, geistigen und emotionalen Wohlbefinden zusammen.

**Beginn: Fr., 05.10.18, 18:00-21:00 Uhr**

**1 Termin (4 UE)**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten**

**Belegung: 8-12**

### FB4841 Vegane Köstlichkeiten für die Advents- und Weihnachtszeit

Genka Dimitrova Yankova-Brust, Yoga-lehrerin (BYV), Entspannungspädagogin und Energietrainerin

Die Adventszeit vegan genießen. An diesem Abend werden wir mit viel Vorfreude auf das Fest backen und kochen. Überraschen Sie doch Ihre Familie und Freunde auch mal mit Leckerem und Gesundem auf veganer Basis!

**Beginn: Mi., 05.12.18, 18:00-21:00 Uhr**

**1 Termin (4 UE)**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 21,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten**

**Belegung: 8-12**

### FB4842 Vegane Seelenwärmer für den Winter

Genka Dimitrova Yankova-Brust, Yoga-lehrerin (BYV), Entspannungspädagogin und Energietrainerin

An diesem Abend lernen Sie die Geheimnisse der ayurvedischen Küche kennen. Wie können Sie sich und Ihre Lieben gesund, lecker und typgerecht ernähren? Wir kochen gemeinsam einige Klassiker der ayurvedischen Küche. Dabei bekommen Sie auch Infos zur ayurvedischen Ernährungslehre und Grundrezepte, mit denen Sie variieren und eigene Kreationen ausprobieren können.

**Beginn: Fr., 25.01.19, 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

### FB4850 Grundkurs Kochen

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., 05.11.18, 18:00-21:00 Uhr**

**4 Termine (16 UE)**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 94,40 €, zzgl. Lebensmittelkosten**

**Belegung: 8-10**

FB4851

**Weihnachtsbäckerei**

Irmgard Zeyher

Weihnachten steht vor der Tür und jedes Jahr stellt sich die gleiche Frage: Welche Sorten an Plätzchen backe ich? Wenn Sie mal neue Sorten ausprobieren möchten, die nicht nur schön aussehen, sondern auch gut schmecken sollen, sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Wir backen mit verschiedenen Teigen ca. 10 Sorten, z. B. Gelee-Ringe, Walnuss Herzen, Nougattaler, Helenenschnitten, Haselnussmakronen, Cantuccini, usw. Bitte eine Schürze und Gebäckdosen mitbringen.

**Beginn: Fr., 16.11.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**Sa., 17.11.18, 13:00-17:00 Uhr**

**2 Termine (9,33 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 55,00 €, zzgl. Lebensmittelkosten**  
**Belegung: 8-10**

FB4852

**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: Fr., 19.10.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**1 Abend (4 UE), Wochenendseminar**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 23,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten**  
**Belegung: 8-10**

FB4853

**Workshop Brotbacken**  
**Natur pur – werden sie Bäcker Ihres Vertrauens!**

Christiane Gingseder, 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: Fr., 28.09.18, 18:00-21:00 Uhr**  
**1 Termin (4 UE), Wochenendseminar**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 29,60 €, zzgl. Lebensmittelkosten**  
**Belegung: 8-12**



FB4854

**Köstlichkeiten im Glas mit dem Thermomix**

Waltraud Leuthold

Heute zaubern wir viele Köstlichkeiten im Glas, die man super zur Arbeit, in den Kindergarten oder für das Picknick mitnehmen kann, z. B. Gulasch, Suppe, Salat, Dessert, Kuchen.

**Bitte mitbringen:** Getränk, Klarsichthülle, Kugelschreiber, Geschirrtücher, 8 unterschiedlich große Gläser (200 ml–400 ml Inhalt), ein Glas mit ca. 300 ml–500 ml Inhalt als Sturzglas (also eine gerade Form, z. B. Weck Glas) und – wer hat – einen Thermomix mit Zubehör (immer zwei Teilnehmer arbeiten an einem Gerät)

**Beginn: Mi., 19.09.18, 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**

**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!

FB4855

**Väter kochen mit ihren Kindern, ab 5 Jahre**

Thema: in der Weihnachtsbäckerei ...

Waltraud Leuthold

... gibt es manche Leckerei!

Herzliche Einladung an alle Papas mit ihren Kindern ab 5 Jahren in unsere Weihnachtsbäckerei. An diesem Nachmittag zaubern wir viele leckere Weihnachtsplätzchen für die Adventszeit. Außerdem bereiten wir ein kleines Vesper als Stärkung zu.

In der Kursgebühr für Vater + 1 Kind sind bereits 6,00 € für Lebensmittel enthalten.  
**Bitte beachten:** Anmeldung zu diesem Kurs ist nur per E-Mail bei Frau Ariane Siepelt möglich (siepelt@vhs-fn.de). Bitte Vorname und Geburtsdatum des Kindes bei der Anmeldung mit angeben!

**Bitte mitbringen:** Schürze, Geschirrtücher, Getränke, Klarsichthülle, Behälter für die Plätzchen, Haargummi bei langen Haaren.

**Beginn: Fr., 30.11.18, 16:00-19:00 Uhr**  
**1 Termin (4 UE), Wochenendseminar**

**Ort: vhs FN, Kochstudio (EG)**

**Kosten: 31,80 €**  
**Belegung: 5-6**

**ANGEBOTE KLUFTERN**

*Die Zieglerschen*

---

**AMBULANTE DIENSTE**

- Familienunterstützender Dienst
- Persönliches Budget
- Betreutes Wohnen in Familien
- Ambulant betreutes Wohnen
- Freizeit und Reisen

[WWW.ZIEGLERSCHE.DE](http://WWW.ZIEGLERSCHE.DE)

---

Ansprechpartnerin Fabienne Schnurr  
 Schnurr.Fabienne@zieglersche.de | 07544 9519491

# Gesundheitszentrum

**Gesundheit aktuell**

FB5100

**Gesunderhaltung unserer Gelenke**

**Dr. med. Gernar Büngener, Facharzt für Allgemeinmedizin, Kreisärzteschaftsvorsitzender Friedrichshafen**  
**Dr. med. Henry Saad, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Friedrichshafen**

Erkrankungen von Gelenken können viele Ursachen haben, wie z. B. Verschleiß, angeborene Fehlbildungen, Stoffwechselstörungen oder Instabilitäten der Bänder.

Lebensstil, Ernährung, Gewichtsoptimierung und Bewegung sind Möglichkeiten positiv einzuwirken. Sie erfahren in dem Vortrag wie Sie die Lebensqualität in Bezug auf Ihre Gelenke so lange wie möglich erhalten können. Des Weiteren werden Sie aufgeklärt, ab wann über einen Gelenkersatz nachgedacht werden muss.

Der Referent geht auf moderne Behandlungsmöglichkeiten vor allem bei Kniegelenksbeschwerden ein: Diagnostik an den Gelenken, aktuelle Materialien der Endoprothetik, moderne OP-Methoden bei Arthrose sowie Therapiemöglichkeiten zur Förderung der Beweglichkeit.

Im Anschluss an den Vortrag besteht ausreichend Zeit dem Referenten, Henry Saad, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Friedrichshafen, Fragen zu stellen. Dieser Vortrag ist eine Kooperationsveranstaltung mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg (KV BaWü) und wird moderiert Dr. med. Gernar Büngener, Facharzt für Allgemeinmedizin, Kreisärzteschaftsvorsitzender Friedrichshafen Baden-Württemberg.

**Beginn: Di., 16.10.18, 20:00-21:30 Uhr**  
**1 Termin (1 UE),**

**Vortrag (ohne Voranmeldung, Abendkasse)**

**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**

**Kosten: 3,00 €**



FB5105

**Wie wollen wir alt werden? Über das Alter und das Altern**

**Dr. med. Hans Joachim Simmendinger, Privatdozent, ehemaliger Chefarzt am Klinikum Friedrichshafen**

Die Menschen werden immer älter. Die mittlere Lebenserwartung beträgt in Deutschland etwa 80 Jahre. 2014 gab es schon mehr als 14000 Hundertjährige. Das bringt soziale Probleme mit sich. Wollen Sie wissen, was ist das Altern, und zwar biologisch, physiologisch und psychologisch?

Die Gerontologie beantwortet die Frage: Wie leben die alten Menschen heute? Alterskrankheiten, Gebrechlichkeit und Pflegebedürftigkeit sind Themen der Geriatrie. Gibt es das sogenannte Anti-Aging, also Mittel zur Lebensverlängerung? Welcher Preis muss dafür gezahlt werden. Und ist das überhaupt wünschenswert?

Wollen Sie das Altern gestalten und erfahren wie Körper und Geist fit bleiben? Nehmen Sie Rezepte für ein gesundes, aktives und unabhängiges Altern mit nach Hause. Der Referent steht im Anschluss an den Vortrag für Fragen zur Verfügung

**Beginn: Di., 02.10.18, 19:00-20:00 Uhr**  
**1 Abend (1 UE)**

**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**

**Kosten: 6,00 €**

**Belegung: 8-18**

FB5110

**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 Sehvermögen vitalisieren und die Sehkraft spürbar stärken. Zwischen Aktivität und Entspannung, zur Gesunderhaltung Ihrer Sehfunktionen.

**Beginn: Fr., 19.10.18, 14:00-18:00 Uhr**  
**1 Termin (5,33 UE)**

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

**Kosten: 27,20 €**

**Belegung: 8-14**

FB5111

**Mehr Lebensqualität mit Kneipp**

**Barbara Denis, Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA**

Kneipp propagierte eine einfache, gesunde Lebensweise und naturgemäße Heilweise. Dadurch könnten nach seiner Auffassung Krankheiten auch durch eine vernünftige Abhärtung erfolgreich verhindert werden. Diese Grundsätze sind bis heute von Ärzten und Wissenschaftlern weltweit anerkannt. Die kneippische Heilmethode gliedert sich in fünf Elementen: Wasserheilkunde, Ernährung, Bewegung, Heilpflanzen, Lebensordnung. Diese werden im Vortrag vorgestellt. Sie bekommen einfache Tipps und Anregungen für ihren Alltag. Außerdem einfache Abhärtungs- und Heilmaßnahmen aus der Wassertherapie. ... für jung und alt!!!

„Wer nie Zeit für seine Gesundheit hat, braucht später viel Zeit für seine Krankheit.“ (Sebastian Kneipp)

**Beginn: Mi., 10.10.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**1 Termin (1,33 UE)**

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

**Kosten: 6,10 €**

**Belegung: 8-18**

FB5112

**Lachyoga**  
**Entspannung und Spaß**  
**Kompakt Workshop**

Monika Löhle

Möchten Sie mal wieder herzlich lachen, sich vom Lachen mitreißen lassen und mit einer positiven Ausstrahlung durchs Leben gehen? Lachyoga ist ein einzigartiges und lustiges Gesundheitstraining bei dem ein ganzer Cocktail aus Glückshormonen ausgeschüttet wird. Dabei werden Stresshormone blockiert, Schmerzen verringert, das Immunsystem gestärkt. Mit kurzen theoretischen Erklärungen wird das Konzept des indischen Arztes Dr. Madan Kataria vorgestellt und jeweils sofort in die Tat umgesetzt. Mit vielen spielerischen Übungen, Atemtechniken und Tiefenentspannung schaffen wir eine Atmosphäre, in der sich unsere Lebensfreude und Heiterkeit entfalten kann. Nehmen Sie teil am Gute Laune Training für Körper, Geist und Seele und gehen Sie beschwingt und voller frischer Energie aus diesem Workshop. Bitte bequeme Kleidung und Gymnastikmatte mitbringen.

Die Dozentin ist zertifizierte Lachyoga-Lehrerin (CLYT)

**Beginn: Fr., 28.09.18, 15:00-18:00 Uhr**  
**1 Termin (3,33 UE)**

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

**Kosten: 56,40 €**

**Belegung: 8-12**

## FB5120 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, Gehirn-Jogging 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: Mi., 26.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**1 Abend (2 UE)**  
**Ort: vhs FN, Tagungsraum 1 (2. OG)**  
**Kosten: Eintritt frei**  
**Belegung: 8-19**

## FB5121 Life Kinetik Das außergewöhnliche Bewegungsprogramm Starterkurs für die neuen Interessenten

Markus Wachter  
Inhalte siehe FB5120.  
Rosi Mittermaier, Deutschland erfolgreichste Skirennläuferin aller Zeiten, sagt über Life Kinetik: „Das braucht ja wohl ein jeder!“  
**Mitzubringen:**  
Bequeme Kleidung, Turnschuhe, Trinken.

**Beginn: Mi., 10.10.18, 19:45-20:45 Uhr**  
**8 Abende (10,67 UE)**  
**Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)**  
**Kosten: 99,00 €**  
**Belegung: 8-13**

### Kontaktaten Mobilnummer

#### Schon gewusst?

Die vhs FN und die Kursleitenden möchten Sie bei Kursänderung oder -absagen rechtzeitig informieren können. Das geschieht am besten per SMS, E-Mail oder Mobiltelefon. Daher bitten wir bei der Anmeldung um diese Kontaktdaten.

## Aikido

### FB5160 Aikido – japanische Kampfkunst Einführungskurs für Kinder (8–12 Jahre)

**Stefan Iseler, 2. Dan**  
**Kim Zeitler, 2. Dan**  
Aikido bringt den Kindern einen rücksichtsvollen Umgang mit sich selbst und ihren Trainingspartnern bei und es lehrt, dass ein Miteinander meist mehr bringt als ein Gegeneinander. Es schafft Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Aikido ist eine Form der Selbstverteidigung und es schult Wachsamkeit und Konzentrationsfähigkeit. Es funktioniert ohne Kraft und ist deshalb für Mädchen und für Jungen gleichermaßen geeignet. Spielerisch wollen wir uns den Prinzipien des Aikido nähern und die Fallschule, sowie einfache Aikido-Techniken erlernen.

**Beginn: Fr., 21.09.18, 18:00-19:00 Uhr**  
**5 Abende (6,67 UE)**  
**Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)**  
**Kosten: 21,30 €, ermäßigte Kinder- und Jugendgebühr**  
**Belegung: 8-12**

### FB5161 Körperintelligenz und Aikido

Anita Sternegger, Aikidolehrerin, 3. Dan  
Gelassen, achtsam und aus der Mitte heraus leben sind Kennzeichen vom Prinzip der Körperintelligenz. Wer dies umsetzt, findet ein besseres Leben, heißt es. Doch wie soll das gehen? Aikido kann ein Weg dazu sein. In diesem Kurs werden Sie eingeführt in die Welt des Aikido: Sie erfahren, woher diese Kampfkunst stammt, wer sie begründet hat und erleben Schritt für Schritt, wie wir üben und welche Ziele wir damit verfolgen. Dabei spielt weder das Alter, noch die Körpergröße oder der Grad an Körpererfahrung eine Rolle. Die Kursleiterin stellt sich einfühlsam und mit viel Erfahrung auf das jeweilige Niveau ein, das die Kursteilnehmer mitbringen und begleitet sie Schritt für Schritt im persönlichen Wachstum und Fortschritt. Der Weg ist das Ziel!

Mitmachen kann jeder, der Spaß an Bewegung hat! Wir trainieren barfuß und es genügen Jogginghose, sowie ein langärmeliges T-Shirt.

**Beginn: Mo., 24.09.18, 18:00-19:00 Uhr**  
**10 Abende (13,33 UE)**  
**Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)**  
**Kosten: 61,30 €, ermäßigte Kinder- und Jugendgebühr**  
**Belegung: 8-12**

### FB5162 Aikido – japanische Kampfkunst Aikido-Treff in der vhs-FN

Anita Sternegger, Aikidolehrerin, 3. Dan  
Kim Zeitler, 2. Dan  
Aikido kann von Menschen jeder Größe und jeden Alters, genauso von Mann und Frau, sowie 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.  
**Beginn: Mo. und Fr., 10.09.18, 19:30-21:30 Uhr**  
**34 Abende**  
**Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)**  
**Kosten: Eintritt frei**  
**Belegung: 8-12**

### Entspannung

#### für jede Frau und jeden Mann

### FB5200 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., 13.10.18, 09:30-16:00 Uhr**  
**1 Termin (7,33 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, Tagungsraum 2 (2. OG)**  
**Kosten: 65,20 €**  
**Belegung: 6-11**



### FB5201 Achtsamkeitstraining MBSR

Petra Radlow, Gesundheitsförderung M. A.,  
Pflegepädagogin (FH),  
Lehrerin MBSR/MBCT

Inhalte siehe Kurs FB5200.  
Mitzubringen sind bequeme Kleidung, warme Socken sowie eine Decke.  
Das Meditationseminar 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., 27.09.18, 18:45-21:15 Uhr**  
**8 Abende (26,67 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**  
**Kosten: 237,30 €**  
**Belegung: 6-8**

### FB5203 Progressive Muskelentspannung, eine Einführung für Erwachsene

Eberhardt Hofmann, Dipl.-Psychologe  
Dieses Entspannungsverfahren ist eine effiziente und leicht zu erlernende Entspannungsmethode, die auch im deutschsprachigen Raum zunehmend an Verbreitung gewinnt. Im Kurs wird nach einer kurzen theoretischen Einführung ein systematisches Trainingsprogramm vorgestellt, das über die reine Muskelentspannung hinaus auch Elemente der Atementspannung und Vorstellungsübungen beinhaltet. Sie erfahren und üben den Einsatz des Entspannungsverfahrens in alltäglichen Situationen (z. B. in der Mittagspause). Dieser Kurs wird in der Regel durch Ihre Krankenkasse bezuschusst werden. Bitte wenden Sie sich direkt an Ihre Kasse!  
Empfehlenswert zu dem Kurs ist folgende Literatur (Hrsg. ist der Kursleiter selbst): Hofmann, E.: „Progressive Muskelentspannung“, dritte Auflage im Jahr 2009, Hogrefe Verlag. Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.

**Beginn: Sa., 24.11.18, 09:00-17:00 Uhr**  
**1 Termin (9 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**  
**Kosten: 54,00 €**  
**Belegung: 8-12**

### FB5204 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., 09.10.18, 18:30-19:30 Uhr**  
**10 Abende (13,33 UE)**  
**Ort: Zentrum Schmerzmedizin Bodensee, Konferenzraum, Gutastr. 3-5**  
**Kosten: 100,00 €**  
**Belegung: 8-12**

### FB5205 „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., 10.11.18, 09:00-16:30 Uhr**  
**1 Termin (8,67 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**  
**Kosten: 51,20 €**  
**Belegung: 6-10**

### Bildung verschenken

Verschenken Sie Kurse aus dem Angebot der vhs Friedrichshafen. Geschenkgutscheine erhalten Sie im Servicebüro.

### FB5206 Der Freie Atem und seine heilsamen Wirkungen Praktische Übungsansätze zur Entwicklung eines freien und heilsamen Atems

Simone Stoll, Heilpraktikerin, Yogalehrerin  
Oftmals ist unsere Atmung zu flach, gepresst, zu kurz, einfach nicht frei!  
Dieser Workshop soll mit Hilfe einfacher freier Atemübungen Möglichkeiten aufzeigen den Atem wieder in eine leichte, freie und weite Dimension zu führen. Hierfür sind leichte Körperübungen eine gute Unterstützung aber ebenso auch ruhige Betrachtungsübungen, um das Bewusstsein im Gesamten wieder freier auszurichten.

Inhalte des Workshops sind Grundlagen der Freien Atemschule, der freie und der gebundene Atem, der Atem in Verbindung zu den Seelenkräften (Denken, Fühlen und Wollen), einfache Atemübungen – mit indirekter Atemführung und Bewusstseinsübungen, die Schwerelosigkeit des strömenden Atems im Gegensatz zum willentlichen Ergreifen, die vier Dimensionen des Atems – die vier Seelenqualitäten, die Flankenatmung – die Atmung der Weite, die Bauchatmung – die Atmung der Tiefe, die Schlüsselbeinatmung – die Atmung der Sensibilität und die Mitlenatmung – Die Atmung der Innerlichkeit.

**Beginn: Fr., 05.10.18, 18:00-21:30 Uhr**  
**1 Abend (4,67 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)**  
**Kosten: 27,60 €**  
**Belegung: 6-12**

### FB5207 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.

**Beginn: Sa., 29.09.18, 09:30-13:00 Uhr**  
**1 Termin (4,67 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**  
**Kosten: 27,60 €**  
**Belegung: 6-12**

FB5208

### AUSZEIT! NUR FÜR MICH! Bei sich selbst ankommen, sich selbst erfahren.

Oliver Schäfer,  
Sporttherapeut, Sportlehrer

Sie suchen eine „kleine Insel“, auf der Sie sich erholen können, Kraft und Ideen sammeln können, wo Sie Ruhe und Entspannung nur für sich erfahren. KREATIVITÄT, LEICHTIGKEIT, SPASS, Lebensfreude, das Spielen erleben und spüren, wo Sie wieder Kind sein dürfen, sich austoben können und sich selbst wahrnehmen und erfahren? Stimmt es? Dann begrüße ich Sie mit unserer gemeinsamen Kreativität in meinem Workshop! Mit Anwendungen und Aktionen aus den Bereichen Entspannung, Theater, Körperwahrnehmung, Bewegungsspiele, Bewusstwerdung, Selbstreflexion und vielem mehr entdecken Sie für sich neue Spuren. Lassen Sie uns jetzt (gemeinsam) beginnen! Ich freue mich auf Sie! Lassen Sie los und spüren Sie Ihr eigenes ICH!

**Beginn: Fr., 30.11.18, 19:00-21:30 Uhr**  
**Fr., 30.11.18, 19:00-21:30 Uhr**  
**Sa., 01.12.18, 10:00-12:30 Uhr**  
**Sa., 01.12.18, 10:00-12:30 Uhr**  
**2 Termine (6,67 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 39,40 €**  
**Belegung: 6-12**

FB5210

### Autogenes Training ein Weg zur inneren Harmonie

Gerhard Kerber, Heilpädagogin,  
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., 17.09.18, 18:00-19:15 Uhr**  
**10 Abende (16,67 UE)**  
**Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)**  
**Kosten: 98,40 €**  
**Belegung: 6-10**

## Meditation

FB5211

### 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., 16.11.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**Fr., 30.11.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**Fr., 14.12.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**Fr., 11.01.19, 18:00-19:30 Uhr**  
**Fr., 25.01.19, 18:00-19:30 Uhr**  
**5 Abende (10 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)**  
**Kosten: 59,00 €**  
**Belegung: 6-12**

## 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.

## Gesundheitsvorsorge nach § 20 SGBV

Viele Krankenkassen fördern die Teilnahme an Gesundheitskursen nach § 20 SGBV und übernehmen teilweise oder vollständig die Gebühr. Voraussetzung für die Teilnehmerförderung ist, dass die Kursleitenden in ihrer Grund- und Zusatzqualifikation von der zentralen Prüfungsstelle für Prävention in Essen anerkannt sind. Das vhs-Gesundheitszentrum ist bemüht, möglichst viele Kurse als Präventionsmaßnahme anerkennen zu lassen.

Die Kursleitenden informieren beim ersten Kurstag über den Stand des Anerkennungsverfahrens.

FB5212

### Christliche Kontemplation

Sr. Elisabeth Bäbler,  
Erwachsenenbildnerin, Begleiterin

Zurzeit ist „Meditation“ in aller Munde. Im christlichen Kontext sprechen wir von Kontemplation. Im Lauf der Jahrhunderte hat sich in den verschiedenen Kirchen ein reicher Schatz an Zugängen zur Kontemplation herausgebildet. Einige werden im Kurs vorgestellt und geübt. Jeder Kursabend beginnt mit einer kurzen theoretischen Einführung, es folgt eine Zeit der Kontemplation. Ziel des Kurses ist es, die je eigene Form der Kontemplation zu finden und Hilfen zum Üben zu bekommen.

**Beginn: Do., 11.10.18, 17:30-18:30 Uhr**  
**6 Abende (8 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 47,20 €**  
**Belegung: 6-12**

FB5213

### Geführte Meditation

Marion Stingel,  
Trainerin für Autogenes Training

Wir gönnen uns den Raum und die Zeit, uns ganz wahrzunehmen und unser Innerstes zu verwöhnen. Dabei aktivieren wir unsere Selbstheilungskräfte und stärken unsere Lebensenergie. Jede Einheit widmet sich einem speziellen Thema, wie Blockaden-Lösung, innere Stärke und Gelassenheit, Selbstschutz und Eigenliebe, Mut, innere Freiheit und Erfolg.

Die eigene Wertschätzung, innere Ruhe und Gelassenheit werden gefördert und können leichter gelebt werden.

**Mitzubringen:**  
warme Socken, wenn gewünscht Decke.  
**Beginn: Fr., 18.01.19, 17:00-18:30 Uhr**  
**4 Nachmittage (8 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 47,20 €**  
**Belegung: 6-12**

## T'ai Chi Ch'uan

FB5225

### 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., 19.09.18, 20:00-21:00 Uhr**  
**15 Abende (20 UE)**  
**Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)**  
**Kosten: 118,00 €**  
**Belegung: 6-14**

FB5226

### 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 FB5225.  
Bitte bequeme Kleidung und warme Socken oder T'ai Chi Schuhe mitbringen.  
Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme am Anfängerkurs.

**Beginn: Mi., 19.09.18, 18:30-20:00 Uhr**  
**15 Abende (30 UE)**  
**Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)**  
**Kosten: 177,00 €**  
**Belegung: 10-14**

## Kontakt Daten Mobilnummer

### Schon gewusst?

Die vhs FN und die Kursleitenden möchten Sie bei Kursänderung oder -absagen rechtzeitig informieren können. Das geschieht am besten per SMS, E-Mail oder Mobiltelefon. Daher bitten wir bei der Anmeldung um diese Kontaktdaten.

FB5227

### T'ai Chi Ch'uan Fortgeschrittene 1

Elisabeth Eckardt,  
Lehrerin für T'ai Chi Ch'uan,  
Michael Hackshaw Stoute,  
Lehrer für T'ai Chi Chuan

Inhalte siehe Kurs FB5225.  
Bitte bequeme Kleidung und warme Socken oder T'ai Chi Schuhe mitbringen.  
Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme am Anfängerkurs.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 18:30-19:30 Uhr**  
**15 Abende (20 UE)**  
**Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)**  
**Kosten: 118,00 €**  
**Belegung: 10-14**

FB5228

### T'ai Chi Ch'uan Einführung für Seniorinnen und Senioren

Elisabeth Eckardt,  
Lehrerin für T'ai Chi Ch'uan und  
Übungsleiterin Orthopädische Knieschule

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., 20.09.18, 09:15-10:15 Uhr**  
**15 Vormittage (20 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 100,20 €, ermäßigte Senioreng Gebühr**  
**Belegung: 6-11**

FB5229

### T'ai Chi Ch'uan Aufbaukurs für Seniorinnen und Senioren

Elisabeth Eckardt,  
Lehrerin für T'ai Chi Ch'uan

Inhalte siehe FB5228  
Voraussetzung zur Teilnahme ist die vorherige Teilnahme am Einführungskurs oder nach Absprache mit der Kursleiterin.

**Beginn: Do., 20.09.18, 10:30-11:30 Uhr**  
**15 Vormittage (20 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 100,20 €, ermäßigte Senioreng Gebühr**  
**Belegung: 6-11**

## Yoga

### 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 Bhajan in den 1960er Jahre in den USA bekannt gemacht. Yogi Bhajan 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.

FB5250

### Yoga für Fortgeschrittene; Frauen ab 50

Angelika Fries,  
Kursleiterin für klassische Yogakurse  
Yoga bedeutet nicht Beweglichkeit! Beweglichkeit aber kann ein Ergebnis der Yogaübungen sein, genauso wie z. B. Zufriedenheit, Gesundheit, Konzentrationsfähigkeit. Yoga ist eine alte, aus Indien stammende Wissenschaft. Das Wort Yoga heißt übersetzt so viel wie „Einheit“. Damit ist die Einheit von Körper, Geist und Seele gemeint. Diese Einheit versuchen wir in wohltuenden Körperstellungen, Atemübungen und Entspannungphasen zu fühlen und genießen die heilsame Wirkung des Yogaweges. Der Fersensitz sollte mindestens beherrscht werden.  
Bitte bequeme Kleidung, Wollsocken und ein großes Handtuch mitbringen.  
**Beginn: Mi., 19.09.18, 10:30-12:00 Uhr**  
**8 Vormittage (16 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 88,00 €**  
**Belegung: 8-14**

FB5251

### 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., 19.09.18, 14:00-15:30 Uhr**  
**8 Termine (16 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 88,00 €**  
**Belegung: 6-14**



FB5252

### 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., 21.09.18, 10:30-12:00 Uhr**  
**8 Vormittage (16 UE)**  
**Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)**  
**Kosten: 94,40 €**  
**Belegung: 6-12**

FB5253

### 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., 21.09.18, 14:00-15:30 Uhr**  
**8 Nachmittage (16 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 94,40 €**  
**Belegung: 6-14**

FB5260

### Yoga mit wenig Vorkenntnissen

Carola Fischerkeller, Yoga-Lehrerin  
In diesem Kurs lernen wir, Atem und Körper bewußt und achtsam zu steuern. Die Übungen sind etwas komplexer als im Anfängerkurs, Asanas werden länger gehalten. Ohne Leistungsgedanken machen wir uns auf die Reise zum individuellen Ausdruck der Bewegungen und Haltungen, hin zu Achtsamkeit und Entspannung. Jede Stunde endet mit einer Tiefenentspannung.  
**Voraussetzung:** etwa ein Semester vhs. Bodenmatten sind vorhanden, Handtuch bzw. Decke für die Endentspannung nach Bedarf.  
**Beginn: Mi., 19.09.18, 16:30-17:45 Uhr**  
**10 Nachmittage (16,67 UE)**  
**Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)**  
**Kosten: 91,70 €**  
**Belegung: 8-12**

FB5271

### Hanuman Fitness Yoga

Genka Dimitrova Yankova-Brust, Yoga-lehrerin (BYV), Entspannungspädagogin und Energietrainerin  
Dieser Yoga Stil verbindet die Prinzipien des sportlichen Fitness-Trainings mit klassischem Hatha Yoga. Hanuman Fitness Yoga besteht aus dynamischen Sonnengrößen für Konditionstraining, anstrengenden Asanas für Krafttraining, sanft gehaltenen Asanas für Flexibilitätstraining und Koordinationsstraining, Tiefenentspannung, Pranayama (Atemtechniken) sowie Meditation für eine tiefe spirituelle Erfahrung der Ruhe und Verbundenheit. So kann man mit Hanuman Fitness Yoga in ca. 90 Minuten Körper, Geist und Seele trainieren und schulen. Diese Yoga Stunde ist für Fortgeschrittene gedacht.

**Beginn: Do., 20.09.18, 18:00-19:30 Uhr**  
**12 Abende (24 UE)**  
**Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)**  
**Kosten: 141,60 €**  
**Belegung: 6-12**

FB5272

### Sanftes Yoga für mehr Harmonie, Freude und Leichtigkeit (als Grundlage dient die Yoga Vidya Grundreihe)

Genka Dimitrova Yankova-Brust, Yoga-lehrerin (BYV), Entspannungspädagogin und Energietrainerin  
In diesem Kurs erwartet Sie eine Kombination aus Asanas (Yogastellungen), Anfangs- und Endentspannungseinheiten, Atemübungen (Pranayamas) und kurze meditative Momente. Durch körperliche, energetische, geistig-emotionale und spirituelle Wirkungen der Yogapraxis wird der Körper flexibel und vital, der Geist ruhig und klar und so lassen sich die Herausforderungen der Zeit gelassener meistern. Keine Vorkenntnisse nötig, nichts Schweres essen vor der Stunde.

**Beginn: Do., 20.09.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**12 Abende (24 UE)**  
**Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)**  
**Kosten: 141,60 €**  
**Belegung: 6-12**

FB5275

### Yoga für Anfänger

Erzsebet 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., 17.09.18, 16:30-18:00 Uhr**  
**8 Nachmittage (16 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 94,40 €**  
**Belegung: 6-10**

FB5279

### Yoga und Rückenschulung

Simone Stoll, Heilpraktikerin, Yogalehrerin  
Suchen Sie sowohl nach Möglichkeiten Ihre Beweglichkeit und Körperwahrnehmung zu verbessern als auch danach, wie Sie Stabilität, Spannkraft und Flexibilität der Wirbelsäule entwickeln können?  
Aus der Sicht des Yoga bedeutet bewusste Rückenschulung auch immer eine erweiterte Empfindungsschulung und gezielte Durchgestaltung und Formung des Rückens. Lernt man beispielsweise die Wirbelsäule in ihrer Gliederung kennen (oberer-mittlerer und unterer Rücken), entstehen damit erste Empfindungen für die verschiedenen Regionen der Wirbelsäule, deren Bedeutung und Möglichkeiten einer dauerhaften Dynamisierung und Durchgestaltung.

**Beginn: Mi., 10.10.18, 20:00-21:30 Uhr**  
**3 Abende (6 UE)**  
**Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)**  
**Kosten: 35,50 €**  
**Belegung: 6-12**

### Yoga für Körper, Geist und Seele

FB5285

### Kundalini Yoga für Anfängerinnen Wochenendworkshop

Siri Atma K. Sabine Schultz, Lehrerin Kundalini Yoga (KRI und IKYTA), Soziologin M. A.  
Kundalini Yoga, die Urform des Yoga, beinhaltet dynamische und statische Yogaübungen. Die gesamte Körpermuskulatur, die Atmung, das Nerven-, Drüsen- und Immunsystem werden gestärkt. Eine Entspannungsphase erlaubt die Integration der wohltuenden Übungseffekte auf tiefer Ebene. Die Yoga-stunde schließt mit einer Meditation ab. Siri Atma K. Schultz unterrichtet seit 2000 und praktiziert seit 1993 Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan.

**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung (vorzugsweise weiss oder hell), eine leichte Decke oder körpergroßen Schal (ohne Synthetikanteil), dicke Socken, Wasserflasche.  
**Beginn: Fr., 19.10.18, 18:20-20:20 Uhr**  
**Sa., 20.10.18, 10:15-13:15 Uhr**  
**2 Termine (6,67 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 39,40 €**  
**Belegung: 6-12**

FB5286

### Kundalini Yoga für Fortgeschrittene Wochenendworkshop

Siri Atma K. Sabine Schultz, Lehrerin Kundalini Yoga (KRI und IKYTA), Soziologin M. A.  
Kundalini Yoga, die Urform des Yoga, beinhaltet dynamische und statische Yogaübungen. Die gesamte Körpermuskulatur, die Atmung, das Nerven-, Drüsen- und Immunsystem werden gestärkt. Eine Entspannungsphase erlaubt die Integration der wohltuenden Übungseffekte auf tiefer Ebene. Die Yoga-stunde schließt mit einer Meditation ab. Siri Atma K. Schultz unterrichtet seit 2000 und praktiziert seit 1993 Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan.

den Übungseffekte auf tiefer Ebene. Die Yoga-stunde schließt mit einer Meditation ab. Siri Atma K. Schultz unterrichtet seit 2000 und praktiziert seit 1993 Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan.  
**Bitte bringen Sie mit:** bequeme Kleidung (vorzugsweise weiss oder hell), eine leichte Decke oder körpergroßen Schal (ohne Synthetikanteil), dicke Socken, Wasserflasche.

**Beginn: Fr., 16.11.18, 18:20-20:20 Uhr**  
**Sa., 17.11.18, 10:15-13:15 Uhr**  
**2 Termine (6,67 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 39,40 €**  
**Belegung: 6-12**

FB5287

### Anti Stress Yoga

Marcus Glatt,  
Lehrer für Kundalini Yoga, Yoga Coach  
Sind Sie auch öfters „voll im Stress“ und fragen sich, was Sie tun können, um mehr zu entspannen? Mit Hilfe von Kundalini Yoga arbeiten wir an Ihrem Körperbewusstsein, sodass Sie wieder mehr Entspannung, Lebensenergie und Klarheit gewinnen. Das wird Ihnen helfen, Ihren Stress abzubauen und Ihrem Alltag freudiger zu begegnen. Kundalini Yoga ist ein Weg, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen und besteht aus einer Kombination aus Körperhaltungen, Bewegungsabläufen, Atemführungen und Meditationen. Es richtet sich stark auf das Spüren der eigenen Energie aus und ist zugleich dynamisch, kräftigend, meditativ, entspannend und belebend.  
Bitte kommen Sie in leichter und bequemer Kleidung und bringen Sie etwas zu trinken mit. Für die Tiefenentspannung benötigen Sie eine Decke.

**Beginn: Mi., 28.11.18, 19:30-21:00 Uhr**  
**6 Abende (12 UE)**  
**Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)**  
**Kosten: 70,90 €**  
**Belegung: 6-16**

FB5288

### Gute Nacht Yoga für den guten Schlaf

Marcus Glatt,  
Lehrer für Kundalini Yoga, Yoga Coach  
„Regeneration und Schlaf ist für den ganzen Menschen, was das Aufziehen für die Uhr“ Arthur Schoppenhauer  
Lerne in diesem Workshop wie Du Deine eigenen Federn wieder aufzieht, indem Du besser in und aus den Federn kommst. Wir verbringen ca. 1/3 unserer Lebenszeit im Schlaf und doch fühlen wir uns morgens manchmal wie gerädert oder kommen nicht richtig in die Gänge. Die in diesem Workshop in Impulsreferaten vermittelten yogischen Tipps und Tricks, sowie die Übungen und Meditationen für guten Schlaf unterstützen Dich dabei, Deine Schlafqualität zu verbessern bzw. Dich schneller und besser schlafen zu lassen.

Der Workshop ist explizit auch für Menschen geeignet, die bisher noch keine Erfahrungen mit Yoga gesammelt haben.

**Beginn: Fr., 16.11.18, 18:30-21:30 Uhr**  
**1 Abend (4 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 23,60 €**  
**Belegung: 6-16**

FB5289

### 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: Do., 18.10.18, 07:15-08:15 Uhr**  
**6 Vormittage (8 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)**  
**Kosten: 47,20 €**  
**Belegung: 6-16**

FB5290

### 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., 19.10.18, 18:00-20:00 Uhr**  
**1 Abend (2,67 UE)**  
**Ort: vhs FN, Seminarraum 2 (1. OG)**  
**Kosten: 15,80 €**  
**Belegung: 6-8**

## Yoga für Frauen

FB5291

### 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., 17.09.18, 09:30-11:00 Uhr  
16 Termine (32 UE)

Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)

Kosten: 188,80 €

Belegung: 6-14

FB5292

### Luna Yoga

Margarete Bröcker, Luna Yoga-Lehrerin,  
Dipl. Sozialarbeiterin

Inhalte siehe FB5291

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., 18.09.18, 20:00-21:30 Uhr  
16 Abende (32 UE)

Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)

Kosten: 188,80 €

Belegung: 6-12

FB5293

### Luna Yoga

Margarete Bröcker, Luna Yoga-Lehrerin,  
Dipl. Sozialarbeiterin

Inhalte siehe FB5291.

Eine eigene Matte, leichte Decke, bei Bedarf warme Socken mitbringen.

Vor dem Kurs wenig und nur Leichtes Essen.

Beginn: Di., 18.09.18, 18:00-19:30 Uhr  
16 Abende (32 UE)

Ort: vhs FN K55, Seminarraum 10, (3.OG)

Kosten: 188,80 €

Belegung: 6-12

## Bewegung

### Pilates

Bringen Sie zu den Pilateskursen auf jeden Fall ein großes Handtuch mit, danke.

FB5300

### 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., 20.09.18, 17:30-18:30 Uhr  
15 Abende (20 UE)

Ort: Grundschule Schnetzerhausen

Kosten: 64,00 €

Belegung: 8-12

FB5301

### 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., 20.09.18, 18:30-19:30 Uhr  
15 Abende (20 UE)

Ort: Grundschule Schnetzerhausen

Kosten: 64,00 €

Belegung: 8-12

FB5306

### Pilates

Ekaterina Finke,

Dipl. Sport- und Fitnessbetriebswirtin

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 rückenschonende 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: Di., 18.09.18, 19:45-20:45 Uhr

15 Abende (20 UE)

Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)

Kosten: 78,00 €

Belegung: 8-12

### Fitness und Kondition

FB5315

### Tabata-Training

Ekaterina Finke,

Dipl. Sport- und Fitnessbetriebswirtin

Beim Tabata-Training reichen 4 Minuten Workout, um Ihre Ausdauer und Fitness maximal zu fordern. Wir verraten, warum das hochintensive Intervalltraining Sie fitter und schneller macht als jedes andere.

Trainingsprogramm. Tabata ist eine Form des hochintensiven Intervalltrainings (HIIT), bei der sich kurze Phasen der extremen körperlichen Ausdauer-Belastung mit noch kürzeren Erholungs-Phasen abwechseln. Es verbrennt Fett, geht schnell und ist sehr effektiv. Die kurzen intensiven Einheiten trainieren Ihr gesamtes Herz-Kreislauf-System. Sie verbessern Ihre aerobe und anaerobe Leistungsfähigkeit. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.

Beginn: Do., 20.09.18, 19:45-20:45 Uhr

15 Abende (20 UE)

Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)

Kosten: 78,00 €

Belegung: 8-15

FB5319

### deepWORK (TM)

Melanie Yenidogan

Beim neuen Powerworkout wechseln anstrengende Ausdauersequenzen mit koordinativen funktionalen Kraftübungen und entspannenden Atemübungen ab. deepWORK® ist athletisch, herausfordernd, einzigartig, simpel und doch ganz anders als alle gängigen Trainingsmethoden – ein Workout aus fünf Elementen und voller Energie! Dabei unterliegt deepWORK® dem Gesetz von Yin und Yang und vereint die geistigen und körperlichen Gegensätze eines funktionellen Trainings. deepWORK® ist auch für Einsteiger/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., 20.09.18, 20:05-21:00 Uhr

11 Abende (13,44 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 52,40 €

Belegung: 10-18

FB5320

### deepWORK (TM)

Neele Onnen, Sportlehrerin

Inhalte siehe FB5319. Bitte Sportkleidung, Handtuch und Trinkflasche mitbringen.

Beginn: Fr., 28.09.18, 17:00-18:00 Uhr

14 Abende (18,67 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 72,80 €

Belegung: 10-18

FB5321

### 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 finden und Körper, Geist und Seele in Einklang bringen?

bodyART ist ein therapeutisches Group Fitness Training, bei dem Sie präventiv Ihren Bewegungsapparat kräftigen und stabilisieren. Sie erlernen eine Atemtechnik zur mentalen Entspannung und erhöhten Sauerstoffversorgung. Jede Übung wird langsam durchgeführt. bodyART wirkt sich positiv auf Ihr Haltungsbild aus, erhöht Ihre Balance und Ihr Gleichgewicht und ist für alle Zielgruppen offen.

Beginn: Do., 20.09.18, 19:05-20:00 Uhr

11 Abende (13,44 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 52,40 €

Belegung: 6-19

FB5322

### 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 gesamten Körper. Für einen starken und gesunden Bewegungsapparat. Bitte Sportkleidung, Handtuch und etwas zu Trinken mitbringen.

Beginn: Fr., 28.09.18, 18:00-19:00 Uhr

14 Abende (18,67 UE)

Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)

Kosten: 72,80 €

Belegung: 10-20

### Kontaktdaten Mobilnummer

#### Schon gewusst?

Die vhs FN und die Kursleitenden möchten Sie bei Kursänderung oder -absagen rechtzeitig informieren können. Das geschieht am besten per SMS, E-Mail oder Mobiltelefon. Daher bitten wir bei der Anmeldung um diese Kontaktdaten.



FB5328

### 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 wohltuender Anstrengung topfit, beweglich und schmerzfreier werden.

Sie erwartet ein abwechslungsreiches Programm aus Ausdauer-elementen, die federnd, schwingvoll und mit kleinen Sprüngen richtig Spaß machen. Dies ist kombiniert mit Dehnübungen aus dem Yoga und Rollmassagen zur Entspannung der Muskeln und Faszien.

Beginn: Do., 20.09.18, 18:30-19:30 Uhr

15 Abende (20 UE)

Ort: vhs FN, Entspannungsraum (UG)

Kosten: 78,00 €

Belegung: 8-8

FB5329

### 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 Herbewegen 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 Intensität 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 Fitnesslevel.

Beginn: Mi., 19.09.18, 17:00-17:45 Uhr

15 Nachmittage (15 UE)

Ort: VHS-Eingangsbereich

Kosten: 48,00 €

Belegung: 10-12

FB5331

### Athletic Workout

Neele Onnen, Sportlehrerin

Athletic Workout ist ein anspruchsvolles Ganzkörpertraining mit oder ohne Zusatzequipment, basierend auf den Pfeilern Funktionalität, Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit. Für den ambitionierten Sportler ist es genau das Richtige, um sich auszupeinern und die eigenen Grenzen zu testen. Sie sollten eine Grundfitness mitbringen, damit Sie diese anspruchsvollen Übungen technisch korrekt und sauber ausführen können. Bitte Sportkleidung, Handtuch und etwas zu Trinken mitbringen.

Beginn: Mo., 17.09.18, 20:15-21:15 Uhr

15 Abende (20 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 78,00 €

Belegung: 10-18

FB5332

### Step Aerobic

#### Fitness Mix

Susanne Rall, DTB-Fitness und Rückentrainerin, Trainer B (Haltung und Bewegung) + C (Fitness/Aerobic)

Dieser Kurs ist ein dynamisches Fitnessstraining zu aktueller Musik. Sie erlernen drei einfache Choreografie-Blöcke mit dem Step und steigern damit Ihre Ausdauer und Koordination. Mit Spaß lassen Sie Ihre Kalorien dahinschmelzen und enden mit einem fulminanten Finale! Weiter geht es mit TABATA Einheiten (= 4 Minuten hochintensives Muskelaufbautraining) und gesundheitsorientierten Kräftigungsübungen mit Kleingeräten zur Körperformung. Am Ende folgt eine kurze Dehn- und Entspannungseinheit. Bitte Handtuch und Getränk mitbringen. Aerobic-Kenntnisse sind von Vorteil.

Beginn: Di., 18.09.18, 20:00-21:30 Uhr

15 Abende (30 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 117,00 €

Belegung: 10-17

FB5333

### 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 Ausdauer und Koordination und bringen die Kalorien zum Schmelzen. Leicht zu erlernende Schrittfolgen und Choreografien erhöhen dabei den Spaßfaktor. Es werden zwei Blöcke erarbeitet. Anschließend folgen gesundheitsorientierte Kräftigungsübungen mit Kleingeräten zur Körperformung. Bitte Handtuch und Getränk mitbringen. Aerobic Kenntnisse sind von Vorteil.

Beginn: Di., 18.09.18, 19:00-19:55 Uhr

15 Abende (18,33 UE)

Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)

Kosten: 71,60 €

Belegung: 10-15

## FB5334 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 geeignet. Bringen Sie für effektivere Trainingserfolge bitte zwei je 1 kg Hanteln und ein Gymnastikband mit, sowie ein Handtuch zur Auflage und eine Bodenmatte.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 19:00-20:15 Uhr**  
**15 Abende (25 UE)**  
**Ort: Tannenhag-Schule, Turnhalle**  
**Kosten: 80,00 €**  
**Belegung: 10-16**

## FB5335 FIT UND BEWEGLICH sein 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 Beweglichkeit. Entspannungs- und Stretching-Übungen runden die Stunde ab.  
Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.

**Beginn: Di., 18.09.18, 17:00-17:55 Uhr**  
**15 Nachmittage (18,33 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 71,50 €**  
**Belegung: 10-20**

## FB5337 Hula Hoop Fitness Wochenendkurs

Sophia Frey  
Hula Hoop macht jede Menge Spaß und ist zudem ein effektives Fitnessprogramm. Dabei lassen wir die Reifen nicht nur um die Hüften kreisen, sondern bauen auch verschiedene tänzerische Elemente ein. Es werden einfache Tricks mit den Hula Hoops geübt und am Schluss zu einer kleinen Choreographie zusammengesetzt. Im Vordergrund steht der Spaß an der Bewegung mit dem Reifen und nebenbei wird nicht nur die Ausdauer und Koordination trainiert, sondern auch Rücken, Bauch, Beine und Po. Übungsreifen für Erwachsene (ca. 90–100 cm Durchmesser) sind vorhanden, ein eigener Reifen kann gerne mitgebracht werden ansonsten stehen Reifen zur Verfügung.

**Beginn: Sa., 13.10.18, 11:00-12:30 Uhr**  
**1 Termin (2 UE), Wochenendseminar**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 9,80 €**  
**Belegung: 6-12**

## Ausgleichsgymnastik für Reifere

### FB5339 Ausgleichsgymnastik mit Spaß fit und gesund bleiben für Ältere

Renate Mayer-Kiemel, Übungsleiterin STB;  
Rückenschullehrerin  
Liegt Ihnen am Herzen, dass Ihr Rücken belastbar 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., 20.09.18, 17:45-18:45 Uhr**  
**15 Abende (20 UE)**  
**Ort: Dietrich-Bonhoeffer-Haus**  
**Kosten: 64,00 €**  
**Belegung: 10-12**

### FB5340 Ausgleichsgymnastik mit Spaß fit und gesund bleiben

Renate Mayer-Kiemel, Übungsleiterin STB;  
Rückenschullehrerin

Inhalte siehe Kurs FB5339.  
Bitte Theraband und Bodenmatte mitbringen.  
**Beginn: Do., 20.09.18, 19:00-20:00 Uhr**  
**15 Abende (20 UE)**  
**Ort: Dietrich-Bonhoeffer-Haus**  
**Kosten: 64,00 €**  
**Belegung: 10-12**

### FB5342 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., 19.09.18, 16:50-17:45 Uhr**  
**15 Nachmittage (18,33 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 71,50 €**  
**Belegung: 8-20**

### FB5343 Gesund und fit durch Gymnastik

Hannelore Gottuk, Übungsleiterin STB  
Inhalte siehe FB5342.  
Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.  
**Beginn: Mi., 19.09.18, 17:55-18:50 Uhr**  
**15 Abende (18,33 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 71,50 €**  
**Belegung: 8-20**

### FB5344 Gesund und fit durch Gymnastik

Hannelore Gottuk, Übungsleiterin STB  
Inhalte siehe FB5342.  
Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.

**Beginn: Mi., 19.09.18, 19:00-19:55 Uhr**  
**15 Abende (18,33 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 71,50 €**  
**Belegung: 10-20**

## Rückhalt

### FB5345 Rückhalt

Christine Ederer, Sportlehrerin (Gym.),  
Nordic Walking Ausbildung,  
Rückenschulleiterin (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 rückenschonende 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., 19.09.18, 20:00-21:30 Uhr**  
**12 Abende (24 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 93,60 €**  
**Belegung: 8-15**

### FB5347 Rückhalt Ganzheitliche Rückenschule

Vera Miller-Zang, Sportlehrerin M. A.,  
Rückenschullehrerin KdDR und Forum  
Gesunder Rücken – besser leben e. V.

Inhalte siehe FB5345.  
Bitte kleines Kissen und feste Turnschuhe mitbringen.  
**Beginn: Di., 18.09.18, 11:00-12:00 Uhr**  
**10 Vormittage (13,33 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 52,00 €**  
**Belegung: 8-15**

## Rückenfit

### FB5354 Rückenfit

Daniela Ernst, Physiotherapeutin  
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 rückenschonende 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 eine Matte mitbringen.

**Beginn: Di., 18.09.18, 18:45-19:45 Uhr**  
**10 Abende (13,33 UE)**  
**Ort: Merianschule**  
**Kosten: 42,70 €**  
**Belegung: 10-15**

### FB5355 Rückenfit

Daniela Ernst, Physiotherapeutin  
Inhalte siehe FB5354  
Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit. Dieser Kurs ist für Senioren geeignet.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 10:20-11:05 Uhr**  
**12 Vormittage (12 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 46,80 €**  
**Belegung: 10-15**

### FB5356 Rückenfit

Daniela Ernst, Physiotherapeutin  
Inhalte siehe FB5354.  
Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit. Dieser Kurs ist für Senioren geeignet.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 11:05-11:50 Uhr**  
**12 Vormittage (12 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 46,80 €**  
**Belegung: 10-15**

### FB5357 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 rückenschonende 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., 21.09.18, 09:30-10:30 Uhr**  
**15 Vormittage (20 UE)**  
**Ort: vhs FN, Vortragssaal 1 (EG)**  
**Kosten: 78,10 €**  
**Belegung: 10-15**

### FB5358 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., 19.09.18, 08:30-09:30 Uhr**  
**15 Vormittage (20 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 78,00 €**  
**Belegung: 8-16**

## Wirbelsäulengymnastik

### FB5359 Rückenfit

Katharina Kistner, Sportfachkraft der AOK  
Kräftigen und stabilisieren Sie alle Muskeln, die Sie für einen funktionsfähigen Rücken brauchen. Im Grundkurs gibt es außerdem Tipps für rückengerechtes Verhalten im Alltag, wirksame Übungen für zu Hause und eine Anleitung zu persönlicher Entspannung. Starten Sie jetzt! Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Handtücher zur Auflage auf die Matten mit.

**Beginn: Do., 11.10.18, 15:30-16:30 Uhr**  
**8 Nachmittage (10,67 UE)**  
**Ort: vhs FN, Gymnastikraum (EG)**  
**Kosten: 41,60 €**  
**Belegung: 8-16**

## Beckenbodentraining

### FB5376

#### 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., 19.09.18, 17:30-18:30 Uhr**  
**10 Abende (13,33 UE)**  
**Ort: Tannenhag-Schule, Turnhalle**  
**Kosten: 42,70 €**  
**Belegung: 12-14**



**FB5378  
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., 21.09.18, 10:30-11:30 Uhr  
15 Vormittage (20 UE)  
Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)  
Kosten: 78,10 €  
Belegung: 10-15**

**FB5379  
Fitness und Pilates**

Claudia Kallfass, Diplom-Sportwissenschaftlerin, Sporttherapeutin  
Wollen Sie Ihre Kraft und Koordination verbessern und Ihren Körper im Sinne von Pilates belastbarer machen. Dann finden Sie hier die richtige Mischung. Sie trainieren Ihre Fitness und 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 und des Rückens kennen. 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 ein großes Handtuch, bei Bedarf ein kleines Kissen mit.

**Beginn: Fr., 21.09.18, 08:30-09:30 Uhr  
15 Vormittage (20 UE)  
Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)  
Kosten: 78,10 €  
Belegung: 10-12**

**Wirbelsäulengymnastik**

**FB5386  
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., 20.09.18, 09:30-10:30 Uhr  
14 Vormittage (18,67 UE)  
Ort: Allmand-Carré, Allmandstraße 18,  
88045 Friedrichshafen, EG  
Kosten: 59,80 €  
Belegung: 8-11**

**FB5387  
Neu im AllmandCarré  
Bewegungsgymnastik  
für Senioren/innen**

Michael Höllwarth,  
Master of Arts Sportwissenschaften  
(Gesundheitssport und Sporttherapie)  
Interessieren Sie sich für ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining unter fachkundiger Anleitung? Ziele des Angebots sind die Verbesserung und der Erhalt von Kraft, Beweglichkeit und Balance, Koordination und Kondition sowie Gesundheit und Wohlbefinden. Es kommen vielfältige Übungsformen, mit und ohne Kleingeräte oder Musik, zum Einsatz. Abgerundet wird die Gymnastik durch kleine Spiele oder Entspannungsübungen. Auch Spaß und Motivation kommen in dem Gruppentraining nicht zu kurz. Die Stunde findet überwiegend im Sitzen statt. Somit ist der Kurs auch für Personen geeignet, die auf Gehhilfen oder Rollstühle angewiesen sind. Geh- und Stehübungen für Könnler kommen im Sinne einer „Sturzprophylaxe“ zum Einsatz.

**Beginn: Do., 20.09.18, 14:45-15:45 Uhr  
15 Nachmittage (20 UE)  
Ort: Allmand-Carré, Allmandstraße 18,  
88045 Friedrichshafen, EG  
Kosten: 64,00 €, ermäßigte Senioreng Gebühr  
Belegung: 6-11**

**Gesundheitsvorsorge nach  
§ 20 SGBV**

Viele Krankenkassen fördern die Teilnahme an Gesundheitskursen nach § 20 SGB V und übernehmen teilweise oder vollständig die Gebühr. Voraussetzung für die Teilnehmerförderung ist, dass die Kursleitenden in ihrer Grund- und Zusatzqualifikation von der zentralen Prüfstelle für Prävention in Essen anerkannt sind. Das vhs-Gesundheitszentrum ist bemüht, möglichst viele Kurse als Präventionsmaßnahme anerkennen zu lassen.

Die Kursleitenden informieren beim ersten Kurstag über den Stand des Anerkennungsverfahrens.

**FB5388  
Hockergymnastik**

Petra Steinwandt  
Durch gezielte Übungen im Sitzen werden Alltagsbewegungen sicherer. Außerdem kräftigen Sie die Rumpf und Beckenbodenmuskulatur, mobilisieren die Wirbelsäule und alle Gelenke. Sie trainieren den Gleichgewichtssinns und die Feinmotorik. In diesem Kurs erfahren Sie, wie ein gezieltes Training Ihnen hilft wieder mehr Körpervertrauen aufzubauen.

**Beginn: Di., 18.09.18, 09:00-10:00 Uhr  
15 Vormittage (20 UE)  
Ort: vhs FN, Vortragsaal 1 (EG)  
Kosten: 78,00 €, ermäßigte Senioreng Gebühr  
Belegung: 6-11**

**FB5389  
Knie aktiv**

Elisabeth Eckardt, Übungsleiterin  
Orthopädische Knieschule  
Der Kurs basiert auf der Konzeption des Knieschul-Instituts Tübingen.  
Durch gezielte Übungen wird der Muskelaufbau insbesondere zur Stabilisierung der Kniegelenke gefördert. Diese Übungsabläufe wirken dabei schonend auf die Gelenke. Langsam wird ein sich veränderter Bewegungsablauf und ein gelenkschonendes Alltagsverhalten erlernt. Dabei wird die Beweglichkeit und die Koordination erweitert und das Gleichgewicht gestärkt. Wir sensibilisieren die Wahrnehmung und das Verstehen der eigenen Haltung und Bewegung. Begleitend werden Entspannungsübungen gelehrt. Der Kurs richtet sich zum Einen an Personen die sich präventiv vor Kniebeschwerden schützen wollen, darüber hinaus insbesondere an Personen die an Kniebeschwerden mit und ohne Arthrose leiden oder nach einer Operation und den anschließenden Behandlungen eine weitergehende Übungsmöglichkeit suchen. Der Kurs ersetzt keinen Arzt oder Physiotherapeuten.

**Beginn: Mo., 17.09.18, 17:30-18:30 Uhr  
15 Nachmittage (20 UE)  
Ort: vhs FN K55, Studio 3, (3.OG)  
Kosten: 78,00 €  
Belegung: 6-11**

**Nordic Walking**

**FB5401  
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., 18.09.18, 17:30-19:30 Uhr  
6 Abende (16 UE)  
Ort: Parkplatz, CAP-Rotach Campingplatz  
Kosten: 51,30 €  
Belegung: 8-16**

**FB5403  
Gesundheitswochenende  
im Schwarzwald  
mit Nordic Walking, Aquagym.  
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 10,00 €) 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. September 2018. Es gelten die Geschäftsbedingungen der vhs & Heilbäder 2015.  
**Beginn: Fr., 12.10.18 ab 15:00 Uhr Checkin,  
So., 14.10.18 um 15:00 Uhr Ende  
3 Termine (1 UE), Wochenendseminar  
Ort: Schönwald im Schwarzwald  
Kosten: 249,00 €, im Doppelzimmer  
Belegung: 6-12**

**Aqua Fitness**

**FB5430  
Aqua Fit  
Die aktive Mittagspause  
zum Auftanken 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 Aqua-Jogging mit Kräftigung- und Entspannungselementen? In diesem Kurs finden Sie bewegenden 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., 20.09.18, 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**

**FB5432  
Aquajogging**

Sigrid Danckert, DTB-Aqua-Train., staatl. gepr. B-Lizenz Aerobic-Train., Yogalehrerin, Faszien- und XCO-Mastertrain.  
Wer seine Kondition aufbauen und zwischen 600 bis 1000 Kalorien verbrennen will und das ohne Belastung der Gelenke. Wer sich nebenher vom Wasser massieren lassen und straffe Haut bekommen will. Wer die einfach so nebenher laufende Lymphdrainage zum Abtransport der Abfallprodukte im Körper wahrnehmen will. Wer sich von der ansteckenden Gruppendynamik treiben lassen und mit Spaß sehr gute Trainingsreize über gezielte Übungen setzen will, der ist hier richtig. Auftriebsmittel wie Aquadisks und Aqua-Noodles sowie weitere kleine Handgeräte sorgen für effektives und vielseitiges Training. Schwimmen können wird vorausgesetzt und gute Laune kriegen wir dann schon hin! Bitte Badebekleidung und Handtuch mitbringen. Nur für Personen geeignet, die schwimmen können.

**Beginn: Fr., 28.09.18, 14:00-14:45 Uhr  
12 Termine (12 UE)  
Ort: Hallenbad Friedrichshafen, Ehlerrstr. 10  
Kosten: 46,80 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad  
Belegung: 8-12**

**FB5434  
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 Grander 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., 19.09.18, 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**

**Kontaktdaten Mobilnummer**

**Schon gewusst?**  
Die vhs FN und die Kursleitenden möchten Sie bei Kursänderung oder -absagen rechtzeitig informieren können. Das geschieht am besten per SMS, E-Mail oder Mobiltelefon. Daher bitten wir bei der Anmeldung um diese Kontaktdaten.



## Fit und Gesund im Hallenbad

FB5457

### Aquajogging

Aquatrainier Hallenbad

Beim Aquajogging schwebt der Körper im Wasser und erhält Auftrieb durch einen Auftriebsgurt. Wenn Sie nun im Wasser schwebend laufen, merken Sie, dass dies viel anstrengender ist als Laufen an Land. Sie strengen sich mehr an und schonen dabei Ihre Gelenke und Sehnen. Dabei trainieren Sie Ihre Ausdauer und Koordination.

Wäre das was für Sie? Dann melden Sie sich an. Bitte melden Sie sich am Eingang. Nur für Personen geeignet, die schwimmen können.

**Beginn: Do., 20.09.18, 18:00-18:45 Uhr  
6 Abende (6 UE)**

**Ort: Hallenbad Friedrichshafen, Eherstr. 10  
Kosten: 23,40 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad  
Belegung: 10-11**

FB5458

### Wassergymnastik

Aquatrainier 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., 20.09.18, 09:30-10:00 Uhr  
15 Vormittage (10 UE)**

**Ort: Hallenbad Friedrichshafen, Eherstr. 10  
Kosten: Eintritt frei  
Belegung: 10-30**

FB5459

### Wassergymnastik

Aquatrainier Hallenbad

Inhalte siehe FB5458

Bitte melden Sie sich am Eingang. Nur für Personen geeignet, die schwimmen können.

**Beginn: So., 16.09.18, 10:00-10:30 Uhr  
15 Vormittage (10 UE)**

**Ort: Hallenbad Friedrichshafen, Eherstr. 10  
Kosten: Eintritt frei  
Belegung: 10-30**

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.



FB5471

### AquaRider Radfahren im Wasser Effektives Training für alle

Aquatrainier Hallenbad

Lieben Sie das Wasser und suchen Sie ein Ganzkörpertraining, das Ihre Kraft, Koordination und Ausdauer beansprucht? Probieren Sie den Aquarider. Sie fahren auf einem speziellen Fahrradergometer im Wasser und profitieren von dem Gefühl der Leichtigkeit im Wasser. Ihr Körper ist jedoch mehr gefordert als an Land. Melden Sie sich gleich an.

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., 10.10.18, 18:45-19:30 Uhr  
4 Abende (4 UE)**

**Ort: Hallenbad Friedrichshafen, Eherstr. 10  
Kosten: 48,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 15,20 €  
Belegung: 6-10**

FB5472

### AquaRider Radfahren im Wasser Effektives Training für alle

Aquatrainier Hallenbad

Inhalte siehe FB5471

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., 10.10.18, 19:45-20:30 Uhr  
4 Abende (4 UE)**

**Ort: Hallenbad Friedrichshafen, Eherstr. 10  
Kosten: 48,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 15,20 €  
Belegung: 6-10**

## 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.

FB5490

### 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., 02.10.18, 16:15-17:00 Uhr  
8 Nachmittage (8 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 56,80 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 25,60 €  
Belegung: 9-12**

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.

FB5490A

### 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., 08.01.19, 16:15-17:00 Uhr  
10 Nachmittage (10 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €  
Belegung: 9-12**

FB5491

### Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert

Inhalte siehe Kurs FA5490. 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: Do., 04.10.18, 16:15-17:00 Uhr  
8 Nachmittage (8 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 56,80 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 25,60 €  
Belegung: 10-12**

FB5491A

### Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert

Inhalte siehe Kurs FB5490. 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: Do., 10.01.19, 16:15-17:00 Uhr  
10 Nachmittage (10 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €  
Belegung: 10-12**

FB5492

### Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert

Inhalte siehe Kurs FB5490. 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: Do., 04.10.18, 17:00-17:45 Uhr  
8 Nachmittage (8 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 56,80 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 25,60 €  
Belegung: 10-12**

FB5492A

### Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert

Inhalte siehe Kurs FB5490. 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: Do., 10.01.19, 17:00-17:45 Uhr  
10 Nachmittage (10 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €  
Belegung: 10-12**

FB5493

### 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 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., 02.10.18, 17:00-17:45 Uhr  
8 Nachmittage (8 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 56,80 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 25,60 €  
Belegung: 8-12**

FB5493A

### Wassergewöhnung für Kinder 2–3 Jahre mit einer Begleitperson

Peggy Beisert

Inhalte siehe FB5493.

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., 08.01.19, 17:00-17:45 Uhr  
10 Nachmittage (10 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €  
Belegung: 8-12**

FB5494

### Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert

Inhalte siehe FA5490. 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: Mo., 01.10.18, 14:15-15:00 Uhr  
8 Nachmittage (8 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 56,80 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 25,60 €  
Belegung: 9-12**

FB5494A

### Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert

Inhalte siehe FA5490. 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: Mo., 07.01.19, 14:15-15:00 Uhr  
10 Nachmittage (10 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €  
Belegung: 9-12**

FB5495

### Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert

Inhalte siehe FB5493. 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: Mo., 01.10.18, 15:00-15:45 Uhr  
8 Nachmittage (8 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 56,80 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 25,60 €  
Belegung: 8-12**

FB5495A

### Wassergewöhnung für Babys 3–15 Monate mit einer Begleitperson

Peggy Beisert

Inhalte siehe FB5493. Die Wassertiefe beträgt 90 cm. Bitte ziehen Sie ihrem Kind eine Badehose an.

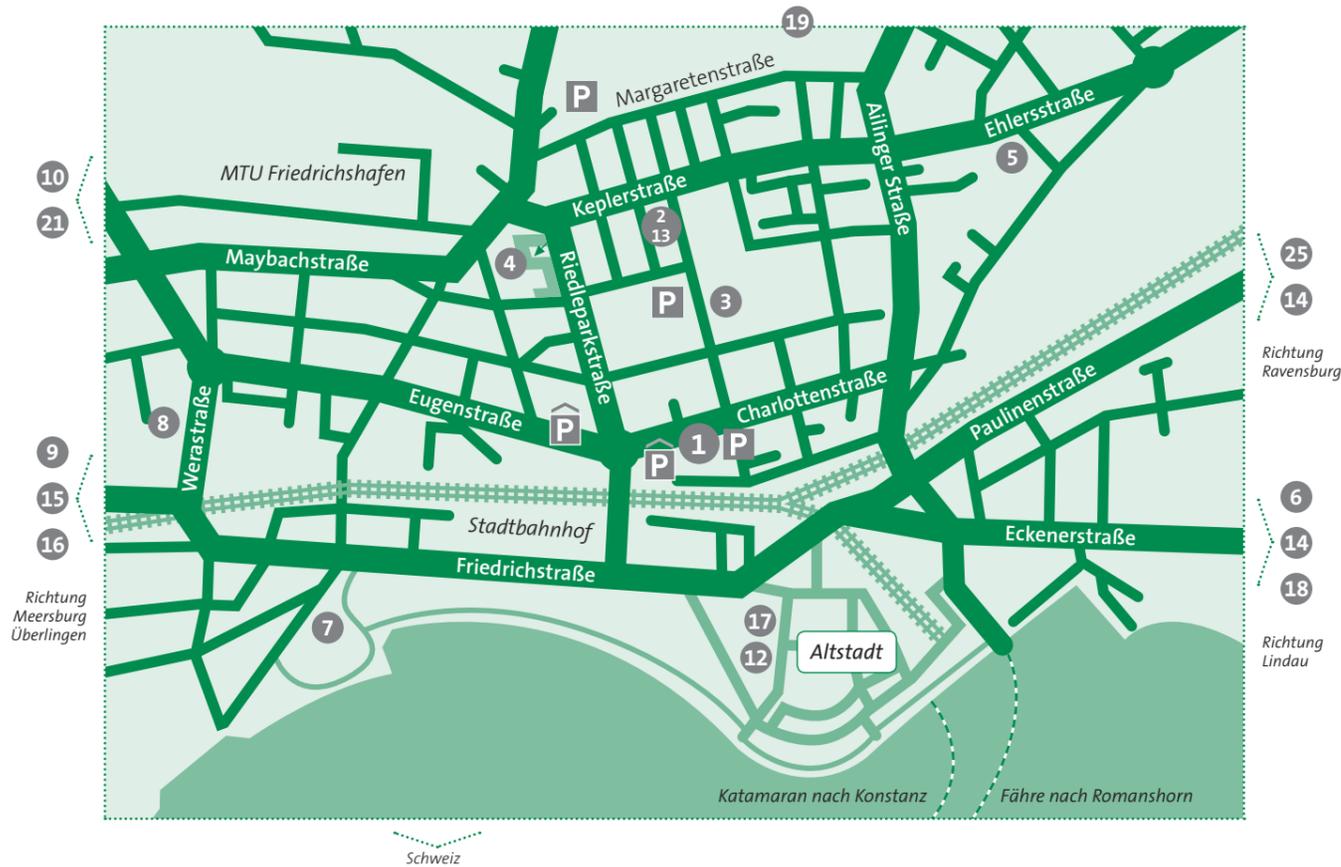
In diesem Kurs wird aufgrund der großen Nachfrage Ihr Kursplatz für andere Interessenten freigegeben, wenn Sie am ersten Termin nicht erscheinen und sich nicht entschuldigen.

**Beginn: Mo., 07.01.19, 15:00-15:45 Uhr  
10 Nachmittage (10 UE)**

**Ort: Tannenhag-Schule, Schwimmhalle  
Kosten: 71,00 €, inkl. Eintritt Schwimmbad 32,00 €  
Belegung: 8-12**

## Veranstaltungsorte der vhs Friedrichshafen

Lagepläne: [www.vhs-fn.de](http://www.vhs-fn.de)



### 1. Volkshochschule (vhs)

Charlottenstr. 12/2

**Neu**

### 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

### 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

Gutastr. 5

### 25. Zentrum Schmerzmedizin

Bodensee

### gebührenpflichtige

**P** 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.

<b>ANMELDUNG</b> Städt. Volkshochschule, Charlottenstraße 12/2, 88045 Friedrichshafen, Fax (07541) 203 3435, Internet: <a href="http://www.vhs-fn.de">www.vhs-fn.de</a> Gläubiger-Identifikationsnummer: DE51ZZZ00000111765. Mandatsreferenznummer: siehe Kontoauszug	
<b>Adresse*</b>	<b>Kursnummer Titel</b>
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
<b>Bankverbindung</b>	
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, den Datenschutzbestimmungen und der Abbuchung bin ich einverstanden.	
Datum	Unterschrift

<b>ANMELDUNG</b> Städt. Volkshochschule, Charlottenstraße 12/2, 88045 Friedrichshafen, Fax (07541) 203 3435, Internet: <a href="http://www.vhs-fn.de">www.vhs-fn.de</a> Gläubiger-Identifikationsnummer: DE51ZZZ00000111765. Mandatsreferenznummer: siehe Kontoauszug	
<b>Adresse*</b>	<b>Kursnummer Titel</b>
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
<b>Bankverbindung</b>	
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, den Datenschutzbestimmungen und der Abbuchung bin ich einverstanden.	
Datum	Unterschrift

<b>ANMELDUNG</b> Städt. Volkshochschule, Charlottenstraße 12/2, 88045 Friedrichshafen, Fax (07541) 203 3435, Internet: <a href="http://www.vhs-fn.de">www.vhs-fn.de</a> Gläubiger-Identifikationsnummer: DE51ZZZ00000111765. Mandatsreferenznummer: siehe Kontoauszug	
<b>Adresse*</b>	<b>Kursnummer Titel</b>
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
<b>Bankverbindung</b>	
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, den Datenschutzbestimmungen und der Abbuchung bin ich einverstanden.	
Datum	Unterschrift

\* zwingend anzugebende Daten

# Für spezielle Interessen

## Die junge vhs

**Mit Rhythmik erziehen, mit Musik und Bewegung fördern**  
18.10.18 / 14:45–15:30 Uhr > [FB1250](#)

**Babysitter**  
12.10.18 / 16:00–16:00 Uhr > [FB1256](#)

**Französisch für Kinder, 7–12 Jahre**  
18.09.18 / 14:00–15:30 Uhr > [FB2309](#)

**Mathe-Paukkurs für Realschüler (10. Kl)**  
ab 15.10.18 / 16:30 Uhr > [FB3501](#), [FB3502](#)

**Mathe Auffrischkurs (12. Kl)**  
ab 29.10.18 > [FB3503](#)–[FB3505](#)

**Mathe Auffrischkurs (13. Kl)**  
ab 26.09.18 > [FB3506](#), [FB3507](#)

**Fit für die EUROKOM-Prüfung, Englisch**  
26.09.18 / 15:30–17:00 Uhr > [FB3508](#)

**Vorbereitung Englisch Mittlere Reife**  
06.02.19 / 15:30–17:00 Uhr > [FB3511](#)

**Abi Training Englisch**  
ab 05.12.18 > [FB3512](#), [FB3513](#)

**PC und Internet für Schüler**  
29.10.18 / 14:00–16:15 Uhr > [FB3704](#)

**Präsentieren mit PowerPoint für die GFS**  
20.10.18 / 09:00–16:00 Uhr > [FB3725M](#)

**Ferien-Zeichenkurs, 8–16 Jahre**  
29.10.18 / 10:00–14:00 Uhr > [FB4201](#)

**vhs-Näh-Club, ab 10 Jahre**  
05.10.18 / 16:30–19:00 Uhr > [FB4281](#)

**Nähworkshop in den Herbstferien, ab 10 Jahre**  
29.10.18 / 10:00–14:00 Uhr > [FB4282](#)

**Ballett**  
ab 19.09.18 > [FB4780](#)–[FB4783](#)

## Frauen vhs

**Altersversorgung Frauen**  
24.10.18 / 18:00–20:15 Uhr > [FB1115](#)

**Frauenwirtschaftstage 2018 Chancen für Frauen in der digitalen Arbeitszeit**  
19.10.18 / 09:00–16:30 Uhr > [FB1231](#)

**Frauenwirtschaftstage 2018 Killerphrasen kontern Bildungszeit**  
20.10.18 / 09:00–16:30 Uhr > [FB1232](#)

**Frauenwirtschaftstage 2018 Die Zauberformel für (finanzielle) Freiheit heißt: Bi**  
20.10.18 / 09:00–16:30 Uhr > [FB1233](#)

**Perspektive Wiedereinstieg – moderne Bürowelt**  
ab 07.01.19 / 08:00–11:45 Uhr > [FB3106](#), [FB3701M](#)

**Fit für den Büroalltag**  
20.09.18 / 08:00–11:45 Uhr > [FB3702](#)

**Frauenpower: Ab jetzt zeig ICH dir, wo der Hammer hängt!**  
29.09.18 / 10:00–17:00 Uhr > [FB4265](#)

**Schreinerkurs: zusammenklappbares Bett-Tischchen**  
28.09.18 / 15:00–21:30 Uhr > [FB4266](#)

**Schluss mit Haarefärben! So sehen Sie richtig gut aus!**  
14.12.18 / 13:30–17:15 Uhr > [FB4701](#)

**Hochsteckfrisuren zum Ausgehen**  
14.12.18 / 17:45–21:30 Uhr > [FB4702](#)

**Vorher – nachher, ein neuer Typ: Schminkkurs**  
15.12.18 / 10:00–13:45 Uhr > [FB4703](#)

**60 – na und? Machen Sie mehr aus Ihrem Typ**  
15.12.18 / 14:30–18:15 Uhr > [FB4704](#)

**Orientalischer Tanz**  
ab 17.09.18 / 09:30 Uhr > [FB4742](#), [FB4743](#)

**Yoga**  
ab 17.09.18 > [FB5250](#)

**Rückhalt**  
ab 18.09.18 / 11:00 Uhr > [FB5347](#)

**Der Beckenboden – ein starkes Stück Frau**  
21.09.18 / 10:30–11:30 Uhr > [FB5378](#)

## Senioren vhs

**Englisch**  
ab 19.09.18 > [FB2241](#), [FB2243](#), [FB2263](#), [FB2264](#), [FB2266](#)

**Computer-Einführungskurse**  
ab 18.09.18 > [FB3705M](#), [FB3706M](#), [FB3709](#)

**Computer-Auffrischkurs**  
ab 10.01.19 > [FB3707M](#), [FB3708M](#)

**Windows 10 Einführungskurs**  
10.10.18 / 16:00–18:15 Uhr > [FB3710M](#)

**Buchen, Einkaufen und Bezahlen im Internet**  
22.10.18 / 18:30–21:30 Uhr > [FB3735M](#)

**Kaufen und verkaufen bei eBay**  
10.10.18 / 18:30–21:30 Uhr > [FB3737M](#)

**WhatsApp, Twitterer & Co – leicht verständlich**  
09.11.18 / 14:00–17:45 Uhr > [FB3739M](#)

**DSL, WLAN, FRITZ!Box und Co.**  
09.10.18 / 16:30–18:45 Uhr > [FB3746](#)

**Fotobuch mit dem Layout-Programm CEWE**  
22.11.18 / 18:30–20:45 Uhr > [FB3747M](#)

**60 – na und? Machen Sie mehr aus Ihrem Typ**  
15.12.18 / 14:30–18:15 Uhr > [FB4704](#)

**T'ai Chi Ch'uan**  
ab 20.09.18 / 09:15 Uhr > [FB5227](#), [FB5228](#)

**Rückenfit**  
ab 17.09.18 > [FB5356](#), [FB5358](#), [FB5359](#)

**Hockergymnastik**  
ab 18.09.18 > [FB5387](#), [FB5388](#)

## Schichtarbeitende

**English in the Afternoon**  
17.09.18 / 15:30–18:30 Uhr > [FB2245](#)

## Ferien vhs

**Zeichenkurs für junge Menschen, 8–16 Jahre**  
29.10.18 / 10:00–14:00 Uhr > [FB4201](#)

**Nähworkshop, ab 10 Jahre**  
29.10.18 / 10:00–14:00 Uhr > [FB4282](#)

**PC und Internet für Schüler**  
29.10.18 / 14:00–16:15 Uhr > [FB3704](#)

**Italienisch**  
04.03.19 / 09:00–12:15 Uhr > [FB2410](#)

**Spanisch**  
04.03.19 / 09:00–12:15 Uhr > [FB2606](#)

**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

**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

**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

## Sommer vhs (Sonderprospekt)

**Yoga für alle Interessierten**  
02.08.18 / 10:00–11:30 Uhr > [FA5255](#)

**Fahrradexkursion:  
Auf den Spuren Hugo Eckeners**  
04.08.18 / 14:00–17:00 Uhr > [FB1104A](#)

**Ferienprogramm AKA-Pulko**  
ab 06.08.18 / 08:00–16:00 Uhr > [FA1282](#)

**A summer trip! Englisch intensiv B1**  
06.08.18 / 09:00–12:15 Uhr > [FA2253](#)

**Korbflechten mit Weiden**  
18.08.18 / 10:00–19:00 Uhr > [FA4255](#)

## vhs Unterwegs

**Fahrradexkursion:  
Auf den Spuren Hugo Eckeners**  
04.08.18 / 14:00–17:00 Uhr > [FB1104A](#)

**Führung und Workshop im Fotomuseum  
Winterthur**  
Christoph Maria Frisch  
17.11.18 / 08:50–18:45 Uhr > [FB4301](#)

## Vortragsreihen

**Architektur um die Jahrtausendwende**  
Klaus Wendler  
10.10.; 17.10.; 24.10.18 / 18:30–20:00 Uhr  
> [FB4101](#)

**Alexander d. Gr. und die Verwandlung  
des Orients**  
Klaus Wendler  
07.11.; 14.11.18 / 18:30–20:00 Uhr  
> [FB4102](#)

**Die Ming-Dynastie**  
Klaus Wendler  
09.01.; 16.01.19 / 18:30–20:00 Uhr  
> [FB4105](#)

**Neu: Sprechen über Fotografie**  
24.10.18; 21.11.18; 23.01.19 /  
19:00–21:00 Uhr > [FB4311](#)–[FB4313](#)

## Vorträge

**„Prinz Max von Baden, Friedrich Ebert  
und das Ende des Ersten Weltkriegs**  
Dr. Michael Braun  
25.09.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FB1103](#)

**Dem Journalisten und Luftschiffpionier  
Hugo Eckener zum 150. Geburtstag**  
Barbara Waibel, M. A.  
09.10.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FB1104](#)

**Gesunderhaltung unserer Gelenke**  
Dr. med. Germar Büngener  
16.10.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FB5100](#)

**Jüdisches Gemeindeleben**  
Prof. Barbara Traub, M. A.  
23.10.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FB1106](#)

**Sprechen über Fotografie**  
Prof. Simon Gallus  
24.10.18 / 19:00–21:00 Uhr > [FB4311](#)

**Biografie-Gespräche –  
Verständnis für den Menschen gegenüber**  
Axel Schmidt-Gödelitz  
06.11.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FB1110](#)

**Meteoritenforscher als Detektive**  
Dieter Heinlein  
20.11.18 / 20:00–21:30 Uhr > [FB1401](#)

**Die Kinder Maria Theresias**  
Klaus Wendler  
21.11.18 / 18:3–20:00 Uhr > [FB4103](#)

**Sprechen über Fotografie: Andreas Feininger**  
Ina Neddermeyer  
21.11.18 / 19:00–21:00 Uhr > [FB4312](#)

**Meister der Kamera –  
Geschichte der Fotografie am Bodensee**  
Dorothea Cremer-Schacht  
05.12.18 / 19:00–20:30 Uhr > [FB4310](#)

**Vom Markt zum Einkaufszentrum –  
Kulturgeschichte des Handels II**  
Klaus Wendler  
12.12.18 / 18:3–20:00 Uhr > [FB4104](#)

**Das Selbstbestimmungsrecht der Völker  
versus die globalisierte Welt**  
Matthias Hofmann, M. A.  
15.01.19 / 20:00–21:30 Uhr > [FB1111](#)

**Heilige Berge und ihre Mythologie  
in der Kunst IV**  
Klaus Wendler  
23.01.19 / 18:30–20:00 Uhr > [FB4106](#)

**Sprechen über Fotografie: sind meine  
Fotos gut? – Bildbesprechung im Dialog**  
23.01.19 / 19:00–21:00 Uhr > [FB4313](#)

## Ausstellungen

20.09.–26.10.18 > [FB4200](#)  
**Teilnehmerwerke des Arbeitskreises  
Zeichnen und Malen**  
Der Arbeitskreis präsentiert Zeichnungen,  
Aquarelle und Ölbilder.

07.11.–14.12.18 > [FB4300](#)  
**„Einblicke“ – Fotoausstellung**  
In dieser Ausstellung zeigen die Fotokursleiter  
der vhs FN eine Auswahl ihrer Arbeiten.  
Vernissage: Di., 06.11.18, 19:00 Uhr

**Die Ausstellungen sind 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 Ser-  
vicebüros.**

## 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 Abbuchungs-  
ermächtigung erteilen. Als Vorbereitung kann  
ein Orientierungskurs belegt werden. Zur An-  
meldung bitte Pass mitbringen.

**Mi., 07.11.2018, 16:00 Uhr**  
**Anmeldeschluss: 26.09.18, 12:00 Uhr**

**Mi., 23.01.2019, 16:00 Uhr**  
**Anmeldeschluss: 12.12.2018, 12:00 Uhr**

## Weiterbildungseinrichtungen in Stadt und Region

**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](#)

**Bernd-Blindow-Schulen Friedrichshafen**  
07541/50 120, [www.blindow.de](#)

**BBQ Berufliche Bildung gGmbH**  
07541/39793-10, [www.biwe-bbq.de](#)

**Bildungsakademie Friedrichshafen  
der Handwerkskammer Ulm**  
07541/3758-0, [www.hk-ulm.de](#)

**Elektronikschule Tettang (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](#)

## Allgemeine Geschäftsbedingungen der Städtischen vhs 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 Volks-  
hochschule zustande. Mit der Anmeldung werden  
die allgemeinen Geschäftsbedingungen Vertrags-  
bestandteil.  
Die Anmeldung erfolgt durch Abgabe des Anmelde-  
vordrucks persönlich, per Post oder durch Dritte  
oder durch Onlineanmeldung über [www.vhs-fn.de](#)  
oder Anmeldung mittels E-Mail. Die Datenübertra-  
gung erfolgt bei der Onlineanmeldung verschlüs-  
selt 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  
Stammesbesuchern, die Einzugsermächtigungen er-  
teilt haben, entgegengenommen werden. Auch tele-  
fonische Anmeldungen werden nicht bestätigt.

### Bezahlung

Der vereinbarte Preis wird mit dem Beginn der Ver-  
anstaltung 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 Mandats-  
referenznummer und die Gläubiger-ID der Stadt  
Friedrichshafen steht auf Ihrem Kontoauszug.

### Ermäßigungen

Schüler, Studenten, Wehr- und Ersatzdienstleis-  
tende, Schwerbeschädigte, Rentner, Arbeitslose und  
Sozialhilfeempfänger erhalten nach Vorlage eines  
Nachweises eine Ermäßigung um 15 %. Der Ermä-  
ßigungsanspruch muss bei der Anmeldung geltend  
gemacht werden. Bei Schüler- und Kinderkursen ist  
die Ermäßigung bereits mit dem Entgelt verrechnet.  
Materialkosten sind von der Ermäßigung ausge-  
schlossen.

### Rücktritt von Veranstaltungen durch die Volkshochschule

Die vhs kann wegen mangelnder Beteiligung, Aus-  
fall eines Dozenten oder ähnlich schwerwiegenden  
Gründen vom Vertrag zurücktreten. In diesem Fall  
werden geleistete Zahlungen erstattet. Weiterge-  
hende 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 ein-  
behalten. Abmeldungen vor Kursbeginn bzw. vor  
Beginn der Sieben-Tage-Frist bei Kurz- und Wochen-  
endseminaren 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 Nichtteilnah-  
me zu bezahlen!

### Mindestteilnehmerzahl

Die jeweilige Mindestteilnehmerzahl ist der Kurs-  
beschreibung zu entnehmen. Bei Kursen mit weni-  
ger Anmeldungen, die auf Wunsch der Teilnehmer  
durchgeführt werden, wird ein Preisaufschlag er-  
hoben.

### Prüfungen, Bescheinigungen

Der Vertrag beinhaltet keinen Anspruch auf Zulas-  
sung und Ableistung einer Prüfung. Teilnahmebe-  
scheinigungen werden auf Wunsch gegen Gebühr  
ausgestellt, wenn mindestens 80-% der Kursstun-  
den besucht wurden.

### Beachtung der Hausordnung

Mit Vertragsabschluss verpflichtet sich der Teilneh-  
mer, 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 jeg-  
licher Art, gleich aus welchem Rechtsgrund sie ent-  
stehen mögen, ist auf die Fälle beschränkt, in denen  
der Volkshochschule Vorsatz oder grobe Fahrlässig-  
keit zur Last fällt.

### Leistungsumfang, Schriftform

Der Umfang der Leistungen der Volkshochschule  
ergibt sich aus der Kursbeschreibung. Mündliche  
Nebenabsprachen sind nicht betroffen. Der Kurs-  
leiter/Kursleiterin ist zur Änderung der Vertragsbe-  
dingungen und zur Abgabe von Zusagen nicht be-  
rechtigt. Änderungen jedweder Art bedürfen der  
Schriftform. Für Studienreisen und mehrtägige Ex-  
kursionen 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 wi-  
derrufen, informieren. Sie können dafür den Wider-  
rufsvordruck 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 Widerrufs-  
rechts 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 vier-  
zehn Tagen ab dem Tag zurückzahlen, an dem die  
Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei  
uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung ver-  
wenden 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 wäh-  
rend 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 hinsicht-  
lich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten  
Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang  
der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen  
entspricht.

### Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Ver-  
trag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen  
Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Wider-  
rufsrecht ausgeübt haben.

## Datenschutzbestimmungen

### 1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Städtische vhs Friedrichshafen, Charlottenstr. 12/2, 88045 Friedrichshafen, nachfolgend vhs FN genannt, ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

### 2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihren Geburtstag erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z. B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

### 3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der vhs FN zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. **Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen.** Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z. B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

### 4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z. B. Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Kammerprüfungen, Xpert, Einbürgerungstest) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

### 5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs FN die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

### 6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt.

### 7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der vhs FN gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen **widersprechen** und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

#### Kontaktinformationen des Ansprechpartners Datenschutz und Datenspeicherung:

Externer behördlicher Datenschutzbeauftragter der Stadt Friedrichshafen  
Krailenshaldenstraße 44, 70469 Stuttgart  
T: 0 711 8108-11472,  
datenschutz@friedrichshafen.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  
Competence Park  
Otto-Lilienthal-Straße 10  
88046 Friedrichshafen



**BKK ZF & Partner**

Partner für Ihre Gesundheit

Telefon 07541 3908-0  
friedrichshafen@bkk-zf-partner.de





Wirtschaftsförderung  
Bodenseekreis

Vertrauen.  
Erfolgreich.  
Vernetzen.



## Ihr Ansprechpartner in allen Wirtschaftsfragen. Wir.

Austausch ist alles. Wir schaffen die Räume dafür. Auf zahlreichen Veranstaltungen, die wir organisieren und moderieren.

Wir bieten allen Wirtschaftsinteressierten die passende Gelegenheit, sich kennen zu lernen und zu informieren. Die Themen sind so vielfältig und facettenreich wie unsere Wirtschaftsregion. Nehmen Sie teil und profitieren Sie von unserem Netzwerk.

Mehr Informationen und Termine unter  
[wf-bodenseekreis.de](http://wf-bodenseekreis.de)

Networking am Morgen: Für Führungskräfte, die den Arbeitstag mit anregenden Impulsen beginnen wollen. [Business Breakfast Bodensee](#)

Informationsveranstaltungen zu aktuellen Fachthemen für klein- und mittelständische Unternehmen. [Business Impuls Bodensee](#)

Mehr als nur eine gute Abendunterhaltung: Vortragsthemen, die Sie über den Abend hinaus beschäftigen. [Business Night Bodensee](#)

Vorträge, Austausch und Vernetzung für Existenzgründer/-innen, Kleinunternehmer/-innen und Selbstständige.  
[Forum Fit für die Selbstständigkeit](#)