

Leitung:
Tanja Philipp
Bürgermeisteramt Rot am See
74585 Rot am See

Anmeldung: 07955/381-21 (Frau Krüger / Frau Petz)

Fax: 07955/381-55

E-Mail: info@rotamsee.de

Bankverbindung:

Raiffeisenbank Schrozberg-Rot am See e. G.

IBAN: DE72 6006 9595 0070 8250 09

BIC: GENODES1SBB

Die Anmeldungen für die Kurse im 2. Halbjahr 2017 sind ab sofort möglich. Da die Kurse und Vorträge nur bei ausreichender Beteiligung stattfinden können, ist eine rechtzeitige Anmeldung erforderlich. Bitte überweisen Sie die Gebühr **spätestens bis zur zweiten Veranstaltung**. Bei Zahlungsaufforderung durch die VHS muss eine Verwaltungsgebühr berechnet werden. **Die Überweisungsvordrucke erhalten Sie von Ihrem Kursleiter.** Geben Sie bitte auf dem Überweisungsvordruck die genaue Kursbezeichnung an. Sie können die Gebühr auch bar im Rathaus Rot am See, Zimmer Nr. EG 1.2, bezahlen. Bei Rücktritt ohne vorherige Abmeldung muss die volle Kursgebühr bezahlt werden. Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Crailsheim Land e. V.

Von der VHS werden keine Anmeldebestätigungen versandt. Die VHS meldet sich bei den angemeldeten Interessenten nur, wenn der Kurs nicht zustande kommt. Ansonsten findet der Kurs statt und die Anmeldung ist bindend!

Rot 2.001

Make-Up für jede Altersgruppe

Fatima Tajo – Kosmetikerin und Visagistin

Sie erlernen in vielen praktischen Übungen, wie Sie sich selbst schminken können. Ob ein schnelles Make-Up, eines für besondere Anlässe oder ein sehr schlichter Look. Ihre Schminktechnik werden wir verbessern können.

Jede Teilnehmerin erhält eine Analyse ihrer Gesichtszüge und sich darauf ergebende Vorschläge zur besten Schminkvariante.

Außerdem werden Sie den klassischen Aufbau eines Make-Ups, die Farbwahl, das schminktechnisch sinnvollste Arbeitsmaterial und eine Menge Tipps rund um das Thema Schminken und Gesichtspflege kennen lernen.

Mitzubringen sind vorhandenes Schminkmaterial: Haarreifen oder Haargummi, Gesichtscreme, Kosmetiktücher, Puderpinsel, Applikatoren, Lippenstifte, Lipgloss, Farbpalette Rouge, einen kleinen Standspiegel, Block und Stift sowie Wasser und ein Snack.

Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden direkt von der Kursleiterin eingesammelt.

Samstag, 28.10.2017, 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr
Bürgerhaus Rot am See, Zimmer Nr. 3
EUR 15,00

Rot 2.011
Fahrt zur Frankfurter Buchmesse
Ehregast: Frankreich

Frankreich wird als Ehregast an der 69. Frankfurter Buchmesse, dem wichtigsten Treffen der Buchbranche für Fachleute aus aller Welt, teilnehmen. Am 22. September 2014 hatte Frankreichs ehemaliger Premierminister Manuel Valls diese prestigeträchtige Einladung der Frankfurter Buchmesse offiziell angenommen, fast 30 Jahre nach der Frankfurter Buchmesse von 1989, bei der Frankreich ebenfalls Ehregast war. Die Frankfurter Buchmesse versammelt als internationale Veranstaltung jedes Jahr fünf Tage lang über 7.150 Aussteller aus 106 Ländern und zählt rund 278.000 Besucher. Zu diesem kulturellen Großereignis rund um das Thema Buch kommen nicht zuletzt 10.000 Journalisten aus aller Welt, um die 1.000 Schriftsteller und 600 Literaturagenten.

Während der fünftägigen Frankfurter Buchmesse wird sich das Programm rund um die drei Themenschwerpunkte fortsetzen: Innovation und digitales Schaffens im Bereich des geschriebenen Wortes, die französische Sprache als Vermittlerin bedeutender Werte, Offenheit und die Jugend.

Mit dem Veranstaltungskalender unter www.buchmesse.de/kalender können Sie Ihr persönliches Programm zusammenstellen.

Samstag, 14.10.2017

Zustiegsmöglichkeiten:

6:00 Uhr: Rot am See, Bushaltestelle am Rathaus

6:15 Uhr: Satteldorf, Autorasthof neben der A6

6:30 Uhr: Kirchberg, Frankenplatz

Rückkehr: ca. 21:00 Uhr

Anmeldung direkt bei der vhs Kirchberg unter der Tel. 07954/9801-17

Gebühr: EUR 51,00 (inkl. Tageskarte für die Buchmesse)

Teilnehmerzahl: mind. 30 Teilnehmer

Rot 2.040
Herbstliches Windlicht
Irene Kunz

Wir gestalten schöne, herbstliche Windlichter. Für Kinder ab 8 Jahren.

Mitzubringen sind Schere, schönes leeres Glas für das Windlicht (z.B. leeres Gurkenglas)

Materialkosten in Höhe von 3,00 € werden direkt von der Kursleiterin eingesammelt.

Samstag, 30.09.2017, 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Rathaus Rot am See, Sitzungssaal

EUR 8,00

Rot 2.041
Fröhliche Kaminholzfiguren
Ulrike Engelmann

Wir basteln aus Holzscheiten und Ästen lustige Figuren die, vor der Haustüre aufgestellt, jeden Besucher freundlich begrüßen. Geeignet für Kinder ab 8 Jahren.

Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden direkt von der Kursleiterin eingesammelt.

Samstag, 21.10.2017, 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Rathaus Rot am See, Sitzungssaal
8,00 EUR

Rot 2.042
Grabschmuck selber gestalten
Ulrike Engelmann

Wir basteln ein Grabgesteck für einen lieben Verstorbenen und benutzen dafür verschiedene Naturmaterialien und Dekoelemente.

Materialkosten in Höhe von 20,00 € werden direkt von der Kursleiterin eingesammelt.

Donnerstag, 26.10.2017, 19:30 Uhr bis 21:30 Uhr
Rathaus Rot am See, Sitzungssaal
EUR 8,00

Rot 2.043
Weihnachtswerkstatt für Kinder ab 8 Jahren
Irene Kunz

Wir basteln, malen und gestalten eine schöne Deko zu Weihnachten.

Mitzubringen sind Bleistift, Schere, Becher und Heißkleber, wenn vorhanden.

Materialkosten in Höhe von 4,00 € werden direkt von der Kursleiterin eingesammelt.

freitags, 14:30 Uhr bis 16:30 Uhr
Beginn: 17.11.2017, 3-mal
Rathaus Rot am See, Sitzungssaal
EUR 15,00

Rot 2.044
Adventskalender die Freude bereiten
Ulrike Engelmann

Wir basteln einen Adventskalender, der, liebevoll befüllt, für große Kinderaugen sorgen wird.

Materialkosten in Höhe von 8,00 € werden direkt von der Kursleiterin eingesammelt.

Donnerstag, 23.11.2017, 19:30 Uhr bis 21:30 Uhr
Rathaus Rot am See, Sitzungssaal
EUR 8,00

Rot 2.045
Christbaumschmuck basteln
Ulrike Engelmann

Wir stellen Christbaumschmuck aus den unterschiedlichsten Materialien her. Jedes Stück ist einzigartig! Für Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren.

Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden direkt von der Kursleiterin eingesammelt.

Freitag, 01.12.2017, 17:00 Uhr bis 19:00 Uhr
Rathaus Rot am See, Sitzungssaal
EUR 8,00

Rot 2.051
Aquarellkurs I
Gaby Rühling

Es wird die Technik des wasserlöslichen Malens ausprobiert. Die individuelle künstlerische Möglichkeit der Teilnehmer wird in der Gruppe besprochen. Vorgegebene Themen bieten jedem Teilnehmer die Möglichkeit, diese im Rahmen seiner Fähigkeiten umzusetzen. Ziel ist die Selbstständigkeit im gelockerten, unverkrampften Umgang mit Aquarellfarbe, Pinsel und Papier. Bitte vorhandenes Material mitbringen.

Dies ist kein Anfängerkurs.

montags, 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr
Beginn: 18.09.2017, 10-mal
Gemeinschaftsschule Rot am See, Klassenzimmer Raum Nr. 1.03
EUR 55,00

Rot 2.052
Aquarellkurs II
Gaby Rühling

Es wird die Technik des wasserlöslichen Malens ausprobiert. Die individuelle künstlerische Möglichkeit der Teilnehmer wird in der Gruppe besprochen. Vorgegebene Themen bieten jedem Teilnehmer die Möglichkeit, diese im Rahmen seiner Fähigkeiten umzusetzen. Ziel ist die Selbstständigkeit im gelockerten, unverkrampften Umgang mit Aquarellfarbe, Pinsel und Papier. Bitte vorhandenes Material mitbringen.

Dies ist kein Anfängerkurs

dienstags, 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr
Beginn: 19.09.2017, 10-mal
Gemeinschaftsschule Rot am See, Klassenzimmer Raum Nr. 1.03
EUR 55,00

Rot 2.053
Aquarell-Folgekurs
Gaby Rühling

Bei diesem Kurs festigen die Teilnehmer ihr Erlerntes. Die individuelle künstlerische Möglichkeit der Teilnehmer wird in der Gruppe besprochen. Vorgegebene Themen bieten jedem Teilnehmer die Möglichkeit, dies im Rahmen seiner Fähigkeiten umzusetzen. Ziel ist es,

noch freier, offener und spontaner mit Pinsel, Papier und Aquarellfarbe umzugehen. Bitte vorhandenes Material mitbringen.

Der Kurs ist bereits belegt.

mittwochs, 14:30 Uhr bis 17:00 Uhr

Beginn: 20.09.2017, 10-mal

Gemeinschaftsschule Rot am See, Klassenzimmer Raum Nr. 1.03

EUR 60,00

Rot 2.054

Workshop Acryl für Kinder ab 8 Jahre

Irene Kunz

In diesem Kurs üben, spielen und experimentieren wir mit Acrylfarben. Dabei erlernen wir verschiedene Techniken und stellen eigene Kunstwerke her. Also lass dich in die Zauberwelt der Farben entführen und entfalte deine Kreativität.

Mitzubringen sind Bleistift, Becher, Küchentücher, Leinwandpappe oder Keilrahmen in beliebiger Größe. Borstenpinsel in verschiedenen Stärken und Acrylfarben wenn vorhanden, können aber auch zum Ausleihen gestellt werden.

freitags, 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Beginn: 13.10.2017, 3-mal

Rathaus Rot am See, Sitzungssaal

EUR 15,00

Rot 2.090

Orientalischer Bauchtanz gemixt mit Tänzen und Rhythmen aus aller Welt

Fatima Tajo

Frauen allen Alters ohne Vorkenntnisse, die sich ihre Beweglichkeit erhalten oder neu finden wollen, unabhängig von der Figur und ihrem Trainingsstand. Vor allem auch für Frauen geeignet, die ihre Weiblichkeit wieder entdecken und eine bewusste persönliche Wahrnehmung erzielen möchten.

Mitzubringen sind Gymnastikschuhe, ein Hüfttuch und etwas zum Trinken.

mittwochs, 17:00 Uhr bis 18:15 Uhr

Beginn: 20.09.2017, 10-mal

Bürgerhaus Rot am See

EUR 35,00

Rot 2.091

Annett Kunath-Zeh

Latin Move – Tanzfitness für Einzeltänzer

Freude und Spaß an latein-amerikanischen Rhythmen, das ist der ideale Ausgleich für den Büroalltag!

Zur typischen mitreißenden Musik aus Latein-Amerika, z.B. ChaChaCha und Salsa, lernen Sie als Einzeltänzer/-in einfache Choreographien aus dem Programm der latein-amerikanischen Tänze. Ob schnell, ob langsam, ob elegant, ob flott – hier sind alle Varianten vertreten und somit trainieren Sie Ihre Kondition und Koordination auf eine Weise, die einfach Spaß macht!

Dieser Fitness Tanzkurs ist für jeden geeignet der sich gerne zu lateinamerikanischer Musik bewegt.

Bitte Getränke mitbringen.

Samstag, 30.09.2017, 17:00 Uhr bis 19:00 Uhr

Bürgerhaus Rot am See

EUR 19,00

Rot 2.092

Annett Kunath-Zeh

Discofox der Basisworkshop

Fit für die Ballsaison – Fit für Fasching

Discofox – der ewig aktuelle Party- Tanzhit für jede Gelegenheit!

Er entstand Anfang der 1970er Jahre – aus Elementen von Foxtrott, Swing und Boogie Woogie. Seitdem ist der Stammgast auf jeder Tanzfläche. Mit seinem einfachen Grundschritt lässt er auch immer die Männer entspannt und die Ladys elegant aussehen.

Sie erlernen bei uns typische Figuren und Kombinationen, die Ihnen auch den Austausch mit anderen Tänzern ermöglichen. Nach diesem Workshop haben Sie ein abwechslungsreiches Discofox-Programm mit ersten Variationsmöglichkeiten an der Hand.

Dieser Workshop ist geeignet für alle Einsteiger ohne Vorkenntnisse oder lang zurückliegenden Kenntnissen.

Bitte Getränk mitbringen.

Samstag, 30.09.2017, 19:30 Uhr bis 22:00 Uhr

Rot am See

EUR 25,00 pro Person

Rot 3.010

Yoga zum Entspannen und Wohlfühlen

Marlies Back

Yoga hat seinen Ursprung in Indien. Über Tausende von Jahren wurde diese Wissenschaft zum Wohlbefinden des Menschen entwickelt. Yoga beinhaltet spezifische Bewegungstechniken, Atemübungen und Entspannung. Jeder kann Yoga erlernen und davon profitieren, unabhängig von Alter und Kondition. Stress, Hektik und innere Unruhe verursachen häufig körperliche und seelische Leiden. Yoga hilft Körper und Geist in Einklang zu bringen, erfüllt uns mit Hoffnung und Optimismus, gibt Kraft für die tägliche Anforderung des Lebens. Teilnahme auch ohne Vorkenntnisse möglich.

Mitzubringen sind eine Matte, bequeme Kleidung, eine Decke, dicke Socken und ein Kissen.

donnerstags, 09:30 Uhr bis 11:00 Uhr

Beginn: 21.09.2017, 10-mal

Bürgerhaus Rot am See

EUR 60,00

Rot 3.011
Tai Chi Chuan – Aufbaukurs
Ge Neo Teo-Beck

Diese uralten chinesischen Bewegungskünste basieren auf dem Wissen, dass durch geeignete Bewegungsabläufe die Energieströme des Körpers aktiviert und gestärkt werden. Heilgymnastik und Atemübungen werden zu einem harmonischen Ganzen zusammengefügt und regenerieren das ganze Kreislauf- und Organsystem. Dadurch ergeben sich positive Auswirkungen auf Körper und Geist, die zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit führen.

Dies ist kein Anfängerkurs.

samstags, 9:15 Uhr bis 10:45 Uhr
Beginn: 14.10.2017, 5-mal (alle 2 Wochen)
Bürgerhaus Rot am See
35,00 EUR

Rot 3.017
Fit-Mix
Elke Gögelein

Step-Aerobic, Fitnessgymnastik und Entspannungsübungen.
Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

donnerstags, 18:15 Uhr bis 19:15 Uhr
Beginn: 21.09.2017, 10-mal
Bürgerhaus Rot am See
EUR 30,00

Rot 3.018
Fitnessgymnastik
Elke Gögelein

Gezielte Übungen zur Förderung von Kondition, Koordination, Muskelkräftigung, Beweglichkeit und Entspannung.
Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

montags, 20:00 Uhr bis 21:00 Uhr
Beginn: 25.09.2016, 10-mal
Bürgerhaus Rot am See
EUR 30,00

Rot 3.019
Bodytraining
Monika Kuch

Ein intensives Power-Work-Out mit Elementen aus Fitness-Aerobic, Pilates, Kick-Boxen, Thera-Band und Step wechseln sich ab und fordern alles. Dazu gute Musik und viel positive

Energie.

Sie benötigen eine Matte und Hanteln ca. 1 kg.

Der Kurs ist bereits belegt!

mittwochs, 18:30 Uhr bis 19:45 Uhr

Beginn: 20.09.2017, 12-mal

Bürgerhaus Rot am See

EUR 30,00

Rot 3.020

Rückenfit am Morgen

Stefanie Kleinhanß

Fit in den Herbst mit Übungen zur Stärkung des Rückens und Kräftigung der Bein-, Arm- und Bauchmuskulatur. Dehn- und Entspannungsübungen runden den Kurs ab. Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

Der Kurs ist bereits belegt!

dienstags, 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr

Beginn: 19.09.2017, 10-mal

Bürgerhaus Rot am See

EUR 30,00

Rot 3.021

Rückenfit am Abend

Stefanie Kleinhanß

Fit in den Herbst mit Übungen zur Stärkung des Rückens und Kräftigung der Bein-, Arm- und Bauchmuskulatur. Dehn- und Entspannungsübungen runden den Kurs ab. Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

montags, 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr

Beginn: 18.09.2017, 10-mal

Bürgerhaus Rot am See

EUR 30,00

Rot 3.022

Kinder-Karate – Anfängerkurs Andreas Abbate

Gerade für Kinder ist Bewegung wichtig. Bei uns lernen sie spielerisch mit ihrem Körper umzugehen. Karate fördert die Leistungsstärke, baut Aggressionen ab und Selbstbewusstsein auf. Sie lernen andere Menschen zu achten und zu respektieren (geeignet für Kinder ab 6 Jahren).

dienstags, 18:00 Uhr bis 18:45 Uhr

Beginn: 26.09.2017, 15-mal

Jugendhaus Rot am See

EUR 45,00 (falls zwei oder mehr Kinder aus einer Familie einen der Kurse besuchen, ermäßigt sich die Kursgebühr auf 40,00 € pro Kind)

Rot 3.023

Kinder-Karate – Anfängerkurs/Fortgeschrittenenkurs

Andreas Abbate

Gerade für Kinder ist Bewegung wichtig. Bei uns lernen sie spielerisch mit ihrem Körper umzugehen. Karate fördert die Leistungsstärke, baut Aggressionen ab und Selbstbewusstsein auf. Sie lernen andere Menschen zu achten und zu respektieren (geeignet für Kinder ab 6 Jahren).

mittwochs, 18:00 Uhr bis 18:45 Uhr

Beginn: 27.09.2017, 15-mal

Jugendhaus Rot am See

EUR 45,00 (falls zwei oder mehr Kinder aus einer Familie einen der Kurse besuchen, ermäßigt sich die Kursgebühr auf 40,00 € pro Kind)

Rot 3.024

Vital mit den Fünf Tibetern© für Frauen

Petra Wiedmann

Fünf einfache, gymnastische Entspannungsübungen verhelfen zu mehr Wohlbefinden und Vitalität. Die Wirkung des Trainings ist ganzheitlich und sehr umfassend: Muskeln, Sehnen und Gelenke werden schonend trainiert. Alle Altersgruppen sind herzlich willkommen. Mitzubringen sind eine Isomatte und ein Getränk. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung.

montags, 19:30 Uhr bis 20:30 Uhr

Beginn: 08.01.2018, 6-mal

Rathaus Rot am See, Bürgerhaus

EUR 25,00

Rot 3.040

Vortrag: Kopfschmerzen, Migräne, Schlafstörungen

Petra Beck

Viele Menschen leiden unter chronischen Kopfschmerzen oder Schlafstörungen, ohne eine Ursache dafür finden zu können. Schmerz- und Schlafmittel scheinen der einzige Ausweg zu sein. Die klassische Homöopathie ist hier eine wichtige Alternative, um den Verbrauch von nebenwirkungsreichen Medikamenten auf Dauer einschränken zu können.

Ca. 90-minütiger Vortrag

Dienstag, 14.11.2017, 19:30 Uhr bis 21:30 Uhr

Rathaus Rot am See, Sitzungssaal

EUR 4,00

Rot 3.041

Vortrag: „Nicht schon wieder krank!“ – Wege aus der Infektanfälligkeit

Petra Beck

Kaum gesund – und schon wieder krank?

Infektanfälligkeit hat viele Gesichter: ständig Schnupfen oder Husten, häufig wiederkehrende Ohrenentzündungen, Mandelentzündungen, Entzündungen der Nasennebenhöhlen, der Bronchien, der Blase. Infekte, die sich ewig hinziehen und womöglich noch einen dauerhaften Schwächezustand hinterlassen...

Doch woher kommt diese Anfälligkeit – und vor allem: was kann man dagegen tun?

Ca. 90-minütiger Vortrag

Dienstag, 23.01.2018, 19:30 Uhr bis 21:30 Uhr

Rathaus Rot am See, Sitzungssaal

EUR 4,00

Rot 3.070

Mehr Power mit Grünen Smoothies

Anke Pleil

Sie sind inzwischen in vieler Munde, doch was bewirken grüne Smoothies in unserem Körper? Wie und wann können wir diese im Alltag integrieren? Und was muss bei der Zubereitung beachtet werden?

Viel Interessantes über die grünen Power-Getränke inklusive Herstellung und genießen einiger Rezepte (das Abendessen am besten mal auslassen ☺)

Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden direkt von der Kursleiterin eingesammelt.

Donnerstag, 19.10.2017, 18:30 Uhr bis 21:00 Uhr

Gemeinschaftsschule Rot am See

EUR 10,00

Rot 3.071

Vortrag: Mein Gewicht und Ich

Anke Pleil

Viele Gedanken drehen sich um das Abnehmen.

Wie kann es gelingen, das Gewicht auch jenseits der „40“ zu reduzieren bzw. zu halten und welche Rolle unser Kopf dabei spielt.

Ca. 90-minütiger Vortrag

Donnerstag, 01.02.2018, 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr

Rathaus Rot am See, Sitzungssaal

5,00 EUR