



Volkshochschule Künzelsau

Frühjahr / Sommer 2012

GESCHICHTE BEWEGUNG SPORT
INTERNET FORCHTENBERG
CHINESISCH FRUEHFOERDERUNG
KLEINKUNST PAEDAGOGIK
WALDENBURG ITALIENISCH
ZEICHNEN KREATIVITAET KULTUR
NATUR UND UMWELT LITERATUR
ERNAEHRUNG BILDBEARBEITUNG
SCHOENTAL PHILOSOPHIE
GESUNDHEITSFragen TANZEN
KUPFERZELL GENERATION 50+
ERLEBNISWELT WASSER RECHT
KUNSTGESCHICHTE DOERZBACH
SPANISCH NIEDERNHALL
HOHENLOHE BEWEGT SICH
TEXTVERARBEITUNG KRAUTHEIM
ENTSPANNUNG POLNISCH
TABELLENKALKULATION
HOHENLOHER UMWELTAKADEMIE
RECHNUNGSWESEN ENGLISCH
MULFINGEN GESELLSCHAFT
THEOLOGIE EDV-GRUNDLAGEN
PSYCHOLOGIE KUENZELSAU
FORUM JUGEND FRANZOESISCH

Programmgestaltung und Annahme der Anmeldungen: **Dagmar Nepper**, Haller Str. 40, 74638 Waldenburg, **Tel. 0 79 40-92 19 18**, Fax 0 79 40-92 19 29.



Vormittags ist Dagmar Nepper von 8-13 Uhr in der vhs-Geschäftsstelle in Künzelsau unter der Nummer 0 79 40-92 19 18 erreichbar. Sie können sich persönlich, telefonisch (mit Lastschriftinzugsverfahren) oder E-Mail: info@vhskuen.de anmelden. Überweisungen gehen auf das Konto der vhs Künzelsau bei der **Sparkasse Hohenlohekreis Nr. 50 238 48 (BLZ 622 515 50)** oder der **Raiba Kocher-Jagst Nr. 76 730 000 (BLZ 600 697 14)**. Dabei bitte unbedingt Kursnummer, Adresse und Telefonnummer angeben.

Das gesamte vhs-Programm finden Sie auf der Homepage **www.vhskuen.de**.
Dort können Sie sich auch über E-Mail anmelden.

FORUM

Kunst im Rathaus

150 Jahre Hohenlohebahn

Die Ausstellung zeigt eine Vielzahl von Bildern, Besonderheiten, Dokumente vom Bau, Luftaufnahmen etc. über die Bahn und die Bahnhöfe.

20403 Waldenburg **Freitag, 20.4.2012**
17 Uhr, Ausstellungseröffnung im Rathaus



Zeitzeugenberichte von der alten Eisenbahn

Zeitzeugenberichte von der alten Eisenbahn - Erinnerungen an die Kochertalbahn mit Dieter Gräter und Vorstellung des Buches: Kochertalbahn (Swiridoff-Verlag, 2003) und Moderator Hans A. Graef spricht mit alten Eisenbahnern wie Manfred und Siegfried Sitter u. a. über die alte Hohenlohebahn.

10113 Waldenburg **Freitag, 15.6.2012**
20 Uhr mit Hans Graef, Künstlerkneipe Gleis 1

150 Jahre Hohenlohebahn

Axel Gross, vom Eisenbahnclub Öhringen, erläutert in seinem Vortrag die Geschichte der Hohenlohebahn und ihre Bedeutung im südwestdeutschen Bahnnetz.

10114 Waldenburg **Freitag, 11.5.2012**
20 Uhr mit Axel Gross, Künstlerkneipe Gleis 1

Sonntags im Park

bei Sommer - Sonne - Spielaktionen, Ruhezonen, MenschenMühle und Mini Golf.

11012 Waldenburg **Sonntag, 5.8.2012**
14-18 Uhr Jugendreferat, SG Sportschule, Baba Lounge und vhs laden herzlich in den Kurpark beim Franz-Gehweiler-Haus ein



Mit der Hohenloher Umweltakademie will das Landratsamt zusammen mit der Volkshochschule über aktuelle Umweltthemen informieren.

Wanderung bei Waldenburg

Die Wanderung mit Michael Buß, Biologe beim Landratsamt, führt von Waldenburg auf teils historischen Wegen nach Eschelbach durch ei-



ne einmalige Kulturlandschaft. Erzählungen rund um Natur, Landschaft und deren Geschichte öffnen die Sinne für die oft unscheinbaren Schönheiten am Wegesrand. Zurück zu den Fahrzeugen geht's wie immer mit einem Fahrdienst. Wanderstrecke 12 Kilometer, gutes Schuhwerk ist erforderlich.

11415 Waldenburg **Sonntag, 10.6.2012**
13 Uhr, Treffpunkt: Waldenburger Gewerbegebiet Süd, Parkplatz gegenüber Nicotra-Gebhardt Ventila-toren

KULTUR UND KREATIVITÄT

**BARMER
GEK**
die gesund
experten

Berufskolleg
Waldenburg

**INTERSPORT
GRABERT**
Auststraße 5 · 74613 Öhringen · Tel. 079 41 92 81 20

Körner, Currywurst, Kenia

Kleinkunstprogramm mit Dieter Baumann

Als Läufer ist Dieter Baumann ein Begriff! Fernab von der Bahn und dem Asphalt hat er eine neue Karriere gestartet. Der Lebensläufer präsentiert das Thema Bewegung und Laufen auf eine ganz andere Art: „Körner, Currywurst, Kenia“. Ein locker, leichter Abend über Laufen, Leben, Last und Lust. Der 45-jährige ist ein begnadeter Erzähler und vermittelt schnell das Gefühl, mit einem alten Bekannten am Küchentisch zu sitzen. Was Baumanns Programm so amüsant macht, sind seine enorme Begeisterungsfähigkeit und die Geschichten rund ums Laufen, die ein bisschen internationaler sind, als die des gemeinen Hobbyläufers. Daraus wird zweierlei klar: erstens geht es um Laufen

DIETER BAUMANN

der Olympiasieger präsentiert:

Körner · Currywurst · Kenia



Ein locker, leichter Abend über Laufen, Leben, Last und Lust

und zweitens um Laufen. „Ich möchte den Leuten „Luscht“ auf Laufen machen“, so Baumann selbst über sein Programm. Seit Jahren schreibt er Laufkolumnen und dies ist die konsequente Fortsetzung - die gespielte Kolumne - frei nach dem Motto: „Sie brauchen einen idealen Coach: Mich.“

20111 Waldenburg **Mittwoch, 9.5.2012**
20 Uhr, Berufskolleg Waldenburg, Gebühr: € 10, Schüler € 8, Kartenvorverkauf ab 27. Februar im Berufskolleg Waldenburg, Volkshochschulen in Künzelsau und Öhringen. Mit der Barmer GEK, Volkshochschule Öhringen, Intersport Thomas Grabert und dem Berufskolleg Waldenburg.

Weibsbilder- Mannsbilder

...wird alles ganz genauso heiß gegessen wie es gekocht wird? Ein musikalisch kulinarischer Abend mit Madeleine Katz (Sopran) und Monika Prima Kolar (Klavier).



20116 Waldenburg **Samstag, 23.6.2012**
 19 Uhr, im Panoramahotel, Gebühr: € 54 (mit 4-Gang-Menü, Aperitif und Mineralwasser)

Afrikanisches Trommeln für Anfänger

Im Vordergrund steht das Erlernen der Rhythmen auf den eigenen, mitgebrachten Instrumenten wie Djembe, Talkingdrum und Omele. Bitte bei der Anmeldung mitteilen, ob eine Trommel benötigt wird.

20810 Waldenburg **Donnerstag, 22.3.2012**
 19-20 Uhr mit Mayowa Babatunde, Josef-Helmer-Schule, 10-mal, Gebühr: € 42



Afrikanisches Trommeln für Fortgeschrittene

Weiter geht's in Waldenburg mit Trommeln in afrikanischen Rhythmen. Neben dem Erlernen der Rhythmen auf der Djembe, Talkingdrum und Omele kommen auch afrikanische Percussioninstrumente zum Einsatz. Bitte bei der Anmeldung mitteilen, ob Sie eine Trommel ausleihen möchten.

20811 Waldenburg **Donnerstag, 22.3.2012**
 20-21 Uhr mit Mayowa Babatunde, Josef-Helmer-Schule, 10-mal, Gebühr: € 42

Filzen – Schmuck und Blüten

Das etwas andere Muttertagsgeschenk

Verschenken Sie doch einfach mal einen Filzkurs statt Blumen zu Muttertag. Filzen ist eine



Technik, die viele begeistert, das Ergebnis ist tragbare Kunst. Aus Wolle und Seide werden Perlen gefilzt und modern mit Edelsteinen und Glas oder mit Perlen aus aller Welt kombiniert, geeignet für eine Kette, einen Ohrring oder ein Armband. Material kann im Kurs erworben werden. Gerne stellen wir Ihnen einen Geschenkgutschein aus.

21236 Waldenburg **Samstag, 12.5.2012**
 13-18 Uhr mit Hildegard Hage, vhs Forum Schillerstr. 11, Gebühr: € 20 plus Kosten für Material

Bitte beachten: Materialkosten nicht an die vhs bezahlen, sie werden im Kurs direkt mit dem Dozenten verrechnet.

JUNGE VHS

Bachforscher unterwegs für Kinder von 6 bis 11 Jahren



Als Bachforscher gehen wir auf Entdeckungsreise und spüren Wasservögel, Libellen sowie Bewohnern von Bach und Tümpel nach. Mit Kescher und Becherlupe untersuchen wir das reichhaltige Leben im Wasser. Wir werden selbst gebaute Piratenboote auf die Reise schicken, einen Staudamm bauen und mit Naturmaterialien eine tolle Brücke herstellen. Außerdem warten noch jede Menge spannende Spiele und Abenteuer auf euch. Mitzubringen sind: Bei schlechtem Wetter Gummistiefel, bei gutem warmem Wetter Badeschuhe; wenn vorhanden



eine Becherlupe und eine kleine Schüssel, Vesper, 1 Garnitur Ersatzkleider, da in der Regel keines der Kinder trocken bleibt.

11425 Waldenburg **Mittwoch, 8.8.2012**
14-17 Uhr mit Corinna Janßen, Ziegelhütte, Elisenhof, Gebühr: € 13

Wunderwelt Wald

für Kinder von 5 bis 7 Jahren



Wer lebt im Wald? Wie wertvoll ist ein Baum? Wo schlafen Fuchs und Dachs? Wer hört die Stimmen des Waldes? Die Kinder entdecken auf



spielerische Weise den Wald als Lebensraum für Tiere und Pflanzen. Mitzubringen sind: wetterfeste Kleidung, kleiner Rucksack mit Vesper.

11427 Waldenburg **Mittwoch, 27.6.2012**
14-17 Uhr mit Corinna Janßen, Ziegelhütte, Elisenhof, Gebühr: € 13

Frühlingserwachen im Wichtelwald

für Kinder von 3 bis 5 Jahren ohne Eltern



Endlich ist der Winter vorbei. Lange hat er gedauert in diesem Jahr. Nun sind unsere Waldwichtel voller Tatendrang. Wir feiern mit ihnen das Frühlingsfest. Lieder, Spiele und Geschichten versprechen einen aufregenden Nachmittag im Wichtelwald. Mitzubringen sind: wetterfeste Kleidung, kleiner Rucksack mit Vesper.

11429 Waldenburg **Mittwoch, 18.4.2012**
14-16 Uhr mit Corinna Janßen, Ziegelhütte, Elisenhof, Gebühr: € 9

Schnitzkurs für Anfänger

für Kinder von 7 bis 11 Jahren



Wer kennt nicht Michel von Löneberga - der nach den Geschichten von Astrid Lindgren Stunden seines Lebens beim Schnitzen im Schuppen verbracht hat. Auch heute noch lieben Kinder den Umgang mit Messer und Holz. Hier können sie ihrer Fantasie freien Lauf lassen und uneingeschränkt kreativ sein. Wir suchen uns gemeinsam einen gemütlichen Platz im Wald und fertigen nach einer intensiven Einweisung unsere eigenen Kunstwerke. Mitzubringen sind: wetterfeste Kleidung, Rucksack mit Vesper, Pflaster (bitte kein Messer mitbringen).

21251 Waldenburg **Mittwoch, 11.4.2012**
14-17 Uhr mit Corinna Janßen, Ziegelhütte, Elisenhof, Gebühr: € 13

21252 Waldenburg **Mittwoch, 2.5.2012**
14-17 Uhr mit Corinna Janßen, Ziegelhütte, Elisenhof, Gebühr: € 13



Schnitzkurs für Fortgeschrittene

für Kinder von 7 bis 12 Jahren



Für alle Kinder, die bereits den Anfängerschnitzkurs besucht haben, gibt es nun einen weiteren Kurs. Dieses Mal wagen wir uns bereits an aufwändigere Projekte wie das Bearbeiten eines größeren Holzstückes. Ihr erfahrt wieder viel Wissenswertes über Holzarten und auch das Spielen kommt nicht zu kurz. Mitzubringen sind: wetterfeste Kleidung, kleiner Rucksack mit Vesper, Pflaster, wenn vorhanden ein eigenes Schnitzmesser.

21253 Waldenburg **Mittwoch, 23.5.2012**
14-17 Uhr mit Corinna Janßen, Ziegelhütte, Elisenhof, Gebühr: € 13

Robin Hood – König der Diebe



Wie einst Robin Hood, streifen wir bewaffnet mit selbst gebautem Pfeil und Bogen durch die Wälder und spüren Feinde auf. Wir bauen uns ein geheimes Lager und lernen, wie wir in der Natur überleben können. Mitzubringen sind: wetterfeste Kleidung, kleiner Rucksack mit Vesper.

21256 Waldenburg **Mittwoch, 6.6.2012**
14-17 Uhr mit Corinna Janßen, Ziegelhütte, Elisenhof, Gebühr: € 13,

Hexentanz und Feuersuppe

für Kinder von 6 bis 11 Jahren



Viele unserer heimatischen Pflanzen besitzen geheimnisvolle Kräfte. Wir gehen diesen Geheimnissen auf die Spur und lernen speziell die Kinderzauberkräuter kennen. Am offenen Feuer kochen wir eine Hexenkräutersuppe und lassen den Tag mit einem fröhlichen Hexentanz und witzigen Hexenspielen ausklingen. Mitzubringen sind: wetterfeste Kleidung, kleiner Rucksack mit Vesper.

34336 Waldenburg **Mittwoch, 11.7.2012**
14-18 Uhr mit Corinna Janßen, Ziegelhütte, Elisenhof, Gebühr: € 16

Konzentrations- und Gedächtnistraining mit Pablo dem Hund

für Kinder in der 3. und 4. Klasse



In der modernen Hirnforschung dreht sich vieles darum, wie Lernen vor sich geht. Fakt ist: Das Gehirn lernt immer. Es kann gar nicht anders. Genau das kann bei Kindern positiv genutzt werden. Wer mit Angst lernt, bei dem wird die Angst automatisch mitgespeichert. In diesem Kurs können die Kindern erfahren, dass Lernen Spaß macht, dass sie nicht nur für gute Noten lernen, sondern dass sie Freude am Lösen von Aufgaben haben. Die Aktivität und das Ziel, eine Aufgabe zu lösen ist dabei wichtig und das Glücksgefühl zu erfahren, alleine oder gemeinsam eine Lösung gefunden zu haben. Mit dem Eintritt eines unerwarteten positiven Erlebnisses wird dieses Gefühl gespeichert. Die Kinder lernen, dass Aufgaben auch kreativ zu lösen sind. Die wichtigen Denkpausen zur Ablenkung werden genutzt um mit dem Labradorrüden Pablo zu spielen, wobei der Hund denken muss. Ute Nied und Pablo sind ein zertifiziertes Therapiehundeteam.

30536 Waldenburg **Freitag, 9.3.2012**
15-16 Uhr mit Ute Nied, vhs Forum Schillerstr. 11, 4-mal, Gebühr: € 16

GENERATION 50+

Konzentrations- und Gedächtnistraining

für Aktive ab 50 Jahren

Das ganzheitliche Gedächtnistraining umfasst ein Übungsprogramm für die Denkprozesse des Menschen. Das Training der kognitiven Fähigkeiten orientiert sich an zwölf Trainingszielen, die durch positive, affektive Anregung den Teilnehmern den Spaß am Lernen und Erinnern vermitteln sollen. Diese Trainingsziele umfassen die Gehirnleistungen des Wahrnehmens, der Konzentration, der Merkfähigkeit, der Wortfindung, der Formulierung, des assoziativen und des logischen Denkens, des Strukturierens, der

Urteilsfähigkeit, der Fantasie und der Kreativität, der Denkfähigkeit und des Erkennens von Zusammenhängen. Grundlage des ganzheitlichen Gedächtnistrainings sind die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse über die neuronalen Strukturen und die Funktionsweise des Gehirns.

30537 Waldenburg **Montag, 5.3.2012**
17-18 Uhr mit Ute Nied, vhs Forum Schillerstr. 11, 4-mal, Gebühr: € 16

Wandern auf dem Denkpfad

Als Denksport- oder als Erlebnisspaziergang kann der Denkpfad bezeichnet werden. Einfache Übungen bei einem Spaziergang durch die Natur regen die Sinne an. Dies ist ohne teures Equipment möglich: einfach Gehen und Denken. Die Kombination aus Gedächtnis- und Bewegungstraining wirken dem Hirnalterungsprozess entgegen. Unser Gehirn liebt Abwechslung und immer neue Herausforderungen. Der Denkpfad verknüpft Sinneswahrnehmung, Konzentration, Aufmerksamkeit und Bewegung mit dem Erfahren von Umgebung und Natur. Besonderer Wert wird beim Denkpfad auf die Vernetzung unserer beiden Gehirnhälften gelegt. Das Erfolgsgeheimnis: die analytisch-rationale Hirnhälfte wird ebenso aktiviert wie die rechte Gehirnhälfte, mit der wir unsere Kreativität ausleben. Bei regelmäßigem Training können Informationen im Alltag schneller verarbeitet und die Denkfähigkeit gesteigert werden.

30538 Waldenburg **Freitag, 20.4.2012**
15-16 Uhr mit Ute Nied, Treffpunkt beim vhs Forum Schillerstr. 11, 4-mal, Gebühr: € 16

Yoga zum Wohlfühlen und Entspannen ☺

Leichte, erlernbare Übungen mit einer ergänzenden Entspannungstechnik sind Inhalt dieser Yoga-Stunde. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Unterlage oder Isomatte, warme Decke, kleines Kissen und dicke Socken



31033 Waldenburg **Mittwoch, 29.2.2012**
9-10:15 Uhr mit Anette Gabrys, vhs Forum Schillerstr. 11, 13-mal, Gebühr: € 74

Verschenken Sie einen Kursgutschein!

Ein Kursgutschein kommt bestimmt gut an. Sie bestimmen die Höhe des Kursgutscheines, dessen Betrag auf jeden beliebigen Kurs angerechnet werden kann. Wir informieren Sie gerne über diese Geschenkidee.

Aktiv älter werden

für Personen ab 55 Jahren



Jung und fit zu bleiben ist unser aller Wunsch. Ein Weg dazu ist körperliches Training. In diesem Kurs wird ein gymnastisches Übungsprogramm angeboten, das zur Erhaltung und Verbesserung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit und des allgemeinen Wohlbefindens beitragen soll. Durch systematische Beanspruchung aller Gelenke, Muskeln und Bänder werden Koordination, Beweglichkeit, Konzentrationsvermögen und Atmung positiv beeinflusst.

32176 Waldenburg **Donnerstag, 1.3.2012**
17:30-18:30 Uhr mit Kathrin Kujadt, vhs Forum Schillerstr. 11, 10-mal, Gebühr: € 47

Bitte notieren Sie sich Ihre gebuchten vhs-Termine! Wir benachrichtigen Sie nur, wenn eine Veranstaltung nicht stattfindet.

GESUNDHEIT **BARMER GEK** die gesund experten

Krankenkassenzuschuss

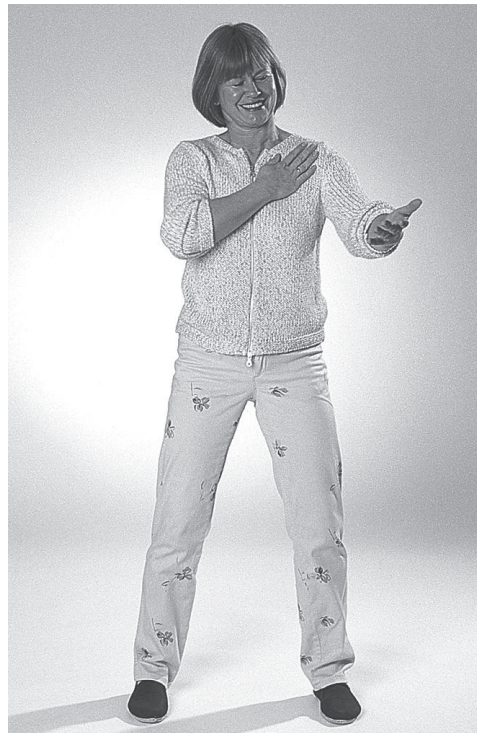
Die im Programmheft mit ☺ gekennzeichneten Kurse entsprechen der von den Krankenkassen vorgegebenen Anbieterqualifikation. Die Abstimmung unserer förderfähigen Kurse erfolgte mit der Barmer GEK, Hirschgasse 7, 74613 Öhringen, Tel: 0800/332060326101. Die Teilnahme wird am Ende des Kurses (bei mindestens 80 % Anwesenheit) von den Kursleitenden bescheinigt. Die jeweilige Krankenkasse trifft die endgültige Entscheidung über eine Bezuschussung. Grundsätzlich erstatten die Krankenkassen innerhalb von zwei Jahren nur noch einmal den gleichen Kurs. Sollte die Bezuschussung für Sie Bedingung sein, erkundigen Sie sich bitte im Vorfeld bei Ihrer Krankenkasse, ob der von Ihnen ausgewählte Kurs auch von Ihrer Krankenkasse anerkannt wird. Unsere Kursleitenden verfügen über eine anerkannte Ausbildung in einem Gesundheits- oder Sozialberuf und der entsprechenden Zusatzqualifikation. Die Kurse müssen mindestens 8 und dürfen höchstens 16 Kurseinheiten mit max. 1.080 Minuten umfassen.

Taijiquan

Grundkurs



Charakteristisch für die innere Kampfkunst Taijiquan sind die zeitlupenhaft langsamen, runden und fließenden Bewegungen. Taijiquan ist mehr als eine Entspannungstechnik. Darüber hinaus kann es als Meditation in Bewegung verstanden werden und bietet Möglichkeiten sich selbst im wahrsten Sinne des Wortes näher zu kommen, zu berühren und besser kennen zu lernen. Das Körper-Geist-Training der klassischen Prinzipien des Taijiquan wie Verwurzelung, Zentrierung, Aufrichtung, Lot-Balance und Gewandtheit ermöglicht einen Zugang zu den eigenen inneren Weisheiten, heilsamen



Kräften, Potenzialen und Ressourcen. Ein Hauptaspekt des Kurses ist es, leibhaftige Erfahrungen zu machen im Sinne von bei sich sein und gestärkt nach Außen treten und im Körper zu Hause sein. Der Kurs bietet eine Einführung in ausgewählte, in der äußeren Form leicht zu erlernende Bilder aus der Sequenz der 18 Bewegungen des Taiji/Qigong. Die Übungen finden größtenteils im Stehen statt. Daher ist der Kurs für alle Interessierten geeignet, die eine gute Stunde auf den Beinen sein können.

31236 Waldenburg **Mittwoch, 7.3.2012**
19:45-21:15 Uhr mit Barbara Gostmann, vhs Forum
Schillerstr. 11, 5-mal, Gebühr: € 32

Taijiquan

Aufbaukurs



Die Übungen in den klassischen Prinzipien des Taijiquan werden weiter vertieft und verfeinert. Es wird die gesamte Bewegungssequenz der 18

Bewegungen des Taiji/Qigong unterrichtet. In der Komplexität dieser Form wird die Aufmerksamkeit, Bewegung von innen heraus zu lenken, noch mehr geschult. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, bequeme flache Schuhe.

31238 Waldenburg **Donnerstag, 8.3.2012**
19:45-21:15 Uhr mit Barbara Gostmann, vhs Forum Schillerstr. 11, 10-mal, Gebühr: € 68

Fit in den Sommer



Eine abwechslungsreiche Kombination aus sanftem Ausdauer- und Kräftigungstraining sowie Übungen für die Beweglichkeit bringen den ganzen Körper in Schwung. Abgerundet wird die Stunde mit einer kleinen Entspannungseinheit.

32165 Waldenburg **Montag, 27.2.2012**
19:30-20:30 Uhr mit Tina Kunkel, Bürgerhaus in Saislach, 10-mal, Gebühr: € 47

Funktionelle Gymnastik



Die funktionelle Gymnastik besteht aus gezielten Übungen nach physiologischen Gesichtspunkten, die zur Kräftigung und Straffung der Muskulatur und des Gewebes dienen. Aus einer Erwärmung, einem Hauptteil (gezielte Übungen) und einem Ausklang mit Dehn- und Entspannungsübungen ist der Abend aufgebaut. Bitte bringen Sie zur Stunde Sportkleidung, Sportschuhe, Handtuch und etwas zu trinken mit.

32214 Waldenburg **Mittwoch, 29.2.2012**
20-21:30 Uhr mit Kathrin Kujadt, Mehrzweckhalle, 10-mal, Gebühr: € 68

Funktionsgymnastik



Dieser Kurs ist besonders für Menschen geeignet, die einen gezielten gymnastischen Ausgleich für einseitige oder mangelnde Bewegung im Alltag suchen. Funktionelle Gymnastik ist ein ganzkörperliches Training in Form von Dehnung und Kräftigung der kompletten Muskulatur. Dies wird durch folgende Kursinhalte er-



reicht: Rückenschulung, Stretching, Übungen für die Beckenboden- und Venenmuskulatur, Übungen mit dem Rubberband und progressive Muskelentspannung.

32342 Waldenburg **Montag, 27.2.2012**
19-20 Uhr mit Kathrin Kujadt, Berufskolleg, Raum H3, 10-mal, Gebühr: € 47

32343 Waldenburg **Montag, 27.2.2012**
20-21 Uhr mit Kathrin Kujadt, Berufskolleg, Raum H3, 10-mal, Gebühr: € 47

32344 Waldenburg **Dienstag, 28.2.2012**
9-10 Uhr mit Barbara Gostmann, vhs Forum Schillerstr. 11, 10-mal, Gebühr: € 47

Stepp-Aerobic

Step-Aerobic ist ein Fitness-Training zur Musik mit den Schwerpunkten Herz-Kreislauf-Training sowie Kräftigung der Beinmuskulatur. Zudem werden auch noch die Flexibilität sowie die Koordination trainiert. Bitte feste Schuhe, Handtuch und evtl. ein Getränk mitbringen.

32340 Waldenburg **Mittwoch, 29.2.2012**
18-19 Uhr mit Maren Schellmann, vhs Forum Schillerstr. 11, 10-mal, Gebühr: € 42

7. Waldenburger Nordic-Walk

Im Rahmen des 64. Hohenloher Bergfestes findet der 7. Waldenburger Nordic-Walk statt. Unter Anleitung von Nordic-Walking Instruktoren können die Teilnehmer zwischen zwei Strecken auswählen. Die 9 Kilometer-Strecke ist aufgrund

ihres Streckenprofils für geübte Nordic-Walker mit guter Grundlagenausdauer, die 5 Kilometer-Strecke für Einsteiger geeignet. Nach einer gemeinsamen Aufwärmung um 14:30 Uhr ist der Start um 14:45 Uhr. Die Anmeldung erfolgt schriftlich über Sabine Lindner, Haller Straße 55 in 74638 Waldenburg oder per E-Mail unter sabine-lindner@t-online.de. Die Startgebühr beträgt € 10, darin sind die fachliche Erwärmung, Betreuung durch die Instrukturen, Verpflegung, Finisher-Präsent, Urkunde sowie Prämierung der größten Gruppe enthalten. Die Prämierung findet um 17 Uhr im Festzelt statt.

32283 Waldenburg **Samstag, 16.7.2011**
14:30-17:30 Uhr Sportplatz

GESUNDHEITSFRAGEN

Wildkräuter im Frühjahr

Wir entdecken beim Wandern über Weg, Wald und Wiese heimische Heilpflanzen. Wir hören über ihre Geschichte und Wirkung, erfahren ihren Geschmack und nicht zuletzt ihre Anwendung als kleine grüne Helfer für die Gesundheit. Wie diese Pflanzen auch unseren Speiseplan bereichern, können werden wir schnell erkennen. Ob als Tee, Tinktur, Salbe oder Wickel, – unsere Pflanzen haben Heilkräfte von denen die Menschen früher sehr viel mehr wussten. Altes Wissen wird neu entdeckt, das Wort Unkraut aus unserem Wortschatz verbannt, und die Hausapotheke „begrünt“. Schafgarbe, Wege- rich, Giersch, Fingerkräuter und viele mehr werden uns zu kleinen grünen Freunden, und ein Wiesencocktail stärkt uns für die Wanderzeit. Bitte bequemes Schuhwerk tragen.

34317 Waldenburg **Freitag, 18.5.2012**
14-18 Uhr mit Andrea Ruf, Treffpunkt: Stadthallen- parkplatz, Gebühr: € 13, bitte vorher anmelden.

Pflanzen-Heilmittel

Erkennen, sammeln, aufbewahren! Extrahieren, konservieren, mazerieren! Um einer Pflanze die

richtigen Wirkstoffe zu entlocken gibt es einiges zu beachten. Eine Pflanze wird dann zum Heilmittel, wenn sie vom Erntezeitpunkt bis zur Zubereitung den Wirkstoffen entsprechend behandelt wird. Ob Tinktur, Auszugsöl, verschiedene Trocknungsverfahren, Salbe oder Gel – die Zubereitungsarten werden vorgestellt und besprochen. Mit unseren Sinnen werden wir erfahren warum gerade die Zubereitung für den Heilerfolg so wichtig ist.

34319 Waldenburg **Freitag, 9.3.2012**
19:30-21:30 Uhr mit Andrea Ruf, vhs Forum Schiller- str. 11, Gebühr: € 8, bitte vorher anmelden.



Pflegestützpunkt

Die Mitarbeiterinnen stellen die Aufgaben des Pflegestützpunktes vor

Der Pflegestützpunkt bietet allen Rat- und Hilfesuchenden eine kostenlose und neutrale Beratung zu Fragen im Vor- und Umfeld der Pflege und Beratung rund um das Thema Wohnen im Alter. Die Beraterinnen übernehmen dabei die Funktion eines Lotsen und arbeiten mit Trägern von Hilfs- und Unterstützungsangeboten zusammen. Sie bündeln eine Vielzahl an Informationen und Hilfen bei Krankheit und Pflegebedürftigkeit. Die Mitarbeiterinnen informieren zu Leistungen der Pflegeversicherung und anderen finanziellen Hilfen. Im Einzelfall koordinieren und unterstützen sie bei der Organisation der Hilfen. Sie unterliegen der Schweigepflicht. Die Entscheidung über Hilfsangebote trifft der Ratsuchende.

36031 Waldenburg **Mittwoch, 14.3.2012**
17 Uhr mit Maria Freihart und Birgit Bährle, Foyer im Franz-Gehweiler-Haus, in Kooperation mit den Landfrauen Waldenburg

Bitte notieren Sie sich Ihre gebuchten vhs-Termine! Wir benachrichtigen Sie nur, wenn eine Veranstaltung nicht stattfindet.

PC-KENNTNISSE

Internet ganz nach Wunsch

Viele Menschen, auch jene außerhalb des jugendlichen Alters, haben heute schon den Zugang zum Internet gefunden und wenden es mit Freude an. Doch bei jedem tauchen Fragen und Probleme auf, die sehr verschieden sein können. Hierauf zielt dieses neue Kurskonzept: der Kursleiter bietet kein festes Kursprogramm an, sondern geht spontan und ganz individuell auf die Wünsche und Bedürfnisse der Kursteilnehmer ein. Dabei spielt es keine Rolle, ob z. B. die optimale Bedienung einer Suchmaschine, die Benutzung eines sozialen Netzwerks, das Bearbeiten von Digitalfotos, das Finden interessanter Seiten zu einem bestimmten Hobby, die Formatierung eines Textes oder die Einrichtung eines guten Virenschutzes erläutert und geübt werden soll.

51516 Waldenburg **Donnerstag, 1.3.2012**
 18:30-20 Uhr mit Lutz Engelhardt, Josef-Helmer-Schule, 4-mal, Gebühr: € 55, bitte vorher anmelden.

Fotobuch leicht gemacht

Früher klebten wir Fotos in Alben, heute wollen viele Menschen ihre Digitalfotos in ähnlicher Form in einem Fotobuch präsentieren. Doch wie erstelle ich so ein Fotobuch? Dieser Kurs zeigt den gesamten Weg unserer Bilder von der Digitalkamera bis zum fertigen Fotobuch. Der erste Kurstag zeigt die Möglichkeiten der Bildbearbeitung mit Hilfe von kostenloser Software, also rote Augen entfernen, kleine Retuschierungen und Zuschneiden von Bildern. Im zweiten Teil des Kurses erstellen wir dann ein Fotobuch mit unseren optimierten Fotos bis zur fertigen Bestellung online. Dabei werden die verschiedenen Arten und Preisklassen eines Fotobuches erläutert, Tipps zur Gestaltung gegeben und diese neuen Kenntnisse dann in einem konkreten Beispiel umgesetzt.

51720 Waldenburg **Montag, 16.4.2012**
 18:30-20:45 Uhr mit Lutz Engelhardt, Josef-Helmer-Schule, 2-mal, Gebühr: € 35, bitte vorher anmelden.

Wir bitten für alle vhs-Veranstaltungen um vorherige Anmeldung. Nur so können wir Sie verständigen, wenn eine Veranstaltung abgesagt werden muss. Bitte beachten Sie, dass wir keine Anmeldebestätigung und Rechnung verschicken. Wir bitten Sie um Überweisung der Kursgebühr zu Beginn des Kurses. Die Abbuchung der Kursgebühr erfolgt nach Kursbeginn. Ihre Anmeldung ist für uns verbindlich. Sie können sich bis zum Kursbeginn jederzeit wieder vom Kurs abmelden. Wenn Sie nach dem ersten Kurstermin feststellen, dass der gewählte Kurs nicht Ihren Vorstellungen entspricht, können Sie sich wieder abmelden. Wir berechnen dann die Gebühr für den ersten Termin. Eine Abmeldung nach dem zweiten Kurstermin ist leider nicht mehr möglich.

Widerrufsbelehrung

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angaben von Gründen in Textform (z.B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsabschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 i. V. m. § 1 Abs. 1 u. 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i. V. m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an: Zweckverband Volkshochschule Künzelsau, Kirchplatz 9, 74653 Künzelsau, Telefax: 0 79 40/92 19 29, E-Mail: info@vhs-kuen.de

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns in soweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung

1. Allgemeines

- (1) Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule (vhs), auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.
- (2) Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der vhs. In soweit tritt die vhs nur als Vermittler auf.
- (3) Soweit in den Regelungen dieser AGB die weibliche Form verwendet wird, geschieht das lediglich zur sprachlichen Vereinfachung. Die Regelungen gelten gleichermaßen auch für männliche Beteiligte und für juristische Personen.
- (4) Rechtsgeschäftliche Erklärungen (z. B. Anmeldungen und Kündigungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB oder aus dem dem Verbraucher zustehenden Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften nichts anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail, Login-Homepage der vhs). Erklärungen der vhs genügen der Schriftform, wenn eine nicht unterschriebene Formularbestätigung verwendet wird.

2. Vertragsschluss

- (1) Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich.
- (2) Die Anmeldende ist an ihre Anmeldung 3 Wochen lang gebunden (Vertragsangebot). Der Veranstaltungsvertrag kommt vorbehaltlich der Regelung des Abs. (3) entweder durch Annahmeerklärung der vhs zustande oder aber dadurch, dass die 3-Wochen-Frist verstreicht, ohne dass die vhs das Vertragsangebot abgelehnt hat.
- (3) Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschlusstermin angegeben, so bedarf eine Anmeldung, die erst nach Anmeldeschluss bei der vhs eingeht, abweichend von Abs. (2) einer ausdrücklichen Annahmeerklärung. Erfolgt diese nicht innerhalb von 3 Wochen, gilt die Anmeldung als abgelehnt.
- (4) Mündliche oder fernmündliche Anmeldungen sind abweichend von Ziffer 1 (4) verbindlich, wenn sie sofort oder jedenfalls innerhalb von 10 Tagen mündlich oder schriftlich angenommen werden.
- (5) Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch diese Regelung nicht berührt.

3. Vertragspartnerin und Teilnehmerin

- (1) Mit Abschluss des Veranstaltungsvertrages werden vertragliche Rechte und Pflichten nur zwischen der vhs als Veranstalterin und der Anmeldenden (Vertragspartnerin) begründet. Die Anmeldende kann das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person (Teilnehmerin) begründen. Diese ist der vhs namentlich zu benennen. Eine Änderung in der Person der Teilnehmerin bedarf der Zustimmung der vhs. Diese darf die Zustimmung nicht ohne sachlichen Grund verweigern.
- (2) Für die Teilnehmerin gelten sämtliche die Vertragspartnerin betreffenden Regelungen sinngemäß.
- (3) Die vhs darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen.
- (4) Die vhs ist berechtigt, aber nicht verpflichtet, Teilnehmerkarten auszugeben. In einem solchen Fall ist die Vertragspartnerin verpflichtet, die Karte mitzuführen und sich auf Verlangen einer Bevollmächtigten der vhs auszuweisen. Geschieht das aus von der Vertragspartnerin zu vertretenden Gründen nicht, kann die Vertragspartnerin von der Veranstaltung ausgeschlossen werden, ohne dass dadurch ein Anspruch auf Rückerstattung des geleisteten Entgelts entsteht.

4. Entgelt

- (1) Das Veranstaltungsentgelt ergibt sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der vhs (Programm, Aushang, Preisliste etc.).
- (2) Das Entgelt soll mit der Anmeldung bezahlt werden. Eine gesonderte Aufforderung ergeht nicht. Das Entgelt wird bei Ablehnung der Anmeldung in voller Höhe zurückerstattet.

5. Organisatorische Änderungen

- (1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Dozentin durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Dozentin angekündigt wurde.
- (2) Die vhs kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.
- (3) Muss eine Veranstaltungseinheit aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung einer Dozentin), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Wird die Veranstaltung nicht nachgeholt, gilt Ziffer 6 (2) Satz 2 und 3 (3) sinngemäß.
- (4) An gesetzlichen oder kirchlichen Feiertagen finden Veranstaltungen grundsätzlich nicht statt. Ein Anspruch auf Nachholung der so ausgefallenen Veranstaltung besteht nicht.

6. Rücktritt und Kündigung durch die vhs

- (1) Die Mindestzahl der Vertragspartnerinnen wird in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben. Sie beträgt mangels einer solchen Angabe 10 Personen. Wird diese Mindestzahl nicht erreicht, kann die vhs vom Vertrag zurücktreten, jedoch nur bis zum 5. Tag vor der Veranstaltung. Kosten entstehen der Vertragspartnerin hierdurch nicht.
- (2) Die vhs kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die vhs nicht zu vertreten hat (z. B. Ausfall einer Dozentin) ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zum Gesamtumfang der Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für die Vertragspartnerin unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für die Vertragspartnerin ohne Wert ist.
- (3) Die vhs wird die Vertragspartnerin über die Umstände, die sie nach Maßgabe der vorgenannten Absätze (1) und (2) zum Rücktritt berechtigen, innerhalb von 5 Werktagen informieren und ggf. das vorab entrichtete Entgelt innerhalb einer Frist von 7 Werktagen erstatten.
- (4) Wird das geschuldete Entgelt (Ziffer 4) nicht innerhalb von 10 Tagen nach Vertragsschluss entrichtet, kann die vhs unter Androhung des Rücktritts eine Nachfrist zur Bezahlung setzen und sodann vom Vertrag zurücktreten. Die Vertragspartnerin schuldet in diesem Fall vorbehaltlich weitergehender Ansprüche für die Bearbeitung des Anmeldevorgangs eine Vergütung von 5% des Veranstaltungsentgelts, höchstens jedoch € 20. Der Vertragspartnerin steht der Nachweis offen, dass die tatsächlichen Kosten wesentlich niedriger sind als die vereinbarte Pauschale.
- (5) Die vhs kann in den Fällen des § 314 BGB kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:
Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung durch die Kursleiterin, insbesondere Störung des Informations- bzw. Veranstaltungsbetriebes durch Lärm- und Geräuschbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten, Ehr-

verletzungen aller Art gegenüber der Kursleiterin, gegenüber Vertragspartnerinnen oder Beschäftigten der vhs, Diskriminierung von Personen wegen persönlicher Eigenschaften (Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit etc.), Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art, Beachtliche Verstöße gegen die Hausordnung. Statt einer Kündigung kann die vhs die Vertragspartnerin auch von einer Veranstaltungseinheit ausschließen. Der Vergütungsanspruch der vhs wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

7. Kündigung und Widerruf durch die Vertragspartnerin

- (1) Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, hat die Vertragspartnerin die vhs auf den Mangel hinzuweisen und ihr innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit zu geben, den Mangel zu beseitigen. Geschieht dies nicht, kann die Vertragspartnerin nach Ablauf der Frist den Vertrag aus wichtigem Grund kündigen.
- (2) Die Vertragspartnerin kann den Vertrag ferner kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen (Ziffer 5) unzumutbar ist. In diesem Fall wird das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zur gesamten Veranstaltung geschuldet. Das gilt dann nicht, wenn die Berechnung der erbrachten Teilleistung für die Vertragspartnerin unzumutbar wäre, insbesondere wenn die erbrachte Teilleistung für die Vertragspartnerin wertlos ist.
- (3) Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z. B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt.
- (4) Macht die Vertragspartnerin von einem ihr zustehenden gesetzlichen Widerrufsrecht Gebrauch, so hat sie bereits erhaltene Unterrichtsmaterialien zurückzusenden, soweit diese als Paket versandt werden können. Bis zu einem Wert der Materialien von € 40 trägt die Vertragspartnerin die Kosten der Rücksendung.

8. Schadenersatzansprüche

- (1) Schadenersatzansprüche der Vertragspartnerin gegen die vhs sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit.
- (2) Der Ausschluss gemäß Abs. (1) gilt ferner dann nicht, wenn die vhs schuldhaft Rechte der Vertragspartnerin verletzt, die dieser nach Inhalt und Zweck des Vertrags gerade zu gewähren sind oder deren Erfüllung die ordnungsgemäße Durchführung des Vertrags überhaupt erst ermöglichen und auf deren Einhaltung die Vertragspartnerin regelmäßig vertraut (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit.

9. Schlussbestimmungen

- (1) Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, dass der Gegenanspruch gerichtlich festgestellt oder von der vhs anerkannt worden ist.
- (2) Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.
- (3) Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Die Vertragspartnerin kann dem jederzeit widersprechen.